

BÖLÜM 19

TESTİS KANSERİNİN ERKEN TANISINDA KENDİ KENDİNE TESTİS MUAYENESİ

Bilal GÜNAYDIN¹

GİRİŞ

Sağlık alanındaki gelişmeler, toplumdaki risk faktörlerine maruziyette farkındalığın artmasına, tanı süreçlerindeki hızlı ilerlemeler ve teknolojiye sağlık alanının hızlı adaptasyonuna rağmen ne yazık ki testis tümörlerinde farkındalık yeterli yol alamamıştır.

Testis tümörleri nadir kanserlerdir (1). Dünyada yılda yaklaşık 8000-10000 yeni vaka bildirilmektedir (2). Testis kanserleri coğrafi, ırksal ve etnik farklılıklar göstermektedir; öyle ki Asya ve Afrikada insidansı 100.000 de 1'in altında ve ABD'de siyahi toplumda 100.000 de 1,2 gibi düşük iken, Kuzey Avrupa ülkelerinden Danimarka ve Norveç'te 100.000 de 9,2 ve 9,9 gibi daha yüksek insidanslar mevcuttur (3). Testis kanseri insidansında son 40 yılda 2 kat olmak üzere genel bir artış söz konusu olmakla birlikte beyaz ırkta daha belirgindir (4). İnsidans artarken testis kanseri tedavisinde kür %95'lerdedir ve ABD'de testis kanserine bağlı ölüm yıllık 400 hastada bildirilmektedir (2,5). 15-49 yaşları arası erkeklerde en sık görülen kanser iken, 15-19 yaş aralığında en sık görülen ikinci kanserdir (6). Ortalama görülme yaşı 33 tür (7). Türkiye'de ise birleşik veri tabanına göre erkeklerde görülen kanserler içerisinde 15-19 yaş aralığında %19,6 ve 20-24 yaş aralığında %30.1 ile birinci sırada yer alırken; 24-45 yaş aralığında kolorektal, trakea-bronş-akciğer ve tiroid kanserlerinden sonra %8,3 ile 4. sırada yer almaktadır (8). Testis kanserinde tedaviye başlama zamanı, ne yazık ki hastalığın geç farkedilmesine bağlı olarak hala uzamaktadır (9).

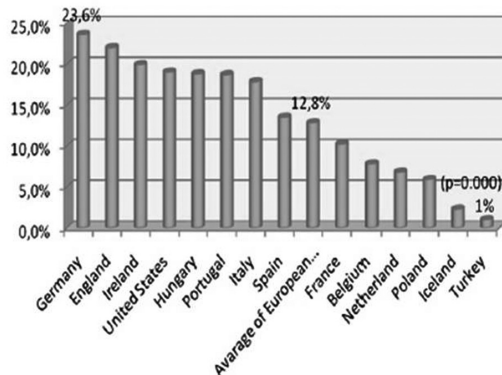
Testis tümörleri nadir görülen tümörler olmasına rağmen etkilediği grup genç, sağlıklı ve üretken erkek popülasyon olduğundan farkındalığının arttırılması, erken tanı ve tedavi sürecinin erken başlanabilmesi açısından çok önemlidir. Testis tümörlerinde bir tarama programının olmaması, göreceli olarak nadir görülebilmesi, tanı konulduğunda gerek cerrahi, gerek tümör tipine göre kemoterapi veya

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Niğde Ömer Halis Demir Üniversitesi; Üroloji AD., bilalgun@hotmail.com

radoterapi gibi ek tedavilerle tedavi şansının yüksek olması nedeni ile eski korkutuculuğu olmadığından olsa gerek erken tanı noktasında hasta kendi ile başbaşa kalmaktadır. Dolayısı ile taniya giden yolda birinci ve en önemli basamak olan kendi kendine testis muayenesi göz ardı edilmemelidir.

