



National Institute for Public Health  
and the Environment  
*Ministry of Health, Welfare and Sport*

# Meme Kanseri Nüfus Taraması için davetiniz



Bu broşürde meme kanseri nüfus taraması hakkında en önemli bilgileri bulabilirsiniz. Böylece katılmaya veya katılmamaya karar verebilirsiniz.

## Neden davet ediliyorsunuz?

Nüfus taramasının amacı meme kanserini mümkün olduğunca erken tespit etmektir. Meme kanseri ne kadar erken tespit edilirse, başarılı tedavi ihtimali o kadar artar. Çoğu durumda daha az kapsamlı bir tedavi yeterli olabilir.

Meme kanseri kadınlarda en sık görülen kanser türüdür. En çok 50 ile 75 yaş arasındaki kadınlarda görülür. Bu nedenle sizi meme kanseri nüfus taramasına davet ediyoruz.

## Meme kanseri nedir?

Meme kanseri memede oluşan kötü huylu bir tümördür. Meme kanseri yavaş büyüyebilir, ancak bazen hızlı da büyüyebilir. Bazen tümör vücudun başka bölgelerine yayılabilir.

## Nüfus taramasına katılmak

Nüfus taramasına katılırsanız göğüslerinizin röntgen çekimleri yapılır. Bu sayede siz henüz fark etmeden önce meme kanseri olup olmadığını tespit etmek mümkün olabilir.

## Nüfus taraması ücretsizdir

Nüfus taramasına ücretsiz katılabilirsiniz. Hastanede ek inceleme yapılması gerekirse bu masraflar sağlık sigortanız tarafından karşılanır. Ancak kendi risk payınızı (eigen risico) ödemeniz gerekebilir. Bu konuda sorularınız varsa sağlık sigortanızla iletişime geçiniz.

Nüfus taraması hakkında kolay dilde açıklama mı istiyorsunuz?  
Şu internet sitesine bakınız: [www.steffie.nl](http://www.steffie.nl)



Daha fazla bilgiyi şu internet sitesinde de bulabilirsiniz:  
[www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl)



Ya da cep telefonunuzun kamerasıyla QR kodunu tarayınız. Böylece doğrudan web sitesine gidersiniz.



Daha fazla bilgi almak veya yardım için biriyle konuşmak ister misiniz?  
Bu durumda Bevolkingsonderzoek Nederland'ın Müşteri Hizmetlerini arayabilirsiniz. Telefon numarası davet mektubunuzda yer almaktadır.



# 5 aşamada tarama



Araştırmanın nasıl yapıldığını bir videoda görmek ister misiniz? O halde şu internet sitesine bakınız: [www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl)



Ya da cep telefonunuzun kamerasıyla QR kodunu tarayınız. Böylece doğrudan web sitesine gidersiniz.



## 1 Randevu yapmak

- Randevunuzu kendiniz yaparsınız.
- **Mektubun arka tarafındaki soruları doldurunuz.**
- **Mektubu yanınızda getiriniz.** Ayrıca kimlik belgenizi de getiriniz, örneğin kimlik kartı, pasaport veya sürücü belgesi.



## 2 Tarama merkezi

Bevolkingsonderzoek Nederland'ın bir tarama merkezine gidersiniz. Tarama burada gerçekleştirilir.

Tarama bazen bir binada, ancak çoğu zaman büyük bir otobüste yapılır. Bir çalışan önce verilerinizi kontrol eder.

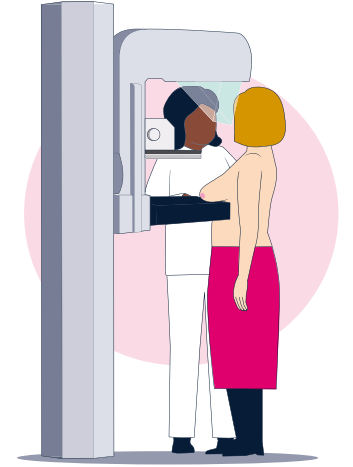
Randevu toplamda yaklaşık 20 dakika sürer.

