

MINĘŁY WAKACJE.

– Dla wielu z nas czas odpoczynku, słońca, zabawy, podróży... Gdzieś tam na zachodzie Europy wszyscy cieszą się jeszcze temperaturami powyżej 25 stopni, my póki co jeszcze mamy miłe, ciepłe dni, ale – jak co roku – jesień jest nieunikniona. Trzeba wracać do „normalnej” pracy, tym bardziej, że choroba nie wybiera: ani pory roku, ani wieku chorego, ani jego majątku, nawet nie kieruje się jego zasługami, zdobytymi tytułami. Choroba – zwłaszcza tak trudna i ciężka jak nowotwór – może przyjść na każdego i w każdej chwili. I nie sposób się na nią przygotować.

Staramy się zdrowo żyć, prawidłowo odżywiać, ćwiczyć. To dobrze, ale pamiętajmy – wszystko może się zdarzyć.

W naszym kraju stale rośnie liczba zachorowań na nowotwory. I nie tylko w naszym kraju. Współczesny świat z jego problemami, stresem, zanieczyszczeniami sprzyja wielu chorobom, a najpoważniejszą z nich jest rak. Co więc robić? Przecież nie możemy siedzieć i zamyślać rąk.

Musimy robić, co w naszej mocy, aby jak najlepiej dbać o nasze zdrowie. To ustalono już dawno temu i chyba nikt nic lepszego nie wymyślił.

Podstawową i najważniejszą metodą są badania kontrolne. I jeśli nawet narzekamy na kolejkę, terminy itp. i tak musimy chodzić do lekarza. Wczesne wykrycie nowotworu i szybkie rozpoczęcie leczenia gwarantuje powrót do

zdrowia. W obecnych czasach rak jest coraz częściej traktowany jako choroba przewlekła, nie śmiertelna. Mimo to nadal wielu osobom odbiera życie. A główną przyczyną jest zbyt późne rozpoczęcie leczenia.

Dlatego apel do wszystkich kobiet – Dbajcie o siebie i badajcie się! Wasze zdrowie jest potrzebne Waszym bliskim: rodzinie, dzieciom, wnukom. Macie dla kogo żyć!

Jeśli już tak się stanie, że lekarz otworzy drzwi gabinetu i z poważną miną powie: - Niestety, nie mam dla pani dobrych wiadomości – to, wierzyć mi, nie jest to koniec świata. Tak się wydaje w pierwszej chwili, ale sama znam wiele kobiet, które taką diagnozę usłyszały 20, 15, 10 lat temu... A wtedy było to chyba jeszcze trudniejsze niż dzisiaj. A jednak. Przeszły trudne leczenie, nie dały się i dzisiaj mogą z nimi sięgnąć, porozmawiać, pośmiać się. Zawsze jest szansa, trzeba tylko umiejętnie ją wykorzystać. I przyjąć pomocną dłoń.

Bądźcie z nami!

Barbara Porwol





EPIDEMIA RAKA - ZNAK I ZNACZENIE WE WSPÓŁCZESNYM ŚWIECIE

W 2000 roku wśród populacji świata, która jest objęta działaniem statystycznym zarejestrowano 5 317 905 zachorowań na nowotwory złośliwe i 3 522 366 zgonów. W krajach bardziej rozwiniętych, po uwzględnieniu różnic w strukturze wieku, które są naturalnym czynnikiem ryzyka zachorowania na nowotwory złośliwe, zachorowań było 1,96 razy więcej, niż w populacji krajów mniej rozwiniętych. Standaryzowane współczynniki zachorowania wynosiły 300,97 na 100 000 w populacji krajów bogatszych i 153,75 na 100 000 w populacji krajów biedniejszych. Ryzyko zgonu na nowotwory złośliwe było 1,5 razy wyższe w krajach bardziej rozwiniętych, niż w biedniejszych. Standaryzowane współczynniki umieralności w populacji krajów bogatych wynosiły 173,9 na 100 000, a w populacji krajów biednych 112,86 na 100 000.