KENDİ KENDİNE TESTİS MUAYENESİNİN TARİHSEL GELİŞİMİ, DÜNYA'DA VE TÜRKİYE'DE YERİ

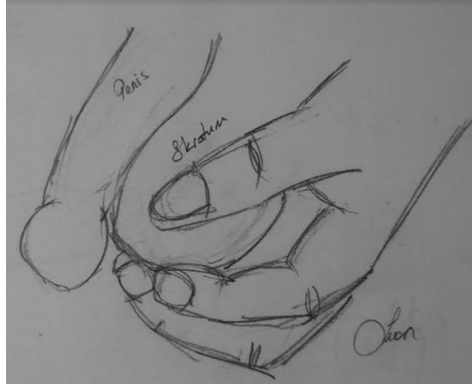
Testis en sık ağrısız testiküler kitle ile prezente olmaktadır (10). Ağrı gibi rahatsız edici bir sebep olmadığından kişinin testis tümör şüphesi ile hekime başvurması erken dönemde ancak testiste bir kitle olduğunun farkedilmesi ile olabilmektedir. Kendi kendine muayenenin tarihsel gelişimi aslında meme kanserlerine benzerdir ancak ne yazık ki aynı farkındalık toplumda sağlanamamıştır. Meme kanserlerinde 1927'de Hugh Auchincloss'un kadınların kendi kendine meme muayeneleri ile birlikte meme kanserinin hekimden önce saptanabilir düşüncesi olmuştur (11). Ancak kendi kendine testis muayenesi 1983 lerde bile %16 olarak saptanmıştır. Günümüzde bilinirlik artsa da, uygulanması aynı ölçüde artmamıştır (12,13). Khadra ve arkadaşları testis tümörü farkındalığını İngiltere'de %91 gibi yüksek oranda bildirirken, düzenli kendi kendine testis muayenesi yapanlar ancak %22 lerede kalmıştır (14). 21 avrupa ülkesinin katıldığı genç erkeklerde yapılan anket çalışmasında düzenli kendi kendine testis muayene yapma oranı ancak ortalama %12,8 olarak raporlanmıştır. Aynı çalışmada en yüksek oran %23 ile Almanya'da iken, en düşük oran %1 ile Türkiye'de saptanmıştır (Şekil-1) (15). Benzer olarak Kuzgunbay ve arkadaşları Türkiye'de yaptıkları çok merkezli anket çalışmalarında testis kanseri ve kendi kendine muayene hakkında doğru bilgi sahibi olma oranını %1,4, düzgün kendi kendine testis muayene yapma oranını ise %1 olarak raporlamışlardır (16).



Şekil 1. Kendi kendine testis muayenesinin Dünya'daki ve Türkiye'deki oranları

KENDİ KENDİNE TESTİS MUAYENESİ NEDİR VE NASIL YAPILMALIDIR?

Kendi kendine testis muayenesi, testisteki elle farkedilebilir morfolojik değişikliklerin saptanmasında kolay öğrenilebilir ve uygulanabilir bir yöntemdir. Düzenli uygulanması halinde küçük değişikliklerin dahi hasta tarafından farkedilebilmesine olanak sağlar. Buna paralel olarak hastalarda gereksiz endişeye yol açabileceği ve hastaneye başvuru yükünü arttırabileceği gibi, özellikle testis tümörü açısından risk grubunda olan bireyler içinde çok önemli bir erken tanı aracıdır. Öncelikli olarak hastalar muayene için doğru bilgilendirilmelidir. Yapılan bir çalışmada hastaların testis kanseri ve muayene hakkında farkındalığı %11 iken doğru bilgiye sahip olma oranı ancak %1,4 olarak raporlanmıştır (16). Bu bilgilendirilme aşamasında bireyler, testisin ve epididimisin normal anatomik lokalizasyonunu, büyüklüğü ve yapısı hakkında görsel ve sözlü olarak aydınlatılmalıdır. Muayene sıcak bir duş esnasında veya sonrasında ayda 1 kez olmak üzere düzenli yapılmalıdır. Kişi testisi baş parmağı ile işaret ve üçüncü parmağı arasına alıp tüm yüzeylerini muayene ederek şişlik veya sertlik varlığını kontrol etmelidir (Resim 1). Testiste şişlik veya sertlik şüphesinde üroloji uzmanına başvurması vurgulanmalıdır (17,18). Muayenenin öğretilmesinde 3D baskılı modellerin kullanımı gibi güncel teknolojilerden de faydalanılmaktadır (19).



