

BLANKA BUKOVEC, predsjednica Udruga žena liječenih od bolesti dojke Sisak, u povodu BORIMO SE SA STIGMOM I DISKRIMINACIJOM, TI

NST: Vaša Udruga žena liječenih od bolesti dojke Sisak, čija ste predsjednica, 23. ožujka obilježila je Dan narcisa, javno zdravstvenu preventivnu akciju borbe protiv raka dojke. Kako ste proveli ovogodišnju akciju, kako ocjenjujete zainteresiranost građana za tu temu?

BLANKA BUKOVEC: Naš moto obilježavanja Međunarodnog dana narcisa - prevencije i ranog otkrivanja raka dojke uvijek je "Žene ženama" i "Žene za žene". Naglasak smo dali na preventivne preglede dojki, ali i na oboljele žene od raka dojke kojima je pomoć naše Udruge i pomoć naše zajednice najpotrebnija i najvaž-

nija. Dan narcisa u Sisku održali smo 19. put jer smo prvu ovakvu akciju održali 2000. godine, a Udruga nam ove godine slavi 20 godina postojanja.

NST: Čestitamo vam na velikom i lijepom jubileju?

BLANKA BUKOVEC: Hvala vam na čestitkama. Mislim da smo jedna od najaktivnijih udruga ovog tipa u Hrvatskoj i da se i ovaj grad i ova županija mogu ponositi s nama, našim radom i našim rezultatima jer je smo jedina takva Udruga i u gradu Sisku i u Sisačkomoslavačkoj županiji.

NST: Kako ste ove godine obilježili Dan narcisa? Što je karakteristično za

ovogodišnju obilježbu?

BLANKA BUKOVEC: Naše članice su zajedno sa svojim obiteljima, sa svojom djecom, unucima, prijateljima i mladim volonterima, ovogodišnji Dan narcisa obilježile klasično, na pet štandova na našoj sisačkoj tržnici, u centru grada i u shopping centrima. Kao i svake godine, davali smo cvetove narcisa za prigodne donacije kako bismo skupili nešto malo novca za aktivnosti naše Udruge.

VIDI SE PAD KUPOVNE MOĆI, ALI OPET SE POKAZALO DA SISAK IMA PLEMITO SRCE!

NST: Kakav je bio odaziv naših Sisačana na vašu ponudu narcisa? Osjetili se i u tom segmentu pad kupovne moći ili pad zainteresiranosti?

BLANKA BUKOVEC: Nažalost, u Sisku se jako vidi pad kupovne moći unazad nekoliko godina. Osjeća se da ljudi imaju manje novca. Mi na ulice izađemo jednom godišnje tražeći donacije i sve nam je neugodnije jer ne tražimo milostinju, nego humanu participaciju ljudi u našim aktivnostima preventivnog otkrivanja raka dojke, pomoći ženama oboljelim i operiranim od te opake bolesti. Naš cilj je plemenit, svaka donirana lipa utroši se namjenski.

Hvala svima koji su i ove godine uzimali narcise i donirali rad i aktivnosti naše Udruge. Iako se osjeća teška gospodarska situacija u našem gradu, plemenitosti, humanosti i solidarnosti ne nedostaje i svima smo od srca zahvalni za svaku donaciju bez obzira na iznos. Još jednom se pokazalo da Sisak ima plemenito srce.

Također smo dijelili naše knjige "Žene ženama" i prigodne letke i brošure o važnosti samopregleda dojki, o preventivnim pregledima.