W populacji Polski w 2000 roku zarejestrowano około 120 000 nowych zachorowań i 86 000 zgonów. Nowotwory złośliwe są więc w populacji polskiej drugą przyczyną zgonów po chorobach układu krążenia i naczyń krwionośnych, stanowiąc 25% wszystkich zgonów u mężczyzn i 21,5% wszystkich zgonów u kobiet. Do najczęściej rejestrowanych nowotworów u mężczyzn w Polsce w 2000 roku należały nowotwory: płuca (27%), jelita grubego (10,3%), gruczołu krokowego (8,1%), pęcherza moczowego (6,5%), żołądka (6,4%), krtani (4,0%). Natomiast u kobiet w tym samym czasie najczęściej rejestrowano nowotwory złośliwe piersi (20,7%), jelita grubego (10%), płuca (7,8%), szyjki macicy 6,8%, trzonu macicy (6,2%), jajnika (5,4%) i żołądka (3,8%).

W 2000 roku najczęstszą przyczyną zgonów z powodu nowotworów złośliwych u mężczyzn były nowotwory: płuca (33,2%), jelita grubego (9,1%), żołądka (8,1%), gruczołu krokowego (6,6%), pęcherza moczowego (4,2%), trzustki (4,0%), krtani (3,1%), a u kobiet odpowiednio: piersi 12,9%, jelita grubego 11,4%, płuca 11,0%, żołądka 5,9%, jajnika 5,6%, szyjki macicy 5,4%, trzustki 5,1%. Średnie przeżycia pięcioletnie po rozpoznaniu nowotworu wynoszą w Polsce około 30% w Krajach Unii Europejskiej 45%, a w USA 60%. Polska należy do krajów o średnim, ale wciąż wzrastającym zagrożeniu populacji nowotworami złośliwymi. Dominują nowotwory tytonio-, dieto- i hormono-zależne.

Epidemia raka jak i inne epidemie w historii człowieka jest znakiem, którego znaczenie należy odczytać. Choroba nowotworowa traktowana w statystykach jako „jedna jednostka” jest faktycznie zbiorem 200 różnych klinicznie jednostek chorobowych. Posiadają one jednak co najmniej dwie wspólne cechy: przyczynę (mutacja – zmiana w DNA) oraz potencjał do tworzenia oddalonych od pierwotnego ogniska zmian (przerzuty - metastases). W szerszym kontekście epidemia raka, to efekt opozycji pomiędzy naturą (gen - materia) a kulturą (słowo-duch).

W starożytności diada natura-kultura była opozycją harmonizowaną przez grecką zasadę: *Techné-mimetai ten Physis*, która wynikała z naturalnego priorytetu natury przed kulturą.

Punktem wyjścia każdej epidemii związanej z pojawieniem się negatywnej opozycji gen-kultura jest definicja osoby obowiązująca w danym okresie historycznym.

Obecnie obserwujemy konwersję definicji *homo sapiens* w *homo consensus*. W takim ujęciu ludzkie wartości tracą wymiar transcendentny i stają się policzalnymi potrzebami biologicznej sfery organizmu. Następuje nienaturalna zmiana naturalnego porządku rzeczy, w którym zawsze jakość jest przed ilością.

Życie ludzkie zostaje wkomponowane w rzeczywistość ekonomiczną, ze wszystkimi tego konsekwencjami dla sfery biologicznej i ekologicznej: ciągły pośpiech, życie w permanentnym stresie, oderwanie od naturalnego środowiska oraz jego dewastacja i zanieczyszczenie (chemiczne, akustyczne, elektromagnetyczne), niekontrolowana i nadmierna konsumpcja, ekonomizacja stosunków międzyludzkich, wypieranie naturalnych więzi opartych na zaufaniu przez więzi oparte na przymusie ekonomiczno-prawnym, brak harmonii pomiędzy rytmem kosmosu a rytmem osoby.

Co ciekawe natura komórki nowotworowej z jej nieustannym mnożeniem się przypomina brak autorytetu i hierarchii oraz pełzającą anarchię dominującą we współczesnej kulturze. Komórka nowotworowa nigdy nie uzyskuje dojrzałości normalnej komórki organizmu, która po 50-100 podziałach umiera, aby mogły żyć inne komórki we wciąż zmieniającym się planie czasowym całego organizmu.

Promowana obecnie kultura sukcesu nie jest przyjazna najbardziej delikatnej części żywego organizmu jakim jest DNA.

Naprawa lub eliminacja uszkodzonego DNA odbywa się na poziomie komórki, ale jeżeli te mechanizmy komórkowej selekcji zawiodą prowadzi to do powstania „nieśmiertelnej” komórki nowotworowej, która żyje kosztem organizmu.

