

# Kanser olur muyum?

## % 99.99 cevabı var



Aile Hekimi  
Osman Bulutlar



Kanser, kalp ya da böbrek... Herhangi bir hastalığa yakalanma riskinizin olup olmadığını öğrenmek DNA'nızın incelendiği gen testiyle mümkün! Aile hekimi Osman Bulutlar, "Yaşama daha kontrollü devam etme şansınızı neden tepesiniz" diyor ve akla gelen ilk sorunun da yanıtını veriyor: Merak etmeyin testin sonucu yüzde 99.99 güvenilir!

**G**eçtiğimiz aylarda ABD'de yaşanan bir olay, genetik testin önemini bir kez daha ortaya çıkardı. Ailede yaşlı pek çok ferden mide kanserinden ölmesi üzerine 11 kuzen gen testi yaptırdı ve 'kusurlu geni' taşıdıklarını öğrendi.

Onlerinde iki seçenek vardı: Ya bu kadere razı olmak ya da midelerini aldırmak! Ve onlar ikincisini seçerek bıçak altına yatmaya karar verdi. Artık mideleri olmadığı için daha az ve daha sık yemek zorundalar ama "Bu ölmekten daha iyi" diyorlar.

Kuzenlerden Mike Sabaugh da şöyle konuşuyor: "Sadece hayatımız kurtulmadı. Aynı zamanda gelişti, güzelleşti. Artık bu hastalık riskini taşımadığımızı bilmek çok güzel bir duygu."

Yurtdışında gen testi yaptırmak artık sıradan bir sağlık kontrolü olarak algılandı. Türkiye'de henüz o aşamaya gelinmedi. Birkaç sene önce Ankara'daki GENAR Genetik Laboratuvarı'nda ağzından alınan doku örneğine bakılarak kişilerin hastalık riskleri ortaya çıkarılmaya başlandı. Kısa süre önce de İstanbul'da aynı uygulamaya başlanan Baykent Tıp Merkezi'nden Aile Hekimi ve Yaşam Koçu Osman Bulutlar, 'GentestVital' olarak isimlendirilen analize ilgili sorularımıza yanıtladı.

1960'da hayatını kaybeden babaannenin kansere neden olan geni 7 çocuğuna geçer. Hepsi de 50'lerine gelmeden hastalık nedeniyle ölür. Kardeş çocukları bu nedenle yaptıkları gen testiyle, hastalık riski taşıdıklarını öğrendi ve midelerini aldırdı.

### Test nasıl uygulanır?

- Bir sağlık profesyoneli desteğiyle vücut ölçümleri yapılır. (Vücut ağırlığı, boy, bel ve kalça çevresi, yağ-kas-su ölçümü, bazal metabolizma)
- Kişisel bilgi ve değerlendirme formu doldurulur.
- Genetik analiz için gereken hücre örneği, pamuklu bir çubuğun yanına içine sürülmesiyle alınır.
- Dört haftada kişinin DNA raporu hazır olur.

Raporunuz yalnızca bu analizi yaptırmanızda size yardımcı olan hekiminize gönderilmektedir.

### ✓ Bu testle ciddi kalıtsal hastalıklar saptanabiliyor mu?

Hayır. Gentest kalıtsal hastalıkları saptamaya yönelik değildir. Örneğin Huntington hastalığı, kistik fibrozis ya da orak hücre anemisi gibi tek gen defektine bağlı hastalıklar için tarama yapıyoruz.

### ✓ Genetik değişimler endişe verici midir?

Çoğu zaman gen varyasyonlarının (değişimlerin) vücudumuz veya sağlığımız üzerine herhangi bir etkisi yoktur; hatta bazı durumlarda bu varyasyonlar yararlı bile olabilir. Bazen bir varyasyon, genin biraz değişmiş bir mesajı hücreye göndermesine neden olabilir. Yanlış mesajın alınması, hücrenin tam anlamıyla çalışmayan bir ürün-örneğin bir enzim-üretmesine neden olabilir. Bu değişim ürün, örneğin enzim, vücut için uygun olan daha yavaş veya daha hızlı çalışabilir. Sağlıklı beslenme alışkanlıklarını veya yaşam tarzı ile birlikte, böyle bir

gen varyasyonu kişiyi sağlık sorunlarının gelişmesine daha yatkın yapabilir. Var olan genetik varyasyonları hesaba katarak yapılan önerilerle, sağlığını koruyabilir ve geliştirebilirsiniz.

### HEKİMİN İSTEMİ OLMALI

### ✓ Gentest'i bir hekime ihtiyaç duymadan yaptırabilir miyim?

Türkiye'de hayır. Biz genetik yapı ile ilgili bilgilerin, kişilere, bu konuda özel bir eğitim almış hekim aracılığı ile ulaştırılmasının doğru olduğunu düşünüyoruz. Bu nedenle yetkili bir hekimin istemi olmadan Gentest yaptırmamız mümkün değildir.

