



ISSN 2547-9946



iyilik
sağlık

Sigarayaya Hayır!



Egzersize Evet!




2021

NİSAN MAYIS HAZİRAN

Üç ayda bir yayımlanır.

 <https://www.facebook.com/llmhastaderne>

 <https://twitter.com/#!/LLMbirligi/following>

 @llmdernegi

Ücretsizdir, alabilirsiniz.

İÇİNDEKİLER

- 1** > **Lösemi Lenfoma Miyelom Hastalıkları Tedavisinde Geleceğe Dönüş**
> **KLL Hastalığında Yeni İlaç!**
> **Kemoterapinin Kemik İliğini Baskılamasına Çare Yolda!**
- 2** > **Melphalan Flufenamide FDA'dan Hızlandırılmış Onay Aldı!**
> **FDA, Waldenström Macroglobulinemisi Olan Yetişkin Hastaların Tedavisinde Yeni Ek İlaç Başvurusunu Kabul Etti!**
- 3** > **Crizotinib Özel Bir Lenfoma Tipinde Onaylandı!**
> **Marjinal Zon Lenfoma ve Foliküler Lenfoma Tedavisinde Umbralisib Hızlandırılmış Onay Aldı!**
- 4** > **Duy Da İnanma; COVID-19 Hastalığına Yakalandı, Hodgkin Lenfoması İyileşti!**
- 5** > **Egzersiz Erkeklik Hormonundan Kuvvetli Çıktı!**
- 6** > **COVID-19 Enfeksiyonun Çok Ağır Geçmesine Yol Açan 4 Kardiyometabolik Durum**
- 7** > **Bekarlık Başa Bela ve Eğitim Şart!**
- 8** > **Merhaba**
Emrah Koray Acıhan

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

Yukarıyancı, 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

Erden YILMAZ

Üyeler

Ertuğrul AKÇAOĞLU

Nurgül DALGIÇ

Nilüfer ÖZDEMİR

bilimsel tip
yayınevi
www.bilimseltipyayinevi.com

Yayıncı

Osman ÇEVİK

Genel Koordinatör

Ecz. İbrahim ÇEVİK

Genel Koordinatör Yardımcısı

Özlem ÖZTÜRK

Yayın Koordinatörleri

Yeliz İŞİTİMİR

Tuba YILDIRIM

Grafik - Tasarım

Mehmet DÜZENÖĞLU

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

LÖSEMİ LENFOMA MİYELOM HASTALIKLARI TEDAVİSİNDE GELECEĞE DÖNÜŞ

KLL HASTALIĞINDA YENİ İLAÇ!

Kronik Lenfositik Lösemi (KLL)'nin tedavisinde Loxo 305 isimli ilaçla yapılan FAZ-I-II BRUIN çalışması 2020 yılında Amerikan Hematoloji Derneği (ASH) Kongresi'nde sunuldu. Daha önce en az iki sıra veya daha fazla tedavi almış ileri evre B hücreli lenfomalı 186 hastanın tedavi edildiği bu çalışmada %57 oranında yanıt elde edildiği görülmekte. Özellikle çok yoğun tedaviler görmüş ve hastalık gidişatı beklentisi kötü olan bu grupta, ilacın etkisi oldukça ümit verici. İlacın yan etkileri de kabul edilebilir sınırlarda.

KEMOTERAPİNİN KEMİK İLİĞİNİ BASKILAMASINA ÇARE YOLDA!

Kendi alanında ilk olan Trilaciclib isimli ilaç, küçük hücreli akciğer kanseri tedavisinde kemoterapi alan hastalarda bazı kan değerlerinin düşüklüğünü önlemede (yani kemik iliği baskılanmasında) faydalı bulunarak Amerika Gıda ve İlaç Dairesi (FDA) tarafından onaylandı.

Bilindiği gibi kemoterapi ilaçları kanser hücrelerini öldürmek üzere tasarlanmış olmakla birlikte, normal hücrelere de zarar vermekte. Kemik iliği, kemoterapinin hasarına karşı özellikle duyarlı. Kemik iliği hücreleri hasara uğradığında kırmızı kan hücrelerinin azalmasına bağlı yorgunluk, beyaz kan hücrelerinin azalmasına bağlı enfeksiyona yatkınlık ve trombositlerin azalmasına bağlı kanama riski ortaya çıkmaktadır.

