

19 października 1993 r. zebrała się w naszym mieście grupa 18 pań, które powołały do życia Stowarzyszenie Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży. Były to kobiety, które dotknęła wcześniej choroba nowotworowa, często były po operacji, w trakcie radio- lub chemioterapii.

Inicjatorką powstania Stowarzyszenia była Ewa Iwanowska – lekarz, specjalista ds. rehabilitacji. Już wcześniej sama przeszła leczenie onkologiczne, a w Centrum Onkologii w Warszawie zetknęła się z działalnością Amazonek – kobiet po amputacji piersi, które organizowały się w grupy, pomagały sobie nawzajem, odwiedzały inne chore w szpitalu, a przede wszystkim – po raz pierwszy otwarcie mówiły o chorobie nowotworowej, która je dotknęła, po raz pierwszy publicznie ukazywały swoją twarz. Do tej pory bowiem „rak” był chorobą, o której się nie mówiło, a każda osoba chora była ukrywana, omijana.

Członkinie Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży zaczęły prowadzić i rozwijać działalność. Pierwszym jej elementem było szerzenie pomocy, zrozumienia i wsparcia chorym. Kto bowiem lepiej nie zrozumie kobiety chorej na raka, kobiety, która przeszła operację amputacji piersi, która żyje z licznymi problemami – niż inna – również chora onkologicznie, która wcześniej przeszła podobne leczenie. .

Panie spotykały się raz w miesiącu na spotkaniach w dużej grupie. Tam rozmawiały o swojej chorobie, o leczeniu, jakie przeszły i o tym, co jeszcze je czeka. Można było mówić swobodnie, bo każda przeszła – albo miała przejść – tę samą drogę. Wielkim wsparciem dla chorej onkologicznie było usłyszeć od innej pani: Mam na imię ... – jestem 36 lat po amputacji piersi. Kiedy samej jest się dopiero miesiąc po operacji, a całe trudne leczenie dopiero przed Tobą – to wydaje się nadzwyczajne, a jednocześnie naprawdę daje nadzieję.

Drugim ważnym elementem działalności Stowarzyszenia było mówienie o chorobach nowotworowych w społeczeństwie, mówienie tym, którzy są zdrowi: Pamiętajcie, że o zdrowiu trzeba pamiętać, trzeba się o nie troszczyć. A więc profilaktyka chorób nowotworowych – przypomnianie o tym, jak ważne jest samobadanie piersi oraz wykonywanie systematycznie badań profilaktycznych, jak ważne jest szybkie reagowanie na wszelkie nieprawidłowości i natychmiastowe szukanie pomocy u onkologa.

Stowarzyszenie rozpoczęło występować publicznie, organizować różne akcje promujące profilaktykę, wydawać publikacje przedstawiające walkę z chorobami nowotworowymi.

W Łomży pojawiły się nazwy: Czerwcowe Dni Walki z Rakiem, Październik Miesiącem Szansy – Zdążyć przed rakiem, Bal Życzliwych Serc. Wolontariuszki zaczęły występować w regionalnych środkach masowego przekazu, udzielać wywiadów, opowiadać swoje historie, wyjeżdżać na Ogólnopolską Pielgrzymkę Amazonek i na konferencje naukowe. Rozpoczęto regularne wydawanie Biuletynu Informacyjnego Stowarzyszenia oraz ulotek dotyczących wykrywania i leczenia nowotworów. Zorganizowano rehabilitację dla Amazonek, która była prowadzona dzięki wsparciu Urzędu Miasta w Łomży.

W ramach akcji profilaktycznych organizowano w naszym szpitalu Dzień Otwarty w Onkologii, prowadzono spotkania w szkołach średnich przekazując uczniom informacje oraz zachęcając do kontrolowania swego stanu zdrowia i wykonywania badań profilaktycznych.

