



STOWARZYSZENIE KOBIEC Z PROBLEMEM ONKOLOGICZNYM

biuletyn informacyjny

BEZPŁATNY KWARTALNIK ISSN 1509-6823

numer 38

Łomża, grudzień 2003 roku

18-404 Łomża, Al. Piłsudskiego 11a pok. 410, tel. (086) 473-32-63, konto: PKO BP o/Łomża, nr 09 10201332 100160401



**Radości rodzinnych spotkań
i serc wypełnionych miłością,
pomyślności i zdrowia**

w Nowym Roku 2004

— życzy redakcja biuletynu

W numerze:

- Szansa na życie ■ Letrazol – czy skuteczny? ■
- Partnerstwo pacjent onkologiczny lekarz – refleksja ■ Prawa pacjenta ■ Kontrolujemy stan swojego zdrowia ■ Trzymaście rad jak żyć ■ Serce – sercu – fotoreportaż z X-lecia ■ Spotkanie oplatkowe ■ Polecamy wartościowe książki ■ Z listów do redakcji ■ Gdzie szukać pomocy? ■

**„Nadzieja to coś,
co trzeba sobie wywalczyć,
nie można jej dostać.”**

Maryanne Vollers

Mija kolejny rok. Dla nas – dla Stowarzyszenia – rok wyjątkowy. Rok Jubileuszu dziesięciolecia działalności, a jednocześnie rok wytężonej pracy i kolejny rok walki o nadzieję.

Nadzieja daje nam siłę i dlatego nie możemy jej utracić. Z nadzieją chcemy więc wkraczać w kolejny rok. Dziś, u progu Nowego 2004 roku, raz jeszcze chcemy wyrazić wdzięczność wszystkim, którzy swą wrażliwością, swym słowem, czy gestem, umacniali naszą nadzieję i pomagali nam odważnie patrzeć przed siebie i widzieć lepsze jutro. Dziękujemy! Nasza działalność nie byłaby możliwa bez tej życzliwości.

Wierzymy, że postępy nauki i wysiłki lekarzy już niedługo doprowadzą do pełnego zwycięstwa nad rakiem.

Wierzymy, że nadchodzące dni będą lepsze niż te, które są za nami.

Wierzymy, że życzliwość wielu Serc, z jaką spotykałyśmy się przez minione dziesięć lat, będzie towarzyszyła nam nadal.

Wierzymy...

Wydano dzięki dotacji Urzędu Miejskiego w Łomży



Szansa na życie

W 1992 roku, kiedy byłem na oddziale ginekologii onkologicznej Centrum Onkologii w Warszawie, stwierdziłem, że to czego się nauczyłem w Akademii Medycznej w Gdańsku zostało już mocno zmieni-
nione. Okazało się, że poprawiono skuteczność leczenia nowotworów, nawet tych, wydawałoby się najbardziej złośliwych. Nowe leki, nowa aparatura, nowe sposoby operacji, diagnostyki i badania. W ciągu kilku lat wiele się zmieniło. W leczeniu nowotworów uzyskujemy coraz lepsze wyniki. Ten postęp jest tak gwałtowny, że pozwala optymistycznie patrzeć w przyszłość.

Z wielkim zaangażowaniem zabrałem się więc do tworzenia wraz z panią doktor Bogumiłą Czartoryską-Arlukowicz poradni ginekologii onkologicznej w Przychodni Onkologicznej w Łomży. Konieczność istnienia takiej przychodni była dla nas oczywista, jako że prowadzenie prawidłowych badań po leczeniu pierwotnym i w trakcie leczenia następnego (np. chemioterapii) tak samo ma wpływ na wynik leczenia jak pierwsza operacja. Każda dziewczyna zgłasza się po leczeniu na kontrolę częściej i ma do wykonania ściśle określone badania, których nie wolno pominąć. Im wcześniej odkryjemy niepokojące sygnały tym wyższe są szanse na wyleczenie.

Na kontrolę do Łomży przyjeżdżały dziewczyny z Grajewa, Wysokiego Mazowieckiego, Kolna, po wyleczeniu w Białymstoku lub Warszawie. Dzięki temu u kilku udało się w porę rozpocząć kolejną terapię i w pełni uratować życie. W tym krótkim czasie mojej pracy w poradni zrozumiałem, jak wielką jest rola profilaktyki onkologicznej i wczesne rozpoznanie. Zwlekanie miesiąc z wizytą u lekarza zmniejsza szansę na wyleczenie nowotworu o 10%. Rozpocząłem więc społeczną pracę. Nadal uczestniczę chętnie w spotkaniach z zaintereso-

wanymi dziewczynami w naszym rejonie, ucząc je profilaktyki. Wspólnie z Amazonkami wiemy, jak ważna jest wiedza na ten temat. Jest to wiedza, która ratuje zdrowie i życie. Spotkania są bardzo ciekawe i często długo rozmawiamy. Nadal obserwuję jednak, że najczęściej zgłoszeń na badanie jest wtedy, gdy któraś z koleżanek w pracy lub ktoś w rodzinie, czy znajoma zachoruje na nowotwór. Wtedy dopiero dostrzegamy, że każdy może zachorować i zaczynamy się badać. Szkoda, że nie robimy tego potem rutynowo, corocznie. Społeczeństwo jest jednak coraz bardziej uświadomione dzięki chociażby takim akcjom Amazonek, które wspólnie pomagają w rehabilitacji i powrocie do zdrowia, a także uświadamiają inne panie o konieczności przeprowadzania badań.

Kilka minut strachu i cały rok spokoju. W naszym społeczeństwie istnieje wiele mitów związanych z nowotworami. Trudno jest walczyć z mitami, ale trzeba to robić nadal, bo czas pokazuje kto ma rację. Ostatnio pojawiły się doniesienia (o których już pisałem), że stosowanie hormonów w wieku okołomenopauzalnym zwiększa ryzyko zachorowania na raka piersi. Zwiększa trochę bardziej niż palenie papierosów, ale dużo mniej niż otyłość. Otyłość dużo bardziej zwiększa zachorowalność na raka piersi (i inne choroby).

Warto śledzić najnowsze zdobycze nauki, które z każdym rokiem wkradają się do kanonów leczenia zmieniając nasze myślenie o nowotworach. Tak jak cukrzyca przed 50-ciu laty była trudna do opanowania, to dziś można z nią żyć. Rak kosmówki był nieuleczalny, dziś można po leczeniu rodzić dzieci i być w pełni zdrowym. Można opanować postępowanie i uzyskać poprawę u chorych na czerniaka. To wszystko pod warunkiem wczesnego wykrycia. Dajcie więc sobie szansę, dziewczyny. Szansę na życie.

dr n. med. Tadeusz Oleszczuk

Partnerstwo pacjent onkologiczny lekarz – refleksja

Spotkanie lekarz pacjent ma wiele aspektów i odbywa się we wszystkich możliwych wymiarach: biologicznym, psychicznym, społecznym i duchowym. Dlatego sprowadzenie tego spotkania tylko do poziomu ekonomicznego jest wielkim zubożeniem nie tylko w każdym konkretnym przypadku ale i w kontekście całego wkładu kultury europejskiej w historię świata.

