

Od wielu lat choroby nowotworowe są najbardziej niebezpieczne i najtrudniejsze do pokonania. Atakują niespodziewanie, często są trudne do rozpoznania. Niewielkie zmiany nowotworowe potrafią szybko rozszerzyć się, przenieść z jednego organu na drugi. Jeśli odkładamy pójście do specjalisty – możemy usłyszeć od onkologa, że rak jest już nieoperacyjny, że zajęte są węzły chłonne, albo że brak odpowiedniej terapii.

Dlatego jeśli coś nas zaniepokoi [zmiana na skórze, zgrubienie, guz, wyciek z piersi i jeszcze inne dziwne zmiany] – to wszystko są objawy, które powinny nas skłonić do jak najszybszego szukania pomocy u specjalisty, do jak najszybszego wykonania badań kontrolnych. Jeśli okaże się, że wszystko jest w porządku – to bardzo dobrze i można się tym cieszyć. Ale jeśli okaże się, że to zmiana nowotworowa będzie można szybko rozpocząć terapię zgodnie z zaleceniami lekarza [operacja, chemioterapia, naświetlania].

Obecnie funkcjonuje wiele nowych metod leczenia, których nie było 20, 30 lat temu. Dlatego trzeba z tego korzystać, bo dają one jak największe szanse na przyszłość. Nawet jeśli zmiany po operacji nie są łatwe do zniesienia, jeśli chemioterapia daje trudne skutki – to i tak to wszystko jest naprawdę ważne dla każdej chorej osoby i nie możemy z tego rezygnować. Bo przed wszystkim chodzi o nasze życie.

Co roku w październiku obchodzimy akcję "Zdążyć przed rakiem". Przypominamy, że każdy kto szybko zareagował na zmiany nowotworowe może pokonać tę chorobę i wrócić do normalnego funkcjonowania. Występujemy w środkach masowego przekazu, aby przekazywać informacje o profilaktyce zdrowotnej. Odwiedzamy klasy maturalne i rozmawiamy z dziewczętami o chorobach nowotworowych. Wydajemy też nowy numer Biuletynu Informacyjnego, które będzie rozprowadzany bezpłatnie w szpitalu, w przychodniach, w szkołach. Chcemy przekazać jak najwięcej informacji o chorobach nowotworowych i mamy nadzieję, że pomogą one znaleźć właściwe postępowanie w razie kontaktu z nowotworem.

Wszystko to po to, aby przypominać kobietom: Badajcie się!
Troszczcie się o własne zdrowie! Nie zapominajcie o tym!

A Stowarzyszenie Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży zaprasza
serdecznie wszystkie panie, które dotknęła
choroba nowotworowa na wspólne comiesięczne spotkania

Bądźcie z nami!
Barbara Porwoł



OD PROFILAKTYKI DO NOWOCZESNEJ TERAPII - KOMPLEKSOWA OPIEKA NAD PACJENTKĄ Z RAKIEM PIERSI W PRAKTYCE BREAST CANCER UNIT W BIAŁOSTOCKIM CENTRUM ONKOLOGII

*Rozmowa z dr n. med. Bogumiłą
Czartoryską - Arłukowicz,
specjalistką onkologii klinicznej
oraz koordynatorką Breast
Cancer Unit w Białostockim
Centrum Onkologii.*

Rak piersi jest obecnie jednym z najczęściej rozpoznawanym nowotworem na świecie. Jak wygląda sytuacja w Polsce?

W Polsce rocznie dowiaduje się o nim ponad 22 tysiące kobiet. To liczba, która powinna nas wszystkich mobilizować do działania. Mnie martwi zwłaszcza to, że tylko około 30% pacjentek trafia do lekarza we wczesnym stadium choroby, a aż 10% ma przerzuty już w momencie rozpoznania. W krajach zachodnich wczesnych wykryć jest ponad połowa, co daje im zdecydowanie lepsze wyniki leczenia.

Dlaczego wciąż jest zbyt późno?

Problemem jest profilaktyka. Program bezpłatnej mammografii dla kobiet w wieku 45–74 lat działa w całej Polsce. Badanie jest dostępne bez skierowania, a mimo to korzysta z niego zaledwie jedna trzecia kobiet. Powinno to być minimum 70%. Wiele pań odkłada badania ze strachu albo z nadzieją, że samo przejdzie. Niestety, takie podejście bywa tragiczne w skutkach.

Czy dzisiejsza medycyna może dać pacjentom drugą szansę na życie pełne jakości?