Dzięki aktywności i chęci do działania Ewy Iwanowskiej, a następnie Anny Dąbrowskiej nasze Stowarzyszenie zdobyło uznanie w mieście i regionie, rozwinęło i ugruntowało swoją działalność, a w końcu zdobyło status organizacji pożytku publicznego. I chociaż straszna choroba zabierała kolejne prezeski – Stowarzyszenie nadal kontynuowało pracę w zakresie udzielania pomocy i wsparcia kobietom chorym na raka oraz szerzenia profilaktyki onkologicznej.

W r. 2015 ówczesna prezes – Barbara Porwoł otrzymała tytuł „Wolontariusza roku” podczas gali osobowości „Łomżyńskie Jantary”.

Okres pandemii był bardzo trudnym czasem dla wszystkich chorych onkologicznie. Znacznie utrudniony był dostęp do specjalistów, do terapii, potrzebnych leków. Dla wielu chorych zakończył się tragicznie. Organizacje pożytku publicznego zmuszone były zawiesić swoją działalność.

Jednak ten trudny czas minął i nasze Stowarzyszenie znacznym nakładem pracy powraca do swoich zamierzeń, planów i marzeń. Czas mija i doczekaliśmy już Jubileuszu 30-lecia. Pragniemy wszystkim gorąco obiecać, że nadal będziemy pomagać chorym kobietom, nadal będziemy przypominać o konieczności wykonywania badań profilaktycznych, o tym, aby po prostu troszczyć się o swoje zdrowie, które dla każdego z nas jest największym dobrem.

Was wszystkich prosimy serdecznie: **BĄDŹCIE Z NAMI!**

Barbara Porwoł



MOJA DROGA

Historie często są zapisywane przez **nieoczekiwane i przypadkowe zdarzenia**. Tak też było w moim przypadku, gdy zostałam Prezesem Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży. **To opowieść o przyjaźni, empatii i gotowości przyjęcia nowego wyzwania.**

Moja droga do funkcji prezesa rozpoczęła się od przyjaźni z niezwykleymi kobietami – Amazonkami. To grupa kobiet, które przeszły przez trudne chwile związane z chorobami onkologicznymi. Bywałam na imprezach organizowanych przez Stowarzyszenie, spotkaniach towarzyskich, słuchałam Ich historii, pocieszałam, jak mogłam. Dowiadywałam się o trudnych doświadczeniach, o sile, która w Nich tkwiła, o determinacji w walce z chorobą. Byłam często obok w ciężkich chwilach.

Wiceprezes Stowarzyszenia – Hela Wronowska, którą znam ponad 60 lat, jest jedną z moich przyjaciółek. To właśnie ona wiedząc o moich relacjach z Ich grupą poprosiła mnie, abym poprowadziła Stowarzyszenie. Było to dla mnie zaskoczenie, a jednocześnie wielkie wyzwanie. Nie jestem Amazonką, nie znałam dokładnie programu. Moje poprzedniczki pracowały przez wiele lat w Stowarzyszeniu z wielkimi osiągnięciami i sukcesami. Czułam, że nie jestem godna Je zastąpić. Jednak moja koleżanka Hela, pełniąc funkcję wiceprezes ponad 15 lat przekonała mnie, że mam w sobie siłę i zaangażowanie, które mogą pomóc stowarzyszeniu dalej funkcjonować. Zgodziłam się z niepewnością, ale z równą dawką determinacji, że dam radę. Cieszyłam się z tego, że mogę prowadzić grupę kobiet, które są niezwykle, pełne siły do walki, odważne i pragnące żyć.

Po objęciu przeze mnie funkcji prezesa kontynuowałyśmy dalej zamierzenia programowe. Organizowałyśmy spotkania towarzyskie, na których miałam okazję poznać inne członkinie Stowarzyszenia. Były to chwile pełne rozmów, wzajemnego wsparcia, wspólne wyjazdy, które zbliżyły nas jeszcze bardziej.