Obecna ekonomizacja życia społeczne-
go zawiera z jednej strony wiele cech pozytywnych. Pozwala planować przewidywać i zabezpieczać podstawę bytu dzięki stałemu monitoringowi sytuacji finansowej świata, z drugiej jednak strony staje się ogromną pokusą do manipulacji i uprzedmiotowienia człowieka, zamieniając go w element rosnących lub spadających krzywych bilansu zysków i strat. W tej perspektywie dostało się choremu na nowotwór. Musiał zostać zdefiniowany w kategoriach ekonomicznych razem ze swoim kochanym doktorem.

Zgodnie z tą definicją pacjent onkologiczny jest odbiorcą usług opieki zdrowotnej cierpiącym na chorobę nowotworową lub inne problemy związane z tą chorobą. W tym kontekście lekarz jest oczywiście dawcą usług. Natomiast nie lekarz może też być dawcą usług z tym, że jego usługi w wykazie podmiotów ekonomicznych są zarejestrowane jako działalność gospodarcza.

Definicja pacjenta onkologicznego oparta tylko na kryteriach ekonomicznych wyklucza autentyczne partnerstwo pomiędzy pacjentem chorym na nowotwór, a leczącym go lekarzem. Człowiek ograniczony barierami ekonomicznymi może utracić podstawową zasadę swojego działania i podejmowania decyzji jaką jest wolność. Sytuacja w naszej służbie zdrowia jest tego świetnym przykładem. Lekarz nie jest partnerem pacjenta, ale partnerem albo może lepiej klientem fundatora usług – Kasy Chorych.

Autentyczne partnerstwo potrzebuje wolności. Na jej bazie partnerstwo ewoluuje w formę wyższą, w przyjaźń. Lekarz w takim ujęciu stopniowo nie tylko świadczy usługę pacjentowi, ale istnieje dla drugiej osoby. Wtedy nie tylko ma zawód, który pozwala świadczyć usługę dla jego biocyta, ale istnieje dla pacjenta staje się stylem życia lekarza nie oderwania od niego samego.

Wydaje się, że taki stosunek siebie do wykonywanych przez siebie w społeczeństwie funkcji, jest może idealistyczną, ale jednak jakąś propozycją dla optymalnych stosunków nie tylko na linii pacjent lekarz i dla całego społeczeństwa. Ład społeczny, którego podstawą jest przyjaźń!!! – jakie to wzniosłe i piękne.

Poza wolnością i przyjaźnią ważną zasadą osoby jest jej godność. Immanuel Kant napisał przed laty:

„Postępuj tak abyś człowieczeństwo tak w twojej osobie jak też w osobie każdego innego używał zawsze zarazem jako celu, nigdy tylko środka” co można krótko ująć, że człowiek jest celem wszelkiego działania. Tak więc podmiotowość prawnomoralna osoby nie „sprawia” godności człowieka jest tylko odkryciem i opisaniem faktu, który jest naj-



Letrazol skuteczny po 5-letnim leczeniu tamoksyfenem

Wyniki pierwszego etapu badania oceniającego zastosowanie letrazolu po leczeniu tamoksyfenem u kobiet z rakiem piersi wykazały radykalnie (43 proc.) zmniejszone ryzyko nawrotów oraz znamienne dłuższy czas przeżycia wolny od choroby.

Międzynarodowe badanie kliniczne III fazy raka piersi z udziałem 5200 kobiet, oznaczone symbolem MA-17, jest pierwszym badaniem poświęconym skuteczności stosowania inhibitora aromatazy letrazolu (Femara, Novartis) w przedłużonym leczeniu adjuwantowym obejmującym okres po pięcioletnim pooperacyjnym leczeniu tamoksyfenem. W tym okresie u kobiet zazwyczaj nie stosuje się leczenia farmakologicznego, pomimo utrzymującego się zagrożenia nawrotem raka piersi.

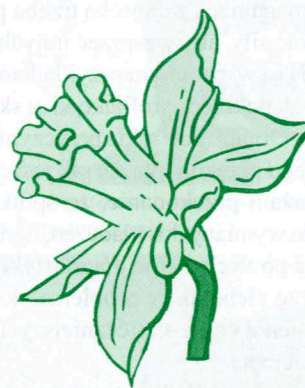
Dane uzyskane w okresie kontrolnym trwającym średnio 2,4 lat w grupie otrzymu-

jącej letrazol wykazały tymczasem aż 43-proc. zmniejszenie ryzyka nawrotów choroby w porównaniu z placebo oraz znamienne ograniczenie (46 proc.) rozwoju choroby w drugim gruczole piersiowym. „Informacje te skłoniły Niezależną Komisję ds. Monitorowania Danych do wprowadzenia zmiany w grupie kontrolnej badania. Pacjentki w grupie kontrolnej mają możliwość przejścia z placebo na letrazol” – poinformowano na konferencji prasowej online 9 października br. Tym samym badanie planowane na 5 lat zostało wstrzymane. Wyniki opublikowane zostaną w *New England Journal of Medicine* z datą 6 listopada.

Według Canadian Cancer Society, ponad 50 proc. nawrotów raka piersi u kobiet występuje w pięć lat po początkowym rozpoznaniu. Tamoksyfen uznawany jest za złoty standard leczenia hormonalnego podczas

pierwszych pięciu lat terapii w tej populacji chorych. „Jak dotąd nie istniał żaden sposób leczenia o udowodnionej skuteczności do stosowania po terapii tamoksyfenem, który przeciwdziałałby utrzymującemu się zagrożeniu wystąpienia nawrotu raka piersi” – podkreślił lek. med. Paul Goss, dyrektor Breast Cancer Prevention and Research, Princess Margaret Hospital w Toronto w Kanadzie, który kierował zespołem badaczy. – Ogłoszone dziś wyniki przynoszą pierwsze dowody kliniczne na to, że przedłużone leczenie adjuwantowe letrazolem po pięcioletnim okresie podawania tamoksyfenu może mieć istotny wpływ na całościowy wynik leczenia u pacjentek w wieku pomenopauzalnym cierpiących na raka piersi”.

(Przedruk: *Puls medycyny*, październik 2003)



Człowiek w swoim najpełniejszym wydaniu jest jedyną istotą na ziemi, która potrafi organizować materię do celów nie materialnych i to jest to miejsce, z którego jest w stanie dotrzeć do przestrzeni wiary. To z tej przestrzeni bierze moc i miłość do świata, a wiadomo że jeżeli kogoś kochamy, to potrafimy odkryć w nim znacznie więcej niż pokazują wyniki badań laboratoryjnych i nowoczesne techniki obrazowe. Co ciekawsze to podziw, miłość i wolność były podstawą wielu odkryć nie tylko w dziedzinach humanistycznych ale i w fizyce.

Maria Skłodowska-Curie wielokrotnie podkreślała, że nie żałuje morderczej pracy nad wynalezieniem izotopów, gdyż cały czas prowadziła ją nadzieja, że jej odkrycie uwolni człowieka od cierpień związanych z chorobą nowotworową. Nie opatentowała wynalazku, aby zwiększyć jego dostępność niezależnie od możliwości finansowych instytucji chcących wprowadzić radioterapie do praktyki lekarskiej.

Wszystkie te zasady osoby: godność, wolność, miłość, poznanie wykreowanie jeszcze w starożytnych Atenach stały się podstawą zdefiniowania pojęcia humanizmu przez Jana Pawła II jako pewnej wizji, której zawsze pragnęła, oparta na tradycji chrześcijańskiej Europy.

