

BIULETYN INFORMACYJNY
STOWARZYSZENIA KOBIET
Z PROBLEMEM ONKOLOGICZNYM

AMAZONKA



NUMER 19

CZERWIEC 1999

ŁÓMŻA

Wszystko można znieść
tak długo, jak długo
wiemy, że otacza nas
przyjaźń i życzliwość. Dobrzy
ludzie. Nie chodzi wcale
o wielkie czyny czy poświęcenie.
Wystarczy odrobina serca.

Anna Dąbrowska

II
Dni Walki
z Rakiem
czerwiec '99



Na zdjęciu:
Jan Paweł II w Łomży
czerwiec 1991

**Człowiek znaczy tyle,
ile może dać drugiemu człowiekowi**



Naukowcy z całego świata stale pracują nad wynalezieniem leków, które hamowałyby rozrost komórek nowotworowych. Ostatnio duże nadzieje pokładane są w leku o nazwie bonefos. Lek ten powoduje, że komórki raka piersi tracą lub zmniejszają swoją zdolność osiedlania się w innych tkankach. Po podaniu bonefosu zmniejsza się liczba przerzutów nie tylko do kości, ale i do innych tkanek.

Te rewelacyjne doniesienia przyniosły badania przeprowadzone w niemieckiej klinice Uniwersytetu w Heidelbergu. 302 pacjentki z rakiem piersi i komórka-

mi nowotworowymi w szpiku kostnym podzielono na dwie grupy. Jednej podawano, oprócz innego leczenia, również bonefos, drugiej grupie — nie. Okazało się, że w pierwszej grupie zaobserwowano dwa razy mniej przerzutów w porównaniu z kobietami z drugiej grupy. Dotyczyło to nie tylko przerzutów do kości, ale i do innych tkanek.

Bonafos, czyli kłodronian, należy do grupy bifosfonianów, które „wykazują duży stopień powinowactwa do fosforanów wapnia”. Budowa tego leku tłumaczyłaby więc dobroczynny wpływ na tkankę kostną. Podstawowe działanie polega na hamowaniu procesu niszczenia kości.

Znaczenie leku jest tym bardziej doniosłe, iż w nowotworach piersi, częściej niż w innych przypadkach, dochodzi do powikłań kostnych, których skutkiem jest osteoliza, czyli niszczenie tkanki kostnej. Pacjentki skarżą się na bóle kości, doznają złamań. Obserwuje się także hiperkalcemię, czyli podwyższony poziom wapnia. Stosowanie bifosfonianów w przerzutach do kości opiera się na spostrzeżeniu, że u większości chorych stany podwyższonego poziomu wapnia, jak i tworzenie przerzutów do kości, poprzedzone są nasileniem niszczenia kości, które hamuje kłodronian.

Znaczenie leku jest tym bardziej doniosłe, iż w nowotworach piersi, częściej niż w innych przypadkach, dochodzi do powikłań kostnych, których skutkiem jest osteoliza, czyli niszczenie tkanki kostnej. Pacjentki skarżą się na bóle kości, doznają złamań. Obserwuje się także hiperkalcemię, czyli podwyższony poziom wapnia. Stosowanie bifosfonianów w przerzutach do kości opiera się na spostrzeżeniu, że u większości chorych stany podwyższonego poziomu wapnia, jak i tworzenie przerzutów do kości, poprzedzone są nasileniem niszczenia kości, które hamuje kłodronian.

Bonafos jest bezpieczny, rzadko powoduje łagodne objawy uboczne. Bifosfoniany są wchłaniane z żołądka i jelit. Wchłanianie wynosi około 1–6 proc. podanej dawki i może ulec zmniejszeniu pod wpływem pożywienia lub innych leków. Z tego powodu zaleca się przyjmowanie go na czczo.