Najvažniji su nam srdačni i otvoreni razgovori s našim sugrađanima, ne samo o ovoj bolesti, nego o svemu i svačemu što nosi život. Javile su nam se naše bivše članice, rodbina umrlih žena, ljudi su nam se požalili na životne, zdravstvene tegobe. Uvijek su to srdačni i emotivno topli razgovori puni povjerenja i uzajamnog poštovanja, a ljudi su sretni

što netko ima vremena za njih, što ih hoće i zna saslušati. Nažalost, moram reći da je kod nas u Sisku oboljele od raka dojke još velika tabu tema, da vlada stigma o toj bolesti, da izvjestan broj žena nosi tu svoju bolest i same se nose s tom opakom bolešću. Još uvijek se smatra da je rak dojke smrtna, da nema lijeka, ali to nije istina jer najnoviji podaci kažu da je u slučaju ranog otkrivanja bolesti, izlječivost preko 90 posto. Jer, zaista, rak dojke je izlječiv ako se otkrije rano. Kod nas je u Hrvatskoj dugo godina bila tendencija povećanja novooboljelih i smrtnosti, međutim, ove godine, došlo je do pada smrtnosti, u Hrvatskoj je 2018. godine 100-injak osoba manje umrlo nego inače. To nam nakon 20 godina daje potvrdu da je vrijedilo sve ovo raditi. Mi smo jedan mali kotačić, mala Udruga, ali je naš rad prepoznat i vidljiv. Netko i ovo mora raditi. Nije to lako. Jako teško se žene odluču na pojavljivanje u javnosti i na javno svjedočenje o svojoj bolesti i liječenju. I zato svim ženama koje se odluču na to, na javno istupanje i djelovanje, svaka čast.

OBOLJELIM ŽENAMA JE JAKO TEŠKO ŽIVJETI S OPAKOM BOLEŠĆU, ALI I STIGMOM I DISKRIMINACIJOM!

NST: Koliko je žena u Sisku i Sisačko-moslavačkoj županiji oboljelo od raka dojke? Kako naš grad i županija stoje s liječenjem od te opake bolesti?

BLANKA BUKOVEC: Na našem području godišnje oboli između 90 do 100 žena od raka dojke, a nažalost, umre između 30 do 40 žena. U državi Hrvatskoj godišnje oboli oko 2.500 žena, a oko 900 je umrlo, sada je taj broj nešto manji.

NST: Koliko imate članova i volontera? Ima li vas dovoljno za sve aktivnosti? Kakav je interes za volontiranje?

BLANKA BUKOVEC: Nemamo puno članova, ali Udruga funkcionira na zadovoljavajući način. Dio članica nam je, nažalost, preminuo, mnoge su na Svetoj Mariji. Mlade žene koje obole, jave se na naš telefon, stupe u kontakt privatnim kanalima i dolaze do

mene, do naših članica, traže informacije, savjete, pomoć, ohrabrenje, a nakon toga se opet ne javljaju. To govori o toj stigmati, diskriminaciji. Oboljelim ženama je jako teško, dolazi do razvoda brakova i raspada obitelji, boje se da će ostati bez posla, u njihovom okruženju ih izbjegavaju jer smatraju da će umrijeti, da više nisu ni za što sposobne. Treba se suočiti sa strahom od smrti, a i preboljeti rastavu braka jer muškarci oboljele žene najčešće ostavljaju, često ostaju bez imovine, skoro na cesti. Svaka žena ima svoju priču, svaka ta priča jako je teška i složena, i zato svaka čast ženama koje su se uspjele nositi s takvim problemima, posebno u manjim sredinama kao što je na primjer grad Sisak.

Zadnjih godina, zahvaljujući poznatim ženama iz Zagreba, koje su novinarke ili se bave drugim društveno vidljivim poslovima, razbija se ta stigma, njihovo priznanje da i one imaju taj problem i da se ne predaju, daje primjer i nadu i drugim oboljelim ženama. Ljudi vide da je ta bolest izlječiva ako se otkrije na vrijeme, da žene nakon operacije i oporavka sasvim normalno žive i rade. Čak i one žene koje se smiju u javnosti, i ja se volim smijati, to čine jer su sretna što su žive, što su pobijedile opasnu bolest, što im je život dao šansu da žive dalje.

NST: Kada ste govorili o stigmati i diskriminaciji, na što ste mislili?

BLANKA BUKOVEC: Iznijet ću svoj slučaj da ljudima bude bliže i razumljivije na što sam mislila kada sam upotrijebila te riječi.

