

DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA

WARTA K3 | EDISI 135 AGUSTUS 2024

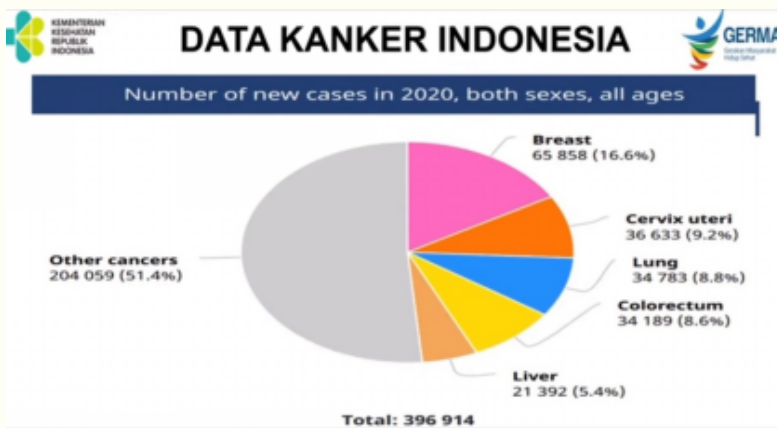
dr. Rizky Ocktarini & Wahyu Damayanti, SKM, MM.



Kanker payudara merupakan jenis kanker paling umum di Indonesia dan menjadi salah satu penyebab utama kematian akibat kanker. Berdasarkan data Globocan 2020, terdapat 68.858 kasus baru kanker payudara, yang menyumbang 16,6% dari total 396.914 kasus kanker di Indonesia. Lebih dari 22 ribu wanita meninggal setiap tahun akibat kanker ini.

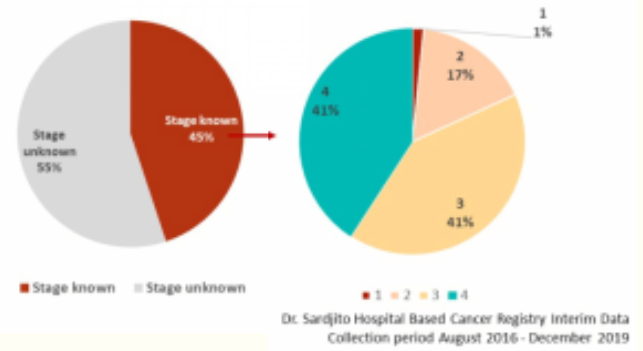
HIGHLIGHTS

- Mengenal Kanker Payudara
- Jenis Kanker Payudara
- Penyebab dan Gejala Kanker Payudara
- Terapi Kanker Payudara
- Pencegahan kanker payudara



Gbr. 1 Data kasus baru kanker payudara di Indonesia tahun 2020

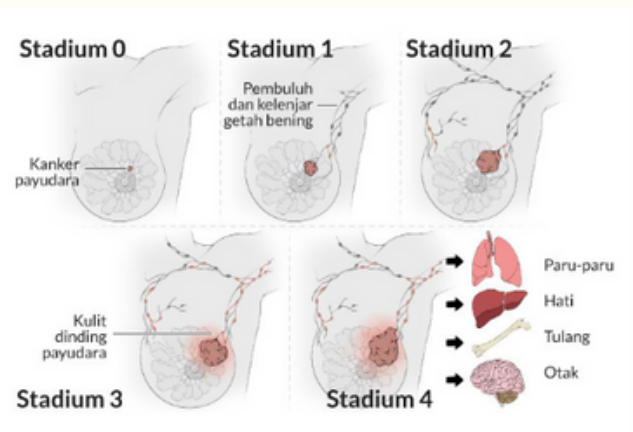
Sayangnya, 70% kasus kanker payudara baru terdeteksi pada tahap lanjut, yang membuat pengobatan lebih sulit dan menurunkan tingkat kesembuhan. Padahal, sekitar 43% kematian akibat kanker bisa dicegah jika pasien rutin melakukan deteksi dini dan menghindari faktor risiko.



Di Indonesia, penanggulangan kanker payudara berfokus pada tiga pilar utama: promosi kesehatan, deteksi dini, dan penatalaksanaan yang tepat. Upaya ini menargetkan 80% perempuan usia 30-50 tahun untuk melakukan deteksi dini kanker payudara, dengan harapan 40% kasus didiagnosis pada tahap awal (stadium 1 atau 2) dan mendapatkan pengobatan dalam waktu 90 hari.

• Mengenal Kanker Payudara

Kanker payudara terjadi ketika sel-sel di jaringan payudara tumbuh tidak terkendali dan merusak jaringan sehat di sekitarnya. Kanker ini bisa berkembang di kelenjar penghasil ASI (lobulus) atau di saluran yang membawa ASI ke puting payudara. Meskipun lebih sering terjadi pada wanita, pria juga bisa terkena kanker payudara.



