



HRVATSKA MANEKENKA O NAJVEĆOJ TRAUMI SVOG ŽIVOTA

Apel Lucije Lugomer

'Uzmi minutu i ispipaj te cicke'

"Je li se vidi da su sise?" - zapitala je uz smijeh Lucija Lugomer, poznata hrvatska plus size manekenka, snimajući video kao podršku kampanji "Budi zdrava", koja u mjesecu posvećenom borbi protiv karcinoma dojke, potiče da se izdvoji jedna jedina minuta kako bi se napravio samopregled dojki.

**MARIJANA KLARIĆ
 MARKO TODOROV/HANZA MEDIA**

Lugomer se ovoj kampanji, jednoj od više njih kroz koje su proteklih tjedana brojne Hrvatice apelirale na važnost pregleda, nije pridružila tek kao podrška, ona je nažalost osobno doživjela veliku bol i obiteljsku tragediju kad joj je prije 15 godina od karcinoma dojke preminula mama.

Lucija Lugomer tada je imala samo 11 godina i strašno iskustvo obilježilo ju je za cijeli život, o čemu je progovorila u potresnom statusu na Instagramu.

"Prije točno 15 godina ostala sam bez svoje majke, jer nije došla na vrijeme u Institut. Prije točno 15 godina imala sam 11 godina. Prije točno 15 godina doživjela sam najve-

ću traumu svoga života. Prije točno 15 godina živim s tom traumom i dan-danas.

'Želim znati više'

Prije točno 15 godina moj otac postao je samohrani otac u svega 3 mjeseca. To se ne nauči - to se preživi! Prije točno 15 godina izgubila sam svoju zaigranost i djetinjstvo. Prije 15 godina je bilo prije 15 godina. I nitko nam je ne može vratiti. I nitko mi je ne može vratiti. Niti na sekundu.

Ne želim živjeti u ideji da možda tako nije trebalo biti da smo saznali na vrijeme ili došli u bolnicu na vrijeme - biram život u kojem želim znati više i u kojem mogu napraviti više! Molim te, uzmi minutu, ispipaj te cicke i pokaži životu da si jača i od same sebe. Mislite na sebe. Čuvajte svoje zdravlje. Njeguajte se. Borite se. Volite se. Važno je!" - poručila je Lugomer.



Rak dojke drži prvo mjesto među svim malignim bolestima od kojih obolijevaju žene. Prema statistikama koje je teško percipirati, u Europi svake dvije minute jedna žena oboli od raka dojke, a svakih šest minuta jedna žena umre. Iako je ta opaka bolest u visokom postotku izlječiva, ona može biti izlječiva ako se pravodobno otkrije.

Udruga žena oboljelih i liječenih od raka dojke, njihovih obitelji i prijatelja "SVE za NJU" sudjelovala je u kreiranju najvažnijih savjeta o prevenciji raka dojke,

a mi smo izdvojili tri najvažnije stavke, koje bi ženama trebale biti "sveto pismo". Prva je redoviti godišnji ginekološki pregled, druga upućuje na obavezan UZV dojki već do 25. godine, te na mamografiju nakon 40. godine života. Samopregled nije zamjena za dijagnostički pregled, ali je važan, jer ako žene redovito prate svoje dojke, naravno da mogu uočiti promjene.

'Pronađena su mi dva fibroadenoma'

Uspješna trogirski dekoraterka seta Anita Dujić, koja će za nekoliko mjeseci na svijet donijeti svoje prvo dijete, podijeli-

la je svoje iskustvo.

"Prije dvije i po godine otišla sam prvi put na ultrazvuk i pronađena su mi dva fibroadenoma, od tada ih redovito pratim. To možeš i ti! Voli sebe, voli svoj život, voli svoje cice - pregledaj se!" - pozvala je Anita.

"Biti dobar prema svojim cicama znači biti dobar prema sebi" - poruka je Petre Nižetić, koja se srčano, pozirajući gola u baletnoj suknjici, dlanovima prekrivajući grudi, priključila masovnoj akciji osvješćivanja važnosti i samopregleda i UZV i mamografskog pregleda dojki, kao najvažnijeg saveznika u borbi za pobjedu bolesti.

U istoj prigodi bivša splitska voditeljica, danas producentica i blogerica, iznijela je svoju traumu gubitka bliske osobe od bolesti koja drži prvo mjesto među svim malignim bolestima od kojih obolijevaju žene.

"Kad izgubiš jako blisku osobu zbog karcinoma dojke, koji mjesečno ubije u prosjeku 90 žena u Hrvatskoj, onda shvatiš da se to ne događa nekoj drugoj. U posljednjih 10 godina niti jednom nisam propustila preventivni ultrazvučni pregled dojki. Prvi zdravstveni pregled koji sam napravila kad sam se preselila u SAD bio je upravo pregled cica", ustvrdila je Petra na Instagramu. ●

Rizični faktori

Posebnu brigu o zdravlju dojki moraju voditi žene koje podliježu rizičnim faktorima, poput bolesti na dojkama u obitelji, rane menstucije i kasne menopauze, pretilosti tijekom života i u postmenopauzi, neradađanja, nedostatka tjelesne aktivnosti, pušenja, neumjerenog konzumiranja alkohola, korištenja oralnih kontraceptiva i hormonalne nadomjesne terapije.