Nakon operacije i terapije, išla sam tražiti posao, a iza leđa su mi govorili: "Što ova tu sa svojim sisama sada hoće?", "Što ona hoće, tako i tako će umrijeti, ona je smrtno bolesna", i tako dalje. To je jedna tako ružna diskriminacija da mi se i danas stegne u grlu kada se toga sjetim, koliko ti društvo neće pomoći. Kad te gledaju i pričaju s tobom, svi su humani, solidarni, divni, govore: "Kakvi su to muškarci koji ostavljaju žene zbog bolesti?", "Pogledaj kako izgleda, što ona tu izvodi?", itd. Na kraju se život sveđe na princip: snadi se sam. Na pravu i punu potporu možeš računati samo na najbližu

obitelj, na svoje najrođenije. Oni su nam najveći oslonac u takvim trenucima. Mi žene možemo jedna drugu ohrabriti, to i činimo s najboljom voljom i željom, ali ne možemo jedna drugoj pomoći jer smo sve koje smo preboljele rak dojke, na neki način doživotno oštećene. Jer, kasnije kroz život javljaju se druge, popratne bolesti na koje vas nitko ne može pripremiti: dolazi do osteoporoze, ženama vade jajnike, mora se suzbiti proizvodnja i rast estrogena. Žene tako s raznim bolestima i tabletama ulaze u ranu menopauzu s brojnim drugim problemima. Da ne govorimo o psihičkim problemima jer se treba moći nositi sa svim tim problemima. Dolazi i do bolesti limfedena, naoticanja ruku, nogu. To je jedna od posljedica operacije i odstranjivanja oboljele dojke. Mi smo kao Udruga znali da postoji takav problem i za Jodno lječilište u Sisku kupili smo do sada dva aparata za limfnu drenažu i financirali smo edukaciju dva fizioterapeuta za obavljanje ručne limfne drenaže. Žene po udrugama u Zagrebu kukaju kako im trebaju ti aparati, a mi u Sisku to imamo već 15 godina. Dakle, u nekim stvarima je naša mala udruga puno naprednija od nekih većih udruga u većim centrima.

Već 18 godina u Sisku imamo mamograf koji je naša Udruga nabavila u suradnji s Gradom Siskom i Sisačko-moslavačkom županijom, već 18 godina taj aparat radi. Mislim da neke stvari treba podvući i podsjetiti jer mlade generacije Sisačana ne znaju što je sve ova udruga napravila. Mi nismo samo Udruga koja traži neke donacije i sredstva, mi smo ovom društvu i ovom gradu jako puno vratili. Osim tog aparata, nabavili smo i druge medicinske aparate u ukupnoj vrijednosti od oko milijun kuna. U tih 18 godina napravljeno je bezbroj besplatnih mamografskih pregleda, a sada već 8 godina u suradnji s Poliklinikom Matoc, radimo besplatne ultrazvučne preglede za mlade žene. Svake godine besplatno se pregleda između 20 do 30 mladih žena. Protuvrijednost jednog pregleda je 250 kuna, što također nije zanemarivo. I to je poklon našim ženama i



Slavko Jendričko

23. OŽUJKA

Narcisa nasmijan
 žuti cvijet
 nije znala
 čim se rodila
 puno kasnije
 preselila se
 u simbol molitve
 ispovijedanja žena
 na javnim
 mjestima
 natapajući zjenice
 radošću iskrica
 sa sunčeve kreste
 poput ozarenih
 amajlija
 u lijepim
 ženskim rukama
 s njima plutam zrakom
 nije to sve što mogu
 dati ovom danu
 šapnem prividenju
 violine
 odvući nas krilima
 muzike
 na sve strane svijeta
 gdje cvatu
 djevojčice
 poput mjere za sreću.

20 godina postojanja njihove udruge

REBA NAM CENTAR ZA PSIHOSOCIJALNU POMOĆ!

našem gradu. Također smo educirali preko 4.000 žena za samopregled dojki. Održali smo puno edukativnih tribina, radionica. Puno smo radili i puno smo napravili.