Ten humanizm „głosi wizję człowieka i jego niezbywalnych praw, wokół wartości sprawiedliwości i pokoju wokół prawidłowych relacji między jednostkami, społeczeństwem i państwem kierującym się logiką solidarności i pomocniczości”.

Spotkanie lekarza i pacjenta wychowanych w tradycji europejskiej musi więc uwzględnić te wszystkie elementy, które składają się na jedyną w swoim rodzaju tradycję europejskiej myśli humanistycznej. O tym, że ta tradycja jest wciąż żywa w Europie świadczy Deklaracja Wspólna w Sprawie Wdrożenia i Przestrzegania Praw Pacjenta Onkologicznego opublikowana w *Journal Officiel* dnia 5 marca 2002

roku. Wychodząc z definicji ekonomicznej pacjenta, która w odczuciu każdego jest ogromnym uproszczeniem, w Deklaracji rozwinięto w sposób prawniczy większość wątków gwarantujących prawidłowe stosunki pomiędzy pacjentem i lekarzem. Nie pominięto żadnego obszaru osoby nawet w jej klasycznej definicji jako najdoskonalszego bytu transcendującego inne naturalne przyrodnicze formy istnienia.

Deklaracja została przygotowana w oparciu o szereg historycznych międzyrządowych dokumentów broniących godności osoby, które pojawiły się na świecie w wyniku refleksji nad tragedią II Wojny Światowej, rozpoczynając od Światowej Deklaracji Praw Człowieka z 1948 roku kończąc na Paryskiej Karcie Walki z Rakiem (2000).

Na koniec krótka refleksja. Deklaracja Wspólna w Sprawie Wdrożenia i Przestrzegania Praw Pacjenta Onkologicznego ma ogromną wartość proceduralną normującą i w pewnym sensie ułatwiającą zrozumienie i tworzenie prawidłowych relacji pacjent onkologiczny lekarz. Z drugiej strony jednak wiadomo, że wartość tego typu dokumentów w dużej mierze zależy od tego czy będą one ułatwiały odkrywanie i potęgowanie autentycznych humanistycznych wartości które istnieją w nas, czy też będą stanowiły narzędzie do tworzenia „zewnątrznie poprawnych” a w środku pustych i wzajemnie uprzedmiotowiających stosunków pacjent – lekarz. W tym miejscu nie do przecenienia jest rola organizacji pacjentów chorych na choroby onkologiczne takich jak na przykład „Amazonki”, to one mogą przez tworzenie odpowiedniej atmosfery być naturalnym sprzymierzeńcem aktualizacji potencjalnego dobra, które zawiera Deklaracja Wspólna w Sprawie Wdrożenia i Przestrzegania Praw Pacjenta Onkologicznego.

Dr med. Wiktor Chmielarczyk
Centrum Onkologii w Warszawie



Białystok, 17 października 2003 r.

WOJEWODA PODLASKI

15-213 Białystok, ul. Mickiewicza 3
PS.V.0717/143/03

**Stowarzyszenie Kobiet
z Problemem Onkologicznym
w Łomży**

Szanowni Państwo,
serdecznie dziękuję za zaproszenie na konferencję naukowo-szkoleniową nt. „Rak w XXI wieku przyczyny, zagrożenia, nadzieje”.

Organizowane z okazji X-lecia działalności Stowarzyszenia spotkanie jest manifestacją potrzeby zjednoczenia wszystkich w walce z chorobami nowotworowymi. Konieczna jest konsolidacja społeczeństwa i środowisk medycznych celem uzyskania możliwości szybkiej poprawy tej niekorzystnej sytuacji.

W zmaganiach z chorobą trzeba przełamywać ból, zmęczenie i znajdować siły, aby wesprzeć innych. Kobiety należące do Stowarzyszenia są wspaniałym przykładem, że niezwykła siła ducha oraz wiara w głęboki sens profilaktyki są skutecznym narzędziem w walce z rakiem. Organizacje takie przyczyniają się do przełamania ogólnie panującego przekonania, że rak jest chorobą nieuleczalną.

Wyrażam przekonanie, że spotkania tego typu są doskonałą okazją do wymiany doświadczeń, ugruntowania kwestii naukowych, poznania nowych metod diagnostyki i leczenia.

Wierzę głęboko, że problematyka obrad przyczyni się do upowszechnienia coraz skuteczniejszych sposobów terapii w trosce o dobro pacjenta.

Mam nadzieję, że Państwa zamierzenia i oczekiwania zostaną zrealizowane z sukcesem. Życzę Państwu owocnych obrad oraz wielu satysfakcji w życiu zawodowym i osobistym.

*Wojewoda Podlaski
Marek Strzaliński*

* * *

Szanowni Państwo!

Z satysfakcją przyjąłem patronat nad dzisiejszą konferencją naukową „Rak w XXI wieku – przyczyny, zagrożenia, nadzieje”.

W ostatnich latach nastąpił znaczny postęp medycyny w rozpoznawaniu i leczeniu raka. Udoskonalona aparatura medyczna, nowe odkrycia naukowe pozwalają na wykrywanie nowotworów w coraz wcześniejszej fazie ich rozwoju, dając tym samym nadzieję na przyszłość, poprawiając rokowanie, zaś sposoby leczenia są mniej przykre dla chorych. Problematyka ta będzie przedmiotem rozważań konferencyjnych.

Dzisiejsze spotkanie ma jednak wymiar szczególny, zbiega się bowiem z X rocznicą powstania Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym.

Rak jest chorobą, z którą należy walczyć na wszystkich płaszczyznach – przez ciało, umysł, uczucia i duszę. Żadne lekarstwo, żadna terapia nie są cenniejsze i pożyteczniejsze niż oddany Przyjaciel, do którego zawsze można się zwrócić o pomoc w chwilach zwątpienia i zagubienia. Osoba walcząca z chorobą potrzebuje kogoś kto będzie ją wspierał, wyciszy niepokój, pomoże w przystosowaniu się do rzeczywistości.

Jestem pewien, że na miano takiego Przyjaciela zasługują Członkinie Stowarzyszenia. Ich obecność i to co robią przynosi niewy-



Szanowne Panie, ale przede wszystkim – Drogie Amazonki,
myślę, że najpiękniejsze i najbardziej wytrwałe kobiety, jakie mogłem w życiu poznać, kobiety, które potrafią walczyć, nie tracąc nadziei i w trudnych sytuacjach mają jeszcze tyle optymizmu.

Chciałbym Wam życzyć spełnienia tej nadziei i tego optymizmu. Dzisiaj łomżyński klub Amazoнок obchodzi 10-lecie swojego istnienia. 10 lat, to nie tylko życie wewnątrz klubu, to również pomoc wielu innym kobietom, które dotknęła ta straszna choroba. Walka z rakiem piersi, to także walka o jutro.

Będąc dziś wśród Was uświadamiam sobie, że wielka polityka jakby gdzieś mi umknęła. Na myśl mi przychodzą inne słowa i utwierdzam się w przekonaniu, że właśnie każdy polityk powinien być nie tylko pokorny, ale przede wszystkim służyć ludziom i Wy, Amazonki, mnie tej pokory uczycie.

Chciałbym dzisiaj życzyć Wam abyście nie traciły nigdy wiary, że właśnie jutro może być lepsze i że możecie w każdej chwili wrócić do normalnego życia. Dzisiaj właśnie udowadnianie, że tak jest.