Trilaciclib isimli bu ilaç kemik iliğini kemoterapinin zararlı etkilerinden koruyarak önemli bir gereksinimi karşılayacak görünüyor.

MELPHALAN FLUFENAMİDE FDA'DAN HIZLANDIRILMIŞ ONAY ALDI!

Multipl Miyelom tedavisinde en önemli ilaçlardan biri olan Melphalan'ın bir peptit ile birleştirilerek üretilmiş şekli olan Melphalan Flufenamide, en az dört sıra tedavi almış nüks veya dirençli miyelom hastalığı olan yetişkin hastaların tedavisinde onaylandı.

İlacın onaylanmasına dayanak sağlayan Horizon çalışmasında %23.7'lik yanıt oranı ve ortalama 4.2 aylık yanıtın devamlılığı gözlemlendi. Temel yan etkileri; yorgunluk, bulantı, ishal, ateş ve solunum yolu enfeksiyonları olan bu ilacı kullanan hastaların bir bölümünde böbrek işlevleri bozulurken tam kan değerlerinde azalmalar olabilmekte.

Melphalan'a eklenen peptit, aminopeptidaz içeriği yüksek olan hücrelerde bu enzim aracılığıyla kopartılarak, aminopeptitazdan zengin olan tümör hücrelerinde birikmekte böylece daha hedefe yönelik bir tedavi sağlamaktadır.

FDA, WALDENSTRÖM MACROGLOBULİNEMİSİ OLAN YETİŞKİN HASTALARIN TEDAVİSİNDE YENİ EK İLAÇ BAŞVURUSUNU KABUL ETTİ!

Zanubrutinib isimli ilaç, 2019 yılının Kasım ayında Amerika'da bir sıra tedavi almış ve hastalığı tekrar eden Mantle Cell Lenfoma (MCL)'li yetişkin hastaların tedavisinde kullanılmıştı. Haziran 2020 tarihinden itibaren Çin'de Kronik Lenfosit Lösemi (KLL) hastalığında daha önce bir sıra tedavi almış KLL ve MCL'li hastaların tedavisinde onaylanarak kullanılmaya başlandı.

CRİZOTİNİB ÖZEL BİR LENFOMA TİPİNDE ONAYLANDI!

Lenfomaların seyrek görülen ve tedavisi oldukça güç olan ALK pozitif sistemik anaplastik büyük hücreli lenfoma (ALCL) alt tipinde, özellikle nüks ve dirençli 1-21 yaş arasındaki hastalarda ALK durdurucu olan Crizotinib onaylandı. Ağız yolundan alınan bu ilaç önemli bir eksiği kapatacak görünüyor.

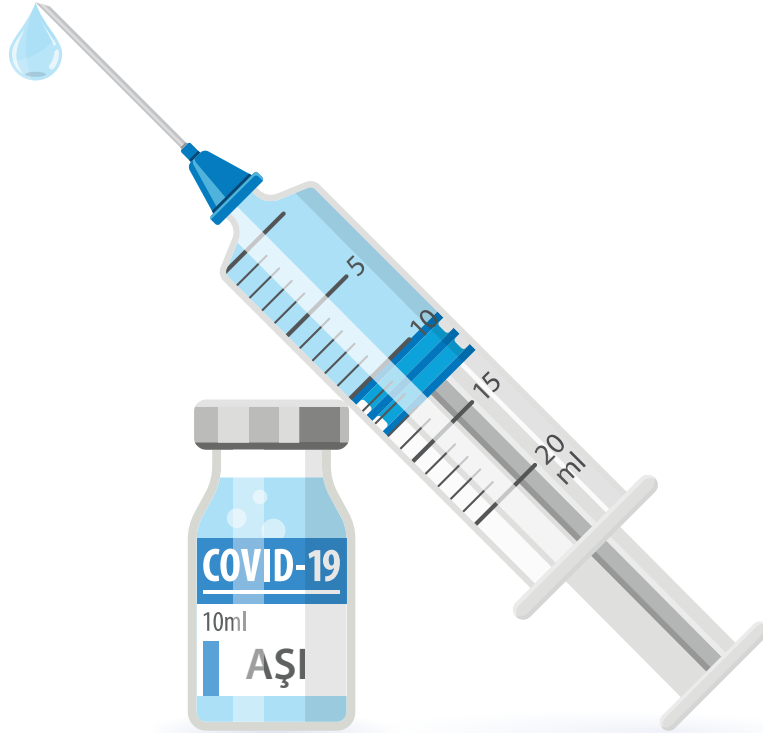
MARJİNAL ZON LENFOMA VE FOLİKÜLER LENFOMA TEDAVİSİNDE UMBRALİSİB HIZLANDIRILMIŞ ONAY ALDI!