TREBAMO CENTAR ZA PSIHOSOCIJALNU POMOĆ OBOLJELIM ŽENAMA U NAŠOJ SISAČKOJ BOLNICI

NST: Često se rad na preventivi ne vidi i ne cijeni dovoljno? Što mislite o tome?

BLANKA BUKOVEC: U stvari uvijek radimo na dva kolosijeka: jedno je preventiva u kojoj educiramo zdrave žene da idu na preglede, da se samopregledavaju, da brinu za svoje zdravlje, a drugo je briga za operirane žene. Jer se one nakon operativnih zahvata i nužnog oporavka moraju vratiti u normalni život. Za to im treba psiho-socijalna podrška, u prvom redu žena koje ih razumiju, žena koje su prošle što i one. Ono što im društvo ne da, a mi im možemo pružiti, jesu razne psihološke radionice, razne grupne aktivnosti koje osnažuju žene kada im je psihološka potpora najpotrebnija. To što mi možemo pružiti je kvaliteta života. Nakon operacije i izlječenja, treba nastaviti dalje živjeti normalno, a to je jako teško, bez obzira koliko god se trudili. Tu je ta naša pomoć putem raznih radionica (likovnih, psiholoških) do radionica plesa i glazbe, raznih predavanja, izleta, druženja, najvažnija. Odnedavno organiziramo nordijsko hodanje, što je najjednostavniji oblik rekreacije. Bitna je socijalna uključenost naših članova, da smo zajedno, da se družimo, da se smijemo, zabavljamo i da shvatimo da je život ljepši kada smo zajedno, da ima drugih kojima je teže i da se s optimizmom i vjerom u vlastite snage mogu razriješiti i prihvatiti mnoge teške životne situacije.

NST: Vaša Udruga pokrenula je inicijativu da se u sisačkoj Bolnici ustanovi Centar za psiho-socijalnu potporu ženama oboljelim i operiranim od raka dojke. Što je s tom vašom inicijativom? U kojoj je fazi?

BLANKA BUKOVEC: Takvu inicijativu iznijele smo prije dvije godine ravnatelj Opće bolnice "Dr. Ivo

Pedišić" Sisak dr. Tomislavu Dujmenoviću. Smatramo da postoji potreba za osnivanjem centra za psiho-socijalnu pomoć oboljelim od malignih bolesti, znači ne samo od raka dojke, i on nas je razumio, načelno je dao suglasnost, rekao da je to izvedivo u okviru naše sisačke bolnice. Takav jedan centar, Kliniku za psihološku medicinu u KBC-u Rebro, vodi doc. dr. sc. Marijana Braš i postižu se odlični rezultati u jačanju samopouzdanja žena. Tu stručnu psihološku pomoć mi liječene žene ne možemo dati drugim oboljelim ili operiranim ženama. Neke žene teže, a neke lakše podnose bolest. Mnoge traže pomoć na razne načine. Jedna takva psihološka pomoć djeluje u Udruzi "Sve za nju" u Zagrebu, međutim, to je sve na razini udruge, a ta pomoć, po nama, mora biti u instituciji, jer to treba biti i jest sastavni dio liječenja. Takva pomoć treba ići na liječničku uputnicu i treba biti besplatna za sve one kojima je ona potrebna.

Na tom sastanku u Bolnici bili su i psihijatri koji su rekli da imaju takve pacijente, ali to su pacijenti, a mi tražimo psihološku pomoć. Ako kažemo da žene trebaju psihološku pomoć, to ne znači da trebaju tablete, da ne trebaju liječenje. Možda je dovoljan jedan razgovor, grupna terapija ili stručni savjet. Osobito zbog toga što se zazire od klasičnog ambulantnog liječenja zbog straha da ih sredina ne proglasi "ludima" jer idu psihijatru.

Konkretno tražimo od naše županijske bolnice i naše županijske vlasti da formiraju takav centar koji će biti od velike pomoći oboljelim od malignih bolesti. To je nasušna potreba i vjerujem da će se uz dobru volju realizirati i ta ideja.