Podstawowym przekazywalnym elementem kultury - swoistym jej genem - jest słowo. Słowo modyfikuje i moduluje kulturę w taki sposób, aby chroniła ona życie, które wciąż jest zagadką. Każda epidemia pomimo jej wielowymiarowego zła w końcu prowadzi do kolejnego odkrywania tajemnicy ludzkiego życia. Bez epidemii raka nie odkryto by budowy DNA. Z drugiej strony każda epidemia, a więc i epidemia nowotworów ma wymiar etyczny, który wyostża sumienie świata na tajemnicze dobro fenomenowi życia.

Podstawowymi elementami walki z rakiem na poziomie populacji jest odpowiedni poziom edukacji oraz uporczywa profilaktyka pierwszego stopnia (eliminacja lub kontrolowanie czynników ryzyka poznawanym dzięki rozwojowi nauk podstawowych), drugiego stopnia (wcześnie wykrywanie i w miarę możliwości badania przesiewowe w nowotworach złośliwych szyjki macicy i piersi, a także jelita grubego, gruczołu krokowego i nowotworów skóry - czerniaka) oraz trzeciego stopnia (leczenie i rehabilitacja).

Zasadniczym elementem walki z rakiem w warunkach naszego kraju jest dostępność edukacji oraz metod wykrywczych i diagnostyczno-terapeutycznych dla pacjentów, niezależnie od miejsca ich zamieszkania i statusu ekonomiczno-społecznego.

Wiktor Chmielarczyk
dr nauk med.
Centrum Onkologii Warszawa





SAMOBADANIE PIERSI

Comiesięczne badanie piersi to jeden ze sposobów, w jaki powinnaś dbać o swoje zdrowie. Mimo, że Twój lekarz przeprowadzi pełne badanie podczas wizyty, samodzielne kontrolowanie biustu pozwoli Ci o wiele wcześniej wykryć niepokojące zmiany. Wszystkie nastolatki i dziewczyny po dwudziestym roku życia powinny o tym pamiętać!

Celem badania piersi jest wykrycie zmian, które mogą mieć charakter nowotworowy. Tylko nie panikuj! Brzmi to o wiele straszniej, niż jest w rzeczywistości, bowiem większość guzków w piersiach nie ma charakteru nowotworowego. W dodatku rak piersi występuje bardzo rzadko u osób w Twoim wieku. .

Po co przeprowadzać badanie piersi?

Chodzi głównie o wyrobienie sobie dobrych nawyków oraz dokładne poznanie swojego ciała. Dzięki temu, jeśli pojawią się jakieś niepokojące zmiany, będziesz mogła to stwierdzić natychmiast.

Wiele nastolatek i dojrzałych kobiet nie wykonuje takiego badania, ponieważ boją się, że mogą odkryć coś podejrzanego. Jednak jeśli wiesz jak i czego szukać oraz rozumiesz swoje ciało, badanie będzie prostą rutyną!

Kiedy powinnaś to robić?

Badanie piersi należy przeprowadzać po okresie, kiedy są one mniej wrażliwe i opuchnięte. Po kilku miesiącach będziesz znała je na pamięć. Ważne jest również wykonanie badania wraz z lekarzem, żeby upewnić się, że robisz to prawidłowo. Pamiętaj, jeśli wyczujesz guzek lub coś nieprawidłowego, nie czekaj, aż to samo zniknie. Natychmiast skonsultuj się ze specjalistą!

Jak przeprowadzić badanie piersi ?

KROK 1 - Skontroluj je

Włącz jasne światło. Rozbierz się od pasa w górę i stań przed lustrem - najpierw obejrzyj swoje piersi. Czy zauważasz coś, co się zmieniło – np. odwróconą brodawkę, zagłębienia lub wysypkę na skórze?

Następnie, połóż dłoń na biodrach i opuść ramiona wypinając klatkę piersiową. Czy widzisz coś dziwnego? Piersi powinny wyglądać tak samo, bez szczególnych zagłębień ani wypukłości.

Delikatnie naciśnij każdą brodawkę, sprawdzając, czy nie ma wycieku. Przezroczysty płyn jest w normie. Jeśli wydzielina jest podbarwiona krwią, skontaktuj się z lekarzem.