Niezwykle ważnym etapem naszej działalności było podjęcie decyzji o zorganizowaniu jubileuszu 30-lecia istnienia Stowarzyszenia. To była ogromna praca, wymagająca wspólnego zaangażowania i poświęcenia wielu godzin. Większość koleżanek przyjęła wyzwanie i wspólnie stworzyłyśmy coś naprawdę ważnego. Pragniemy, aby było to niezapomniane wydarzenie dla członkiń Stowarzyszenia, sympatyków, przyjaciół, ludzi, którzy finansowo nas wspierają.

Będziemy dalej realizować działalność statutową, organizować wydarzenia dla szerszej grupy społeczeństwa, dla kobiet z naszego regionu. Myślę również o organizowaniu spotkań w grupach według zainteresowań, które pozwolą naszym członkiniom jeszcze bardziej zaangażować się w funkcjonowanie Stowarzyszenia. Rozważam też szerszą współpracę z innymi organizacjami działającymi w naszym mieście. Myślimy także o integracji z klubami Amazonek z sąsiednich miast.

Moja historia pokazuje, że czasem wystarczy otwarcie serca na nowe możliwości i zaufanie swoim umiejętnościom, aby spełnić inspirującą rolę w grupie. To jest przykład, że empatia i chęć pomocy innym mogą prowadzić do wspaniałych osiągnięć i spełnienia marzeń.

Jadwiga Kruczevska

Prezes

Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym
w Łomży



*„Czas jest bardzo uparty,
Stale do przodu goni
Chwyć swe piękne lejce,
Pędzi jak by miał 100 koni.*

*O czasie, szalony czasie
Na chwilę wstrzymaj te pędy,
Nie chcę żebyś mi wracał
W miejscu stań, nie bądź zawzięty.”*

To już 30 lat działalności Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży. Czas pędzi a my razem z nim – do pracy, do dzieci, do kariery, na wczasy, byle szybciej, lepiej, więcej i nagle STOP!!!

Wizyta u lekarza – DIAGNOZA – RAK!!!

W głowie burza myśli, strach, rozpacz, jak żyć, co robić wreszcie przychodzi opamiętanie: Przecież rak to nie wyrok – słyszałam to na prelekcji, w kościele, w szkole, czytałam w Biuletynie, tak w tym, który wydaje Stowarzyszenie Kobiet z Problemem Onkologicznym

30 lat temu śp. Dr Ewa Iwanowska chorująca na raka zainicjowała działalność Stowarzyszenia, które przez lata pokazało jak ważną rolę pełni w życiu chorych ale i zdrowych kobiet. Mimo



ciągle nawracającej choroby szefowała nam dzielnie, z głową pełną pomysłów na pracę merytoryczną, bądź wspólne spotkania rekreacyjne np. kuligi, ogniska w stadninie koni w Kisielnicy. Ewa, choć wygrała wiele bitew z rakiem, wojnę niestety przegrała.

Po Jej odejściu Prezesem została Ania Dąbrowska.

ANIA...bardzo doświadczona przez życie, ciągle „goniąca” raka, który sadowił się coraz to w innym miejscu jej organizmu, była wulkanem energii. Pomysłami na działalność Stowarzyszenia sypała jak z rękawa.

Ona zainicjowała organizowanie Bali Charytatywnych Przyjaciół Stowarzyszenia, wspierały Ją w tym dzielnie przyjaciółki Stowarzyszenia: Irena Dobrakowska, Dorotka Karwowska, Krysia Borkowska i wiele innych osób. Środki gromadzone na Aukcjach odbywających się na Balach przeznaczane były na dofinansowanie zakupu sprzętu do diagnostyki raka oraz pomoc dla Amazonek będących w trudnej sytuacji materialnej.

