



15 EYLÜL DÜNYA LENFOMA FARKINDALIK GÜNÜ

Vücudumuzun değişik bölgelerinde bulunan ve enfeksiyon hastalıklarına karşı vücudumuzun direncini sağlayan lenf bezleri, bağışıklık sistemimizin önemli bir bileşenidir.

Lenfomalar, lenfoid dokularda doğal olarak bulunan lenfosit adı verilen hücrelerden gelişen kötü huylu lenf bezi hastalıklarıdır. Lenfomalar başlıca iki tip olarak değerlendirilir: Hodgkin Tipi Lenfoma (Hodgkin Hastalığı olarak da bilinir ve lenfomaların yaklaşık %15'ini oluşturur) ve Hodgkin Dışı Lenfoma (tıpta Non-Hodgkin Lenfoma/NHL olarak adlandırılır olguların yaklaşık %85'ini oluşturur).

Lenfomaların görülme sıklığı, erkeklerde yüz binde 6,9 ile kanserler arasında yedinci sırada iken kadınlarda yüz binde 5,2 ile sekizinci sırada bulunmaktadır. Çok daha seyrek olarak çocuklarda da görülebilmektedir. 0-14 yaş erkek çocuklarda milyonda 24, kız çocuklarında ise milyonda 11,4 sıklığında görülmekte ve hem erkek hem de kız çocuklarında üçüncü sırada yer almaktadır.

Lenfomaların genel olarak 80'den fazla alt tipi vardır ve her birinin klinik tedavisi de farklılık gösterir.

Lenfomaya neyin sebep olduğu kesin olarak açıklığa kavuşturulamamış olmakla birlikte araştırmacılar, bazı risk faktörlerini belirlemişlerdir. Risk etkenleri şu şekilde sıralanabilir:

- Yaş:** Yaşlanmak, genel olarak lenfoma için önemli bir risk faktörüdür ve vakaların çoğu 60 yaş ve üstü kişilerde görülmektedir.
- Cinsiyet:** Genel olarak erkeklerde lenfoma görülme riski kadınlardan daha yüksektir ve bazı alt tipler kadınlarda daha sık görülebilmektedir.
- İrk, etnik köken ve coğrafya:** Beyaz ırkta lenfoma görülme olasılığı daha yüksektir. Amerika Birleşik Devletleri ve Avrupa en yüksek lenfoma oranlarına sahip bölgeler arasındadır. Bazı lenfoma türleri, dünyanın bazı bölgelerinde daha yaygın görülen birtakım enfeksiyonlarla ilişkili kabul edilir.
- Aile öyküsü:** Lenfomalı birinci derece bir akrabaya (ebeveyn, çocuk, kardeş) sahip olmanın, lenfoma geliştirme riskini artırabileceği kabul edilir.
- Bazı kimyasallara ve ilaçlara maruz kalma:** Bazı araştırmalar, benzen ve yabani ot ve böcek öldürücü maddeler gibi kimyasallara maruz kalmanın lenfoma riskini artırdığını düşündürmektedir. Kanser tedavisinde kullanılan bazı ilaçların da Hodgkin dışı lenfoma riskini artırdığı gözlenmiştir. Ancak bu durumun hastalığın kendisiyle mi ilgili yoksa tedavinin bir etkisi mi olduğu tam olarak belirlenememiştir.

- Radyasyon maruziyeti:** Atom bombası ve nükleer reaktör kazalarından kurtulanlar üzerinde yapılan araştırmalar, bu kişilerin NHL, lösemi ve tiroid kanseri de dâhil



olmak üzere çeşitli kanser türlerini geliştirme risklerinin arttığını göstermiştir. Hodgkin lenfoma gibi diğer bazı kanserler için radyasyon tedavisi gören hastalarda, yaşamın ilerleyen dönemlerinde NHL gelişme riski biraz artmaktadır. Bu risk hem radyasyon tedavisi hem de kemoterapi ile tedavi edilen hastalar için daha fazladır.

