



Odvojite vrijeme za sebe i svoje zdravlje. Odlazak na redovite mamografske preglede spašava život.

ŽIVOT S RAKOM DOJKE

8 NAJČEŠĆIH PITANJA KOJE POSTAVLJAJU ŽENE OBOLJELE OD RAKA

Život s rakom dojke, od trenutka suočavanja s dijagnozom, kao i gotovo svakog dana nakon toga, sa sobom nosi brojna pitanja. Bolest mijenja svakodnevnicu, navike, ritam i međuljudske odnose, a na sve njih teško je dobiti odgovore u trenutku najteže brige. S brojnim pitanjima susreće se i udruga Sve za Nju, a ovdje izdvajamo pitanja koja najčešće postavljaju oboljeli kao i njihove obitelji.



dob, dijagnoza raka dojke u bližjoj obitelji, pretilost tijekom života i u postmenopauzi, neradanje, nedostatak tjelesne aktivnosti i sl. Nemojte se okrivljavati, usmjerite sve svoje kapacitete na liječenje, okružite se obitelji i prijateljima, razgovarajte sa stručnjacima.

2 Postoji li terapija za metastatski rak dojke?

Svaki rak je lječiv, ali cilj u liječenju metastatskog karcinoma najčešće nije potpuno izlječenje nego sprečavanje progresije bolesti, odgađanje primjene kemoterapije, palijativno liječenje i održavanje kvalitete života bolesnice. Liječenje metastatskog raka dojke ovisi prije svega o vrsti i karakteristikama samog raka, o zdravstvenom stanju i želji bolesnice. Upotreba suvremenih lijekova može znatno produžiti razdoblje bez progresije bolesti na više godina.

3 Kako pomoći osobi koja je oboljela od raka dojke?

Emocionalna podrška partnera važna je za oboljelu tijekom cijelog procesa liječenja. Prije same operacije žena se suočava s nizom pitanja i strahova o samom postupku, o tome kakav će utjecaj operacija imati na njezin izgled i samopouzdanje. Na partneru je da pomogne ženi prevladati gubitak dijela ili cijele dojke i da joj pomogne prihvatiti sebe kao jednako voljenu i privlačnu ženu. Najbolji je savjet da se prisjetite vremena kad ste se osvajali svoju partnericu. Također, ne strahujte se okrenuti psihološkoj pomoći da biste se i vi mogli nositi s ovom stresnom situacijom.

1 Možemo li pridonijeti tome da razvijemo rak dojke?

Rak je najčešće nasumična bolest i ne znamo koga će „odabrati“. Ipak, poznati su mnogi faktori koji mogu doprinijeti nastanku raka dojke, ali nijedan od njih nije isključivi uzročnik. Neke od tih faktora ne možemo izbjeći (dob prve menstruacije i dob menopauze), a neke tijekom života jednostavno nismo mogli staviti pod kontrolu. Najčešći su rizični faktori ranije liječenje raka dojke, životna

4 Kako reći djeci da imam rak dojke?

Roditelj koji se liječi od maligne bolesti treba o tome razgovarati s djetetom. Pri tome je važno birati način i vrijeme te odlučiti unaprijed koju količinu informacija i detalja će podijeliti s djetetom. Ta odluka ovisi o nizu faktora, dobi i općem stanju djeteta, njegovoj emocionalnoj i kognitivnoj zrelosti i uvjetima obiteljskog života. Djeci

nije potrebno davati puno informacija ni detalja, ali je važno da i dalje postoji povezanost s djetetom. Djeca mogu postavljati jednostavna i kraća pitanja ili tražiti opširnije odgovore. Na pitanja odgovorite kratko i jasno. Kada nešto ne znate, recite da to sada ne znate, ali ćete objasniti kada budete znali.

5 Kako se hraniti kod metastatskog raka dojke?

Prehrana je izrazito bitna potpora u liječenju malignih bolesti. Prednost treba dati namirnicama biljnog podrijetla, kvalitetnim izvorima bjelanjčevina, vitamina i mineralnih tvari, složenih ugljikohidrata i kvalitetnih masnoća, jednom rižečju, hrani visoke nutritivne vrijednosti i unositi adekvatnu količinu tekućine, ponajprije vodu.

6 Povećava li rekonstrukcija dojke rizik od povratka bolesti?

Prema dosadašnjim istraživanjima i spoznajama iz prakse, rekonstrukcija dojke ne povećava rizik za povratak bolesti.

7 Poštedna operacija ili uklanjanje cijele dojke?

Liječnik će uvijek predložiti uklanjanje cijele dojke kada je to bolja opcija za bolesnicu. Jednako će tako predlagati poštednu operaciju kad je takav zahvat dostatan, a pri tome je neznatna razlika u veličini. Konačna odluka rezultat je individualnog savjetovanja liječnika i želje bolesnice.

8 Je li rak dojke nasljedan?

Samo mali postotak bolesnica ima rak dojke koji je rezultat naslijeđene mutacije gena BRCA 1 i 2. Na temelju obiteljske anamneze nije moguće utvrditi je li rak nasljedan, ali na temelju detaljne obiteljske anamneze može se u skladu s posebnim kriterijima prosuditi bi li osobu bilo korisno uputiti na genetičko testiranje da bi se precizno utvrdilo postoji li genetička mutacija. (Gabriela Horvat)

NACIONALNI PROGRAM RANOG OTKRIVANJA RAKA DOJKE



Odvojite vrijeme za sebe i svoje zdravlje. Odlazak na redovite mamografske preglede spašava život!
 Žene u dobi od 50 do 69 godina na kućnu adresu dobiju poziv za besplatni mamografski pregled kojeg mogu obaviti svake dvije godine.
 Odazovite se na Nacionalni program ranog otkrivanja raka dojke.

Rak se može dogoditi bilo kome i zato treba djelovati ODMAH!

Odazovi se !

Više informacija na besplatni telefon 0800 85 86 i na www.hzjz.hr

Nacionalni program
 ranog otkrivanja
 raka dojke



Ovaj je oglas izrađen u sklopu projekta „Unaprijeđenje kvalitete provedbe Nacionalnih programa ranog otkrivanja raka“ koji je financiran sredstvima Europske unije