



MOJA PRIČA | ZRINKA ULOVEC

Borba s rakom naučila ju je da se ne predaje



Nakon dijagnoze raka živim punim plućima

Neposredno prije 42. rođendana Zrinka Ulovec suočila se s dijagnozom raka jajnika. Nakon operacije i kemoterapije, uključujući i relativno novu HIPEC metodu, najgore je iza nje. Dvije godine svi su nalazi savršeno uredni, živi život svake minute i sebi je, kaže, važna. Piše **SUZANA CIBOCI**, snimio **BRUNO KONJEVIĆ/HANZA MEDIA**

Kad su mi rekli dijagnozu - rak jajnika, prvo što sam pomislila bilo je: "Pa ja ne mogu umrijeti, moram plesati sa sinom na maturalnoj večeri!" - kaže danas 44-godišnja Zrinka Ulovec iz Zagreba. Otplesala je sa sinom Svenom maturalni ples, a ovih dana sprema se i za maturalni ples svog drugog sina, Roberta. Borba s rakom jajnika naučila ju je da se ne predaje i da može pobijediti sve. Prošle su dvije godine od zadnje kemoterapije, bolest je u remisiji, a Zrinka danas živi život punim plućima; uživa u stvarima koje ju vesele, pleše, sebe stavlja na prvo mjesto. Redovito odlazi na jogu, pleše salsu

i odlazi na sate plesne koreografije u Udruzi žena oboljelih i liječenih od raka "Sve za nju". Uključila se i u nedavno obilježen Lila tjedan posvećen ženskom zdravlju u organizaciji Udruge žena oboljelih od raka "Nismo same". Želi, kako kaže, svojim iskustvom pomoći ženama koje se suočavaju s malignim bolestima poput raka jajnika.

Promijenila prehranu

U Hrvatskoj je on vrlo visoko po smrtnosti, godišnje obolijeva oko 450 žena, a umre ih oko 320. Nema ranih simptoma, a žene često pogrešno vjeruju da se rak jajnika može otkriti Papa-testom, što je zabluda,

no treba ga redovito obavljati zbog zdravlja maternice. Nikada, međutim, ne treba ignorirati simptome poput promjene u pražnjenju crijeva, nadutosti, bolova u zdjelici, naglog mršavljenja... Zrinka je prehranu promijenila čim je saznala dijagnozu, izbacila je šećer, mliječne proizvode, crveno meso... pomažu joj fitoterapija i bioenergija, a najviše od svega ističe ogromnu pomoć i podršku obitelji - supruga Alena, sinova, sestre, roditelja. Prijateljica u bolesti Suzana Fiket, koja je, nažalost, nedavno izgubila bitku protiv raka jajnika, bila joj je potpora i vodilja tijekom liječenja.

nastavak na sljedećoj stranici



MOJA PRIČA | ZRINKA ULOVEC

**HIPEC PROTOKOL
 PODRAZUMIJEVA
 UVOĐENJE CITOSTATIKA
 TIJEKOM OPERACIJE U
 TRBUŠNU ŠUPLJINU I
 POTOM ZAGRIJAVANJE
 NA 42 STUPNJA. TAKVA
 JE TERAPIJA IZNIMNO
 UČINKOVITA KOD
 UZNAPREDOVALIH STADIJA
 RAKA POTRBUŠNICE**

- Oboljela je točno godinu dana prije mene, prošla je kemoterapiju i operaciju. Dizala me i osnaživala, usmjerila, objasnila što me čeka - kaže Zrinka.

Bez upozorenja

Rak jajnika Zrinki je dijagnosticiran mjesec dana prije 42. rođendana. Simptomi i nisu bili neki koji bi ukazivali na rak jajnika u samom početku, što je i tipično pa se, nažalost, rak jajnika otkriva u dosta uznapređovalom stadiju, a to otežava liječenje. Tako je bilo i kod Zrinke. Rak se širio bez upozorenja i bez simptoma, a kada su se oni pojavili, već je to bila poodmakla faza koja je zahtijevala vrlo agresivno liječenje.