Onkologia w ostatnich latach bardzo się zmieniła się. Szczególnie leczenie raka piersi niebywale się rozwinęło. Dzisiaj pacjentki leczone są indywidualnie, w zależności od podtypu nowotworu. Dostępne są m.in. terapie celowane, immunoterapia, inhibitory PARP czy tzw. koniugaty lekowe, które jak „koń trojański” trafiają bezpośrednio do komórek raka. Mam pacjentkę, którą od 10 lat lecę z chorobą przerzutową. Pacjentka ma się dobrze, jest nauczycielką, cały czas pracuje. Obecnie nawet z zaawansowaną chorobą można naprawdę dobrze funkcjonować. Medycyna dziś zapewnia pacjentkom coraz więcej możliwości.



Co oferuje pacjentkom fakt, że Breast Cancer Unit w Białostockim Centrum Onkologii posiada certyfikat EUSOMA?

Breast Cancer Unit w BCO to zespół wysoko wyspecjalizowany w opiece nad pacjentkami z rakiem piersi. Jest to pierwszy i jak dotąd jedyny ośrodek w Polsce oraz w Europie Środkowo-Wschodniej. Oceniali nas niezależni eksperci z Europy Zachodniej. Otrzymaliśmy certyfikat obejmujące m.in. odpowiednią organizację diagnostyki i leczenia, obecność koordynatorów onkologicznych, szybki dostęp do badań i terapii oraz kompleksowe wsparcie pacjentki na każdym etapie leczenia. Posiadanie certyfikatu jest dowodem, że BCU działa zgodnie z najlepszymi praktykami europejskimi, a pacjentki mogą liczyć na opiekę na najwyższym międzynarodowym poziomie. Certyfikat daje pacjentkom pewność, że trafiają do miejsca, gdzie liczy się skuteczność i bezpieczeństwo. Koordynator prowadzi pacjentkę krok po kroku: umawia badania, towarzyszy przy decyzjach zespołu i zapewnia stały kontakt. Dzięki temu pacjentka czuje się bezpieczna i jest objęta opieką na najwyższym europejskim poziomie.

Jak wygląda proces diagnostyki u Państwa?

W naszym Breast Cancer Unit diagnostyka przebiega bardzo szybko i sprawnie. Pacjentka zgłaszająca się z podejrzeniem zmiany w piersi jeszcze tego samego dnia wykonuje badania obrazowe – USG i mammografię – a w razie potrzeby także biopsję. Wynik histopatologiczny jest gotowy w ciągu 5 dni. Konsylium odbywa się w ciągu 10 dni od pierwszej wizyty, a leczenie rozpoczynamy w ciągu 14 dni od konsylium. Pacjentka nie jest pozostawiona sama sobie – od momentu podejrzenia choroby ma stałe wsparcie koordynatora leczenia onkologicznego, który sprawdza przebieg diagnostyki, wyjaśnia kolejne kroki i pomaga w kontaktach z lekarzami oraz personelem medycznym placówki. Wsparcie psychologiczne odgrywa kluczową rolę w procesie radzenia sobie z emocjami i stresem, które towarzyszą zarówno diagnozie, jak i leczeniu. Równocześnie fizjoterapia, rozpoczęta już podczas pobytu na oddziale chirurgicznym, ma ogromne znaczenie w przyspieszaniu procesu zdrowienia. Wczesna fizjoterapia wspomaga powrót do codziennych aktywności, poprawiając mobilność i zmniejszając ból. Kontynuacja fizjoterapii z terapeutą zajęciowym wspiera dalszą poprawę sprawności fizycznej i funkcjonalnej, umożliwiając pacjentkom szybszy powrót do aktywności codziennych oraz ułatwiając adaptację do życia po leczeniu. Niezwykle istotnym elementem kompleksowej opieki są również konsultacje pielęgniarskie. Dzięki edukacji zdrowotnej, którą oferują pielęgniarki, pacjentki lepiej rozumieją proces leczenia oraz zasady opieki pooperacyjnej, co daje im poczucie bezpieczeństwa i kontroli nad własnym zdrowiem. Dzięki współpracy zespołu wielodyscyplinarnego, pacjentka otrzymuje kompleksową opiekę na każdym etapie choroby, co znacząco poprawia komfort i efektywność leczenia.



Wspominała Pani o konsyliach. Kto w nich uczestniczy?

To zespół wielodyscyplinarny: onkolodzy, chirurdzy, radioterapeuci, radiolodzy, psycholog i pielęgniarka. Analizujemy wszystkie wyniki, omawiamy możliwe terapie. Pacjentka poznaje różne opcje i wybiera rozwiązanie najlepsze dla siebie. Naszą rolą jest doradzić i uczciwie przedstawić fakty, ale decyzja należy do chorej.