KROK 2 - Sprawdź piersi palcami

Położ się płasko na plecach z poduszką pod lewym barkiem i lewym ramieniem pod głowę. Wyobraź sobie, że pierś jest tarczą zegara, na której narysowano dwa okręgi - jeden wewnątrz drugiego (jak spirala, lub pierścienie wokół Saturna)

Prawą ręką rozpocznij badanie w pozycji 12.00, na zewnętrznym (największym) „pierścieniu” na piersi. „Przejdź” palcami, zgodnie z ruchem wskazówek zegara ,po zewnętrznym pierścieniu, dopóki nie powrócisz do punktu wyjścia. Następnie przesun palce ok. 2,5 cm w kierunku brodawki i powtórz te czynności wokół kolejnego, mniejszego „pierścienia”.

Kontynuuj w ten sposób, dopóki nie zbadasz całej tkanki piersiowej, a także okolicy brodawek. Nie zapomnij też sprawdzić ciała pod pachą, gdyż tkanka piersiowa sięga aż do tego miejsca. Jeśli masz większe piersi, możesz je lepiej oświetlić, a także uciskać nieco mocniej, żeby mieć pewność, że sprawdziłaś całą tkankę.

Zmień strony

Teraz zmień stronę. Połóż poduszkę pod prawym barkiem, ułóż prawą dłoń za głowę i rozpocznij badanie prawej piersi palcami lewej dłoni.

Skończyłaś

To wszystko! Te kilka prostych czynności wystarczy, aby dbać o swoje zdrowie. Pamiętaj jednak, że Twoje samodzielne badanie powinno być również uzupełnione kontrolą u lekarza. Jeśli w międzyczasie zauważysz jakieś niepokojące zmiany, zgłoś to! Lekarz będzie najlepiej wiedział, jak postępować w danym przypadku.



DZIEŃ OTWARTY W ONKOLOGII

SOBOTA 27 PAŹDZIERNIKA 2012 R. GODZ. 9.00 - 13.00
SZPITAL WOJEWÓDZKI W ŁOMŻY
UL. PIŁSUDSKIEGO 11, I PIĘTRO



SPARTAKIADA AMAZONEK - CIECHOCINEK

25 sierpnia w Ciechocinku odbyły się największe zmagania sportowe kobiet po leczeniu raka piersi – Ogólnopolska Spartakiada Amazonek "Mistrzostwa Polski w Wieloboju".

Spśród drużyn z 32 miast najlepsze okazały się Amazonki z Kielc (I miejsce), na drugim miejscu Amazonki ze Szczecina, ostatnie miejsce na podium zajęły Amazonki z Poznania. Wszystkim wygranym oraz i uczestniczkom Spartakiady serdecznie gratulujemy! Pięknie wcieliłyście w życie międzynarodowe hasło Amazonek "Dąż do sprawności" (Reach to Recovery).

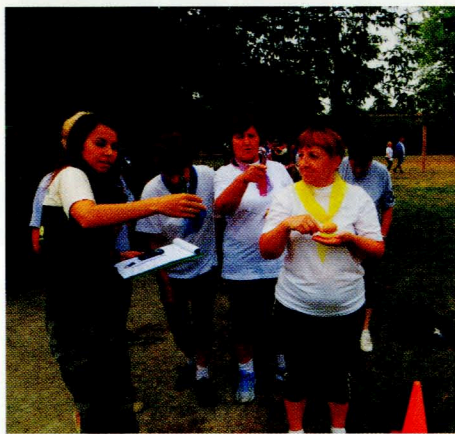
Po zmaganiach sportowych Amazonki w różowych daszkach, białych koszulkach z różową wstążką i z różowymi balonikami przeszły koro-wodem przez miasto Ciechocinek, inaugurując wielką kampanię społeczną "Sekrety Życia". Akcja zachęca kobiety do dbania o siebie - o swoje zdrowie, marzenia, aspiracje i jednocześnie zachęca do aktywnego życia, pozytywnego myślenia i oczywiście regularnego badania piersi. Mieszkańcy i kuracjusze bardzo żywo i z sympatią reagowali na hasła na koszulkach oraz ulotkach: „Masz marzenia? Działaj!”, „Twoje zdrowie jest najważniejsze”, „Zasługujesz na miłość i szacunek”, „Odkryj swoje mocne strony”, „Bądź pewna swojej wartości”.

Drużyna z Łomży w składzie: Halina Potocka, Regina Kalska i Grażyna Kleczyńska zajęła IV miejsce.





25 SIERPANIA 2012 R





ŚWIADOMOŚĆ, KTÓRA MOŻE RATOWAĆ

Z CHOROBAŃ NOWOTWOROWĄ ZETKNAŁ SIĘ PRAKTYCZNIE KAŻDY Z NAS.