Oprawę czerwcowych i październikowych Dni walki z rakiem uświetniały łomżyńskiej publiczności: Ewa Fotyga, Don Wasyl, Kabaret „Ani Mru Mru”, Kabaret «Łowcy Kropka B», Hanka Bielicka oddana Przyjaciółka Stowarzyszenia.

Patrzyłam na Anię i doszłam do wniosku, że jej choroba to „przykry epizod” między jednym a drugim organizowanym przez Stowarzyszenie wydarzeniem.

„Skutecznie” zjednywała sponsorów Stowarzyszenia i umiejętnie zachęcała ich do udziału w jego życiu.

Żartowałyśmy, że gdzie diabeł nie może, tam Ankę pośle,

Brakuje nam Jej nieustannego gadania, bo zawsze był jakiś temat do przedyskutowania, Jej uśmiechu, który mimo cierpienia a czasami ludzkiej niemocy rozjaśniał Jej twarz.

Po odejściu Ani całym dobytkiem Stowarzyszenia przyszło się zajmować Basi Porwoł, a obecnie Amazonkom przewodniczy

Jadzia Kruczevska, ale w działalność na rzecz profilaktyki włączają się wszystkie członkinie Stowarzyszenia.

Słuchacze prelekcji, bądź czytelnicy biuletynu zapukają do gabinetów lekarskich, chociaż wcześniej o tym nie myślały. Rak zostanie wcześniej rozpoznany, szybciej zostanie wdrożone leczenie, a to przełoży się na uratowanie niejednego życia. Wartość pracy Stowarzyszenia, przez które przez 30 lat przewinęło się wiele osób, trudno oszacować w liczbach, bo liczy się tylko ludzkie życie.

Amazonki wspierają na oddziałach chore osoby, udowadniając, że z rakiem można wygrać. One są żywym tego przykładem.

Stowarzyszenie organizuje czerwcowe i październikowe dni walki z rakiem i wtedy to istnieje możliwość wykonania szybko badań, bez długiego oczekiwania w kolejkach.

Raka nie interesuje sytuacja polityczna, procedury medyczne itp. On rozpoznany zaczyna „iść swoją drogą” i to uchwycenie go „na starcie” a następnie niezwłoczne podjęcie leczenia gwarantuje sukces – całkowite wyleczenie albo poprawę komfortu życia z tym SZKODNIKIEM.

Łatwo jest działać mając siłę, źródła finansowania. Amazonki muszą same tych źródeł szukać z powodu trudnych uwarunkowań gospodarczych, grono sponsorów znacznie się zmniejszyło, ale nadal pozostaje liczne grono przyjaciół, które w różnych formach wspiera Stowarzyszenie.

Obecnie organizowane są spotkania Bożonarodzeniowe, Wielkanocne na których składamy sobie życzenia ciesząc się z wzajemnej obecności. Co roku organizowana jest pielgrzymka na Jasną Górę, na którą wiele koleżanek we własnym zakresie nie byłoby w stanie się wybrać, a dla których obecność przed obliczem Matki Bożej jest „zastrzykiem nadziei” i terapią duszy i ciała.

Uczestniczę w życiu Stowarzyszenia od początku jego działalności i dziękuję Bogu, że postawił mnie wśród tych wspaniałych kobiet.

Spotkanie z Amazonkami, to Wielka szkoła życia, spojrzenie na świat nie po to by być i mieć, ale po to by coś dać z siebie innym, tym dziewczynom, które nie rosą do życia żadnych pretensji, przyjmują los pokorą i z godnością.

Życzę Wam Drogie Panie słońca na każdy dzień, nie tylko za oknem ale i w sercu.

Bądźcie silne Waszą mądrością i doświadczeniem przekonując, że rak to nie wyrok.

Nie zawsze da się zapomnieć o bólu, cierpieniu, ale zawsze można mieć nadzieję na lepszą przyszłość.