Życzę Wam, aby Wasz klub był nadal symbolem nieustającej walki i sukcesu, bo odnosicie te sukcesy na co dzień.

Natomiast ja przyrzekam, że słowa danego Pani Prezes i Amazonkom dotrzymam. Nie zdradzam przed kamerami o co chodzi, ale... do zobaczenia każdego dnia w Łomży i poza Łomżą.

I jeszcze raz z całego serca moje najlepsze życzenia Wam i Waszym bliskim.

*Mieczysław Czerniawski
poseł na Sejm RP*

* * *

mierne korzyści chorym, ich bliskim – w postaci emocjonalnego i praktycznego wsparcia, ułatwienia im podejmowania osobistych decyzji i znalezienia motywacji powrotu do zdrowia oraz uzyskania możliwie najlepszej jakości życia. Od początku istnienia Stowarzyszenia, jego Członkinie propagują ideę poznania choroby, mówienia o niej bez osłonek. Jest to bardzo trudne i wymaga pokonania wielu barier natury psychicznej i krążących stereotypów myślowych, lecz tylko postawa otwartości może stać się skutecznym orężem w walce z chorobą.

Z okazji tego pięknego Jubileuszu chcę wyrazić głęboki szacunek i uznanie dla Założycieli, Twórców, Członków, Sympatyków – wszystkich, którzy przyczynili się do powstania i rozwoju Stowarzyszenia.

To właśnie Oni, kierując się przesłaniem Phila Bosmansa „Mam oczy, aby dostrzec innych, uszy, aby słyszeć, stopy, aby iść w ich stronę, ręce, aby je podawać, i serce, aby kochać” dodają otuchy, odwagi, służą wsparciem i rzetelną wiedzą.

Życzę Państwu dzielności i wytrwałości na kolejne lata pracy, a wszystkim Uczestnikom dzisiejszego spotkania owocnych obrad i cennych przemyśleń.

*Starosta Łomżyński
Wojciech Kubrak*



Główne obchody 10-lecia działalności Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży miały miejsce 17 października w sali konferencyjnej Szpitala Wojewódzkiego. Gratulacje i życzenia złożył nam prezydent Łomży Jerzy Brzeziński oraz przedstawiciele Wojewody Podlaskiego i Starosty Łomżyńskiego.

Ewa Iwanowska – twórczyni i pierwsza prezes Stowarzyszenia oraz Anna Dąbrowska – obecna prezes Zarządu, mówiły o początkach i dzisiejszym dniu Stowarzyszenia, o formach pracy, o sukcesach.

Następnie odbyła się konferencja naukowo-szkoleniowa „Rak w XXI wieku – przyczyny, zagrożenia, nadzieje”. Interesujące wykłady wygłosili wybitni specjaliści onkolodzy: prof. Zbigniew Wronkowski, doc. Tadeusz Pieńkowski, dr Bogumiła Czartoryska-Arlukowicz, dr Wiktor Chmielarczyk, dr Hanna Tchórzewska i dr Małgorzata Wagner-Oleszczuk.

Konferencji towarzyszyły prezentacje firm farmaceutycznych oraz wystawa poświęcona różnym formom pracy Stowarzyszenia.



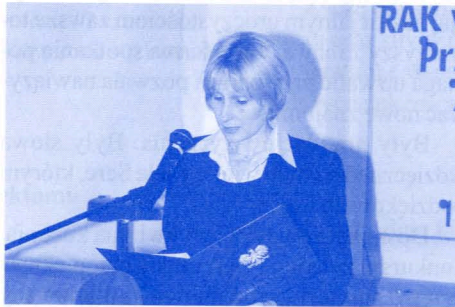
Ewa Iwanowska – twórczyni, pierwsza prezes Stowarzyszenia



Anna Dąbrowska – obecna prezes Zarządu Stowarzyszenia



Jerzy Brzeziński – prezydent Łomży



Przedstawicielka Starosty Łomżyńskiego



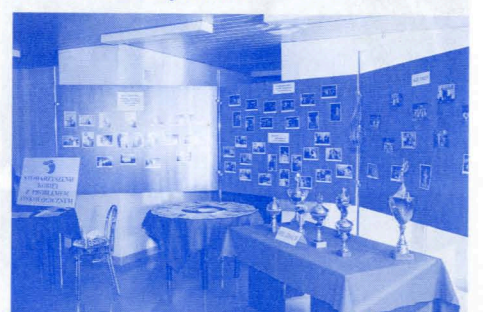
W holu przygotowano wystawę poświęconą 10-leciu Stowarzyszenia



Dr Bogumiła Czartoryska-Arlukowicz



Dr n. wf Hanna Tchórzewska



Puchary, to tylko niewielka część „trofeów” wywalczonych przez łomżyńskie Amazonki



Serce – Sercu. Symboliczny dowód wdzięczności za życzliwość



Dr n. med. Tadeusz Pieńkowski



Działalność wydawnicza Stowarzyszenia to wielotematyczny wachlarz



Salę konferencyjną Szpitala Wojewódzkiego wypełnili zaproszeni goście oraz członkinie Stowarzyszenia i ich bliscy





W zawsze gościnnych progach hotelu „Zbyszko” w Nowogrodzie spotkaliśmy się wieczorem 18 października, by w gronie przyjaciół cieszyć się Jubileuszem. To już tradycja, że oficjalnym uroczystościom zawsze towarzyszy zabawa. Taka forma spotkania pomaga utrwalić przyjaźnie i pozwala nawiązywać nowe znajomości.

Były gratulacje i życzenia. Były słowa wdzięczności i było wiele, wiele Serc, którym podziękowało Serce.

Doskonała muzyka i wykwintna kuchnia, konkursy, zabawy i upominki, przepiękny i przepyszny tort „urodzinowy” ufundowany przez Amoę, uśmiechnięte twarze rozbawionych gości, to wszystko sprawiło, że czas płynął szybciej niż zwykle.

*Niech żyje bal,
bo to życie, to bal jest nad bale!*





**Stowarzyszenie Klub Kobiet po Mastektomii
„AMAZONKI”**

02-781 Warszawa, ul. W. K. Roentgena 5
tel. 643-91-85, fax 648-02-14

Drogie Przyjaciółki!

Z okazji X-lecia Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży składamy Wam wyrazy uznania za dotychczasowy wkład w dzieło pomocy kobietom walczącym z rakiem piersi.

Życzymy dalszych sukcesów w Waszej pięknej pracy i satysfakcji z tego co robicie.

Niech nadzieja i wytrwałość pozwolą Wam nadal iść naprzód i pokonywać trudności.

Życzymy Wam zdrowia, osiągnięcia wszystkiego co w życiu najlepsze i najcenniejsze, a także następnych wspaniałych Jubileuszy.

*Z wyrazami miłości i szacunku
„Amazonki” Warszawa – Centrum*

Warszawa, 17 października 2003 r.

* * *

**Federacja Polskich Klubów Kobiet po Mastektomii
„Amazonki”**

Członek Światowej Organizacji „Reach to Recovery”

Poznań, dnia 17.10.2003 r.

**Stowarzyszenie z Problemem
Onkologicznym w Łomży**

Kochana Aniu, Drogie Koleżanki

Pozwolę sobie być wyraziicielką Amazonek ze wszystkich Klubów i szczerze pogratulować Wam dotychczasowych sukcesów, a jest ich niemało.