Jak wynika z raportu Krajowego Rejestru Nowotworów, najczęściej umieramy z powodu chorób układu krążenia, na drugim miejscu jest właśnie rak (136 zgonów na 100 tys. ludności). Szacuje się, że w Polsce w 2009 u około 156 tys. osób rozpoznano chorobę nowotworową i ponad 320 tys. żyło z taką diagnozą.

Jak pokazują statystyki więcej kobiet niż mężczyzn choruje na nowotwory, zwłaszcza w przedziale wiekowym 20-45.

PŁEĆ I WIEK

Kobiety najczęściej zapadają na raka piersi (22,8% wszystkich zachorowań na nowotwory), na drugim miejscu są nowotwory płuc (8,5%). Rak piersi przestał być od jakiegoś czasu traktowany jak choroba śmiertelna. Zyskał status choroby przewlekłej, co wynika głównie z prowadzonych na szeroką skalę kampanii edukacyjnych i terapii. Kobiety wiedzą, że powinny się samokontrolować. A lekarz ginekolog, wręcz lekarz pierwszego kontaktu czy pielęgniarka środowiskowa powinni umieć przeprowadzić proste badanie dotykowe (palpacyjne).

To najszybciej pozwala wykryć jakiegokolwiek zmiany (niekoniecznie nowotworowe), co wymusi na kobiecie wizytę u lekarza i przeprowadzenie badań kontrolnych. Kobiety częściej umierają z powodu nowotworu płuc (14,5%), niż raka piersi (12,8%).

Mężczyźni najczęściej zapadają na nowotwory płuc (21,4%) i prostaty (13,3%). Hierarchia umieralności przedstawia się analogicznie – najczęściej przyczyną zgonów są nowotwory płuc (31,2%) i prostaty (7,7%).

Coraz więcej osób korzysta z darmowych badań przesiewowych, kierowanych do grup najbardziej narażonych na zachorowanie. Są to mammografia, cytologia, kolonoskopia. Najwięcej mężczyzn choruje między 55. a 79. rokiem życia. Kobiety – między 50. a 79. Niestety osoby młodsze, zaniepokojone swoim stanem, muszą czekać w długich kolejkach lub po szybkie wyniki – udać się do prywatnego specjalisty, co wiąże się ze sporymi kosztami.

NIEWIEDZA NIE JEST BŁOGOSŁAWIENSTWEM

Tak naprawdę, to każdy z nas czuje, czy coś mu dolega, czy nie. Najgorszy jest zwyczajny strach przed chorobą. To właśnie on powoduje, że przed sobą i najbliższymi udajemy zdrowych. Brak diagnozy – owszem, da nam poczucie, iż wszystko jest OK. Ale choroba nie zniknie sama z siebie, tylko dlatego, że nie chcemy dopuścić jej istnienia do świadomości. Przyzwyczajeni jesteśmy, że np. na raka piersi najczęściej zapadają kobiety w wieku około menopauzalnym. Dlatego z powodu tego nowotworu umiera więcej młodych kobiet, bo wykrycie choroby następuje za późno.

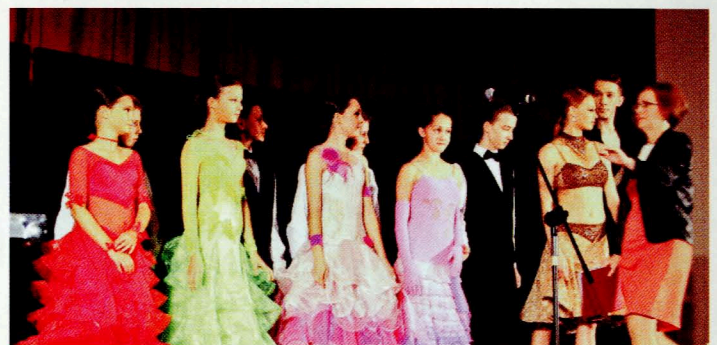
Najważniejsza przy wszystkich nowotworach jest ich wczesna wykrywalność. A to możliwe jest wyłącznie wtedy, kiedy przestaniemy się bać, udawać i zaczniemy regularnie się badać. Nie pozwolimy uspokajać się lekarzom pierwszego kontaktu, którzy nie mają czasu na nasze „urojenia”, skoro jesteśmy w wieku niestatystycznym, by chorować na coś poważniejszego.