Lek budzi duże nadzieje, bowiem długotrwałe badania kliniczne wykazały znaczące zmniejszenie liczby powikłań kostnych (hiperkalcemia, złamanie kości, bóle). W związku z tym bonafos wszedł na stałe do leczenia onkologicznego jako lek używany w terapii przerzutów kości i jest z powodzeniem stosowany w większości kra-

jów, przynosząc ulgę tysiącom pacjentek. Zupełnie niedawno okazało

się, że może zmniejszać liczbę przerzutów nie tylko do kości, ale i do innych narządów. Ten zaskakujący efekt leczenia opisał po raz pierwszy prof. I.J. Diel z kliniki w Heidelbergu. Naukowiec podsumował swoje badania w sierpniu 1998 roku w poważnym piśmie naukowym „The New England Journal of Medicine”. O odkryciu lekarzy następnego dnia pisał już prestiżowy dziennik amerykański „The Wall Street Journal”. Naukowcy uważają, że prawdopodobnie istnieje współdziałanie między lekami cytotoksycznymi a bisfosfonianami. Zakładają, że te ostatnie ingerują w przyczepność i inwazyjność komórek nowotworowych przez zmiany mikrośrodowiska, podczas gdy leki cytotoksyczne tłumią rozprzestrzenianie się komórek, ograniczając w ten sposób rozwój wszystkich przerzutów u pacjentek z rakiem piersi.

W tej chwili naukowcy na całym świecie (m.in. prof. Peterson ze Szwecji) przeprowadzają dalsze badania nad bonafosem. Trzeba mieć nadzieję, że wkrótce badania zostaną zakończone i będą wprowadzone rozszerzone wskazania do powszechnego stosowania kłodronianu.

BOGUMIŁA
CZARTORYSKA-ARŁUKOWICZ
specjalista onkolog-chemioterapeuta

STOWARZYSZENIE Kobiet z PROBLEMEM ONKOLOGICZNYM

Celem Stowarzyszenia jest:

1. Wzajemne wsparcie.
2. Podnoszenie kondycji psychicznej i fizycznej członków.
3. Profilaktyka chorób nowotworowych.
4. Promocja zdrowia.
5. Współpraca z instytucjami, stowarzyszeniami i fundacjami działającymi na rzecz chorych oraz niepełnosprawnych.
6. Pomoc rodzinom z problemem onkologicznym.

Stowarzyszenie realizuje swoje cele przez:

1. Prowadzenie spotkań członków i sympatyków,
2. Programowanie opieki nad chorymi w początkowej fazie,
3. Organizację grup wsparcia i samopomocy,
4. Prowadzenie rehabilitacji leczniczej i społecznej,
5. Współdziałanie z instytucjami, stowarzyszeniami i fundacjami w kierunku profilaktyki leczenia chorób nowotworowych,
6. Redagowanie i wydawanie publikacji o tematyce dotyczącej Stowarzyszenia,
7. Gromadzenie środków umożliwiających realizację zadań statutowych.

Prezes Zarządu

E. Iwanowska

lek. med. Ewa Iwanowska



Każdego dnia
w godz. 10.00-13.00
możesz skontaktować się
z nami osobiście
w siedzibie Stowarzyszenia
Aleja Piłsudskiego 11a p. 410
lub telefonicznie
pod numerem
(0-86) 218-62-81
w. 263 w. 585





Nowe badania, nowe odkrycia, nowa wiedza sprawiają, że praktycznie co dwa lata pojawiają się kolejne teorie postępowania, a co pięć lat zmienia się diametralnie sposób leczenia wielu chorób. Coraz więcej wiemy również o powstawaniu nowotworów. Dzięki temu możemy zmieniać zasady diagnostyczne i lecznicze. Zalecenie, które kiedyś było wskazane w danym przypadku, obecnie nie ma już istotnego znaczenia. Postęp nauki wprowadza do codziennego życia skuteczniejsze metody rozpoznawania chorób i terapii.

Nie musisz zachorować

Wśród wielu schorzeń, które trapią nie od dzisiaj większość kobiet, są stany zapalne pochwy. Praktycznie każda pani miała w swoim życiu upławy, pieczenie, swędzenie czy nieprzyjemną wydzielinę z pochwy. Czy można im zapobiegać? Można!