Resim 1. Kendi kendine testis muayenesi

ERKEN TANIDA KENDİ KENDİNE MUAYENE NEDEN ÖNEMLİ?

Geçmiş dönemlerde 16 haftadan uzun süreli gecikmelerin sağ kalım üzerine olumsuz etkileri olduğu ancak özellikle sisplatin bazlı kemoterapiler ile birlikte bu negatif etkinin gözlenmediği bilinmektedir (20). Dolayısı ile günümüzdeki

etkin ve güvenilir kemoterapi ve radyoterapi adjuvan tedavileri iki tarafı keskin kılıç gibi karşımıza çıkmaktadır. Sağ kalım üzerindeki bu olumsuz etkinin olmaması her şeyin yolunda gideceği anlamı taşımamalıdır. Çünkü gerek kemoterapi gerekse radyoterapi hasta için toksik ve yaşam kalitesini ciddi derecede olumsuz etkileyen tedavilerdir. Bir başka dezavantajı ise hem maliyet, hem de geliştiği takdirde komplikasyonlarla mücadeledir. Bu noktada hem hastayı cerrahiye eklenecek toksik tedavilerden kurtarmak, hem de yaşam kalitesini korumak adına erken tanı en önemli basamaktır.

Testis tümörlerinde en sık bulgu olan ağrısız kitledir. Ancak hasta tarafından saptanabilmesi halinde tanı konulabilir. Fakat Göçeldi ve arkadaşları askerler üzerinde yaptıkları çalışmalarında kendi kendine testis muayenesinin bilinirliğini %20,7 olarak belirtmişlerdir (21). Testis tümöründe ağrısız kitle haricindeki, karın ağrısı ve karında kitle, hemoptizi, öksürük, sırt ağrısı, kemik ağrıları, alt ekstremitelerde ödem gibi bulgular çoğunlukla ilerlemiş veya metastatik hastalığa bağlı bulgulardır (10,22). Bu aşamaya gelmeden tanı koymanın ilk ve tek yolunun, yine kendi kendine testis muayenesi olduğu aşikardır.

FARKINDALIK İÇİN NE YAPILMALI VE YAPILANLAR YETERLİ Mİ?

Dünya genelinde ve ülkemizde hem testis tümörü, hem de kendi kendine testis muayenesi için farkındalık kısıtlıdır (15). Tanıdaki gecikme süresi ancak toplum bilinçlendirilmesi ile sağlanabilir. Dach ve arkadaşları İngiltere’de üniversite öğrencileri arasında yaptıkları çalışmalarında katılımcıların ancak %4’ünde aylık testis muayenesi yapıldığını, öğrencilerin bilgilendirilmesi sonrası bile bu oranın %36’a çıktığını saptamışlardır (23). Literatürde aksi savlarda mevcuttur. ABD merkezli bir başka çalışmada ise bilgiledirmeye rağmen ancak bilgilendirilen grubun %2’ sinde periyodik aylık testis muayenesi yapılması sağlanabilmiştir (24).

Son zamanlarda özellikle internet ortamı ve sosyal medya platformlarında bilgi aktarımının daha hızlı ve daha etkili olabilmesi nedeni ile bu negatif süreç daha da düzelme eğilimindedir (25,26). Bu bağlamda “Male Cancer Awareness Campaign” çatısı altında Mr Testicle 2016 Londra maratonunda koştu. Başrolde İrlandalı aktör ve komedyen Chris O’ded’in yer aldığı “The Evolution of Testicles” filmi de 2018’de Raindance Film Festivali’nde gösterildi. Kanadalı komedyen Tom Green’in testis tümörü tanısı aldığı açıklandı. Spor dünyasında en bilinenlerden Lance Armstrong tedavisi sonrası tekrar bisiklet sporuna geri döndü. Son dönemde ise Borussia Dortmund futbol kulübünün 2022 ‘de kadrosuna kattığı yıldız oyuncusu Sebastian Haller’in testis kanseri tanısı aldığı duyuruldu. Ülkemizden ise her kesim tarafından sevilen, çok geniş kitlelere müziği ile ulaşan ve her kesimin takdirini kazanan Kazım Koyuncu yine testis tümörü ile savaşıyor. Topluma

mal olmuş kişilerin yaşadıklarını paylaşmaları veya böylesine organizasyonlarda yer almaları toplumun bilinçlenmesi ve farkındalığının artması noktasında çok etkili olmaktadır.