## 3 Göğüslerin röntgen çekimleri

Sıra size geldi mi? O halde soyunma kabininde üst kıyafetlerinizi çıkarırsınız. Bir çalışan sizi soyunma odasından almaya gelir. Daha sonra çalışan neler olacağını açıklar.

Her göğsün 2 röntgen çekimi yapılır. Her çekim için göğsünüz birkaç saniye boyunca iki plaka arasında sıkıştırılır. Bu işlem, mümkün olduğunca az radyasyonla iyi bir görüntü elde etmek için gereklidir.

Bu basınç rahatsız edici olabilir, ancak göğüslerinize zarar vermez. Baskı sizin için çok rahatsız edici olursa, bunu çalışana söyleyebilirsiniz. Çalışan sizinle birlikte araştırmanın mümkün olduğunca iyi şekilde gerçekleşmesini sağlar.



## 4 Tüm çekimler başarılı mı?

Araştırmadan sonra tekrar giyinirsiniz. Çalışan, çekimlerin yeterli kalitede olup olmadığını kontrol eder. Çekimler yeterince iyi ise işleminiz tamamlanır. Yeterince iyi değilse, çalışan bir veya daha fazla ek çekim yapar. Göğüslerin röntgen çekimleri iki doktora gönderilir. Bu doktorlar çekimlerde anomali olup olmadığını değerlendirirler. Bununla ilgili daha fazla bilgi 8. sayfada yer almaktadır.



## 5 Sonuç

2 hafta içinde sonucu içeren bir mektup alırsınız.



# Sonuç ne olabilir?

Aşağıdaki 3 sonuçtan birini alabilirsiniz:

## 1 Anomali bulunmadı

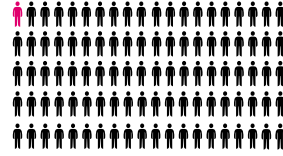
Röntgen çekimlerinde meme kanserine işaret eden herhangi bir bulgu görülmemiştir. Bir sonraki sefer nüfus taraması için tekrar davet edilirsiniz. Göğüslerinizde bir şikayet olursa her zaman aile hekiminizle iletişime geçiniz.



100 katılımcının 98'i bu sonucu alır

## 2 Yeterince bilgi yoktur

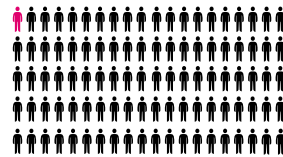
Çekimler yeterli bilgi vermemektedir. Hastanede ek inceleme yapılması gerekmektedir. Bu, ek bir röntgen çekimi veya başka bir inceleme olabilir. Çoğu durumda herhangi bir sorun yoktur.



100 katılımcının 1'i bu sonucu alır

## 3 Bir anomali görüldü

Röntgen çekimlerinde meme kanseri olabilecek bir anomali görüldü. Hastanede ek inceleme yapılması gerekmektedir. Bu, bir röntgen çekimi veya başka bir tarama olabilir. Çoğu zaman göğüsten küçük bir doku parçası da alınır. Bu durum meme kanseri olduğunuz anlamına gelmez.



100 katılımcının 1'i bu sonucu alır

## Kadınların sık sorduğu sorular

**“Şu anda meme kanseri için tedavi görüyorum veya kontrol altındayım. Ne yapmalıyım?”**

Bu durumda meme kanseri nüfus taramasına katılamazsınız. Bu tarama turu için Mijl Bevolkingsonderzoek üzerinden DigiD ile kaydınızı iptal edebilirsiniz: [mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl](https://mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl)

Bevolkingsonderzoek Nederland ile telefon veya e-posta yoluyla da iletişime geçebilirsiniz. İletişim bilgileri davet mektubunuzda yer almaktadır.

**“Meme protezim var. Taramaya katılabilir miyim?”**

Evet, katılabilirsiniz. Tarama sırasında protezleriniz dikkate alınacaktır. Röntgen çekimi sırasında memeniz iki plaka arasında sıkıştırılır. Plastik cerrahlara göre bu basınç nedeniyle protezlerin zarar görme ihtimali çok düşüktür. Bu nedenle taramaya katılmanızda sakınca yoktur.