W ciągu minionych 10 lat miałam okazję nie tylko obserwować Wasze działania, ale wspólnie w nich uczestniczyć, przede wszystkim w pierwszych latach działalności.

Klub Ziemi Podlaskiej pod wodzą niestrudzonej Ewy Iwanowskiej, a obecnie Ani Dąbrowskiej na stałe wpisał się w krajobraz pomocowy i prozdrowotny miasta Łomży, a potrzeby społeczne i zdrowotne kobiet wygrywających z rakiem” pozytywnie zweryfikowały sens jego istnienia.

10 lat pracy dla dobra środowiska kobiet dotkniętych chorobą nowotworową i ich rodzin, to nie tylko satysfakcja, ale także zmudna, wyczerpująca praca trwająca dzień po dniu.

Dziś w dniu Waszego święta, cieszymy się razem z Wami i serdecznie gratuluję tych 10 lat. Dziękuję Tobie Ewuniu, Aniu, Halinko, Bogusiu za minione lata wspólnych zmagania z chorobą i losem. Lat szalonych, radosnych spotkań, realizacji wielu cennych inicjatyw i wspólnej pracy. W tych latach były także ból, rozstania i łzy. I pewnie one najbardziej łączą i wskazują na nie gasnącą potrzebę ludzkiej solidarności tak w cierpieniu, jak i w chwilach szczęścia.

Nie sposób wyrazić słów wdzięczności Pani dr Małgorzacie Czarotorskiej-Arlukowicz oraz Panu dr Tadeuszowi Oleszczukowi za niesamowicie ogromne serce, życzliwość i zrozumienie naszych działań.

Wspólna praca na rzecz walki z rakiem piersi daje wspaniałe wymierne wyniki.

Dlatego też życzymy wszystkim ludziom zaangażowanym w pracę Waszego Klubu dużo zdrowia i radości płynącej z pracy na rzecz kobiet potrzebujących pomocy oraz duchowego wsparcia.

Natomiast wszystkim Amazonkom, którym służy klub, życzę zadowolenia, zdrowia, sprawności oraz pogody ducha.

Łączę pozdrowienia

Krystyna Wechamman
Prezes Federacji

*„Życie jest krótkie, zatem nie pozostało nam wiele czasu na to,
aby rozradować serca tych, którzy razem z nami podążają ciemną doliną.”
Henri Frederic Amiel*

**Pani Anna Dąbrowska
Prezes Stowarzyszenia Kobiet
z Problemem Onkologicznym w Łomży**

Droga Pani Aniu,

Jestem wdzięczna za zaproszenie mnie na .świętowanie Jubileuszu X-lecia Stowarzyszenia, któremu Pani przewodniczy.

Pragnę w imieniu Polskiej Grupy Farmaceutycznej złożyć na Pani ręce serdeczne gratulacje i życzenia dla wszystkich Pań zrzeszonych w Stowarzyszeniu.

Życzę odwagi i wytrwałej cierpliwości przy akceptacji rzeczywistości oraz siły w przekazywaniu miłości.

Gratuluję wspaniałych osiągnięć w ciągu minionych 10 lat i życzę dalszych sukcesów i kolejnych Jubileuszy.

*Janina Szymańska
Prezes Zarządu PGF sp. z o.o. w Łomży*

Łomża, dnia 18.10.2003 r.

* * *

DYPLOM DOBRĘGO SERCA

Mimo wszystko

*Ludzie są nierozsądni,
Nielogiczni, samolubni.
Kochaj ich mimo wszystko.
Jeśli czynisz dobro,
Ludzie oskarżają Cię o ukryte, egoistyczne pobudki.
Czyń dobro mimo wszystko.
Jeśli osiągniesz sukces,
Zyskasz fałszywych przyjaciół i prawdziwych wrogów.
Osiągaj sukcesy mimo wszystko.
To, co dzisiaj zrobiłaś dobrze,
Jutro będzie zapomniane.
Rób dobrze mimo wszystko.
Uczciwość i szczerowość sprawiają, że będziesz słaba.
Bądź uczciwa i szczerza mimo wszystko.
To, co budujesz latami, może być zniszczone przez jedną noc.
Buduj mimo wszystko.
Ludzie naprawdę potrzebują pomocy,
Ale będą Cię atakować, jeśli im pomożesz.
Pomagaj, mimo wszystko.
Daj światu, co masz najlepszego
A dostaniesz od świata po głowie.
Daj światu co masz najlepszego... ..mimo wszystko.*



Trzask łamanego opłatka

Boże Narodzenie, to najbardziej rodzinne święta. Wszyscy czekamy na nie co roku jak czeka się na coś niepowtarzalnego. Wyjątkowy charakter wieczoru wigilijnego i wyjątkowy nastrój, jaki wprowadza rozświetlona choinka ma w sobie coś, co przynosi w beztrudne lata dzieciństwa, co pozwala oderwać się od problemów codzienności.

Stowarzyszenie Kobiet z Problemem Onkologicznym od początków swego istnienia organizuje spotkania wigilijne. W tym roku spotkaliśmy się 8 grudnia w Centrum Katolickim.

Najpierw uczestniczyliśmy w Mszy świętej celebrowanej przez naszego opiekuna duchowego – księdza Andrzeja Godlewskiego w kaplicy Matki Bożej Częstochowskiej. Liturgia, z racji święta Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny, ukierunkowała nasze myśli ku gotowości na przyjęcie Bożej woli. Ksiądz Andrzej ukazał nam Maryję jako wzór bezprzykładnego zaufania Bogu we wszystkim i oddania swego życia w ręce Stwórcy.



W jednej z sal Centrum Katolickiego powstaje „Salonik Hanki Bielickiej”, który mieliśmy okazję odwiedzić. Zgromadzone tam zostały rekwizyty i pamiątki, ofiarowane przez samą panią Hankę. Słynna łomżynianka jest bardzo związana z naszym Stowarzyszeniem, czemu wielokrotnie dawała dowody uczestnicząc w obchodach Czerwcowych Dni Walki z Rakiem oraz Balu Życzliwych Serc.

Samo spotkanie wigilijne zostało przygotowane w sali Jana Pawła II.

Swoją obecnością zaszczytili nas wyjątkowi goście: ksiądz biskup Stanisław Stefanek – ordynariusz diecezji łomżyńskiej, pan Marek Strzaliński – wojewoda podlaski oraz pan Jerzy Brzeziński – prezydent Łomży. Byli też współpracownicy i przyjaciele Stowarzyszenia.

Witając wszystkich pani Anna Dąbrowska – prezes Stowarzyszenia podkreśliła, że kończący się jubileuszowy rok działalności był kolejnym okresem pracy dla dobra środowiska chorych na nowotwory i ich rodzin. Stowarzyszenie, dzięki życzliwości wielu osób i instytucji, z nadzieją patrzy w przyszłość, a dostrzegając społeczną akceptację podejmowanych inicjatyw zamierza nadal doskonalić formy pracy i działać na rzecz środowiska.

Ksiądz biskup Stanisław Stefanek zaakcentował duchowy wymiar działań Stowarzyszenia. Stwierdził, że praca podejmowana przez kobiety doświadczone przez chorobę ma wielką, wyjątkową wartość. Autentyzm jaki w geście pomocy niesie dłoń wyciągnięta ku komuś, komu świat zdaje się walić, jest znakiem prawdziwej nadziei i to nadziei opartej na doświadczeniu kogoś, kto sam ocalił swój świat.