W pochwie bytują bakterie, zwane potocznie pałeczkami Doderleina. Utrzymują one środowisko krocz, przeciwdziałają rozwojowi bakterii chorobotwórczych. Innymi słowy, pałeczki Doderleina „stoją na straży” zdrowego środowiska pochwy i szyjki macicy. Jeżeli na skutek długotrwałej kuracji antybiotykowej, spowodowanej na przykład anginą, zniszczymy je, ich równowaga zostanie zachwiana i w pochwie może się znaleźć około 150 do 170 różnych szczepów bakterii chorobotwórczych.

Każdy szczep ma swój własny sposób na życie, ale przede wszystkim nie zależy mu na zdrowiu tkanki, na której żyje. Zmienia się wówczas środowisko pochwy na zasadowe, a dalej to już tylko kwestia czasu, co będzie się działo: nabłonek pochwy, szyjki macicy ulega uszkodzeniu; pod mikroskopem o bardzo silnym powiększeniu widać, jak „rozpuszczane” są jego komórki. Tak powstają ubytki, nadżerki, dysplazje szyjki macicy prowadzące do raka, zakażenia ciąż, poronień, porodów przedwczesnych, bóli podbrzusza itd. Decydująca jest tutaj „zjadliwość” bakterii, odporność organizmu, a czas dopełnia reszty. Jeżeli kobieta ma nawet bezbolesne stany bez upławów i pieczenia po zakażeniu patologiczną florą bakteryjną, ma również wszelkie „szanse” na którąś z chorób.

Bardziej groźne od bakterii są wirusy, które bezpośrednio powodują raka szyjki macicy, i drożdżycę, które głęboko wrastają w strukturę nabłonka, oraz pasożyty.

Co należy zrobić, by się ustrzec przed zakażeniem? Należy zbadać treść wydzieliny pochwowej na obecność bakterii, drożdży lub pasożytów. Takie testy są bardzo proste i nie wymagają posiewu czy określenia stopnia czystości (bywa pomocny) w badaniach przesiewowych. Można je wykonać w każdym gabinecie ginekologicznym w kilka minut i od

razu zastosować skuteczne leczenie. Obecnie istnieją leki, które w 94–97 proc. pozwalają całkowicie pozbyć się patologicznych bakterii!

Bardzo istotne jest leczenie obu partnerów. Od tego zależy komfort współżycia i zdrowie. Leczenie jest krótkie i łatwe, znosi uciążliwe objawy, a przede wszystkim chroni przed prawdziwymi dramatami: wielokrotnymi poronieniami, drogim leczeniem bólów podbrzusza, zapaleniem przydatków, operacyj-

nym leczeniem nadżerek. Słowem: prawie wszystkich „kobięcych” problemów można i należy uniknąć. Mamy przecież do dyspozycji proste testy i proste leczenie. Jedyny warunek to dobre chęci kobiety i systematyczne wizyty u lekarzy. Przynajmniej raz do roku!

Wasze zdrowie, drogie panie, w waszych rękach!

TADEUSZ OLESZCZUK
specjalista ginekolog i położnik

Stało się i co dalej?

Straszna diagnoza „rak”, a potem utrata piersi jest szokiem, który powoduje, oprócz ułomności fizycznej, załamanie, zamknięcie się w sobie, ucieczkę od ludzi, a nawet chęć ucieczki od życia.

Na szczęście, w Polsce kobiety po leczeniu raka piersi objęte są programem pomocy, opracowanym przez dr Krystynę Mikę z Instytutu Onkologii w Warszawie. Podstawowy cel programu: powrót po szpitalnym leczeniu do normalnego życia.

Jak i z czyją pomocą go osiągnąć?

Nie trzeba daleko szukać. Szpital Wojewódzki w Łomży posiada naprawdę nowoczesne wyposażenie oraz dobrze przygotowany zespół lekarzy, pielęgniarek i techników, który zapewni nie tylko diagnostykę i pełne leczenie (operacyjne, chemioterapię), ale także fachową opiekę aż do odzyskania sprawności fizycznej. Tyle potrafi nowoczesna medycyna.

