

Konu 12: Yaşlılarda Onkolojik Sorunlar ve Bakım Uygulamaları

1.Yaşlılıkta Onkolojik Hastalıklar

1.3. Kanser Türleri

1.3.1. Akciğer Kanseri

Akciğer kanseri dünyada en yaygın kanser türüdür. Türkiye de dâhil Avrupa ülkelerinde erkekler arasında oluş sıklığı ve ölüm oranı en yaygın kanser türüdür.

Akciğer Kanserin Belirtileri

Sürekli göğüs ağrısı Öksürürken ağızdan kan gelmesi Nefes darlığı, hırıltı Tekrarlayan pnömoni ya da bronşit Yüz ve boyunda şişme İştah azalması ve kilo kaybı Sürekli yorgunluk ve hâlsizlik

Akciğer Kanserinde Risk Faktörleri

50 yaş üzerinde olmak. Sigara içmek. 15 yaşından önce sigara kullanmaya başlamak. Boya, ilaç vb. yapımında kullanılan kimyasal maddelere (arsenik vb.) maruz kalmak. Mesleki nedenlerle asbeste maruz kalmak. Radyasyona ve hava kirliliğine maruz kalmak.

Korunma

- Birey sigara içiyorsa uygun yöntemlerle bırakmalıdır.
- Sigara içilen kapalı ortamlardan kaçınılmalıdır.
- İş nedeniyle kimyasal maddelerle çalışılıyorsa düzenli olarak doktor önerisine göre muayene olunmalıdır.
- Doktor önerisine göre akciğer filmi çektirilmelidir.
- Belirtiler birkaç aydan beri süregeliyor ve giderek kötüleşiyorsa akciğer kanserini düşündürebilir. Doktora başvurmalıdır.

1.3.2. Meme kanseri

Dünyanın her yerinde kadınlar arasında yaygındır. Erkeklerde ender görülür. Meme kanseri kadınlar yaşlandıkça (özellikle 40 yaştan sonra) yaygınlaşır, en çok 60-70 yaş arası kadınlarda rastlanır. Erken tanı sayesinde birçok kadın ölümcül olabilecek bu hastalıktan kurtulabilir. Meme kanseri hem sık görülmesi hem de ölümcül bir hastalık olması nedeniyle sağlıklı kadınlarda bile endişe yaratan bir durumdur. Meme kanserine erken tanı konulduğunda beklenen yaşam süresi uzatılabilmekte ve tamamen iyileşme sağlanabilmektedir. Memedeki kitlelerin yaklaşık %80-90'ı kadınların kendileri tarafından fark edilmektedir. Bu nedenle erken tanı ve kendi kendine meme muayenesi (KKMM) ile kitle taraması bu hastalık için önem taşımaktadır.

Meme Kanserin Belirtileri

- Memenin herhangi bir yerinde birkaç haftada geçmeyen bir acı
- Memede ya da memeye yakın kol altında şişlik ya da kalınlaşma
- Genel olarak memenin büyüklüğünde ya da şeklinde değişiklik

- Meme başında yumuşaklık ya da akıntı
- Meme başının şeklinde ya da konumunda değişiklik
- Meme derisinde (Portakal kabuğu şeklini almak.)

Meme Kanserinde Risk Faktörleri

- Ailesinde meme kanseri öyküsü olanlar
- Doğum yapmayanlar ya da 30 yaşından sonra doğum yapanlar
- Bir memesinde kanser görülenler
- Erken menopoza girenler
- Menopozdan sonra östrojen yerine koyma tedavisi görenler

Erken Tanı İçin Yapılması Gerekenler

20-39 yaş arası kadınların;

- Ayda bir kendi kendilerine meme muayenesi yapmaları,
- Her üç yılda bir hekim tarafından muayene edilmeleri gerekmektedir.