Daha fazla bilgi için: [www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl](https://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl)

**“Hangi durumlarda katılmamak daha uygundur?”**

Bazı durumlarda nüfus taraması sizin için daha az uygun olabilir. Aşağıdaki durumlardan biri veya birkaçı sizin için geçerliyse, en iyi ne yapmanız gerektiğini aile hekiminizle görüşünüz.

- Çok ağır hastaysanız ve artık iyileşmeniz mümkün değilse;
- Göğüs kanseri için kalıtsal bir yatkınlığınız varsa;
- Ailenizde göğüs kanseri veya yumurtalık kanseri görülmüşse

# Röntgen çekimleri



Röntgen çekimleri sayesinde doktorlar memedeki dokuyu inceleyebilir. Bu sayede meme kanseri olabilecek anomaliler tespit edilebilir. Bu yöntem meme kanserini erken tespit etmek için en iyi yöntemdir.

Röntgen görüntüleri iki doktor tarafından incelenir. Doktorlar görüntüleri ayrı ayrı bakarlar. Sonuçları farklı olursa görüntüler yeniden değerlendirilir.

Doktorlar görüntülerde meme kanseri belirtileri ararlar. Bazen başka bir bulgu da görülebilir. Buna yan bulgu denir. Yan bulgu, tesadüfen görülen bir bulgudur. Gerekli görülürse doktorlar bu bilgiyi aile hekiminize iletir. Aile hekiminiz bu konuda sizinle telefonla iletişime geçer.

## Her seferinde araştırmaya katılırsanız, araştırma daha da yararlı olur





Daha önce nüfus taramasına katıldıysanız doktorlar yeni görüntüleri önceki görüntülerle karşılaştırırlar. Bu sayede farklılık olup olmadığını görebilirler. Bu da anomalilerin erken tespit edilmesine yardımcı olabilir.

## Her çekimde mümkün olduğunca az radyasyon

Röntgen çekimi radyasyon içerir. Günlük yaşamda da radyasyona maruz kalırsınız. Her memeden iki görüntü çekilir ve mümkün olduğunca az radyasyon kullanılır. Radyasyon kanser riskini artırabilir, ancak bu miktarda risk çok düşüktür.

## Göğsünüzde şikayet veya değişiklik olduğunda ne yapmalısınız?

Aşağıdaki şikayet veya değişikliklerden birini mi fark ettiniz? Bu durumda nüfus taramasını beklemeyiniz. Bunun yerine hemen aile hekiminizden randevu alınız. Tarama sonrasında da şikayetleriniz olursa her zaman aile hekiminize başvurunuz.

-  Göğsünüzde bir kitle veya sertlik hissediyorsanız.
-  Göğsünüzde bir kitle görür veya hissederseniz.
-  Göğsünüzde çökükler veya çukurlar varsa.
-  Göğsünüzün derisinde portakal kabuğuna benzeyen çukurlar varsa.
-  Bir meme ucunda kızarıklık, pullanma veya içe çekilme görürseniz.
-  Meme ucundan kan veya sıvı geliyorsa.
-  Göğsünüzün şekli veya büyüklüğü değişiyorsa.
-  Göğsünüz normalden farklı hissediliyorsa.
-  Göğsünüzde iyileşmeyen bir yara varsa.
-  Koltuk altınızda bir şişlik hissediyorsanız.

# Avantajlar ve dezavantajlar

Her tıbbi araştırmada olduğu gibi nüfus taramasının da avantajları ve dezavantajları vardır. Nüfus taramasına katılıp katılmamaya siz kendiniz karar verirsiniz.

## Avantajlar

### **Meme kanseri daha erken tespit ve tedavi edilebilir**

Nüfus taraması sayesinde meme kanseri daha erken tespit edilebilir. Erken teşhis edildiğinde tedavinin başarılı olma ihtimali daha yüksektir. Çoğu durumda daha az kapsamlı bir tedavi yeterli olabilir.