Strach przed utratą życia, często silniejsza od niego rozpacz o los dzieci i rodziny, gdyby stało się najgorsze, powoduje ogromne obciążenie psychiczne. I tu, znowu na szczęście, każda kobieta może liczyć na wsparcie: od 5 lat działa w Łomży Stowarzyszenie Kobiet z Problemem Onkologicznym. Zaraz po zabiegu operacyjnym pacjentki są odwiedzane, jeszcze w szpitalu, przez wolontariuszki Stowarzyszenia. Są nimi kobiety, które mają „to” już za sobą: w pełni zrehabilitowane fizycznie i psychicznie, przygotowane do prowadzenia rozmów, w których dzielą się własnymi przeżyciami i doświadczeniami. Są dowodem, że choroba i utrata piersi nie musi stawiać poza margines życia, aktywności rodzinnej i zawodowej. Przeszły bowiem skuteczną rehabilitację, pod okiem profesjonalnego zespołu: lekarza, pielęgniarki, masażysty, rehabilitantki, którzy udzielają wskazówek na temat ćwiczeń kończyny po stronie operowanej, jej pielęgnacji, instruktażu automasażu oraz dalszej kontynuacji rehabilitacji. Dzięki temu kobiety wychodzące ze szpitala mają pewien zasób wiedzy i świadomość, że nie są same ze swoim problemem.

Kontynuacja leczenia usprawniającego odbywa się w Poradni Rehabilitacji w Szpitalu Wojewódzkim w Łomży, gdzie można skorzystać z masażu odprowadzających chłonkę z kończyny, masażu zmiennociśnieniowego pneumatycznego (gdy wystąpi obrzęk limfatyczny), masażu wodnego, ćwiczeń usprawniających indywidualnych i zbiorowych.

Ważna jest kontynuacja ćwiczeń w warunkach domowych, okresowe zajęcia w poradni rehabilitacji oraz udział w turnusach rehabilitacyjnych. Po zakończeniu terapii można skorzystać z leczenia uzdrowiskowego.

Istotna dla samopoczucia jest proteza piersi, dopasowana wielkością, kształtem, ciężarem, a także konsystencją (możliwy jest duży wybór). W pewnych przypadkach można wykonać rekonstrukcję, czyli odtworzenie chirurgiczne piersi.

Pamiętaj, nie jesteś sama. Możemy ci pomóc. Postępujemy zgodnie z hasłem: „Ratować należy nie tylko życie, ale także przywrócić jego wartość”.

EWA IWANOWSKA
(ochotniczka)
ordynator Oddziału Rehabilitacji
Szpitala Wojewódzkiego w Łomży

(Szczegółowe informacje, dotyczące postępowania, można znaleźć w broszurze „Poradnik dla kobiet po odjęciu piersi” K. Mika).





Amazonki

Stoi nas, niestety, wiele
i chociaż chciałby zgadnąć widz,
która z nas Anka, która Zosia,
to nie odgadnie nikt.
Nawet, gdy spytasz o imiona,
jak się nazywasz, powiedz jak,
niby Krystyna, czy Janina
mówimy zawsze tak:

Ref.: Jedno wspólne imię mamy, Amazonki
Wszystkie tak się nazywamy, Amazonki
Dzień za dniem
Tak jak dziś, ręka w rękę, jeden cel,
Wspólna myśl, jaką śpiewać mamy piosenkę.

Zagubiły swe imiona Amazonki,
ale nie są tym zmartwione Amazonki,
że imiona pomylone, no to co
mamy wspólne Amazonki,
Amazonki i już.