40 yaş ve üzeri kadınların;

- Ayda bir kendi kendilerine meme muayenesi yapmaları,
- Yılda bir kez doktor tarafından muayene edilmeleri,
- Doktor önerisine göre 1-2 yılda bir mamografi çektirmeleri gerekmektedir.

1.3.3. Mide Kanseri

Mide kanseri 55 yaşın üstündeki kadın ve erkeklerde yaygındır. Erkeklerde iki kat fazla görülür. Kurutulmuş, tütsülenmiş, tuzlanmış ve salamura yiyeceklerin fazla tüketildiği Japonya, Kore ve Doğu Avrupa ile Latin Amerika ülkelerinde ve Türkiye’de sık görülmektedir.

Mide Kanserinin Belirtileri

- Mide bölgesinde sürekli rahatsızlık ya da ağrı,
- Midede, özellikle yemeklerden sonra sürekli hazımsızlık ya da yanma hissi, bulantı ve kusma,
- Sürekli ishal ya da kabızlık, iştah kaybı,
- Yemeklerden sonra şişkinlik, zayıflık ve hâlsizlik,
- Ağızdan kan gelmesi ya da dışkıda kan bulunması.

Mide Kanserinde Risk Faktörleri

- Yiyeceklere eklenen fazla baharat ve yaklaşık 1000C’de kaynayan çay ya da kahve içmek.
- Sigara içmek.
- Tedavi edilmeyen H. pylori de kanser riskini artırır.

Korunma

- Sağlıklı beslenmek.
- Her gün en az 5-6 porsiyon taze meyve ve sebze yemek.
- Tuzlanmış, tütsülenmiş ve kızartılmış yiyeceklere beslenmemizde yer vermemek.
- Çok sıcak yiyecek ve içecek tüketiminden sakınmak.
- Şikâyetler varsa doktora başvurmak.

1.3.4. Mesane Kanseri

Mesane kanserinin teşhisine yardımcı olacak kesin bir belirti yoktur. Boşaltım sistemi enfeksiyonu, böbrek taşları, mesane taşları, alt karın bölgesindeki yaralar vb. belirtiler kanser teşhisinde yardımcı olabilir.

Mesane Kanserinin Belirtileri

- İdrarda kan,
- İdrar yaparken acı,
- Sık idrara çıkma,
- Sık idrara çıkma ihtiyacı duyma fakat idrarını yapamamadır.

1.3.6. Kolorektal (Kolon ve Rektum) Kanseri

Kolorektal kanser eğer erken (yayılmadan ya da metastaz yapmadan önce) teşhis edilirse tedavi edilebilir. Öte yandan kolorektal kanserin önlenmesi de mümkündür.

Kolorektal Kanserinin Belirtileri

- Birkaç gün ya da hafta boyunca normal dışkılama alışkanlığının değişmesi,
- Sürekli ishal, sürekli kabızlık ya da dışkılamadan sonra rektumun 'tamamen' boşalmadığının hissedilmesi,
- Kanlı dışkı,
- Dışkının kıvamı ve şeklinde değişiklik,
- Birkaç hafta süren gaz sancısı, şişme, dolgunluk ve/veya kramp gibi genel karın rahatsızlığı,
- Normal beslenildiği hâlde kilo kaybı, sürekli yorgunluk ve halsizlik,
- Birkaç gün boyunca sürekli kusma.

Korunma

- Kolorektal kanserin yaygın belirti ve semptomları varsa doktora başvurulmalıdır.
- Kanser önleyici beslenme alışkanlığı kazanmanın önemi kavranmalıdır.
- Elli yaşında sigmoidoskopi muayenesi yaptırılmalıdır.
- Birey risk altında ise her beş yılda bir sigmoidoskopi incelemesi yaptırılmalıdır.

1.3.9. Rahim Kanseri

Rahim kanseri genellikle menopozdan sonra görülür. Genç kadınlarda ender rastlanır. Rahim kanserinin en yaygın belirtisi normal olmayan vajinal kanamadır.