Svaki takav razgovor za ženu je veliki stres. Oboljele žene su najčešće ogorčene, ljute na sve, mnoge se osjećaju kao da su im drugi krivi što su se razboljele. Nažalost, vlada jedna takva psihoza i strah od smrti da bi takav centar za psihološku pomoć bio jako potreban i koristan. Jer, na žalost, ima žena koje kažu da neće zračenje, terapije, klasično liječenje. A svi znamo da sve to treba. Svi znamo da su one koje su se tako liječile, nažalost, završile na Svetoj

Mariji. Medicina je broj jedan i treba ići na liječenje. Alternativa se može probati, ali bez medicine nema liječenja.

NST: Svojedobno je bila pokrenuta inicijativa za osnivanje Onkološkog odjela u sisačkoj Bolnici?

BLANKA BUKOVEC: Znam da onkolog jednom tjedno dolazi u sisačku bolnicu. Prije ga nije bilo. Dolazi nam magnetska rezonanca, to je veliki napredak, ali bitni su naši vrhunski liječnici. Aparat se može kupiti, ali tim kvalitetnih liječnika treba imati. To je bit. Sisačka bolnica ima odlične liječnike i medicinske sestre, zahvaljujem im se na susretljivosti, suradnji, na svakoj lijepoj i dobroj riječi i gesti u svoje ime i u ime svih oboljelih i liječenih žena od ove opake bolesti.

Mislim da bi za liječenje raka dojke trebao postojati multidisciplinarni tim od dijagnostike do palijativne skrbi. Bilo bi dobro da netko stručan razmotri tu ideju i utvrdi je li ona izvediva. U svakom slučaju, takva potreba postoji, da naše oboljele žene preglede mogu obaviti i ovdje u Sisku.

POČAST I ZAHVALNOST NAŠOJ PRVOJ PREDSEDNICI I OSNIVAČICI MIRI UZELAC

NST: Kako je s financiranjem rada i aktivnosti vaše Udruge? Aktivnosti je puno, a sve to treba isfinancirati?

BLANKA BUKOVEC: Sredstva koja dobivamo od Sisačko-moslavačke županije i Grada Siska jedva nam pokrivaju troškove osnovnog djelovanja, hladnog pogona. Od Sisačko-moslavačke županije godišnje dobijemo 10 do 12 tisuća kuna, a od Grada Siska 5.000 kuna, a s tim sredstvima moramo financirati sve naše aktivnosti. Jedva preživljavamo. Jedva opstajemo. I opstanak nam je s takvim novcima definitivno upitan.

NST: Kakva je situacija sa zapošljavanjem žena liječenih od bolesti raka dojke? S povratkom na posao? S traženjem posla?

BLANKA BUKOVEC: Mnoge oboljele žene odlaze u invalidske mirovine, a one druge se nadljudskim naporima trude da zadrže radna



Blanka Bukovec: "Jako volim kulturu, sport. Idem na koncerte, predstave, izložbe. Volim se družiti. Izleti su jako bitni. Plivam. Sada uživam u nordijskom hodanju".

mjesta, da ostanu raditi, bore se u svom radnom okruženju i dokazuju se da mogu i da su sposobne raditi, iako im nije lako.

One žene koje odu u invalidske mirovine, suočene su s jako malim primanjima s kojima mogu podmiriti samo najosnovnije troškove, a tu su izdaci za liječenje, lijekove, dodatne usluge.

NST: Što kao žena koja je sama operirana, koja je preživjela liječenje i koja dugo godina vodi ovu Udrugu mislite da bi trebali reći drugim ženama, posebno onima koje su oboljele i liječe se od te opake bolesti?

BLANKA BUKOVEC: Svima, od tinejdžerskih dana do smrti, potreban je svakodnevni samopregled dojki. Treba se naučiti redovito pregledavati dojke. Kao što svakog dana pere-mo zube. Danas na Internetu ima puno snimki kako sva-ka žena sama može obaviti pregled svojih dojki. Živimo srećom u to internetsko doba kada se sve može saznati i vidjeti, a naša Udruga je osnovana prije 20 godina kada nije bilo informacija o tome, kada nisu postajali niti letci s prikazom samopregleda.

