



Kanker Payudara

Pada wanita di 7 negara dari 15 negara yang ada di Asia, kanker payudara bertengger sebagai juara pertama untuk kanker dengan penderita terbanyak. Termasuk di antaranya adalah Indonesia, dengan insidensi 27 per 100.000 wanita. Kanker payudara juga menempati posisi 5 teratas untuk penyebab kematian akibat kanker.

Apa itu Payudara?

Payudara adalah bagian tubuh wanita yang mulai tumbuh saat pubertas, sehingga dalam tahapan kehidupan selanjutnya, sang wanita yang akan menjadi ibu akan mampu untuk memproduksi air susu bagi bayinya. Sebelum pubertas, payudara pada lelaki dan wanita memiliki bentuk yang serupa. Saat pubertas, terjadi perubahan komposisi hormon wanita yang menyebabkan payudara bertumbuh.

Perubahan ini menumbuhkan lobulus, saluran air susu, dan jaringan lemak dalam payudara wanita. Bentuk payudara wanita didapatkan dari adanya jaringan lemak dan jaringan ikat yang menyusun payudara. Selain itu, payudara juga berisikan pembuluh darah dan kelenjar getah bening. Keduanya berfungsi untuk mendistribusikan nutrisi dan mengangkat sampah sel-sel yang mati. Perubahan yang terjadi dipengaruhi oleh hormon seks (estrogen dan progesteron), hormon pertumbuhan (*growth hormone*), hormon tiroid, dan hormon lainnya

Apa itu Kanker Payudara?

Setiap bagian tubuh kita tersusun atas sel. Sel kita tidak hidup selamanya, melainkan mengalami proses dimana sel muda lahir kemudian menua dan mati. Pertumbuhan sel tubuh dan fungsinya diatur oleh gen yang berperan dalam memastikan informasi sel dari generasi ke generasi berlangsung dengan baik. Ketika gen ini bermutasi atau tumbuh tidak normal, maka terjadilah perubahan proses dimana sel yang seharusnya mati namun kemudian tetap tumbuh besar dan bertambah banyak tidak terkontrol, disinilah proses kanker itu terbentuk.

Struktur payudara yang ada juga terbangun dari milyaran sel, dan kanker payudara adalah hasil dari transformasi tidak terkontrol dari sel-sel tersebut. Kanker payudara biasa bermula dari saluran air susu atau dari lobulus dan kemudian menyebar ke jaringan lemak yang ada di payudara. Terdapat dua tipe kanker payudara, yang terbatas pada saluran air susu (*karsinoma in situ* atau non invasif) dan yang menyebar menembus dinding saluran (infiltrat atau invasif). Meski demikian, umumnya kanker payudara adalah campuran dari kedua tipe ini.

Berat ringannya suatu kanker payudara dipengaruhi atas 4 faktor berikut: 1) Stadium penyebaran sel kanker (dibagi menjadi 4 stadium), b) Agresifitas dari penampilan sel kankernya (dibagi menjadi 3 derajat tingkatan agresif), c) Status ada atau tidaknya Hormone Receptor, dan yang terakhir adalah, 4) ada atau tidaknya *Mutated Gen (Her2)*. Kanker stadium awal biasanya lebih berespon pada pengobatan dan sangat mungkin sembuh.

Kemana Kanker Payudara Menyebar?

Sel pada kanker bisa menyebar ke tempat lain, yang disebut sebagai metastasis. Hal ini berbahaya karena membuat kanker tumbuh dan berkembang di banyak tempat, misalnya otak dan tulang. Metastasis kanker payudara berawal dari sebuah sel kanker di saluran air susu atau di lobulus, yang ikut masuk dalam aliran darah atau cairan limfe di kelenjar getah bening. Dengan demikian, sel tersebut menyebar ke

bagian tubuh lain. Lazimnya sel kanker dari payudara menyebar ke kelenjar getah bening yang ada di ketiak. Sel ini tumbuh menjadi benjolan dan bisa disertai bengkak. Selain itu juga bisa menyebar ke kelenjar getah bening di atas tulang selangka atau dada bagian dalam.

Bila kanker telah menyebar ke kelenjar getah bening, ia dapat menyebabkan peradangan yang nampak dari luar sebagai kemerahan pada kulit payudara. Di bagian ini akan terasa hangat, dan nampak seperti kulit jeruk. Payudara yang meradang akan bertambah besar, terasa nyeri bila ditekan, agak keras, dan gatal. Sayangnya, kondisi ini sering hanya dianggap infeksi payudara biasa. Padahal kanker yang meradang memiliki kemungkinan lebih besar untuk menyebar dan lebih berbahaya dibanding kanker tipe lain.