*„Kiedy w ciężkich prób kolei
Serce lży rozpaczy roni
Dusza marzy wśród nadziei
I wyciąga rękę do niej”*

Wanda Walkuska





*10-lecie ruchu Amazonek w Polsce – 6-7.02.1997
r. Ewa Iwanowska i Anna Dąbrowska uczestniczą
w uroczystości w Centrum Onkologii w Warszawie.*



*II Ogólnopolska Spartakiada
Amazonek w Wągrowcu – 1996 r.*



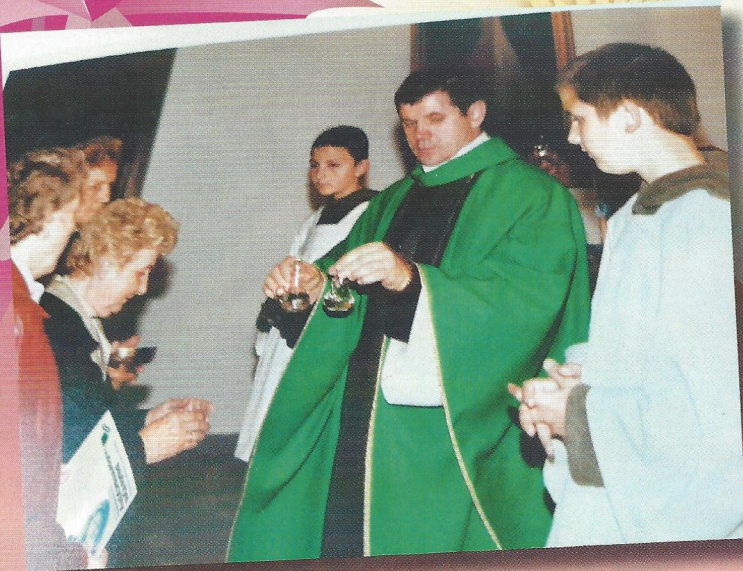
*Pielgrzymka członkiń
Stowarzyszenia do Ostrej
Bramy w Wilnie.*



*Pierwsze zebranie
wigilijne Stowarzyszenia
Kobiet z Problemem
Onkologicznym –
grudzień 1994 r.*



*Czerwcowe Dni Walki z Rakiem –
2001 r. (uroczystość organizowana
od 1998 r.)*



Msza święta odprawiana z okazji X-lecia Stowarzyszenia przez naszego opiekuna duchownego ks. Andrzeja Godlewskiego.



Posadzenie drzewka z okazji x-lecia naszej organizacji przed Centrum Katolickim przy parafii pw. Krzyża Św.



Otwarty Dzień w Onkologii – akcja organizowana przez wiele lat jesienią. Wizyta u onkologa – dr Małgorzaty Wagner-Oleszczuk.



Jubileusz 20-lecia Stowarzyszenia – członkinie i przyjaciele naszej organizacji – październik 2013 r.



Członkinie Stowarzyszenia podczas Ogólnopolskiej Pielgrzymki Amazonek na Jasną Górę – październik 2022 r.



DBAJ O ZDROWIE

Na przestrzeni ostatnich kilkudziesięciu lat w medycynie dokonują się ogromne zmiany na lepsze. Metody diagnostyczne sięgają niemal zenitu i możemy już zaglądać do wnętrza komórek, zmieniać i badać kod genetyczny. Te mechanizmy wykorzystywane są w onkologii z coraz większym powodzeniem. Z ostatnich kilku tygodni odkrycie naukowca z Krakowa dotyczy blokowania możliwości przenikania komórek przerzutu przez ścianę naczyń krwionośnych.

Praktycznie co miesiąc pojawiają się kolejne doniesienia dotyczące poprawy skuteczności diagnostyki i leczenia. Niestety – środowisko, w jakim żyjemy ulega również przemianom, które nie służą zdrowiu. Przynajmniej świadomie więc należałoby zdawać sobie sprawę, jak ważne jest odżywianie i jakie elementy mają największe znaczenie, czego koniecznie unikać oraz na czym skupić swoją uwagę.