KONKURS • KONKURS POKONAĆ LOS

Niebawem ogłosimy konkurs
pod hasłem „Pokonać los” z cen-
nymi nagrodami. Odezwa konkur-
sowa wkrótce w tygodniku „Kon-
takty” oraz w następnym numerze
„Amazonki”

Wyłączny sponsor
specjalnego wydanie
Biuletynu Informacyjnego
„Amazonka”

PREFBET
ŚNIADOWO

II Dni Walki z Rakiem — czerwiec 1999

PROGRAM

pod patronatem: Sławomira Zgrzywy, Marszałka Województwa Podlaskiego
i Jana Turkowskiego, prezydenta Miasta Łomży

Patronat medialny — TV Białystok, patronat prasowy — tygodnik „Kontakty”

- 6 czerwca, godz. 14.00 — wykłady: „Profilaktyka raka piersi”, lek. med. Bogumiła Czartoryska-Arlukowicz (onkolog, chemioterapeuta); „Profilaktyka nowotworów narządu rodowego”, lek. med. Tadeusz Oleszczuk (ginekolog, położnik), świetlica Gminnego Ośrodka Kultury w Pniewie
- 9 czerwca, godz. 18.00 — kabaret „Retro”; sala widowiskowa Podlaskiego Urzędu Wojewódzkiego w Łomży, ul. Nowa 2
- 10 czerwca, godz. 17.00 — wykład: „Rehabilitacja psychofizyczna kobiet po leczeniu raka piersi”, lek. med. Ewa Iwanowska (specjalista rehabilitacji medycznej), sala konferencyjna Szpitala Wojewódzkiego w Łomży, al. Piłsudskiego 11, II piętro,
- 14 czerwca, godz. 17.00 — wykłady: „Profilaktyka nowotworów narządu rodowego”, lek. med. Tadeusz Oleszczuk; „Leczenie chirurgiczne raka piersi z uwzględnieniem zabiegów oszczędzających”, lek. med. Elżbieta Pilawa (chirurg onkolog), sala wykładowa Szpitala Wojewódzkiego w Łomży, al. Piłsudskiego 11, II piętro
- 15 czerwca, godz. 10.00 — wykład „Profilaktyka nowotworów narządu rodowego”, lek. med. Tadeusz Oleszczuk, Gminny Ośrodek Kultury w Małym Płocku
- 25 czerwca, godz. 18.00 — Msza Święta, celebrowana przez J.E. Biskupa Łomżyńskiego Stanisława Stefankę w intencji chorych na raka i ich rodzin, kaplica pod wezwaniem Św. Krzyża, ul. Zawadzka 55 w Łomży

Zapraszamy

Sponsorzy

II DNI WALKI Z RAKIEM CZERWIEC 1999

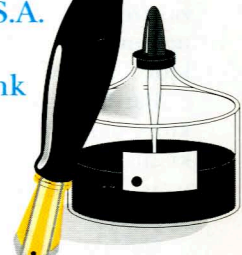
Przedsiębiorstwo Zaopatrzenia Aptek Multi
Pharme w Łomży (wyłączny sponsor
występu kabaretu „Retro”).

Prefbet S.A. Śniadowo (wyłączny sponsor
wydania nr 19 „Amazonki”).

PZU S.A. Życie Oddział w Łomży
(wyłączny sponsor ulotki
„Samobadanie piersi”)

oraz PBK S.A. Oddział w Łomży,
NOVUM Łomża, PZU S.A.
Oddział w Łomży, Compensa S.A.
w Łomży, Schering Warszawa,
Żeneca Polska, PBI Kredyt Bank
Oddział w Łomży, Apteka
z ul. Szosa Zambrowska
w Łomży, Mirosława
Braun ze Stawisk.

Dziękujemy!



STOWARZYSZENIE KOBIEC
Z PROBLEMEM ONKOLOGICZNYM

AMAZONKA

BIULETYN INFORMACYJNY

Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym

Redaguje zespół: Anna Dąbrowska (redaktor naczelny), Ewa Iwanowska,
Bogumiła Czartoryska-Arlukowicz, Tadeusz Oleszczuk.
Adres redakcji: Łomża, Aleja Piłsudskiego 11a, pokój 410,
tel. (0-86) 218-62-81 w. 263, lub 585.
Projekt znaku graficznego — nieodpłatnie: art. plastyk Janusz Czarny.
Skład: Studio „Maciejewscy”, Białystok, ul. Mickiewicza 56
Druk: SPPP „Pogoń”, Białystok, ul. Mickiewicza 56