Rahim Kanserin Belirtileri

- Normal dışı vajinal akıntı ya da kanama
- Güç ya da ağrılı idrara çıkarma
- Pelvik bölgede ya da vücudun alt kısımlarında ağrı

Rahim Kanseri Risk Faktörleri

- 50 yaşın üstündeki kadınlar
- Endometrial hiperplazi öyküsü olan kadınlar
- Menopoz döneminde hormon tedavisi (özellikle yalnızca östrojen takviyesi) gören kadınlar
- Yağ oranı yüksek besinleri tüketen kadınlar
- Obez kadınlar
- Meme kanseri nedeniyle tamoxifen tedavisi gören kadınlar
- Beyaz kadınlarda kanser riski siyah kadınlara göre yüksektir
- Kolorektal kanser tedavisi gören kadınlar

Yapılması Gerekenler

- Belirtiler varsa doktora başvurulmalıdır.
- Obez kadınların kilo vermeleri gerekir.

1.3.10. Prostat Kanseri

İyi huylu prostat hiperplazisi (BPH): Prostat bezi içindeki epitelyum hücrelerin normal olmayan büyümesidir. Eğer prostat normalden fazla büyür ve idrar yolu ile mesaneyi sıkıştırırsa, idrar akışı durur ve vücudun o bölgesinde derhal enfeksiyon başlayabilir. BPH, 60 yaşın üstündeki erkeklerde en yaygın görülen hastalıktır. Kalkınmış, sanayileşmiş ülkelerde 65 yaşın üstündeki erkeklerin yüzde 80-90'ında BPH görülür. Eğer şiddetli değilse tedaviye gerek yoktur, 'normal' yaşam devam edebilir. Eğer idrar akışı ciddi olarak engellenirse cerrahi tedavi uygulanır.

Prostat Bezi Kanseri: Prostat bezi kanseri, kalkınmış, sanayileşmiş ülkelerde son 20-30 yılda başlıca kanser türü olmuştur. Kalkınmakta olan ülkelerde, tarım ülkelerinde ise çok yaygın değildir fakat giderek artmaktadır. Bezin herhangi bir yerinde başlayabilir. 5-10 yıl içinde önce yavaş yavaş sonra hızla büyür ve hızla bez dışındaki diğer organlara yayılır. Komşu lenf düğümlerine sıçrarsa oradan da hızla kemiklere, karaciğer, akciğer ve beyin gibi organlara yayılır. Metastaz yapan prostat kanserini tedavi etmek çok güçtür.

Prostat Bezi Kanseri Belirtileri

- Özellikle gece daha sık idrara çıkma isteği
- İdrar yapmaya başlarken güçlük çekme
- Zayıf ya da kesik kesik idrar yapma
- Ereksiyon güçlüğü
- Boşalma sırasında ağrı
- İdrarda kan
- Sirtın alt kısmında, kalça ve uyluklarda ağrı

Yapılması Gerekenler

BPH ya da prostat kanseri riskini azaltmanın en iyi yolu, prostatın düzenli muayene ettirilmesi ve düzenli kan testleri yaptırılarak prostat spesifik fosfat (PAP - prostat kanserli hastaların kanlarında çoğu zaman yükselen bir enzim proteinidir.) ve prostat spesifik antijen (PSA - prostat kanserli hastaların kanlarında çoğu zaman yükselen bir zar proteinidir.) testin bakılmasıdır. Hayvansal besinler az, sebze-meyveler çok tüketilmelidir.

2.1.3. Kemoterapinin Yan Etkileri ve Bakım

Enfeksiyon:

Trombositopeni:

Anemi:

Yorgunluk:

Bulantı-kusma:

Mukozit ve stomatit:

İştahsızlık:

Diyare:

Konstipasyon:

Saç dökülmesi (Alopecia)

Kanserli Hastada Ağrı