### **Meme kanserinden ölme riski daha düşüktür**

Tarama programına düzenli katılan kişilerde meme kanserinden ölme riski, katılmayanlara göre daha düşüktür.

## Dezavantajlar

### **EndiŐe yaŐayabilirsiniz**

Sonucu beklemek heyecan veya endiŐe yaratabilir. Hastaneye sevk edilmek de sizi endiŐelendirebilir.

### **Kanserde gereksiz tedavi uygulanması görülebilir**

Doktorlar meme kanserini neredeyse her zaman tedavi eder. Bazen tümör çok yavaş büyür ve kiŐi yaŐamı boyunca bundan etkilenmeyebilir. Bu durumda tedavi aslında gerekli olmayabilirdi. Bu durum meme kanseri olan yaklaşık her 10 kişiden 1'inde görülür. Kimin tedaviye gerçekten ihtiyaç duymadığını önceden kesin olarak söylemek mümkün değildir. Tedaviye doktorunuzla birlikte karar verirsiniz.

### **Nüfus taraması %100 kesinlik sağlamaz**

Nüfus taraması sırasında meme kanserinin tespit edilmemesi ihtimali her zaman vardır.

# Verileriniz

Nüfus taramasını gerçekteŐirebilmek için kiŐisel verileriniz iŐlenmektedir. Bu süreçte gizlilik yasalarına uyulmaktadır. Gizlilik yönetmeliğinde verilerinizin nasıl kullanıldığı açıklanmaktadır.

Gizlilik ve gizlilik yönetmeliği hakkında daha fazla bilgi için:

[www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy](http://www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy)

Tarama sonuçları nüfus taramasının geliştirilmesine yardımcı olabilir. Tüm katılımcıların verileri bir araya geldiğinde çok değerli bilgiler elde edilir. Bu nedenle veriler araştırma ve sağlık kurumlarıyla paylaŐılabılır. Bilimsel araştırmalarda, araştırmacının verilerin kime ait olduğunu bilmemesini sağlıyoruz.

EĞer ek inceleme gerekirse aile hekiminizle iletişime geçeriz. Aile hekiminiz sizi hastaneye yönlendirir.

## Verilerinizin nasıl kullanılacağına siz karar verebilirsiniz

Verilerinizin kalite araştırmaları veya bilimsel araştırmalar için kullanılmasını istemiyor musunuz? Bunu Bevolkingsonderzoek Nederland'a bildirebilirsiniz. İletişim bilgileri bu broŐurle birlikte gönderilen mektupta yer almaktadır.

Daha fazla bilgi için Şu internet sitesine bakınız:

[www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy](http://www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy)

# Başkalarının deneyimleri

Hollanda'da her 10 kişiden 7'si meme kanseri nüfus taramasına katılmaktadır. Sorularınızın veya tereddütlerinizin olması çok anlaşılabilir bir durumdur. Aşağıda başkalarının deneyimlerini okuyabilirsiniz:

“Ben nüfus taramasına katılmıyorum, çünkü bu size tam bir kesinlik vermez. Ayrıca iki tarama arasında da bir şey gelişebilir.”

“Ben taramaya katılıyorum, çünkü bu benim için vücuduma iyi bakmam konusunda bir nevi destek oluyor. Göğüslerinizde bir değişiklik olup olmadığını elbette kendiniz de takip edersiniz, ancak tarama bir şey olup olmadığı konusunda daha fazla güvence sağlar.”

# Kararınızı vermekte yardım

Size yeterli bilgi vermiş olmayı umuyoruz.

## Katılmak ister misiniz?

Randevunuzu nasıl yapabileceğinizi öğrenmek için **14. sayfayı** okuyunuz.

## Katılmak istemiyor musunuz?

Kaydınızı nasıl iptal edebileceğinizi öğrenmek için **15. sayfayı** okuyunuz.

## Daha fazla bilgiye mi ihtiyacınız var veya karar vermekte zorlanıyor musunuz?

Bu konuda size yardımcı olabilecek çeşitli kaynaklar ve kişiler vardır.