BCU działa w ramach Krajowej Sieci Onkologicznej. Co to daje pacjentkom?

Dzięki przynależności do Krajowej Sieci Onkologicznej pacjentki mają dostęp do pełnej ścieżki diagnostyczno-terapeutycznej od badań profilaktycznych przez szybką diagnostykę, aż po leczenie i rehabilitację. Sieć skraca czas oczekiwania na konsultacje i zabiegi, umożliwia stosowanie nowoczesnych terapii, wspiera edukację pacjentek i pozwala na współpracę z innymi ośrodkami w regionie oraz w kraju. To wszystko przekłada się na opiekę na najwyższym poziomie. Do tego współpracujemy ściśle z innymi ośrodkami i wymieniamy doświadczenia.

Z jakimi ośrodkami współpracujecie w regionie?

Aktywnie współpracujemy z innymi ośrodkami dążąc do zapewnienia pacjentkom kompleksowej opieki onkologicznej w tym ze Szpitalem Wojewódzkim w Łomży. W ramach tej współpracy powołano już trzech koordynatorów onkologicznych, którzy są odpowiedzialni za kompleksową opiekę nad pacjentkami z rakiem piersi, co pozwala na szybsze rozpoczęcie leczenia i lepszą organizację procesu terapeutycznego.

Organizujemy wydarzenia edukacyjne i konferencje takie jak Ogólnopolskie Forum Ośrodków Diagnostyki i Leczenia Raka Piersi. Forum to gromadzi specjalistów z całej Polski, umożliwiając wymianę doświadczeń i najlepszych praktyk w leczeniu raka piersi.

W tym roku już po raz piąty organizujemy Ogólnopolską Konferencję dla kobiet w trakcie i po leczeniu raka piersi pod hasłem „Chcę być świadoma i wiedzieć więcej”. Wydarzenie to jest skierowane do pacjentek z całej Polski i ma na celu edukację, wsparcie oraz wymianę doświadczeń. Uczestniczki mają okazję wysłuchać prelekcji ekspertów oraz skorzystać z konsultacji z ekspertami oraz z przedstawicielami organizacji pozarządowych.

Co chciałaby Pani przekazać kobietom z naszego regionu?

Drogie Panie, nie odkładajcie badań profilaktycznych. Wczesne wykrycie raka piersi to ogromna szansa na całkowite wyleczenie. A nawet w bardziej zaawansowanych przypadkach mamy dziś bardzo skuteczne terapie. Profilaktyka daje nam szansę, a nowoczesne leczenie drugie życie.



ŁOMŻA: „OnkoObrazy-Przestrzeń Zdrowia” – spotkanie kobiet dotkniętych chorobą nowotworową

Wartościowe wykłady, prelekcje, rozmowy, świadectwa choroby oraz łzy wzruszenia – tak wyglądało po raz pierwszy zorganizowane w Łomży wydarzenie pod hasłem: „OnkoObrazy – Przestrzeń Zdrowia”.



fot. Radio Nadzieja

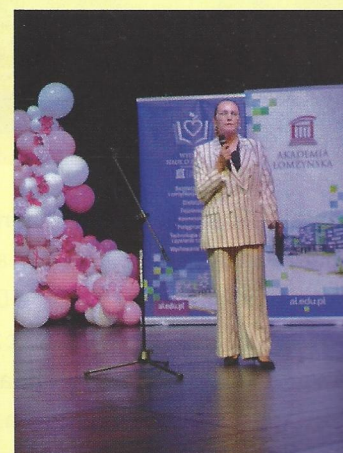
Spotkanie, które odbyło się w Hali Kultury było skierowane do kobiet w trakcie i po chorobie nowotworowej, ich bliskich oraz każdej pani, która chce świadomie zadbać o swoje zdrowie. Wśród prelegentów znaleźli się eksperci i naukowcy nie tylko z regionu, ale także z całej Polski.

„OnkoObrazy – Przestrzeń Zdrowia” to wydarzenie, podczas którego zostały poruszone tematy profilaktyki, samobadania piersi, psychologicznej akceptacji choroby i wsparcia najbliższych, po kosmetyczne aspekty walki z rakiem.

Uczestnicy mogli obejrzeć także dwie wystawy. „Nowotwórczość na styku nauki i sztuki” ukazywała autentyczne, mikroskopowe zdjęcia komórek nowotworowych.

Z kolei „Siła Kobiet” to portrety pań, które pomimo choroby nowotworowej mogą poczuć się pięknie i kobieco.

Organizatorami wydarzenia byli: Miasto Łomża, Białostockie Centrum Onkologii, Akademia Łomżyńska, Wydział Nauk o Zdrowiu Akademii Łomżyńskiej, Stowarzyszenie Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży.