PI3K-delta CK1-epsilon durdurucu ilaç olan Umbralisib, en az bir sıra tedavi almış nüks etmiş veya dirençli Marjinal Zon Lenfoma ve en az üç sıra tedavi almış dirençli veya nüks etmiş Foliküler Lenfoma'da onaylandı.

DUY DA İNANMA; COVID-19 HASTALIĞINA YAKALANDI HODGKİN LENFOMASI İYİLEŞTİ!

İngiltere Royal Cornwall Hastanesi'nden Dr. Challenor ve Dr. Tucker, British Journal of Hematology'de son derece ilginç bir gözlemlerini paylaştılar. Rapora göre, üç yıldır kronik hemodiyaliz programında olan 61 yaşındaki böbrek hastası giderek büyüyen lenf bezleri ve kilo kaybı şikayetiyle hastaneye gidiyor. Lenf bezlerinden yapılan biyopsiyle Hodgkin Lenfoma tanısı konuluyor, tanı konulduktan çok kısa bir süre sonra SARS-CoV-2 zatürresi geçiyor. Bundan dört ay sonra yapılan testlerde ve fizik muayenede bütün bulguların düzeldiği izleniyor ve hasta remisyonda (iyilik halinde) kabul ediliyor. Bu durum SARS-CoV-2'nin tetiklediği immün yanıtını (bağışıklık sistemi yanıtı) aynı zamanda antitümör yanıt şeklinde kendini göstermesi ile açıklanmaya gayret ediliyor. Buna benzer olgu sunumları mevcut olmakla birlikte siz siz olun COVID-19'a yakalanmayın.

**BUNUN İÇİN DÖRT SİLAHŞÖRLERE SARILALIM;
MASKE, MESAFE, HİJYEN, AŞI!**



EGZERSİZ ERKEKLİK HORMONUNDAN KUVVETLİ ÇIKTI!

22 Şubat 2021 tarihli Hipertansiyon Dergisi'nde yayımlanan çalışmada 50-70 yaş aralığındaki 80 erkeğe on iki hafta süreyle %5'lik testosteron kremi veya özel planlanmış egzersiz programı uygulanıp damar işlevleri incelendiğinde testosteron kullanımının egzersize ilave bir üstünlüğünün olmadığı gösterilmiştir.

O HALDE DERNEĞİMİZİN HER FIRSATTA SÖYLEDİĞİ GİBİ:
SİGARAYA HAYIR! EGZERSİZE EVET!



COVID-19 ENFEKSİYONUN ÇOK AĞIR GEÇMESİNE YOL AÇAN 4 KARDİYOMETABOLİK DURUM;

- Obezite
- Hipertansiyon
- Diyabet
- Kalp Yetmezliği

COVID-19 salgınında tedavi alan lösemili lenfomali miyelomlu hastalar yüksek risk grubu olarak bilinmekte ancak yukarıda sıralanan 4 faktör COVID-19 hastalığının çok ciddi geçmesine neden oluyor. Tüm bu hastalıklar olmaması için egzersizin, yürüyüşün çok değerli olduğunu bir kez daha vurguluyoruz.

