ISSN 2547-9946

Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği 2011

2020

Ekim Kasım Aralık

Üç ayda bir yayımlanır

llmhastadernegi LLMbirligi llmbir

"Ücretsizdir, Alabilirsiniz"

İÇİNDEKİLER

1 Yeni İlaçlar Yeni Umutlar

2 Akut Miyeloblastik Lösemi Tedavisinde Devimistat

3 İklim Değişikliği ve Kanser

4 Lenfoma ve Egzersiz

5 Obezite ve COVID-19

6 Hayatın Akışı
Ali Çolak

Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği Adına Sahibi
Dr. Muhit ÖZCAN

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Dr. Selami Koçak TOPRAK

Editör
Dr. Muhit ÖZCAN

Editör Yardımcıları
Dr. Sinem CİVRİZ BOZDAĞ (Koordinatör)
Dr. Pervin TOPÇUOĞLU
Dr. Selami Koçak TOPRAK

İletişim
Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği

Hoşdere Caddesi No: 198/5
Yukarıayrancı, Çankaya/ANKARA
Telefon : 0530 156 87 68
E-posta : editor@llmdergi.org
Web : www.losemilenfomamiyelom.org

Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği

YÖNETİM KURULU

Başkan
Prof. Dr. Muhit ÖZCAN

İkinci Başkan
Harun AKIN

Genel Sekreter
Doç. Dr. Selami Koçak TOPRAK

Sayman
Necdet KARADOĞAN

Üyeler
Ertuğrul AKÇAOĞLU
Yaprak DÖLEK AYDAN
Seda YÜKSEL

bilimsel tıp yayınevi
www.bilimseltipyayinevi.com

Yayıncı
Osman ÇEVİK

Genel Koordinatör
Ecz. İbrahim ÇEVİK

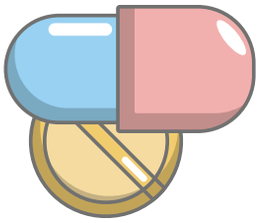
Genel Koordinatör Yardımcısı
Özlem ÖZTÜRK

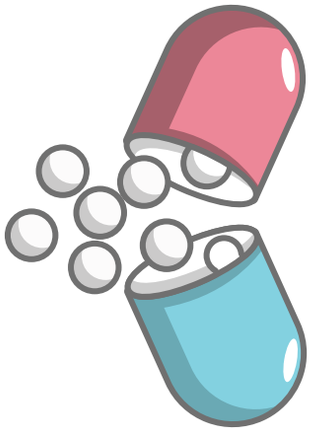
Yayın Koordinatörü
Özge IŞIKCI

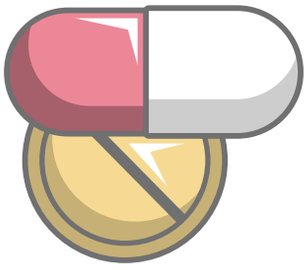
Redaksiyon
Yeliz İŞİTMİR

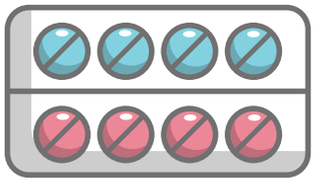
Grafik - Tasarım
Mehmet DÜZENOĞLU

İletişim
Bükreş Sokak No: 3/20 Kavaklıdere-Ankara
Telefon : +90 312 426 47 47 • 466 23 11
Faks : +90 312 426 93 93
E-posta : bilimsel@bilimseltipyayinevi.com
Web : www.bilimseltipyayinevi.com