Apa Saja Faktor Risiko yang Perlu Diperhatikan?

Seperti diterangkan sebelumnya bahwa mutasi gen adalah proses yang bertanggung jawab terbentuknya suatu kanker. Proses ini bisa karena diturunkan atau didapat dari pengaruh faktor lingkungan. Maka risiko terjadinya kanker payudara bisa dikatakan karena kelainan genetik (diturunkan/herediter) atau pengaruh faktor lingkungan (didapat). Beberapa hal berikut dapat meningkatkan risiko terjadinya kanker payudara:

- Faktor genetik: riwayat kanker payudara pada anggota keluarga, terutama pada usia muda
- Faktor lingkungan, 70-80% kanker payudara disebabkan oleh pengaruh faktor lingkungan, dan secara umum dihubungkan dengan hormon estrogen terhadap berapa lama paparan dan tingginya konsentrasi hormon ini di tubuh seorang wanita seperti:
 - Mendapat menstruasi pertama pada umur yang sangat muda (11 tahun atau lebih muda)
 - Memasuki masa menopause pada usia yang terlalu senja (lebih dari 55 tahun)
 - Menggunakan terapi hormon pengganti untuk jangka waktu lama
 - Memiliki anak pertama pada usia yang cukup tua
 - Obesitas
 - Gaya hidup, diet makanan terlalu banyak lemak hewan dan daging, kurang olah raga, alkohol, stress dan kurang tidur

Bagaimana Melawan Kanker Payudara?

Pencegahan adalah salah satu metode untuk melawan kanker payudara. Dua metode melawan kanker payudara yang lain dengan deteksi dini dan pengobatan yang tepat. Pencegahan yang dimaksud adalah proses panjang dan membutuhkan perubahan gaya hidup yang lebih baik. Tujuannya adalah meminimalisir faktor risiko yang ada seperti memperhatikan dengan baik keseimbangan diet, olah raga yang cukup, mengurangi alkohol, menghindari stress dan cukup tidur.

Skrining payudara adalah metode untuk mendeteksi dini kanker payudara ketika masih berukuran kecil dan belum menyebar ke tempat lain. Keuntungan utama dari deteksi dini adalah *chance of better survival*. Selain itu, ukuran kanker yang masih kecil pada stadium awal memungkinkan dokter ahli bedah untuk bisa mempertahankan keutuhan payudara. Bila kanker belum menyebar, maka kemungkinan tidak diperlukan pengobatan secara sistemik.

Jika di keluarga ada riwayat kanker payudara, maka sebaiknya Anda cek ke dokter dan pertimbangkan untuk melakukan terapi pengurangan risiko terjadinya kanker payudara. Disarankan juga sejak umur 20 tahun, mestinya wanita mulai rajin melakukan pemeriksaan sendiri payudara (*breast self examination*). Hal ini karena penemuan awal terhadap kanker payudara membuat angka kesakitan dan kematian akibatnya berkurang sangat drastis.

Apa Saja Pemeriksaan Untuk Kanker Payudara?

Pada pemeriksaan awal dokter akan meraba payudara untuk mendeteksi benjolan di payudara. Kelenjar getah bening di sekitar ketiak dan tulang selangka pun ikut diperiksa untuk mencari benjolan kanker. Saat sebuah benjolan ditemukan, maka akan ada berbagai tes yang mungkin perlu dilakukan, apalagi untuk wanita berusia di atas 40 tahun. Dokter akan menyarankan USG payudara, mamogram, atau MRI.

Sampai saat ini, mamogram masih digunakan untuk mendiagnosis kanker payudara, meski kemampuannya mendeteksi hanya sekitar 90% kasus. Sementara untuk memastikan kanker payudara adalah dengan biopsi. Biopsi ada yang menggunakan jarum halus dan ada juga yang sampai memotong jaringan kanker. Contoh jaringan hasil biopsi akan diperiksa dengan mikroskop di laboratorium. Dari proses pengambilan sampel sampai pelaporan ke dokter biasanya makan waktu 1-2 hari.