Pan wojewoda Marek Strzaliński wyraził przekonanie, że nie sposób przecenić społecznego aspektu dziesięcioletniej pracy Stowarzyszenia. Umiejętność przełamania muru milczenia na temat raka oraz umiejętność skupie-

nia wokół problemu chorób nowotworowych całej rzeszy życzliwych osób i instytucji jest wielkim osiągnięciem wszystkich pracujących na rzecz Stowarzyszenia. Wszystkim też – założycielom, władzom i członkiniom oraz współpracownikom Stowarzyszenia pan wojewoda wyraził swoją wdzięczność.

Pan Jerzy Brzeziński – prezydent Łomży w ciepłych słowach scharakteryzował, utrwaloną już w łomżyńskim pejzażu organizacji pozarządowych, pozycję Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym. Zauważył, że działania podejmowane przez łomżyńskie „Amazonki” służą bezpośrednio mieszkańcom miasta, a osiągnięcia Stowarzyszenia sławią imię Łomży w całym kraju.

Niespodzianką, najmiłą dla samych zainteresowanych, były odznaczenia państwowe przyznane sześciu członkiniom Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży.

Postanowieniem Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 15 października 2003 roku, na wniosek Wojewody Podlaskiego, za zasługi w działalności społecznej na rzecz profilaktyki i leczenia chorób nowotworowych odznaczone zostały:

Złotym Krzyżem Zasługi: Anna Danuta Dąbrowska i Ewa Anna Iwanowska,

Srebrnym Krzyżem Zasługi: Barbara Bałazy, Halina Drożyner, Halina Potocka i Janina Zielińska.

Aktu dekoracji dokonał pan Marek Strzaliński – wojewoda podlaski.

Serdecznie gratulujemy!

Dziękując za odznaczenia, Anna Dąbrowska stwierdziła, że są one dowodem uznania dla całego Stowarzyszenia. Jednocześnie zobowiązują do dalszej pracy w służbie chorym na nowotwory i ich rodzinom.





Główną część spotkania wigilijnego rozpoczął nasz opiekun duchowy – ksiądz Andrzej Godlewski. Potem cichy trzask łamanego oplatka, mocniejsze uderzenia serc, ciepłe spojrzenia spotykające się w połowie drogi, i życzenia... Obyśmy za rok...

Na stołach czerwony barszcz, paszteciki z grzybami, faszerowana ryba, sałatki i pachnące ciasta.

Salę Jana Pawła II wypełniły znane wszystkim dźwięki polskich kolęd, a potem wspólny, radosny śpiew.

A na koniec – święty Mikołaj (wraz z pomocnikami) z koszami pełnymi uroczych podarków.

To już naprawdę Boże Narodzenie...

– Bogda





Trzyście rad jak żyć

- Nie kocham Cię za to kim jesteś, ale za to jaki jesteś kiedy przebywam z Tobą.
- Nikt nie zasługuje na Twoje łzy, a ten kto na nie zasługuje na pewno nie doprowadzi Cię do płaczu.
- Jeśli ktoś nie kocha Cię tak, jak byś tego chciała, nie oznacza to, że nie kocha Cię on z całego serca i ponad życie.
- Prawdziwy przyjaciel jest z Tobą na dobre i na złe.
- Najbardziej odczujesz brak jakiejś osoby, kiedy będziesz siedziała obok niej i będziesz wiedziała, że ona nigdy nie będzie Twoja.
- Nigdy nie przestawaj się uśmiechać, nawet gdy jesteś smutna, ponieważ nigdy nie wiesz, kto może się zakochać w Twoim uśmiechu.
- Być może dla świata jesteś tylko człowiekiem, ale dla niektórych ludzi jesteś całym światem.
- Nie trać czasu z kimś kto nie ma go, aby go spędzić z Tobą.
- Być może Bóg chciał, abyś poznała wielu złych ludzi zanim poznasz tę dobrą osobę, abyś ją mogła rozpoznać, kiedy się ona w końcu pojawi.
- Nie płacz, że coś się skończyło, tylko uśmiechnij się, że Ci się to przytrafiło.
- Zawsze znajdzie się ktoś, kto Cię skrytykuje. Zdobywaj zaufanie ludzi i uważaj na tych, których zaufanie już straciłaś.
- Stań się lepszym człowiekiem. I zanim poznasz kogoś upewnij się, że znasz siebie i że nie będziesz chciała tak, jak on chce, ale będziesz sobą.
- Nie biegnij za szybko przez życie, bo najlepsze rzeczy zdarzają się nam wtedy, gdy najmniej się ich spodziewamy.
- I pamiętaj, wszystko, co się nam przytrafia, dzieje się zawsze z jakiegoś powodu.

Prawa pacjenta

Jako lekarz często jestem pierwszą osobą, która informuje chorego, jakie ma uprawnienia. Na przykład, że może przeczytać własną dokumentację medyczną. Okazuje się, że pacjenci nie znają swych praw lub ich nie rozumieją. Tymczasem, zgodnie z międzynarodowymi kodeksami należą one do podstawowych praw człowieka, a w Polsce są umieszczone w różnych ustawach i przepisach wykonawczych. W 1998 roku ówczesny minister zdrowia zalecił publiczne udostępnienie tzw. Karty Praw Pacjenta. Niczego to jednak nie zmieniło. Po pierwsze z powodu niskiej świadomości prawnej Polaków. Po drugie z powodu specyficznej relacji między lekarzem a pacjentem.

Światowa Organizacja Zdrowia podkreśla, że w stosunku do pracownika ochrony zdrowia pacjent jest zawsze stroną słabszą: nie w pełni sprawny, uzależniony od tych, którzy sprawują nad nim opiekę medyczną, zdany na ich wiedzę i umiejętności. W tym układzie personel zawsze wie lepiej, czego

pacjenci potrzebują, a nawet czego oczekują. Lekarz przekazuje im informacje wybiórczo, cenzurując je, oczywiście w imię dobra chorego. I to Polakom odpowiada. Poważają i cenią takiego lekarza, który bez dyskusji podejmuje arbitralne decyzje z wyżyn swojej medycznej wiedzy. W krajach anglosaskich natomiast ten paternalistyczny typ stosunków jest źle oceniany i bardzo niepopularny.

W Polsce nie do pomyślenia jest również oczywista na Zachodzie sytuacja, kiedy to po wysłuchaniu propozycji leczenia pacjent mówi: „Dziękuję, ale chcę zasięgnąć jeszcze innej opinii. Czy mógłby mi pan, doktor polecić lekarzy tej specjalności?” (Pomijam tu możliwość przewidzenia negatywną reakcję znacznej części polskich lekarzy.) Pacjent sporadycznie zadaje pytania o inne metody leczenia. A przecież medycyna zmieniła się na tyle, że prócz sytuacji nagłych zagrożeń życia zazwyczaj jest kilka różnych możliwości.