Elżbieta Kozik
Prezes Stowarzyszenia Amazonki
Warszawa Centrum





CZERWCOWY KONCERT





GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Przychodnia Onkologiczna

Łomża, Szpital Wojewódzki,
al. Piłsudskiego 11, I piętro,
tel. (86) 47-33-375, 4733-392, 47-33-344,
47-33-383
czynna codziennie od 8.00 do 15.00.
Rejestracja 7.30-15.00, tel. 4733-375
we wtorki od 8.00 do 18.00

Oddział Onkologii i Chemioterapii

- V piętro

Łomża, Szpital Wojewódzki,
al. Piłsudskiego 11, V piętro,
tel. (86) 47-33-345, 47-33-347,
47-33-377.

ultrasonograficzne badanie gruczołów pier-
sioch (pracownia USG)

Szpital Wojewódzki - Łomża, al. Piłsud-
skiego 11, I piętro, tel. (86) 47-33-386
- czynna codziennie.

I biopsja cienkoigłowa (Zakład Patomorfo-
logii)

Szpital Wojewódzki - Łomża, al. Piłsud-
skiego 11, tel. (86) 47-33-253 - czynny
codziennie; wymaga skierowania, dla pa-
cjentów onkologicznych - I piętro - środa,
piątek;

I mammografia - wykonana ze skierowaniem
od onkologa - Szpital Wojewódzki - Łom-
ża, al. Piłsudskiego 11, I piętro, tel. reje-
stracja (86) 4733-598, tel. mammografia
(86) 4733-540 - codziennie.

- w soboty bez skierowania dla grupy
wiekowej 50-69 lat.

Rehabilitacja

dla członkiń Stowarzyszenia

w każdy czwartek w godz. 17.00-19.00
w Dziale Rehabilitacji Szpitala Wojewódzkie-
go 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) 4733-584 do godz. 10.00
lekarze - od 10.00 do 15.00,
tel. 4733-584.

we wtorki do godz. 18.00

Regionalny Ośrodek Onkologii w Białymstoku

ul. Ogrodowa 12, tel. (85) 66 46 711

Centrum Onkologii w Warszawie

ul. Roentgena 5, tel. (22) 54 62 000

Biuro Stowarzyszenia

czynne w godzinach:
10.00-13.00 - od poniedziałku do piątku
tel. 86 47-33-263

KALENDARIUM

WRZESIEŃ

3 - godz. 17.00 - spotkanie otwarte członkiń i przyjaciół
Stowarzyszenia - Szpital Wojewódzki w Łomży, ul.
Piłsudskiego 11, II piętro - sala konferencyjna

PAŹDZIERNIK

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

27 - godz. 9.00 - 13.00 - **DZIEŃ OTWARTY w ON-
KOLOGII**

LISTOPAD

5 - godz. 17.00 - spotkanie otwarte członkiń i przyjaciół
Stowarzyszenia - Szpital Wojewódzki w Łomży, ul.
Piłsudskiego 11, II piętro - sala konferencyjna

GRUDZIEŃ

3 - spotkanie wigilijne członkiń i przyjaciół Stowarzysze-
nia - Centrum Katolickie im. Jana Pawła II ; Łomża,
ul. Zawadzka 55:

- godz. 17.00 - Msza Św. w intencji członkiń i
przyjaciół Stowarzyszenia - kaplica Matki Bo-
skiej Częstochowskiej
- godz. 17.45 - spotkanie wigilijne w Auli Jana
Pawła II

25 - 26 - Boże Narodzenie

31 - Sylwester

Szanowni Państwo!

Serdecznie dziękujemy za dotychczasowe finansowe wsparcie
działalności naszego Stowarzyszenia. Mamy nadzieję, że nie za-
wiodłyśmy 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 Sto-
warzyszeniu Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży,
1% swojego podatku dochodowego za rok 2010.

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

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

Rozliczenia 1% podatku dochodowego możecie Państwo do-
konać na formularzu:

- PIT 36 w części P w pozycji 312, 313, 314
- PIT 36 L w części O w pozycji 108, 109, 110
- PIT 37 w części I w pozycji 124, 125, 126
- PIT 28 w części O w pozycji 136, 137, 138

Należy podać nazwę organizacji:

Stowarzyszenie Kobiet z Problemem Onkologicznym
w Łomży oraz nr KRS 0000082371.

Urząd skarbowy sam dokona przelewu kwoty na konto
organizacji.

Z wyrazami szacunku
Zarząd Stowarzyszenia