Pemeriksaan menggunakan alat pencitraan biasanya dilakukan untuk mengetahui apakah kanker sudah menyebar ke bagian tubuh lainnya. bisa menggunakan CT scan, MRI, PET scan, atau *bone scan*. Selain tes di atas, kemajuan teknologi memungkinkan dilakukan tes tumor seperti tes reseptor hormon estrogen dan progesteron dan tes protein tumor HER2 dimana pemeriksaan tersebut menjadi bahan pertimbangan untuk pemilihan pengobatan. Beberapa tes genetik seperti tes gen 21 dilakukan untuk memprediksi berulangnya kanker payudara pada wanita yang bersangkutan.

Segala pemeriksaan di atas sangat membantu hasil pemeriksaan fisik untuk menentukan stadium kanker payudara, pengobatan dan prognosis penyakit. Sistem stadium kanker payudara disusun berdasarkan sejauh mana kanker telah menyebar, baik dari segi ukuran, kelenjar getah bening di sekitarnya, maupun organ lain yang berada jauh dari tempat asal kanker. Dan analisa ini membantu seorang dokter untuk menentetukan tindakan pengobatan yang akan dilakukan. Pastikan Anda memiliki salinan hasil pemeriksaan dan jangan segan bertanya pada dokter bila ada hal yang tidak dimengerti.

Apa Saja Pilihan Terapi Kanker Payudara?

Penatalaksanaan kanker payudara dapat bersifat lokal maupun sistemik. Terapi pembedahan termasuk tatalaksana lokal yang lebih banyak dipilih oleh penderita kanker payudara. Pilihannya bisa dengan hanya mengangkat benjolannya, atau mengangkat keseluruhan payudara. Ada pula pembedahan untuk mengangkat tumor yang menyebar ke kelenjar getah bening.

Tujuan terapi kanker adalah menghancurkan sel kanker, bisa menggunakan sinar atau obat yang didistribusikan ke seluruh tubuh, sehingga disebut terapi sistemik. Penggunaan sinar berenergi tinggi untuk menghancurkan sel kanker disebut terapi radiasi. Penyinaran bisa dilakukan dengan mesin dari luar tubuh atau menempatkan objek radioaktif di sekitar tumor. Kemoterapi menggunakan obat untuk menghancurkan sel kanker yang berbentuk pil atau suntikan yang diberi berkala. Pengobatan yang bersifat siklus ini memiliki fase istirahat setiap 3 atau 6 bulan.

Pilihan lain terapi sistemik adalah terapi hormon bila kanker payudaranya responsif. Selain itu ada juga terapi target, yakni penggunaan obat tertentu yang secara spesifik menargetkan sel kanker untuk dihancurkan. Metode ini juga bagian dari terapi sistemik dengan pendekatan imunologi. Contohnya adalah menggunakan Trastuzumab.

Segala pengobatan kanker payudara tak lepas dari efek samping. Maka perlu dilakukan evaluasi berkala terhadap terapi yang dipilih. Efek samping dapat berupa rasa kelelahan, rasa berat di dada, perubahan kulit yang tampak seperti terbakar, penurunan sistem kekebalan tubuh sehingga rentan terserang penyakit, mual muntah, memar hingga perdarahan.

Bagaimana Menghadapi Diagnosis Kanker Payudara?

Selain perubahan fisik, diagnosis dan pengobatan kanker payudara dapat memberi efek negatif pada kondisi kesehatan mental. Tak jarang didapatkan kecemasan dan depresi pada pasien kanker payudara. Rasa lelah dan nyeri saat menjalani terapi juga menjadi sebuah tantangan tersendiri. Selama menjalani pengobatan, pandangan terhadap tubuhnya dan seksualitas berubah. Apalagi jika melakukan operasi pengangkatan payudara. Penting bagi semua untuk belajar berbagi dan menempatkan diri sebagai partner, bukan pengampu (*caregiver*).

Saat memilih penatalaksanaan yang diinginkanpun, hendaknya dengan mempertimbangkan kondisi kesehatan, baik fisik maupun mental. Sebagai pasien, mencari *second opinion* adalah hak yang boleh kita manfaatkan sebelum mengambil keputusan. Pengobatan biasanya dilakukan oleh tim dengan berbagai kemampuan. Penting untuk diingat bahwa tidak ada satu pengobatan yang terbaik untuk semua orang yang mengidap kanker payudara.

Referensi

Pfizer Facts: The Burden of Cancer in Asia, 2008
National Comprehensive Cancer Network, 2011

Penulis

dr.Gina Anindyajati
g.anindyajati@angsamerah.com