Zilustruję to przykładem ze swojej dziedziny. Jak wiadomo, w przypadku wczesnego raka piersi o niskim stopniu zaawanso-

wania nie zawsze trzeba amputować pierś. Aby ustalić, czy nie ma przeciwwskazań do leczenia z zaoszczędzeniem gruczołu piersiowego konieczne są dodatkowe badania. Jeżeli ich wyniki pozwalają na wybór: amputacja czy leczenie, proponuję, by dokonała go pacjentka. W tym momencie spotykam się zazwyczaj z pełnym niezrozumieniem: „Jak to? Przecież nie jestem lekarzem i nie wiem, co jest lepsze”. Przyznanie chorej prawa do decyzji sprawia, że zaczyna ona wątpić w autorytet lekarza („Może nie jest dobry, skoro nie wie, jak mnie leczyć?”).

Jestem przekonana, że ta relacja lekarz – pacjent się zmieni, choć nie od razu: Myślę, że takie czasopisma jak „Zdrowie” mają do odegrania ważną rolę w upowszechnianiu praw pacjenta.

*Dr n. med. Monika Nagadowska
chirurg onkolog kierownik Kliniki
Nowotworów Piersi
i Chirurgii Rekonstrukcyjnej Centrum
Onkologii, Warszawa*

(Przedruk „Zdrowie” nr 9, wrzesień 2003)

— KALENDARIUM —

grudzień 2003 r.

- 5 – zebranie zarządu Stowarzyszenia
- 8 – uroczyste spotkanie wigilijne w Centrum Katolickim ul. Zawadzka 55
 - godz. 17.00 Msza św. w kaplicy
 - godz. 17.40 spotkanie oplatkowe
- 17 – zebranie zarządu Stowarzyszenia

* * *

styczeń 2004 r.

- 5 – spotkanie członkiń – godz. 17.00 sala konferencyjna Szpitala Wojewódzkiego w Łomży, II p.
- 12 – zebranie zarządu Stowarzyszenia
- 19 – zebranie zarządu Stowarzyszenia
- 26 – zebranie zarządu Stowarzyszenia

* * *

luty 2004 r.

- 2 – spotkanie członkiń – godz. 18.00 sala konferencyjna Szpitala Wojewódzkiego w Łomży, II p.
- 9 – zebranie zarządu Stowarzyszenia
- 14 – Walentynkowy Bal Życliwych Serc
- 23 – zebranie zarządu Stowarzyszenia

* * *

marzec 2004 r.

- 1 – spotkanie członkiń – godz. 18.00 sala konferencyjna Szpitala Wojewódzkiego w Łomży, II p.
- 15 – zebranie zarządu Stowarzyszenia.

— KALENDARIUM —



List do redakcji

Dzielne Kobiety. Kochane, dzielne!

Jubileusz 10-lecia... Listy pochwalne, gratulacje, życzenia. Nie otrzymałyście listu od prezydenta ani od Pierwszej Damy naszego kraju, chociaż za mniejsze, uboższe dokonania otrzymuje się medale. „Jeśli uratowaliście jednego człowieka – uratowaliście cały naród”. Patrzę na Wasze wspólne zdjęcie w jubileuszowym biuletynie... na piękne, zadbane kobiety, nawet uśmiechnięte i nadzieić się nie mogę, że każda z Was ma za sobą „drogę przez mękę”: godziny rozpacz, zwątpienia, gdy zdaje się, że cały świat się zawalił. A jednak potrafiłyście pokonać strach, mieć nadzieję mimo braku nadziei. Wracałyście do życia aby spełniać codzienne obowiązki – bycia matkami, żonami, córkami, a nawet wrócić do zawodu – bo jesteście wśród bliskich, życzliwych. Gdy zdawało się, że z nikąd nie nadejdzie pomoc – wyciągnięto do Was rękę z pociechą, że trzeba samemu sobie pomóc, że można pokonać chorobę i wrócić do normalności, bo drugie życie tu na ziemi nie będzie nam dane.

Dzielne, pełne hartu ducha dziewczyny! Gdyby prezydent wiedział o Was, znał Wasze dokonania, z pewnością przysłałby list pochwalny, bo jego zadziwiłybyście też.

Niech będzie chwała i cześć założycielkom Waszego Stowarzyszenia, tym wszystkim, którzy przyczynili się do jego rozwoju i tym, które teraz je prowadzą. Każda z Was walczy z chorobą, z jej nawrotami i zagrożeniem. Nie jestem jedną z Was, ale Wasze

przeżycia nie są mi obce. Wiem, co to jest rozpacz, gdy jedyną ucieczką jest Bóg i Jego miłosierdzie. Ale stanowicie rodzinę i żadna z Was nie jest samotna, a Matka Teresa z Kalkuty powiedziała, że największą, najgroźniejszą chorobą naszego wieku jest samotność. Razem można nieść największe brzemie. Macie wielu serdecznych przyjaciół, dobroczyńców, którzy są zawsze chętni do pomocy, często materialnej. A Wasze dokonania? Jesteście „wrócone” życiu, a życie pełnią życia. Bieriecie udział w sportowych zmaganiach zajmując pierwsze miejsca, urządzacie Dni Walki z Rakiem, zawsze w oprawie naukowej i artystycznej. Gościliście sławę naukową – prof. Wronkowskiego, konsultanta krajowego, notabli miejscowych, ludzi znanych, „poważnych”. A Wasz biuletyn! Znam każde wydanie coraz bogatsze w treść w pięknej szacie graficznej. Ile dobra to pismo dokonało, ile kobiet uświadomiło, że choroba wcześniej wykryta jest uleczalna, że wystarczy sięgnąć po telefon, a tam ktoś czeka aby pomóc. Nie jesteś sama!

Spotkania oplatkowe i wielkanocne a nawet spotkania towarzyskie i bale charytatywne, loteria i wyróżnienia „Serce – Sercu”.

Niech będzie błogosławiona myśl, która natchnęła do założenia tak zbożnego stowarzyszenia – jednej dużej rodziny, która ma radę na wszystko.

Wasz Jubileusz zbiegł się czasowo z Jubileuszem 25-lecia Pontyfikatu Ojca Świętego Jana Pawła II, naszego rodaka. Jesteście w Jego chorobie razem z Nim. Mimo

podeszłego wieku, dotknięty na co dzień zmaganiem się z chorobą – zawsze pochyla się nad potrzebującym, dotkniętym przez los. Jest przykładem jak „duch może być ochoczy, chociaż ciało mdle”.

Tylko ten kto choruje może do głębi zrozumieć drugiego doświadczającego tego samego. I dlatego tak drogocenna jest Wasza praca wolontariuszek, bo to Wy uczycie stawiać czoła zagrożeniom i prowadzić normalne życie. „Udało się nam, to i Tobie się uda!” I chociaż Kochane Dzielne przybywa Was prawie z dniem każdym, to miejcie nadzieję, że nauka ciągle przysparza nowych leków i w końcu choroba zostanie pokonana. Nawet p. Jolanta Kwaśniewska zorganizowała na pomoc dla Was wszystkich koncert, ale Wy od 10-ciu już lat głosicie w Waszym biuletynie: wczesne wykrycie choroby gwarantuje wyleczenie. Bądźcie zdrowe! Tak trzymać! Każdy dzień jest darem Bożym i korzystajcie z tego. Życie pełnią życia, niech daje Wam ono radość. Miejcie nadzieję nawet wbrew nadziei. Życzę Wam zdrowia i jeszcze długich lat życia. Szczęść Wam Boże!