Najprościej byłoby powiedzieć, że należy dążyć, aby 80% tego, co codziennie jemy były to ekologiczne warzywa. Nadmiar mięsa bowiem zwiększa ryzyko chorób nowotworowych, a koronnym przykładem jest tu wzrastająca ilość zachorowań na raka jelita grubego, który w 80% jest zależny właśnie od diety.

Również cukier, czy alkohol nie ma żadnego pozytywnego wpływu na zdrowie i dobrze jest zrezygnować całkowicie z tych czynników. Pewną pułapką są owoce, które zjadane w nadmiarze obfitości przez cały rok nie są naturalną częścią składową tabeli żywienia. Owszem – kiedy to były inne (bardziej kwaśne), ale przede wszystkim tylko sezonowe przyjemności.

Producenci żywności ściągając się o zyski stosują jednocześnie coraz więcej środków chemicznych w uprawach czy hodowli, a te ostatecznie lądują w przewodzie pokarmowym człowieka.

Jeszcze nigdy w historii nie było takiego natężenia stosowania chemii nie tylko w produkcji żywności, ale w kosmetykach, środkach czystości. Wpływ i siła działania poszczególnych substancji jest trudna od oszacowania u każdego, bo każdy z nas ma inny mikrobiom przewodu pokarmowego.

Zdrowie bowiem zależy od stanu mikrobiomu oraz czynników środowiskowych, poziomu stresu, aktywności fizycznej, ilości snu, czy nawodnienia. Ważne są też relacje międzyludzkie, aby budowanie ich dawało poczucie szczęścia i bezpieczeństwa.

Aktywność fizyczną warto dostosować do wieku i możliwości, a czas spędzania dnia podzielić na trzy części, gdzie po 1/3 to będzie praca, odpoczynek i sen. Jeśli bowiem śpimy poniżej 7 godzin – zwiększa się ryzyko nadwagi, otyłości. Brak odpowiednio długiego czasu na regenerację zwiększa poziom stresu, który osłabia działanie układu odpornościowego. Dlatego w stresie częściej chorujemy, dopada nas zmęczenie, przeziębienie, czy bóle. W ten sposób organizm prosi o litość i odpoczynek. Ostatecznie więc warto sobie pozwolić na czas dla siebie, zamiast łyknąć tabletkę przeciwbólową, czy od wzdęć, czy na zaparcia.

Od tego, co jemy zależy też to, jak się czujemy. I znowu powraca temat, aby 80% tego, co jemy było pochodzenia ekologicznego. To gwarantuje opisywaną w podręcznikach dietyki zawartość witamin i minerałów. Sztucznie uprawiane rośliny mogą bowiem zawierać o 80% mniej cennych składników, choć wyglądają dobrze i mogą długo leżeć w oczekiwaniu na klienta. Dlatego najlepsze są przydomowe ogródki, stosowanie ziół, ekologicznych herbat, czy mieszanki przypraw. Natura bowiem dysponuje ponad 100 tysiącami związków naturalnie występujących w roślinach, które mają wpływ i są potrzebne do prawidłowego zachowania zdrowia. Różnorodność w odżywianiu to podstawa bioróżnorodności mikrobiomu jelit. To dzięki też różnorodności mamy szansę wybronić się przed najróżniejszymi patogenami oraz zatruciem środowiska.

Im bliżej przebywamy z naturą – tym lepiej, bo przez tysiące lat przewód pokarmowy był kształtowany właśnie przez to, co można było w prosty sposób zdobyć do jedzenia. Stosowanie ziół i przypraw zmniejsza stan zapalny jelit, a równowaga ta przynosi się na samopoczucie.