Farkındalığı arttırırken toplum içerisindeki dinamikler de göz önüne alınmalı ve yapılacak etkinlikler ve uygulamalar toplumla bağdaşmalıdır. Öyle ki İbiyote ve arkadaşları yaptıkları çalışmalarında katılımcılara çeşitli sorular sormuşlar ve katılımcıların %37'si testislerine dokunmaktan utandıklarını, %15'i testislerine dokunmanın günah olduğunu düşündüklerini rapor etmişlerdir (27).

Kendi kendine testis muayenesinin farkındalığının arttırılması ve toplumun bilinçlendirilmesi erken tanı için tek başına yeterli değildir. Testis kanserli hasta grubu genç ve sağlıklı erkeklerdir. Dolayısı ile bu hasta grubunda hastalığı ve tedaviyi reddetme diğer kanser gruplarına göre daha yüksek oranda görülebilmektedir (28). Hastalar, reddetme dışında kanser korkusu, cinsel güç kaybı korkusu, utanma gibi sebeplerle testiste anormallik saptasalar bile hekime başvurmamaktadırlar (17). Benzer şekilde farklı bir çalışmada ise katılımcıların %69'unun testis kanseri saptama korkusu ile muayene yapmak istemediklerini saptanmıştır (27). Bu sebep ile testis kanserinin tanı konulduğunda yüksek başarı ile tedavi edilebilir olduğu topluma anlatılmalı ve bunun ilgili toplum tarafından anlaşıldığı ortaya konulmalıdır.

SONUÇ

Testis tümörünün erken tanısı ancak ve ancak kendi kendine testis muayenesi ile mümkündür. Kendi kendine testis muayenesi sıcak bir duş esnasında veya sonrasında yapılmalıdır. Testis muayenesinin yaygınlaştırılabilmesi ve toplumda kabul görebilmesi için öncelikli olarak testis tümörünün ne olduğu ve tedavi başarısının çok yüksek olduğu anlatılmalıdır. Kendi kendine testis muayenesi için toplumda var olan ön yargılar ve kısıtlayıcı faktörler ortaya konulmalı, toplumun kendi sosyal ve kültürel dinamikleri göz önünde bulundurularak etkinlikler ve uygulamalar planlanmalıdır. Günümüzün en önemli geniş ve farklı kitlelere ulaşabilme olanağı sağlayan sosyal medya ve dijital platformlar amaca uygun olarak kullanılmalıdır.

KAYNAKLAR

1. National Organization for Rare Disorders. Testicular Cancer. 2019. Available from: <https://rare-diseases.org/rare-diseases/testicular-cancer/>.
2. American Cancer Society. Facts About Testicular Cancer | Testicular Cancer Statistics. 2019. Available from: <https://www.cancer.org/cancer/testicular-cancer/>
3. Znaor A, Skakkebaek NE, Rajpert-De Meyts et al. Global patterns in testicular cancer incidence and mortality in 2020. *Int J Cancer* 2022 151(5): 692-698.