DOTYK RÓŻU - BEZPŁATNE BADANIA W ŁOMŻY



Profilaktyka jest ważna, bo wcześniej wykryty nowotwór łatwiej wyleczyć. Przekonywali do tego specjaliści podczas spotkania "Dotyk Różu - badaj się z Podlasiankami." w Łomży. W jego trakcie panie mogły porozmawiać, między innymi z doktorem Robertem Brawurą Biskupskim Samahą. To specjalista z zakresu ginekologii i perinatologii. Organizatorki przygotowały także pokazy i warsztaty dla uczestniczek spotkania.

„Trzeba się badać, ponieważ my kobiety mamy takie doświadczenia, często historie rodzinne, które pokazują, że jesteśmy obciążone różnymi możliwościami zachorowania.

Często rezygnujemy z siebie, mówimy "jutro". A nie możemy rezygnować z dbania o siebie. I nie możemy bać się badań” – mówiły uczestniczki spotkania.

„Każda kobieta powinna poddawać się badaniom profilaktycznym. Chcemy o tym przypominać kobietom. Jesteśmy na tak zaawansowanym etapie rozwoju medycyny, że potrafimy tak naprawdę wyleczyć większość pacjentek, jeżeli wyłapiemy zmiany nieprawidłowe w piersiach na wczesnym etapie”

– podkreślał **dr Robert Brawura Biskupski Samaha**.

Jak mówiła organizatorka spotkania Anna Kurządkowska-Kosińska, taki jest główny cel spotkania. Przekonywanie i namawianie kobiet do tego, żeby się badały. Żeby korzystały z tego co oferuje medycyna.

„Zatrważające jest to, jak mało kobiet korzysta z badań i ze szczepień na HPV. W innych częściach świata jest zupełnie inna sytuacja, co powoduje, że do Polski przyjeżdżają studenci ze Skandynawii, żeby zobaczyć na żywo, jak wygląda rak szyjki macicy. U nich, ze względu na rozwiniętą profilaktykę, ten nowotwór praktycznie nie występuje”

– mówiła **Katarzyna Wróblewska** z gabinetu położniczego Bułka z Masłem.

Spotkanie "Dotyk Różu" zorganizowały Akademia Kobiecości i Miss Polonia Województwa Podlaskiego. Wstęp był bezpłatny, a panie, które przyszły na spotkanie otrzymały upominki od partnerów wydarzenia.

II FORUM KOBIECE DROGI



W piątek 10 października w Filharmonii Kameralnej w Łomży odbyła się wspaniała uroczystość – II Łomżyńskie Forum Kobiety Drogi. Wzięła w nim również udział delegacja członkiń naszego Stowarzyszenia. Była okazja do wysłuchania ciekawych paneli dyskusyjnych. Szczególnie miło było nam spotkać się z Martą Iwanowską – Polkowską – psycholożką, coacherką, córką Ewy Iwanowskiej, która stworzyła nasze Stowarzyszenie.



RÓŻOWY BIEG



W sobotę 18 października Łomżyńska Rada Kobiet zorganizowała Różowy Bieg pod hasłem „Kobiety dla Kobiet”. Panie przebiegły z Placu Niepodległości w Łomży, przez Stary Rynek, na bulwary nad Narwią. Hasłem biegu było: „Každy Twój krok wspiera walkę z rakiem piersi”. W biegu wzięły również udział nasze koleżanki.



RÓŻOWY PAŹDZIERNIK. PIERWSZA DAMA Z AMAZONKAMI

W dniu odbyło się spotkanie ponad 200 przedstawicielek klubów Federacji Stowarzyszeń „Amazonki” z całej Polski z Panią Prezydentową Martą Nawrocką. Rozmowy dotyczyły profilaktyki chorób nowotworowych. Pani Prezydentowa oświadczyła, że z dumą przyjęła rolę ambasadorki walki z rakiem piersi.



Gdzie szukać pomocy?

Przychodnia Onkologiczna

Szpital Wojewódzki

- Łomża, al. Piłsudskiego 11 (I piętro)
- tel. 86 473-33-75, 86 473-33-92, 86 473-33-44, 86 473-33-83
czynna codziennie od 8.00 do 15.00.
- rejestracja tel. 86 473-33-75
w godz. 7.30-15.00,
we wtorki od 8.00 do 18.00

Oddział Onkologii i Chemioterapii

Szpital Wojewódzki

- Łomża, al. Piłsudskiego 11 (I piętro)
- tel. 86 47 33 598
Ultrasonograficzne badanie gruczołów piersiowych (pracownia USG) oraz biopsja cienkoigłowa (Zakład Patomorfologii)

Szpital Wojewódzki

- Łomża, al. Piłsudskiego 11 (I piętro)
- tel. 86 473-32-53 – czynny codziennie; wymaga skierowania, dla pacjentów onkologicznych – środa, piątek;
I mammografia – wykonana ze skierowaniem od onkologa

Szpital Wojewódzki

- Łomża, al. Piłsudskiego 11 (I piętro)
- rejestracja tel. 86 473-35-98,
- mammografia tel. 86 473-35-40 – codziennie.