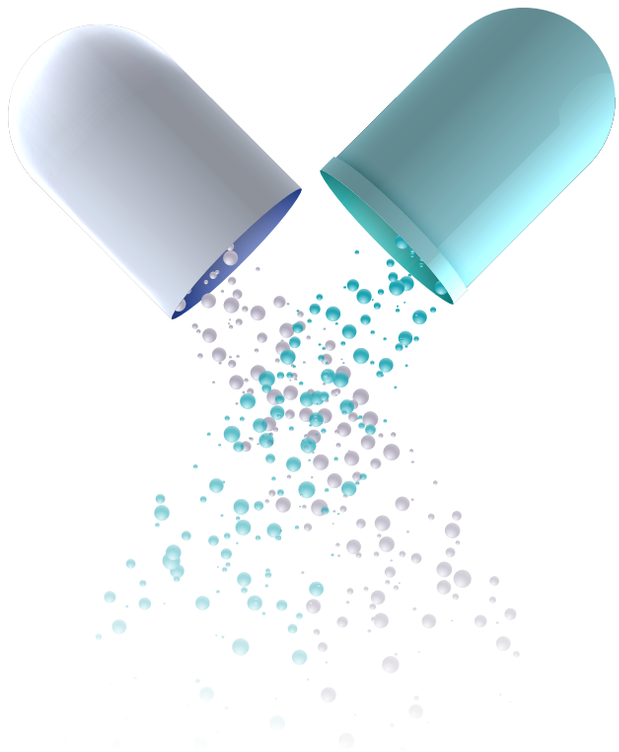




YENİ İLAÇLAR YENİ UMUTLAR

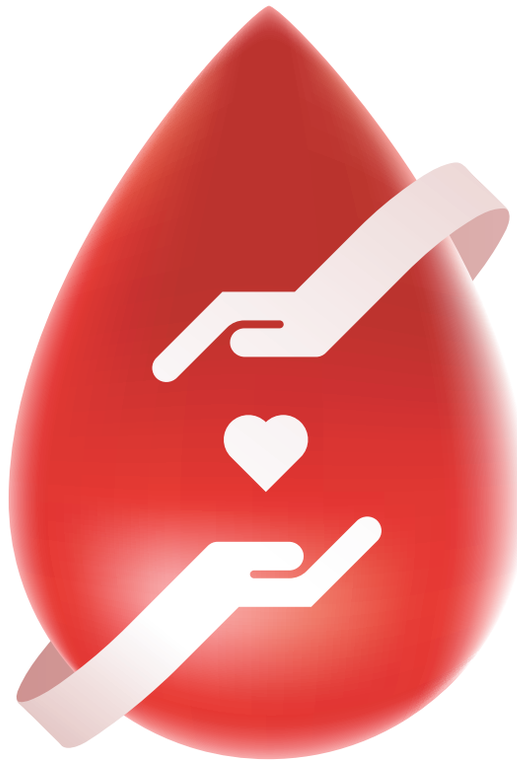
Hodgkin dışı lenfoma tedavisinde hedefe yönelik tedaviler olarak tanımlanan, tümör hücrelerinin üzerinde bulunan belirteçlere bağlanan tedaviler ile başarılı sonuçlar elde edilmişti. Buradan yola çıkarak yeni yaklaşımlar tüm dünyada gündeme gelmeye devam ediyor. Hastanın kendi bağışıklık hücresi ile tümör üstündeki belirteçleri birbirine bağlayarak hastanın kendi bağışıklığının tümörü yenmesi konusunda akıllandıran bir tedavi olarak özetlenebilecek immunoterapiler bunlara örnek. Epcoritamab isimli ilaç ise bunlardan biri…

Bu ilaçla ilgili birçok güzel haber var; bunlardan biri ilacın deri altından ayda bir verilmesi ile hastanın hastanede kalış süresinin kısalması. İlk çalışmalardan gelen sonuçlara göre yan etki açısından bir sorunla karşılaşılmadığı ortaya konuldu. Yine aynı verilere göre hastaların %56'sında tümör boyutu azalırken, %44'ünde tam olarak ortadan kalktığı gözlemlendi. Buradan yola çıkarak çok yakın bir zamanda ülkemizin de dahil olacağı 480 hastanın alınacağı bir klinik çalışma ile daha önce en az 3 tip tedavi almış ve hastalığı tekrar etmiş hastalarda bu ilacın faydalı olup olamayacağı incelenecek. Uzmanlar bu konuda umutlu. Sonuçlar geldikçe sizinle paylaşmaya devam edeceğiz.