Gbr. 3 Ilustrasi stadium kanker payudara

• Jenis Kanker Payudara

Ada beberapa jenis kanker payudara, namun yang paling sering terjadi adalah:

1. **Ductal Carcinoma In Situ (DCIS):** Kanker ini terjadi di saluran payudara dan belum menyebar ke jaringan sekitarnya. DCIS mudah diobati jika terdeteksi dini.
2. **Lobular Carcinoma In Situ (LCIS):** Tumbuh di kelenjar payudara dan meskipun tidak menyebar, meningkatkan risiko kanker di kedua payudara.
3. **Invasive Ductal Carcinoma (IDC):** Jenis kanker yang paling umum, IDC dimulai di saluran dan dapat menyebar ke jaringan di sekitarnya serta bagian tubuh lainnya.
4. **Invasive Lobular Carcinoma (ILC):** Kanker ini berkembang di kelenjar dan dapat menyebar melalui darah dan sistem limfatik ke bagian tubuh lain.

Selain itu, ada jenis kanker payudara yang lebih jarang seperti angiosarkoma, penyakit Paget, tumor phyllodes, inflammatory breast cancer (IBC), dan triple negative breast cancer, yang memiliki karakteristik dan tantangan terapi tersendiri.

• Penyebab dan Gejala Kanker Payudara

Kanker payudara seringkali sulit terdeteksi pada tahap awal karena ukurannya yang kecil. Benjolan baru dapat teraba jika ukurannya cukup besar. Meski demikian, tidak semua benjolan di payudara berarti kanker. Oleh karena itu, pemeriksaan sejak dini penting dilakukan guna memastikan apakah benjolan tersebut kanker atau bukan.

Belum diketahui apa yang menyebabkan sel kanker tumbuh di payudara. Namun, ada sejumlah faktor yang dapat membuat seseorang berisiko terkena penyakit ini, antara lain berat badan berlebih, menstruasi pada usia yang terlalu muda, dan kebiasaan merokok.



• Terapi Kanker Payudara

Pengobatan kanker payudara bisa bervariasi, tergantung pada jenis kanker, stadium saat ditemukan, dan kondisi kesehatan penderita. Salah satu metode yang umum digunakan adalah terapi radiasi, di mana radiasi tinggi diarahkan ke area kanker untuk menghancurkan sel-sel ganas. Selain itu, terapi hormon juga menjadi pilihan, terutama untuk jenis kanker yang pertumbuhannya dipengaruhi oleh hormon. Terapi ini bekerja dengan menghalangi hormon tertentu agar tidak memicu perkembangan kanker lebih lanjut.

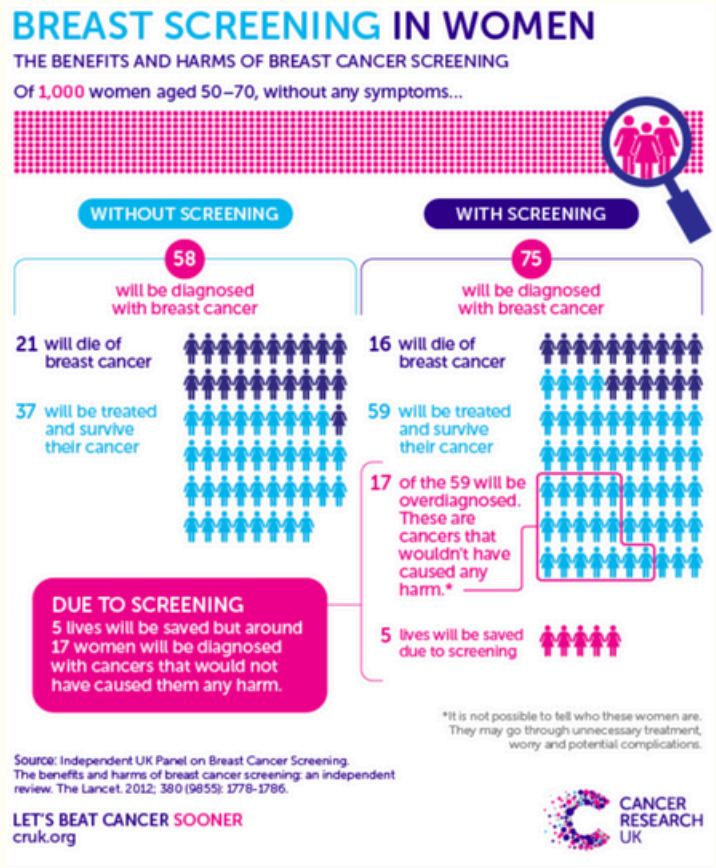
Kemoterapi, yang melibatkan penggunaan obat-obatan untuk membunuh sel kanker, sering diterapkan terutama pada kanker yang sudah menyebar atau memiliki risiko tinggi untuk kambuh. Operasi juga menjadi salah satu metode utama dalam pengobatan kanker payudara, di mana tumor diangkat melalui pembedahan. Pilihan operasi bisa bervariasi, mulai dari lumpektomi yang hanya mengangkat tumor, hingga mastektomi yang mengangkat seluruh payudara. Dengan edukasi yang tepat, diharapkan karyawan bisa lebih waspada terhadap tanda-tanda awal kanker payudara dan segera melakukan pemeriksaan dini.