Pozivam mlade žene da odu na ultrazvuk dojki, a starije žene da se uključe u nacionalni program mamogra-

fa i mamografskih pregleda. Ti pregledi su jako bitni. Za oboljele žene medicina je broj jedan, neka slušaju svoje liječnike i provode sve potrebne terapije. Ženama liječenima od bolesti dojke savjetujem da se uključe u normalan život, da izlaze u društvo, da se bave stvarima koje ih vesele, da ne podležu depresiji. Neka pokušaju živjeti što zdravije. Treba se hraniti zdravo.

NST: A kako živi Blanka Bukovec? Kako se opušta, zabavlja? Što vas raduje?

BLANKA BUKOVEC: Jako volim kulturu, sport. Idem na koncerte, predstave, izložbe. Volim se družiti. Izleti su jako bitni. Ima me svuda. To su vrlo ugodne terapije. Imamo našeg sisačkog glazbenika Josipa Meixnera Bucu koji radi terapiju glazbom. Mozak je u glazbi. Znamo da je bilo koja vrsta umjetnosti terapija. To je jako bitno za izlječenje i kvalitetan život. Čim se makneš iz svoje sredine, ti si u terapiji.

Plivam, hodam. Imamo sreću da u gradu imamo bazen, godinama uživam u plivanju. Sada uživam u nordijskom hodanju, to mi je lijepo otkriće.

Mnogi ljudi, videći naše slike, misle "ove samo uživaju", "opet se provode", našim druženjima daju ne-

gativni kontekst jer ne znaju o čemu se radi. Nastojim se što više smijati i radovati se ljepotama života. Za ženu koja je friško operirana, taj moj osmijeh znači da živim iako sam prije 20 godina operirana. Ta žena će reći: ova živi 20 godina i smije se, to je dobro, tako ću i ja. Sve životne tegobe pobjeđujemo osmijehom i pozitivom. Nastojim vlastitim primjerom poslati poruke oboljelim i operiranim ženama da je rak izlječiv ako se rano otkrije i ako se krene rano liječiti. Da nakon operacije mogu funkcionirati, živjeti, radovati se. Da nas ima svugdje, da smo žive, da se ne predajemo depresiji, da nismo u tamo nekom ormaru u nekakva četiri zida, da nema smisla biti sam, plakati i strahovati. Da vrijedi živjeti. To je poruka novooboljelim ženama da život ide dalje.

NST: Ove godine slavite 20 godina postojanje Udruge. Kome posvećujete tu obljetnicu?

BLANKA BUKOVEC: Ovu obljetnicu posvećujemo mnogim ženama koje su prošle kroz našu Udrugu i koje su ostavile neizbrisivi trag. Prisjetimo se samo naše prve predsjednice i osnivačice Mire Uzelac, prisjetimo se svih krasnih žena koje više nisu s nama. Kada se sjetim kada sam prije 20 godina operirana, sjećam se kako sam to doživjela. Nitko mi ništa nije mogao ne-što više reći o tome. Tada se pojavila Mira Uzelac u mojoj radnji i ona me je prva upoznala s tom bolešću. I kada sam se ja razboljela, normalno da sam se sjetila nje. To je prva žena koja mi je nešto rekla o toj bolesti i dala prve savjete, bila mi je prva podrška. Tada sam vidjela što znači podrška jedne oboljele žene i to mi je bio poticaj da se idem baviti ovim poslom. I dan-danas bavim se pomaganjem oboljelim i liječenim ženama u čast žena koje su svojim iskustvom pomagale drugim oboljelim ženama. Jako je bitno da se možeš nekome obratiti kada oboliš. Ja sam imala Miru Uzelac i vječno sam joj zahvalna, nek ju na nebu čuvaju anđeli. Obilježavanje obljetnice je prilika da njoj i drugim zaslužnim ženama i osobama iskažemo našu počast i zahvalnost. Hvala im!

Željko MALJEVAC