AKUT MİYELOBLASTİK LÖSEMİ TEDAVİSİNDE DEVİMİSTAT

Devimistat isimli ilaç, akut miyeloblastik lösemi tedavisinde Amerikan Gıda ve İlaç Dairesi (FDA) tarafından hızla onaylanması beklenen ilaçlar arasına alındı. Devimistat, kanser hücrelerinin enerjisi için gerekli olan enzimleri hedefler ve bu enzimleri azaltır. Enerji ihtiyacı azalan kanser hücresi daha düşük doz ilaçlarla (kemoterapi) da ortadan kaldırılabilir hale gelir. Future Oncology Dergisi'nde yayımlanan ARMADA2000 çalışmasının sonuçlarına göre ileri yaşlı ve hastalığı nüks (tekrar) etmiş akut miyeloblastik lösemi tanılı hastalarda Devimistat'ın kemoterapiye eklenmesi sadece kemoterapi ile karşılaştırıldığında Devimistat eklenmesinin başarı oranlarını artırabildiği gözlenmiştir. Bu ilaçla pankreas kanseri, akut miyeloblastik lösemi, miyelodisplastik sendrom, periferik T hücreli lenfoma, Burkitt lenfoma ve yumuşak doku sarkom hastalıklarının tedavilerine yönelik çalışmalar devam etmektedir.



İKLİM DEĞİŞİKLİĞİ ve KANSER

Tıp alanında önemli bilimsel dergilerden olan Lancet Onkoloji Dergisi'nde iklim değişikliği ile kanser vakalarındaki artışa dair önemli bir makale yayımlandı. Bu makalede 2015 ile 2019 yılları arası bugüne kadar kaydedilmiş en sıcak 5 yıl olarak bildiriliyor. Endüstri öncesi döneme göre insan aktiviteleri etkileri, özellikle fosil yakıtların daha fazla kullanılmasıyla ısıda yaklaşık 1 derece artış gözlendiğine dikkat çekiliyor. Bu durum buzulların erimesine, denizlerin yükselmesine, okyanusların ısınmasına, beklenmedik (ekstrem) hava olaylarının oluşmasına neden oluyor. Bu değişikliklerin insan hayatı üzerine de etkileri çok, özellikle de sosyoekonomik olarak zayıf ülkelerde.

Kanser hastalığının artması da bu etkilerden biri. Hava kirliliği, ultraviyoleye maruziyetin artması, su kaynaklarının ve gıda stoklarının azalması, endüstriyel toksik madde maruziyeti ve enfeksiyonlar kanser gelişimini hızlandırıyor. Bu nedenlerle akciğer, cilt, mide, bağırsak ve karaciğer kanserler vakaları her geçen gün artmakta. COVID-19 pandemisi döneminde kısıtlamaların etkisiyle kısmen de olsa hava kirliliğinde azalma gözlendi, bu durumun uzun vadede etkileri merak konusu.