I jeszcze cytat z ostatniego biuletynu, słowa Ojca Św. „Nie poddawaj się zbytecznie trosce ani zwątpieniu. Usiłuj żyć radośnie, ufnie, kochająco. Rozwijaj się jak kwiat do słońca, a burzy stawiaj mężnie czoło”.

Za Waszą dzielność w walce z chorobą podziwiam Was i chylę czoła. Cieszę się, że takie jesteście.

— Jedna z matek
Łomża, 20 października 2003 r.

Wartościowe pozycje książkowe

Maryanne Vollers – „I będę żyć...”

Osobliwe zwierzenia ze zmagania z losem czyli rakiem piersi lekarzki, która znalazła się na biegunie południowym w stacji Amundsena i Scotta. Tu, na Antarktydzie odkryła, że jest chora. Dzięki łączom satelitarnym i internetowym nawiązała kontakt z onkologiem. Podjęła walkę sama. Ze względu na warunki pogodowe samolot zrzucił tylko lekarstwa, niestety nie mógł wylądować i zabrać pasażerki do kraju.

To opowieść o przyjaźni, poświęceniu dla innego człowieka i zwykłej dobroci. To książka o nadziei. „Nadzieja to coś, co trzeba sobie wywalczyć, nie można jej dostać.”

* * *

Krystyna Różanowska – „Kładka nad przepaścią”

Wzruszająca opowieść doświadczonych chorobą nowotworową, dramatyczne przeżycia i interesująca odsłona nowego świata, w którym niszczy choroba, ale także buduje i sprawia, że smak życia staje się intensywniejszy.

* * *

Dr Chopra – „Twórzmy zdrowie”

Pozycja o sile psychiki w walce o własne zdrowie, w zapobieganiu i zwalczaniu chorób.

* * *

Powyższe pozycje dostępne są w księgarniach.

„Pokonać los” – wydawnictwo Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży (dostępne w siedzibie klubu)

Swoisty drogowskaz dla innych, Przekonuje, że nie wolno ulec poczuciu beznadziejności ani zwątpieniu gdy dotknie okrutny los.

* * *

Polecamy!

Kontrolujemy stan swojego zdrowia

Podajemy wykaz badań, które każda z nas powinna wykonać w ciągu roku:

- ◆ USG piersi – co 6 m-cy
- ◆ mammografia – co 12 m-cy
- ◆ palpacyjne badanie piersi wykonane przez lekarza – co 6 m-cy
- ◆ samobadanie piersi – co miesiąc
- ◆ markery CA 15,3 – co 3 m-ce
- ◆ USG dopochwowe – co 12 m-cy
- ◆ markery CA 125 – co 12 m-cy (6 m-cy po USG)
- ◆ RTG klatki piersiowej (ze zdjęciami bocznymi) – co 12 m-cy
- ◆ USG jamy brzusznej – co 12 m-cy
- ◆ morfologia, mocz – co 12 m-cy (jeśli istnieje potrzeba – częściej)
- ◆ markery CEA – co 3 m-ce



GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Przychodnia Onkologiczna

Łomża, Szpital Wojewódzki,
al. Piłsudskiego 11, I piętro,
tel. (086) 473-33-75, 473-33-92, 473-33-43
czynna codziennie od 8.00 do 15.00.
(ocena kliniczna, chemioterapia; bez skierowania)

lek. med. Małgorzata Wagner-Oleszczuk

– specjalista chorób płuc i onkologii klinicznej,
kierownik Pionu Onkologicznego
– codziennie od 10.30 – V piętro – Oddział;

lek. med. Anna Łowczak

– lekarz chorób wewnętrznych, specjalista onkologii klinicznej
– codziennie od 8.00 do 16.00 – I piętro;

lek. med. Elżbieta Piława

– specjalista chirurg onkolog
– codziennie od 14.00 do 15.00 – I piętro;

lek. med. Katarzyna Gryc-Szymańska

– lekarz chorób wewnętrznych
– codziennie od 10.30 – V piętro, we wtorki, środy i
czwartki od 12.00 do 14.00 – I piętro;

lek. med. Edmund Zaremba

– specjalista ginekologii i położnictwa
poniedziałek 10.00–12.00 – I piętro, przychodnia

lek. med. Konstanty Znosko

– radiodiagnostyk – pracownia mammograficzna
codziennie 8.00–13.00 – I piętro

dr n. med. Tadeusz Oleszczuk

Centrum Medyczne przy ul. Makowej, tel. 216 65 55,
0602552879, środa 13.00–15.00

mgr Anna Zborowska – psycholog

Poradnia Onkologiczna,
wtorek 8.00–14.00 – I piętro, w pozostałe dni 12.30–
15.00 p. 114, I piętro, tel. 4733-416

Oddział Onkologii i Chemioterapii

– V piętro

Łomża, Szpital Wojewódzki,
al. Piłsudskiego 11, V piętro,
tel. (086) 473-33-45, 473-33-47, 473-33-77.

- ultrasonograficzne badanie gruczołów piersiowych (pracownia USG)
Szpital Wojewódzki – Łomża, al. Piłsudskiego 11,
I piętro, tel. (086) 473-33-86 – czynna codziennie.

- biopsja cienkoigłowa (Zakład Patomorfologii)
Szpital Wojewódzki – Łomża, al. Piłsudskiego 11, tel. (086) 473-32-53 – czynny codziennie; wymaga skierowania, dla pacjentów onkologicznych – I piętro – środa, piątek;

- mammografia – wykonana ze skierowaniem od onkologa – Szpital Wojewódzki – Łomża, al. Piłsudskiego 11, I piętro, tel. rejestracja (086) 473-35-98, tel. mammografia (086) 473-35-40 – codziennie.

Przychodnia

Rehabilitacji Leczniczej

Szpital Wojewódzki – Łomża, al. Piłsudskiego 11,
II piętro – codziennie od 8.00 do 15.00, ze skierowaniem od lekarza;
rejestracja tel. (086) 473-35-84 do godz. 10.00

Rehabilitacja

dla członkiń Stowarzyszenia

w każdy czwartek w godz. 17.30–19.30 w Dziale Rehabilitacji Szpitala Wojewódzkiego w Łomży (II piętro).

Biuro Stowarzyszenia

czynne od poniedziałku do piątku w godz. 10.00–13.00, tel. (086) 473-32-63.
Dziury pełnią Ochotniczki.

Stowarzyszenie realizuje swoje cele przez:

- | | |
|--|---|
| a) prowadzenie spotkań członków i sympatyków, | f) redagowanie i wydawanie publikacji o tematyce dotyczącej Stowarzyszenia, |
| b) programowanie opieki nad chorymi w początkowej fazie, | g) gromadzenie środków umożliwiających realizację zadań statutowych. |
| c) organizację grup wsparcia i samopomocy, | |
| d) prowadzenie rehabilitacji leczniczej i społecznej, | |
| e) współdziałanie z instytucjami, stowarzyszeniami i fundacjami w kierunku profilaktyki leczenia chorób nowotworowych, | |

E. Iwanowska

lek. med. Ewa Iwanowska
twórczyni Klubu
i jego prezes przez okres 7 lat

14 lutego 2004 roku

Walentynkowy Bal Życzliwych Serc

Hotel Zbyszko w Nowogrodzie

cena zaproszenia 160 zł od osoby
konkursy, loteria fantowa, aukcja
dobra kuchnia, gra zespół Orkan
dojazd do hotelu i noclegi po preferencyjnych cenach

Zapraszamy!