Dr n. med. Tadeusz Oleszczuk
www.drTadeusz.pl



MOJA AMAZONKA – OCZAMI CÓRKI

Dopóki coś nas bezpośrednio nie dotyczy, można powiedzieć, że przechodzimy obojętnie obok tematu „ludzka natura”. Gdy byłam nastolatką, przeszłam operacje kolana, moim ortopedą i lekarzem prowadzącym był dr Stefan Iwanowski. To wtedy pierwszy raz miałam do czynienia z tym nazwiskiem, które w późniejszym okresie wybrzmiewało bardzo często w moich uszach, czasem za sprawą żony mojego lekarza – Ewy. Ona również była lekarzem, a przy tym założycielką łomżyńskich Amazonek. Wiele się od dawna o tej prężnie działającej grupie słyszało. Nigdy jednak do głowy by mi nie przyszło, że los i moje kroki tam skieruje.

Wszystko zaczęło się tydzień przed Wigilią 2022 r. Od ponad 25 lat mieszkam poza granicami kraju, ale jestem częstym gościem w naszym mieście i nie tylko. Moi rodzice są po rozwodzie od 30 lat. Moja Mama wiele przeszła i po wszelkich najgorszych problemach, którymi zakończyło się małżeństwo z moim ojcem – nie zdecydowała się na żaden związek. Jest moją bohaterką – upadła na dno i uniosła jak Feniks z popiołów. Mama od początku pandemii czuła się coraz gorzej, przeszła bardzo ciężko covid – była szczepiona jak wielu z nas i może dzięki temu jakoś z tego wyszła. Mimo to ten wirus rozpoczął reakcję łańcuchową w podupadaniu na zdrowiu i ciągłych „pielgrzymkach” po wszystkich lekarzach. Nikt by nawet nie przypuszczał wtedy, gdzie leży główny problem pogarszającego się stanu zdrowia.

Tuz przed Wigilią, jak co wieczór, zadzwoniłam do Mamy i zdziwiłam się, bo tło dobrze mi znanego jej pokoju było inne. Zapytałam, gdzie mama się znajduje, a ona na to, że u koleżanki w Białymstoku. Bardzo mnie to zdziwiło, bo było mroźno i padał śnieg. Mama nie jest osobą, która lubi wychodzić, wyjeżdżać, ale przyjąłam to za dobrą monetę myśląc, że wreszcie się gdzieś wyrwała na trochę, co na pewno jej dobrze zrobi. Mama umie się kamuflować.

Kolejnego wieczoru już była w domu, ale intuicyjnie wyczułam, że coś nie gra. Mama spokojnie mi powiedziała, że musi mi coś powiedzieć. Zamarłam... Powiedziała: Anusiu, mam guz, wiem o nim od tygodnia. Jak się okazało – podczas pożegnania ze znajomymi została mocniej przytulona i aż podskoczyła z bólu. Naza jutrz od razu zrobiła USG i wynik był jednoznaczny – guz piersi ponad 10 cm. Lekarz rodzinny od razu dał skierowanie do Centrum Onkologii w Białymstoku.

I zaczęła się nasza walka.

Pierwsza chwila – szok, niedowierzanie, załamanie, wyparcie i chwilowe poddanie się.

Ale zaraz potem bunt – NIEEEEE!!!!!! Będziemy walczyć! Mama ma dla kogo żyć, ma dzieci, wnuki jest jeszcze młoda, bo co to jest 75 lat? Na pierwszą wizytę mamę zabrał brat, który też – niestety – wyemigrował z Łomży, ale nie tak daleko jak ja. Jestem mu bardzo wdzięczna za całą pomoc, którą oferuje mamie i pośrednio mnie [jakkolwiek to nie brzmi]. Każdy ma zawirowania rodzinne, ale w pewnych sytuacjach „zawieszenie broni” jest konieczne. Ja przylatuję na najważniejsze wizyty i wtedy, kiedy dodatkowo muszę się zmienić z bratem podczas opieki nad mamą.