### ✓ Genetik analizler ilerleyen yaşlarda tekrar yaptırdığımızda sonuçları değişik çıkabilir mi?

Genetik bilgilerimiz çevresel etmenlerden bağımsızdır ve değişmez. Bu sebeple genetik analiz hayatınızda bir defa yaptıracanız bir testtir. Ancak yaşam tarzınızdaki değişiklikleri takip ederek yaşamınızın genelini uygun olup olmadığını denetlemişsiniz.

### ✓ Beslenme ve yaşam tarzımız Gentest önerilerine göre düzenlediklerimizde genetik yapımız değişiyor mu?

Hayır, genetik yapınız değişmiyor. Ancak vücudunuzdaki biyolojik süreçlerdeki olumsuzluklar düzeliyor. Ayrıca genlerinizin aktif ve sağlıklı olması sağlanıyor.



1960'da hayatını kaybeden babaannenin kansere neden olan geni 7 çocuğuna geçer. Hepsi de 50'lerine gelmeden hastalık nedeniyle ölür. Kardeş çocukları bu nedenle yaptıkları gen testiyle, hastalık riski taşıdıklarını öğrendi ve midelerini aldırdı.

### RİSK VARSA ÖNLEM DE VAR

### ✓ Test için doku örneği niye yanak mukozasından alınır?

DNA analizi genel olarak kandan yapılmaktadır. Gentest'in yanak mukozasından çalışılmasının nedeni, danışanlarımızı acı vermeden kolayca örnek alabilmek içindir. Doku örneğinin yanak mukozasından alınması sonuç güvenilirliği üzerinde bir fark yaratmaz.

### ✓ Analizlerin sonuçları ne kadar güvenilir?

Yüzde 99.99

### ✓ Bu testle kişinin mevcut kompleks hastalıkları hakkında mı bilgilieniyoruz?

Gentest sadece yatkın olduğunuz hastalık alanlarıyla ilgili bilgi verir ve yatkın olduğunuz hastalıklara yakalanma olasılığınızı, yaşam tarzı müdahalesi ile azaltmaya çalışır. Biz test yaptırmak isteyenlere öncelikle bir anket doldurtuyoruz. Tüm kişisel özellikleriyle ilgili bilgileri vermelerini istiyoruz. Bu formda kişi mevcut hastalığı hakkında bilgi veriyorsa, bu bilgiye dayanarak ekstra yorumlar getiriliyor ve öneriler buna göre şekilleniyor.

### ✓ Peki test yaptırmaya karar verdim ve bu anketi doldurdum. Herhangi birinin bu bilgilere hatta benim DNA sonuçlarımıza ulaşması mümkün mü?

Hayır. Bizimle paylaştığınız tüm kişisel bilgileriniz (DNA örneğiniz, kimlik bilgileriniz ve kişisel sağlık bilgileriniz) çok sıkı güvenlik koşulları ile gizli tutulmaktadır. Güçlü ve uygun özel koruma ihtiyacının farkında olduğumuzdan kimse, sizin izniniz olmadan bu bilgilere ulaşamayacaktır. DNA örnekleri üzerlerine etiketler yapıldıktan sonra, sadece bu etiketler yardımıyla DNA'nızın size ait olduğu ispatlanabilir. Bu süreçte de laboratuvarımızda çalışan personel bile bu örneğin kime ait olduğunu bilemez. Analizler tamamlandıktan sonra örnek, fiziksel olarak yok edilmektedir. Bilgileriniz sizinle daha sonra yapacağımız görüşmeler için veri tabanlarımızda saklanır. Bilgileriniz hiçbir şekilde satılmaz ve üçüncü bir kurum veya şahsa bu bilgiler açıklanmaz.

## Gen testi neye yarar?

■ Herhangi bir hastalığa yakalanma riskinin olup olmadığını öğrenerek yaşama daha "kontrollü" devam etmeye mümkün kılan gen testini, 20 yaş üstündeki her birey yaptırabilir.

■ Test; kronik ve kompleks hastalıklarla ilgili beş temel alanda yatkınlığı ve direnci etkileyecek genetik polimorfizmleri (genetik kodda meydana gelen

küçük değişiklikler) ortaya koyar. Bunları kişinin test yaptırdığı sıradaki beslenme ve yaşam tarzı alışkanlıklarının ışığında değerlendirir. Bu değerlendirme sonucunda beslenmeyi, fiziksel aktiviteyi ve yaşam tarzının nasıl düzenlenmesi gerektiği hakkında detaylı bilgiler verir.

■ Sonuçları herhangi bir sağlık kontrolünde doktorunuza

gösterdiğinizde size özel tıbbi önerilerde bulunabilir.

■ Sağlıklı yaşam ya da kilo kontrolü amacıyla hazırlanan tüm diyet programlarının, bireysel ihtiyaçlara göre hazırlanmasını mümkün kılar.

■ Özellikle kilo vermeyi hedefliyorsanız, enerjiniz ve yaşam tarzı tercihlerinize göre bir program belirlenmesini kolaylaştırır.