- Počelo je s proljevastom stolicom, a potom se pojavila i nadutost pa jaka, netipična bol s desne strane ispod rebra zbog koje sam otišla na hitnu. Krvna slika pokazala je visoki upalni marker i visoke trombocite. Nisu radili UZV pregled i poslali su me liječnici opće prakse, koja me dalje uputila na preglede. Bolovi su prestali, a sumnjalo se na parazite i bakterije u stolici. Svi su nalazi bili u redu. Otišla sam i ginekologu, te preglede obavljala sam uvijek, bez iznimke jednom godišnje. Zaboljelo me jako već na tom pregledu. UZV pregled detektirao je "nešto" i upućena sam na kolor-dopler. On je pak pokazalo gust sadržaj u potrbušnici i trebalo je napraviti magnetnu rezonanciju. Sve sam radila kod privatnika jer smo planirali odlazak na more pa sam se svega htjela riješiti čim prije. Tražili su i da izvadim marker CA 125 koji je specifičan, među ostalim, i za rak jajnika. Sve to sam prihvaćala zbunjena, ali ni u jednom



trenutku nije mi palo na pamet da imam rak - prisjeća se Zrinka.

- Sve dok me doktorica nije nazvala i rekla da je tumorski marker za rak jajnika dosta povišen. Tada mi je sve postalo jasno - kaže Zrinka.

Uslijedila je operacija u Klinici za ženske bolesti i porode u Petrovoj, no tumor nije bio operabilan, sve je bilo prepuno malignih stanica. Određeno je šest ciklusa kemoterapije. Nakon četvrtog ciklusa Zrinka je otišla na operaciju na Rebro.

- Sestra je na internetu pronašla informacije o HIPEC protokolu (hipertermijskoj intraabdominalnoj kemoterapiji), radilo ju je nekoliko centara u svijetu, a tada se radila i na Rebru. Otišla sam tamo sa svim nalazima i kirurg prof. Mate Majerović rekao je da imam indikacije za ovu operaciju - kemoterapeutici se izravno daju u trbušnu šupljinu nakon što se uklone sve vidljive tumorske promjene, a nevidljive tumorske stanice uništavaju se "kuhanjem". Kirurzi zatvore trbuh i u trbušnu šupljinu pacijenta uvedu cijev kroz koju, uz pomoć aparata sličnog dijalizatoru, upumpavaju perfuzijsku otopinu zagrijanu na 42 Celzijeva stupnja, s visokim koncentracijama citostatika.

Zrinka je potom na intenzivnoj skrbi provela pet dana, poslije je ležala još na odjelu. Iz dana u dan bila

je sve jača. Oporavak je trajao još mjesec dana kod kuće.

- Sve je izazivalo strašnu bol, niste ni svjesni što sve radite s trbušnim mišićima. Teško se čak i smijati. Ali otkrila sam da stepenicama mogu hodati unatraske pa je manje boljelo.

Krenula na jogu, upisala salsu

Prva kemoterapija bila je najgora, strahovita mučnina, no ni jedna sljedeća nije bila toliko strašna. Tumorski markeri odmah su pali na normalne razine, kemoterapija je jako dobro djelovala. Još su bile ordinirane dvije kemoterapije, no njih nije primila zbog jake alergijske reakcije. - Taj sam trenutak pomislila: O, bože, sve sam ovo prošla, a sad ću umrijeti. Ni u jednom trenutku prije toga nisam na to pomislila, ali u tom mi je trenutku bilo strašno. Bila mi je to zadnja kemoterapija - kaže Zrinka.

Dva mjeseca od zadnje terapije otišla je sedam dana na Lošinj s roditeljima. - Mislim da me preporodio. Otišla sam tamo još bolesna, slaba, jedva sam hodala, a vratila se zdrava. Kad sam se popela na vidikovac kod Sv. Ivana u Velom Lošinju, kao da sam se popela na vrh svijeta. Pet mjeseci nakon operacije krenula sam na jogu i upisala salsu. Promijenio mi se cijeli mentalni sklop, više vremena posvećujem sebi - kaže Zrinka.