## Daha fazla bilgi için:

[www.steffie.nl](http://www.steffie.nl) basit açıklama için

[www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl)

[www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/borstkanker](http://www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/borstkanker)

[www.thisarts.nl/borstkanker-opsporen](http://www.thisarts.nl/borstkanker-opsporen)

## Başka kişilerden yardım:

- Aile hekiminizden tavsiye isteyebilirsiniz
- Şu internet sitesine bakabilirsiniz: [www.mammarosa.nl](http://www.mammarosa.nl)



# Pratik bilgiler

## Randevunuzu kendiniz yapın

Bunu 3 şekilde yapabilirsiniz:



1. Cep telefonunuzun kamerasıyla QR kodunu tarayın. Böylece doğrudan web sitesine gidersiniz. Bunun için DigiD'niz gereklidir.



2. Web sitesine gidin: [mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl](https://mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl) Bunun için DigiD'niz gereklidir.



3. Bevolkingsonderzoek Nederland'ı arayın. Telefon numarası mektubunuzda yer almaktadır.



## Hazırlık:

- Yürümekte zorlanıyorsanız veya tekerlekli sandalyede oturuyorsanız, randevunuzu telefonla alın ve bunu bildiriniz.
- Kolay çıkarabileceğiniz üst kıyafetler giyiniz.
- Soyunma odasında beklerken kullanmak için yanınıza bir şal alabilirsiniz.
- Üst vücudunuza merhem, pudra veya losyon kullanmayınız. Deodorant kullanabilirsiniz.
- Göğüsleriniz için çinko merhemi kullanıyor musunuz? Randevudan 3 hafta önce kullanmayı bırakınız.
- Randevuya gelmeden önce tualete gidiniz. Çoğu tarama merkezinde tuvalet bulunmamaktadır.

### Dikkat! Araştırmaya gelirken yanınızda getirmeniz gerekenler:

- Bu broşür ile birlikte aldığımız mektup. Mektubun arka tarafındaki soruları önceden doldurunuz.
- Geçerli bir kimlik belgesi, örneğin: kimlik kartı, pasaport veya sürücü belgesi.



## Randevunuz sırasında:

- İsterseniz size her zaman bir kadın yardımcı olabilir.

## Nüfus taramasına katılmak istemiyor musunuz?

O halde DigiD ile şu internet sitesinden kaydınızı iptal edebilirsiniz: [mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl](https://mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl)



Ayrıca telefonla arayabilir veya e-posta gönderebilirsiniz. Telefon numarası ve e-posta adresi, bu broşürle birlikte aldığınız davet mektubunda yer almaktadır.

## bevolkingsonderzoek

Bir nüfus taraması, bir hastalığı erken tespit etmek amacıyla yapılan ücretsiz bir tıbbi araştırmadır. Devlet, kanser için 3 nüfus taraması sunmaktadır. Bunlar rahim ağzı kanseri, meme kanseri ve bağırsak kanseri taramalarıdır. Bu hastalıklar, henüz şikayetler ortaya çıkmadan erken tespit edilebilir.

*Bu broşürün içeriği özenle hazırlanmıştır. Bu broşürün içeriğinden herhangi bir hak talep edilemez.*



## Multiple languages / andere talen

This information is available in English at  
Bu bilgiyi Türkçe olarak şu internet sitesinde okuyabilirsiniz

يمكنكم قراءة هذه المعلومات باللغة العربية على الموقع

Te informacje są również dostępne w języku polskim na stronie  
Ви можете прочитати цю інформацію українською на веб-сайті



[www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl/vertalingen](http://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl/vertalingen)

Bu broşür, aile hekimleri (NHG), radyologlar (NVvR), tarama uzmanları (LRCB), KWF, Pharos, Borstkankervereniging Nederland ve Bevolkingsonderzoek Nederland ile iş birliği içinde hazırlanmıştır.



Yayın aşağıdaki kuruma aittir:

### **National Institute for Public Health and the Environment, RIVM**

P.O. Box 1 | 3720 BA Bilthoven  
The Netherlands  
[www.rivm.nl/en](http://www.rivm.nl/en)

January 2026

Committed to health  
and sustainability