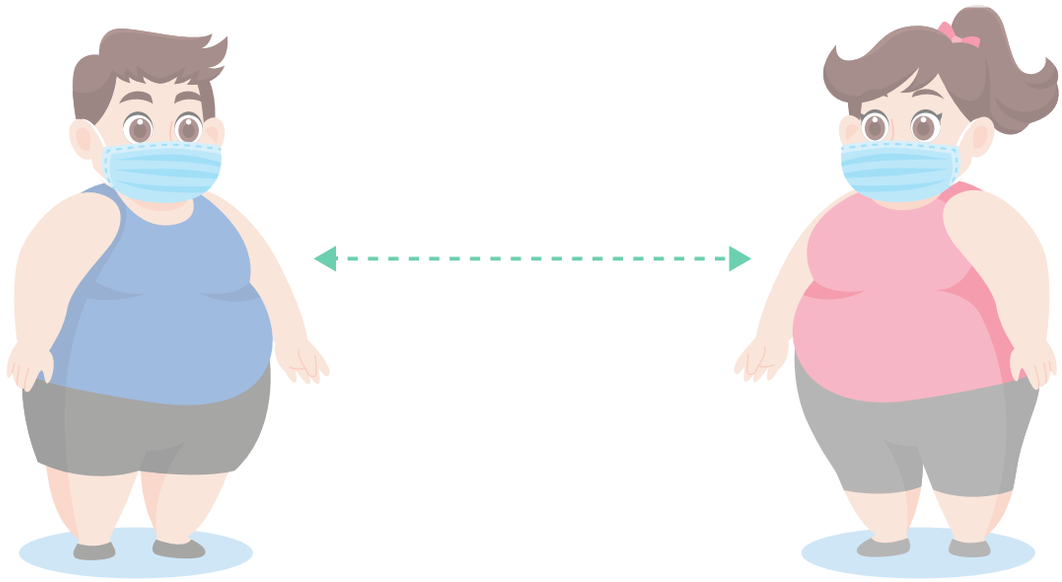
LENFOMA ve EGZERSİZ

Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği olarak sizlere egzersizin ve dengeli beslenmenin kanser gelişiminde ve tedavi sürecindeki önemini sık sık hatırlatmaya çalışıyoruz.

BMC Cancer Dergisi 2020 Ekim sayısında yayımlanan bir derleme lenfoma ve fiziksel aktivite ilişkisine dikkat çekiyor. On sekiz çalışmanın değerlendirildiği bu analizde egzersizin hodgkin dışı lenfoma hastaları üzerinde koruyucu etkisi olduğu ortaya koyuldu. Ayrıca haftada 3 (MET) saatlik aktivitenin lenfoma riskinde %1 azalma sağladığı rapor edildi. Her zaman belirttiğimiz gibi sağlıklı bir yaşam için egzersiz, bol yürüyüş şart!

OBEZİTE ve COVID-19

Tüm dünyada milyonlarca kişi SARS-Cov2 enfeksiyonu (COVID-19) ile enfekte oldu. Şeker hastalığı, hipertansiyon, kronik böbrek hastalığı, kronik akciğer/kalp rahatsızlıkları veya kanser tanısı olan kişilerde hastalığın daha ciddi seyredebildiği tespit edildi. Benzer şekilde obez bireylerde hastalığın çok daha ciddi sonuçlara yol açabileceği düşünülüyor. On altı gözlemsel çalışmaya dahil edilen 109.881 COVID-19 hastası üzerinde yapılan analize göre, vücut kitle indeksi 30 kg/m^2 ve daha fazla olanlarda, 30 kg/m^2 ve daha az olanlara göre ölüm riskinde iki buçuk kat artış gözlenmiştir. Obez ve 60 yaş üstü bireylerde ise riskin daha da belirginleştiği gösterilmiş, vücut kitle indeksindeki her 1 kg/m^2 artışında ölüm riskinin %9 arttığı ortaya konulmuştur.