• Pencegahan kanker payudara

• Pentingnya Pemeriksaan Rutin dan Mamografi

Mencegah kanker payudara dimulai dengan kesadaran diri melalui pemeriksaan payudara secara rutin, baik secara mandiri maupun oleh tenaga medis. Bagi wanita berusia 40 tahun ke atas atau mereka yang memiliki faktor risiko tinggi, skrining mamografi setiap 1-2 tahun sangat disarankan. Mamografi, yang mengambil gambar jaringan payudara menggunakan sinar X, dapat mendeteksi adanya benjolan atau perubahan yang mungkin belum terasa. Deteksi dini ini penting karena memungkinkan tindakan medis lebih cepat, yang dapat meningkatkan peluang kesembuhan. Karyawan rumah sakit sebaiknya memanfaatkan fasilitas yang ada untuk melakukan mamografi secara teratur, guna menurunkan risiko kematian akibat kanker payudara.



• Dampak Penting Deteksi Dini pada Prognosis Kanker Payudara



Melakukan mamografi secara teratur memiliki manfaat besar dalam mengurangi risiko kematian akibat kanker payudara. Penelitian menunjukkan bahwa wanita yang rutin melakukan pemeriksaan ini memiliki peluang hidup lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak melakukannya. Deteksi dini dapat menangkap kanker pada tahap awal, bahkan sebelum gejala muncul, sehingga pengobatan dapat dilakukan lebih sederhana dan efektif. Bagi karyawan rumah sakit, memahami risiko yang dihadapi jika tidak melakukan pemeriksaan mamografi adalah langkah penting dalam menjaga kesehatan diri sendiri. Ketika kanker terdeteksi pada stadium lanjut, pengobatan menjadi lebih kompleks, dan prognosinya lebih buruk. Oleh karena itu, memprioritaskan pemeriksaan ini adalah tindakan proaktif yang sangat penting.

• **Gaya Hidup Sehat sebagai Langkah Pencegahan**

Selain pemeriksaan rutin, menjalani pola hidup sehat adalah kunci dalam mencegah kanker payudara. Ini termasuk mengonsumsi makanan bergizi, rutin berolahraga, menjaga berat badan ideal, serta menghindari rokok dan alkohol. Mengadopsi gaya hidup sehat tidak hanya membantu mencegah kanker, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Karyawan rumah sakit, yang berada di lingkungan dengan akses mudah ke informasi kesehatan, sebaiknya menjadi teladan dalam menerapkan kebiasaan sehat ini. Dengan begitu, risiko kanker payudara dapat diminimalkan, dan kesehatan jangka panjang dapat lebih terjaga.



• **Referensi**

- 1.Arleo EK, Monticciolo DL, Monsees BS, McGinty GB, Sickles EA. ACR and SBI support continuing mammography screening starting at age 40. *Radiology*. 2021;301(3):623-7. doi: 10.1148/radiol.2021210640.
- 2.Lehman CD, Arao RF, Sprague BL, Lee JM, Buist DS, Kerlikowske K, et al. National performance benchmarks for modern screening digital mammography: Update from the Breast Cancer Surveillance Consortium. *Radiology*. 2021;299(3):526-33. doi: 10.1148/radiol.2021202746.
- 3.Miller AB, Wall C, Baines CJ, Sun P, To T, Narod SA. Twenty-five-year follow-up for breast cancer incidence and mortality of the Canadian National Breast Screening Study: randomised screening trial. *BMJ*. 2020;368.
- 4.Oeffinger KC, Fontham ET, Etzioni R, Herzig A, Michaelson JS, Shih YC, et al. Breast cancer screening for women at average risk: 2015 guideline update from the American Cancer Society. *JAMA*. 2015;314(15):1599-614.
- 5.Webb ML, Cady B, Michaelson JS. A failure analysis of invasive breast cancer: Screening history and time to diagnosis. *JAMA Oncol*. 2021;7(1):118-25. doi: 10.1001/jamaoncol.2020.4385.