Kaynak: Boston, Massachusetts Tufts Üniversitesi'nde Gerald J. ve Dorothy tarafından yapılan bu araştırma 25 Şubat'ta Journal of the American Heart Association'da yayımlandı.



BEKARLIK BAŞA BELA VE EĞİTİM ŞART!

İsveç'te yapılan bir araştırmada evlenmemiş veya boşanmış, eğitim düzeyleri düşük Mantle Cell Lenfoma (MCL)'lı hastaların tedavinin önemli bir parçası olan kendinden kök hücre nakli işlemini daha az kabul ettiği ortaya konuldu. Bilindiği üzere Hodgkin dışı lenfomaların alt tipi olan yaklaşık %5 sıklıkta görülen Mantle Cell Lenfoma'da ilk tedavilerle hastalık kontrol altına alındıktan sonra otolog kök hücre nakli yapılması tedavi başarısını son derece olumlu etkilemekte. İsveç'te 2000-2014 yılları arasında MCL tanısı konulmuş 18-65 yaş arası 369 hastanın değerlendirildiği bu çalışmada, hastaların %40'ın otolog kök hücre ile tedavi edilmediğini, bu grupta da evlenmemiş veya boşanmış kişilerin evlilere göre daha yüksek oranda olduğu saptandı. Bununla birlikte düşük eğitim seviyesi ve ek başka hastalıkları olanların da aynı şekilde kök hücre tedavisini daha az kabul ettikleri gösterildi.

Lenfoma ile mücadele artık eğitim seviyesi de önemli. Lenfoma olsanız bile eğitim seviyenizi yükseltirseniz başarı şansınız yüksek olacaktır!

MERHABA

Ben Emrah Koray Acıhan

2017 yılının Kasım ayında geçirdiğim basit bir apandisit ameliyatının öncesinde yapılan tetkikler sırasında KML hastası olduğumu öğrendim ve hastalığımla tanışmış oldum.

Bu benim için gerçekten çok büyük bir şoktu. Kısa süre içerisinde diğer tetkiklerimi yaptırdıktan sonra, artık hastalığımı kabullenerek ve bu durumla barış içinde, tedavime hızlı bir şekilde başlamaya karar verdim.

Bu aşamada bana en iyi gelen ve en umut verici şey yakınlarımın desteği oldu. Sonrasında sevgili hocam, doktorum ile tanıştım. Kendisinin benimle kurduğu iletişim gerçekten harikaydı ve bu sayede hastalığı yeneceğimden emin oldum.

Hayata kendim için ve sevdiğim için çok daha sıkı tutunmaya karar vermişim. Doktorumun çabaları, azmim ve sevenlerimin bana verdiği moral ile tedavim iyi gidiyordu.

Artık dikkat etmem gereken yeni rutinlerime ve ilacıma tamamen alışmışım.

Kendimi hasta bir insan gibi hissetmiyordum. Aslında bunun şeker veya tansiyon hastalığı gibi her insanın başına gelebileceğini, hastalığın adından ve kendisinden korkmamam gerektiğini biliyordum, konusunda kendimi sürekli motive ettim. Çünkü bu hastalıktan korktuğum zaman kaygılarımın artacağını ve bunun tedavimi olumsuz etkileyeceğini tecrübe etmişim.

Lütfen tedavi sürecinde kendinizle ve hastalığınızla barış içinde yaşayın ve moralinizi daima yüksek tutun. Yaşanacak upuzun bir ömrün sizi beklediğini ve gelecek güzel günlerin, geçen günlerden çok daha güzel olacağını unutmayın. Doktorunuza güvenin, sevdiğinize tutunun. Denizi, gökyüzünü, hayvanları, tuttuğunuz takımı, size iyi gelen her şeyi daha çok sevin.

Nazım Hikmet'in de dediği gibi;

En güzel deniz, henüz gidilmemiş olandır.

En güzel çocuk henüz büyümedi.

En güzel günlerimiz henüz yaşamadıklarımız...

Herkese sağlıklı, güzel bir ömür diliyorum.



Emrah Koray ACIHAN