- g. Zayıflamış bir bağışıklık sistemine sahip olmak:** Çeşitli sebeplerle bağışıklık sistemlerini baskılayan ilaçlarla tedavi edilenler, HIV’le enfekte kişiler, bazı sendromal hastalıklara sahip olanlar gibi zayıflamış bağışıklık sistemine sahip bireylerde NHL riski artmaktadır.
- h. Otoimmün Hastalıklar:** Romatoid artrit, sistemik lupus eritematozus, Sjögren hastalığı, çölyak hastalığı (glütene duyarlı enteropati) ve diğer bazı otoimmün hastalıklar, artan NHL riski ile ilişkilendirilmiştir.
- i. Bazı enfeksiyonlar:** İnsan T-hücresi lenfotropik virüsü (HTLV-1) ile enfeksiyon, Epstein-Barr virüsü (EBV) ile enfeksiyon, insan herpes virüsü 8 (HHV-8), Helicobacter pylori, Chlamydomphila psittaci, Campylobacter jejuni, Hepatit C virüsü (HCV) ile enfekte olmuş kişilerde lenfoma görülme riskinin arttığı gözlemlenmektedir.
- j. Vücut ağırlığı:** Diğer birçok kanserde olduğu gibi bazı çalışmalar aşırı kilolu veya obez olmanın NHL riskini artırabileceğini düşündürmektedir.
- k. Meme implantları:** Nadir olmakla birlikte, meme implantı olan bazı kadınlarda bir tür anaplastik büyük hücreli lenfoma (ALCL) geliştiği gözlemlenmektedir.

Lenfomanın tipine ve vücutta nerede olduğuna bağlı olarak birçok farklı belirti ve semptom görülebilir. Bazen büyük boyutlara ulaşmaya kadar herhangi bir belirti ortaya çıkmayabilmektedir. Aşağıda listelenen belirtilerden bir veya daha fazlasının varlığı, mutlaka lenfoma olduğu anlamına gelmez. Yine de sayılan belirtilerin varlığı halinde hekiminize başvurmanız yerinde olacaktır:

- Bacaklarda ve bileklerde şişkinlik
- Karın ağrısı ve karında şişkinlik
- Gece terlemeleri ve ateş
- İştah ve/veya kilo kaybı
- Titreme
- Normal olmayan kaşıntı
- Bitkinlik
- Acı veya normalde olmayan fiziksel his



- Normal olmayan yorgunluk/enerji kaybı
- Kronik öksürük
- Nefes darlığı
- Bademciklerin şişmesi
- Baş ağrısı

Maalesef lenfomalar için erken tespiti yönelik kabul edilmiş bir tarama metodu bulunmamaktadır. Bu nedenle kişilerin lenfoma belirtisi olabilecek belirtileri bilmeleri ve bu belirtileri tespit etmeleri durumunda bir sağlık kuruluşuna başvurmaları büyük önem taşımaktadır.

Lenfomanın tanısında en önemli basamaklar ayrıntılı öykü ve fizik muayenedir. Öykü ve muayenede şüpheli bulguların tespit edilmesi durumunda lenf nodu biyopsisi, kemik iliği biyopsisi, görüntüleme tetkikleri, kan sayımı, kan testleri, biyokimyasal incelemeler gibi ek tanı metotlarına başvurulur.

Hastalığın türlerine göre farklı tedavi yöntemleri mevcuttur. Kemoterapi, radyoterapi gibi klasik tedavi metotlarına ek olarak uygun hastalarda biyolojik tedaviler (monoklonal antikorlar), kök hücre nakli gibi yöntemlere de başvurulabilmektedir. Biyopsi ve hastalığın durumunu tespit amaçları dışında, cerrahi lenfoma tedavisinde nadiren kullanılmaktadır.

Her yıl 15 Eylül'de **Dünya Lenfoma Farkındalık Günü** kutlanmaktadır. Dünya Lenfoma Farkındalık Günü, ilk kez 2004 yılında Lenfoma Koalisyonu tarafından hastalığa yönelik bilgi eksikliğini gidermek, hastalık hakkında farkındalığı artırmak, hastaların ve bakım verenlerinin karşılaştığı duygusal ve psikososyal zorluklara dikkat çekmek için kutlanıldı.

Tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de “*erken tanı ve tedavi hayat kurtarır*” prensibinden hareketle ile her yıl 15 Eylül gününü hastalığa yönelik dikkat çekmek, bilgilendirmek ve hastalık ve tedavisine ilişkin güncel durumu gözden geçirmek üzere kutluyoruz.