HAYATIN AKIŞI

Ben Ali Çolak. 1979 doğumluyum. 2014 yılının yaz aylarında kilo vermeye başlamıştım. Düzenli spor yaptığım için bunu spora borçlu olduğumu düşünüyor, kilo verdiğim için seviniyordum. Gece terlemelerini de sıcak havalara bağlıyordum. Ama bağırsaklarım 2014 yılı başından beri çok hareketliydi. Haftanın 4-5 günü diyare şekilde geziyordum. Düzelip tekrar bozuluyordu bağırsaklarım. Bu durum hayat standardımı çok düşürmüştü ve bağırsaklarımın tetkiki için bir doktora gittim. Yapılan ultrasonda dalağımın normalden çok büyük olduğu görüldü ve bir hematoloğu görmemin faydalı olacağı söylendi. Ben de hiç vakit kaybetmeden daha önce annemi de hayata bağlayan hocama muayene oldum. Tomografi, biyopsi vs. gibi tüm tetkikler yapıldıktan sonra Hodgkin dışı tip marjinal zon lenfoma teşhisi konuldu. Teşhisi ilk duyduğumda korktuğumu hatırlıyorum. Hocam bu hastalığı yenmek için çok silahımız olduğunu söylediğinde kendime güvenim artmıştı. Doktorumun tedavi süreci, yan etkiler ve sonrası gibi konuları tane tane ve basit bir şekilde anlatması beni rahatlatmıştı. Yaklaşık 6-7 ay sürecek bir tedavi alacağımı öğrendiğimde ilk aklıma gelen şeylerden biri, uzun süredir üzerinde çalıştığım ama bir türlü toparlamak için zaman bulamadığım doktora tezimi bu vesileyle bitiririm düşüncesi olmuştu. 8 kür kemoterapiden sonra Mayıs 2015'te hem hastalığı yenmiştim hem de doktoramı tamamlamıştım. Tedavi sırasında hocamın söylediklerini harfiyen yerine getirmeye çalıştım ve özellikle beslenmeme çok dikkat ettim. Doktorumla aramızda oluşturabildiğimiz açık iletişim sayesinde vücudumdaki ve psikolojimdeki değişimleri anında doktoruma bildirebildim ki bence bu benim en büyük şansımdı. Tedavi sürecinde o dönemde 7 yaşında olan oğlum ve 4 yaşında olan kızımla daha fazla vakit geçirebildim ve bunun çocuklarımla ilişkilerimi çok geliştirdiğine inanıyorum.

2018 yılı sonunda hastalığım nüksetti ve şu anda bir klinik araştırmanın parçası olarak tedavi görmeye devam ediyorum. Sonuçlarım oldukça iyi çıkıyor. Hastalığın tekrar ettiğini ilk öğrendiğimde açıkçası hayal kırıklığına uğramıştım ve tedavi bittikten sonraki süreçte neyi yanlış yaptım diye düşünmüştüm, ama hiç korkmamıştım. Neyle karşılaşacağımı biliyordum. Kendime ve doktoruma güvenim tam. Keşke şimdiki aklım 2014 yılında olsaydı, o kadar panik olmazdım. Şu anda tedavi görürken işime ve sosyal yaşamıma devam edebiliyorum. İnsan her şeye alışabiliyor denir ya ben de bu hastalıkla yaşamaya alıştım. Tedavi sürecinin yan etkilerini minimuma indirebilmenin en önemli yolunun bazı alışkanlıkları değiştirerek doğru beslenme, stressiz bir yaşam ve iyi dinlenmeden geçtiğine inanıyorum. Tabi en önemlisi, doktorumuza sonuna kadar güvenmek ve söylediklerini eksiksiz uygulamak. Buradan; annemi ve beni hayata bağlayan ve tedavi eden sayın hocama ve tüm ekibine, eşime, her zaman bana destek olan ve yol gösteren anneme, babama, ablama ve tüm dostlarıma çok ama çok teşekkür ederim. Lenfomanın tedavisi var!

Ali ÇOLAK

Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği

12/3

Multipl Miyelom Hastalığı Hakkında Öğrenmek İstediğiniz Her Şey

Hasta ve Hasta Yakınlarına Yönelik

12 Mart 2021

Saat: 14:00 - 16:00

dijitalkongre.com

llmdernegi
llmhastadernegi
Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği

www.losemilenfomamiyelom.org

Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği

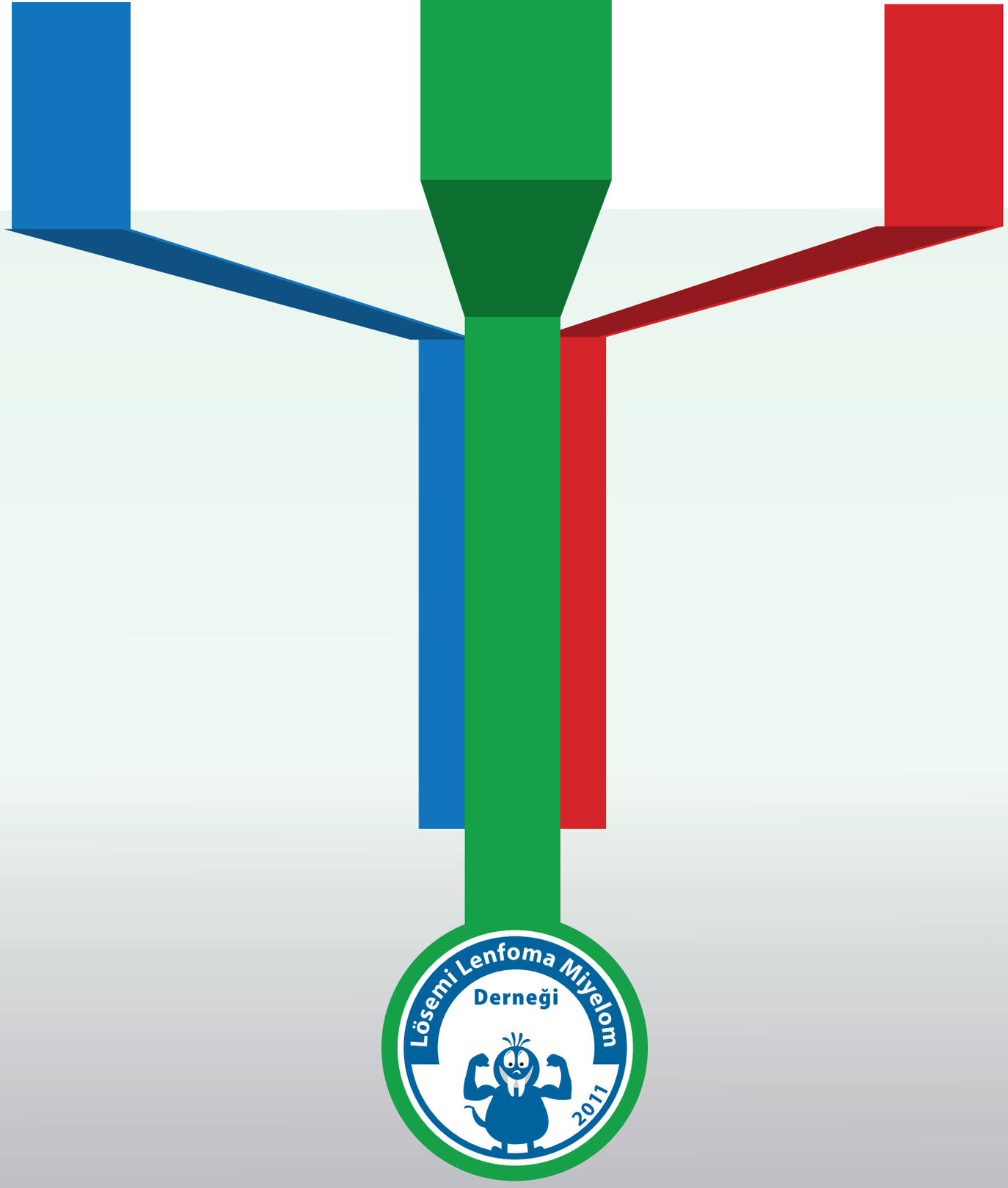
15 Eylül 2020 tarihli Canlı Yayın video kaydını YouTube kanalımızdan izleyebilirsiniz.

Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği

Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği

22 Eylül 2020 tarihli Canlı Yayın video kaydını YouTube kanalımızdan izleyebilirsiniz.

Lösemi Lenfoma Miyelom Derneği



BAĞIŞLARINIZ İÇİN;

LÖSEMİ LENFOMA MİYELOM DERNEĞİ

GARANTİ BANKASI
TUNALI HİLMİ ŞUBESİ

IBAN: TR02 0006 2001 3610 0006 2936 42

FİBABANKA
YILDIZ ŞUBESİ

IBAN: TR27 0010 3000 0000 0024 1921 26

ONLİNE BAĞIŞ İÇİN:
www.losemilenfomamiyelom.org