Pamiętam pierwsze konsylium – żołądek i gardło ściśnięte do bólu, ale na twarzy uśmiech – tylko, żeby mama nie odczuła ani minuty zwątpienia. Z konsylium wyszłam w podskokach, aż mi łzy płynęły. Okazało się, że ten złośliwy „skorupiak”, który niszczył

mi mamę, ma podłoże hormonalne. O przekorny losie! W najgorszej sytuacji taki plus, nadzieja i chęć do walki powróciły ze zdwojoną siłą. Zaczęła się walka: 4 czerwone chemioterapie, 12 białych, zakładanie i wyjmowanie „portu” oraz radioterapia. Bogu dziękuję, że postawił nam na drodze tak wspaniałych lekarzy, którzy naprawdę dobrze prowadzą leczenie mojej mamy. Jest już po mastektomii. Czasem silna, czasem słaba, ale walczy. Całe wakacje siedziałam przy niej jak pies patrząc, czy oddycha, czy coś nie boli. Opiekowałam się mamą jak najdroższym skarbem. A Mama? Cóż... Raz lepsze, raz gorsze chwile, jak to w takiej chorobie, ale dalej walczymy.

I WYGRAMY – TYLE MIŁOŚCI NIE MOŻE UMRZEĆ! – jak w tytule książki.

Jesteśmy na ostatniej prostej do chwili uderzenia w dzwon zwycięzcy. Wierzę, że Mama musi wygrać. To przez te doświadczenia trafiłam do Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym w Łomży. Grupa okazała się prowadzona przez

kogoś wyjątkowego, kobietę, która kiedyś była dyrektorem w jednej ze szkół, w której się uczyłam. To dodatkowa radość ze spotkania. Myślę, że jest to odpowiednia osoba na odpowiednim miejscu i strasznie się cieszę, że nasze drogi znów się skrzyżowały. Jak się dowiedziałam – co wtorek w naszym szpitalu są prowadzone zajęcia rehabilitacji i masażu dla kobiet z chorobami nowotworowymi [nie tylko dotyczącymi nowotworów piersi, ale także ginekologicznymi]. Panie spotykają się regularnie, wymieniają doświadczenia, wspierają się wzajemnie, organizują wspólne wyjazdy.

JEST TO NIESAMOWITE! Trzymam kciuki za każdą z nich śląc życzenia zdrowia i żeby nigdy się nie poddawały, bo jesteśmy gośćmi na tym świecie i dopiero, jak sami czegoś dotkniemy – będziemy w stanie zrozumieć innych i docenić to, co mamy

Powodzenia Amazonki!!!!



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 każdą środę w godz. 16.00-18.00

– Centrum Medyczne „Innomed”

Łomża, ul. Akademicka 8A.

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

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

PAŹDZIERNIK

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

6 – w godz. 15.00-20.00 – **UROCZYSTOŚĆ 30-LECIA STOWARZYSZENIA**, Łomża,

St. Rynek – Hala Kultury:

- prezentacja historii Stowarzyszenia,
- wręczenie podziękowań przyjaciołom i sponsorom Stowarzyszenia,
- wystąpienia p. prezes, władz miasta, lekarzy, gości i przyjaciół Stowarzyszenia,
- występy artystyczne,
- poczęstunek (tort jubileuszowy, ciasta, napoje).

LISTOPAD

1 – Święto Zmarłych

2 – Dzień Zaduszny

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

GRUDZIEŃ

4 – spotkanie wigilijne członkiń i sympatyków Stowarzyszenia – Centrum Katolickie im. Jana Pawła II, ul. Zawadzka 55:

- godz. 17.00 – Msza święta w intencji członkiń i sympatyków Stowarzyszenia,
- godz. 17.45 – spotkanie wigilijne – Aula Jana Pawła II.

31 – Sylwester

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 chorującym 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 godzinach: 10.00-13.00 – od poniedziałku do piątku • tel. 86 473-32-63