4. Ferlay J, Shin HR, Bray F et al. GLOBOCAN 2008. Cancer Incidence and mortality worldwide. IARC CancerBase No. 10. Lyon, France: International Agency for Research on Cancer; 2010
5. Stoneham S, Murray M, Thomas B, et al. AYA testis cancer: The unmet challenge. *Pediatr Blood Cancer*. John Wiley & Sons, Ltd; 2019;66. Available from: 10.1002/pbc.27796.
6. National Health Service. Testicular cancer - NHS. 2019. Available from: <https://www.nhs.uk/conditions/testicular-cancer/>.
7. Brazier Y. What to know about testicular cancer. 2019. Available from: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/166993.php#treatment>
8. Türkiye kanser istatistikleri 2017 TC Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü
9. Ugwumba FO, Aghaji AE. Testicular cancer: management challenges in an African developing country. *South African Med J*. 2010;100: 114-118
10. Stephenson AJ, Gilligan TD. Neoplasm of the testis. *Campbell-Walsh Urology* 10 ed. Male genitalia 2012 vol 1: 837-870,
11. Neriman Akyolcu, Gülay Altun Uğraş Kendi Kendine Meme Muayenesi: Erken Tanıda Ne Kadar Önemli? *The Journal of Breast Health* 2011, 7(1): 10-14
12. K M Cummings, D Lampone, C Mettlin, et al. What young men know about testicular cancer *Prev Med*. 1983 Mar;12(2): 326-30.
13. Rovito MJ, Adams WB, Craycraft M et al. The Association Between Testicular Self-Examination and Stages of Testicular Cancer Diagnosis: A Cross-Sectional Analysis.. *J Adolesc Young Adult Oncol*. 2022 Feb;11(1):41-47. doi: 10.1089/jayao.2021.0020.
14. Khadra A, Oakeshott P. Pilot study of testicular cancer awareness and testicular self examination in men attending two South London general practices. *Family Practice* 2002;19:294-296
15. Kuzgunbay B. Testis tümörü erken tanısında kendi kendine muayenin yeri: Dünyada ve Türkiye'de durum. *Üroonkoloji Bülteni* 2014;13:127-129
16. Kuzgunbay B, Yaycioglu O, Soyupak B, et al. Public awareness of testicular cancer and self-examination in Turkey: a multicenter study of Turkish Urooncology Society. *Urol Oncol* 2013;31: 386-391
17. Köse O, Kaygısız M, Dinçel Ç. Testis tümörlerinde klinik bulgular ve ayırıcı tanı. Dinçel Ç (ed) *Üroonkoloji* 2. basım . İZMİR. Meta Basım Matbaacılık 2013 ; 743-747
18. Moul JW. Timely diagnosis of testicular cancer. *Urol Clin N Am* 2007;34:109-117.
19. Temür B. N. , Karazeybek E., Aksoy N., Özdemir C. Kendi kendine testis muayenesi eğitiminde 3D baskılı modellerin kullanımı. 4. Uluslararası 12. Ulusal Türk Cerrahi Ve Ameliyathane Hemşireliği Kongresi, Antalya, Türkiye, 13 - 16 Ocak 2022, Ss.849
20. Moul JW, Paulsen DF, Dodge RK et al. Delay in diagnosis and survival in testicular cancer: Impact of effective therapy and changes during 18 years. *J Urol* 1990;143 : 520-523
21. Göçgeldi E, Koçak N. Kendi Kendine Testis Muayenesi Konusunda Genç Erişkin Erkeklerle Verilen Eğitimin Değerlendirilmesi. *Güllhane Tıp Dergisi*. 2010; 52: 270-275.
22. Stephan RA. The clinical presentation of testicular tumors. *Br J Urol* 1962;34: 448-453
23. Dachs RJ, Garb JL, White C, et al. Male collage students' compliance with testicular examination. *J Adolesc Health Care* 1989; 10:295-299
24. Sheley JF, Kinchen EW, Morgan DH, et al. Limited impact of testicular examination promotion. *J Community Health* 1991; 16: 117-118.
25. Sawaya GF, Guirguis-Blake J, LeFevre M, et al. Update on the methods of the US preventive services task force: Estimating certainly and magnitude of net benefit. *Ann Intern Med* 2007; 147: 871-875.
26. Casey RG, Grainger R, Butler MR, et al. Public awareness of testis cancer and the prevalence of testicular self examination -changing patterns over 20 years. *Urology* 2010; 76: 915-918
27. Ibiyote BM, Suleiman EK, Ampofe AG. The awareness and practice of testicular self-examination among male undergraduates in Nigeria: a descriptive cross-sectional study. *BMC Med Edu* 2022; 22: 495-500
28. Moul JW, Paulsen DF, Walther PJ. Refusal of cancer treatment in testicular cancer patients. *J Nat Can Inst*. 1989; 81:1587-1588