Rehabilitacja dla członków Stowarzyszenia

w każdy wtorek godz. 16 - 17.30
- Dział Rehabilitacji Szpitala Wojewódzkiego w Łomży (II piętro).

Przychodnia Rehabilitacji Leczniczej

Szpital Wojewódzki

- Łomża, al. Piłsudskiego 11 (II piętro)
codziennie od 7.00 do 17.00,
ze skierowaniem od lekarza;
- rejestracja tel. 86 473-35-84 do godz. 10.00
lekarze – od 10.00 do 15.00,
- tel. 86 473-35-85, we wtorki do godz. 18.00

Białostockie Centrum Onkologii

ul. Ogrodowa 12

- rejestracja tel. 85 664-68-88
- izba przyjęć tel. 85 664-67-10, 85 664-61-65

Centrum Onkologii w Warszawie

ul. Roentgena 5

- tel. 22 546-20-00

— KALENDARIUM —

Wrzesień

1 – godz. 17.00 - spotkanie otwarte członkiń i sympatyków Stowarzyszenia – Szpital Wojewódzki w Łomży, Al. Piłsudskiego 11, sala konferencyjna II piętro

22 – spotkanie z M.Braunem nt. „Jak pozyskać środki na działalność Twojej organizacji?

26 – Dotyk różu – badaj się z Podlasiankami :

• spotkanie z doktorem Robertem Brawurą Biskupskim Samahą - specjalistą z zakresu ginekologii i perinatologii, z położną Katarzyną Wróblewską z gabinetu położniczego Bułka z Masłem.

• wysłuchanie świadectwa kobiety z chorobą onkologiczną

Październik

3 – Ogólnopolska pielgrzymka Amazonek na Jasną Górę

6 – godz.17.00 – spotkanie otwarte członkiń i sympatyków Stowarzyszenia

– Szpital Wojewódzki w Łomży, Al. Piłsudskiego 11, sala konferencyjna II piętro

10 – II Łomżyńskie Forum Kobiety Drogi – Filharmonia Kameralna im.W.Lutosławskiego w Łomży

18 – Różowy Bieg

Listopad

17 - godz.17.00 – spotkanie otwarte członkiń i sympatyków Stowarzyszenia – Szpital Wojewódzki w Łomży, Al. Piłsudskiego 11,

sala konferencyjna II piętro

- wybory do Zarządu Stowarzyszenia

Grudzień

1 - spotkanie wigilijne członkiń i przyjaciół Stowarzyszenia – Centrum Katolickie, Łomża, ul. Zawadzka 55:

– godz.17.00 – Msza Św. - Kaplica pw. Matki Boskiej Częstochowskiej

– godz.17.45 – spotkanie wielkanocne – sala im. św. Jana Pawła II

25 i 26 – Boże Narodzenie

Szanowni Państwo!

Serdecznie dziękujemy za dotychczasowe finansowe wsparcie działalności naszego Stowarzyszenia. Mamy nadzieję, że nie zawiodłyśmy Państwa zaufania. Nadal będziemy realizować nasze cele statutowe, przede wszystkim udzielać wszechstronnej pomocy kobietom chorym na raka i kontynuować programy profilaktyki zdrowotnej.

Mamy nadzieję, że zdecydujecie się Państwo przekazać Stowarzyszeniu Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży, 1,5% swojego podatku dochodowego za ubiegły rok.

Jest to możliwe, ponieważ nasza organizacja w roku 2004 postanowieniem Sądu Rejonowego w Białymstoku otrzymała status organizacji pożytku publicznego nr KRS 0000082371.

Przekazany przez Państwa 1,5% podatku wykorzystamy na pomoc chorym dotkniętym nowotworem.

Należy podać nr **KRS 0000082371**.

Urząd skarbowy sam dokona przelewu kwoty na konto organizacji.

*Z wyrazami szacunku
Zarząd Stowarzyszenia*

1,5%
podatku

Biuro Stowarzyszenia czynne w godz. 09.00-12.00 - od poniedziałku do piątku tel. 86 473-32-63 lub 735 489 466