



ZDRAVLJE



Mozak joj 'curi' prema leđima: Jade (23) prije smrti želi posjetiti Tajland

Britanka Jade Davis (23) boluje od Chiarijeve malformacije tipa 1 kod koje se mozak proteže u leđnu moždinu gdje stvara pritisak zbog kojeg nema pravilnog protoka moždane tekućine. Bila je na dvije operacije, nisu uspjele. Liječnici kažu da može umrijeti svaki čas. Napisala je popis stvari koje bi voljela napraviti prije smrti. Na stranici gofundme.com skupljaju se sredstva pomoću kojih će ostvariti svoje želje i posljednje dane proživjeti sretna. (tk)



Hrvati sve imuniji na antibiotik za Helicobakter

U posljednja dva desetljeća rezistentnost na bakterijske infekcije u većem dijelu Europe više je nego udvostručena. Povećava se otpornost na antibiotike, koji se obično uzimaju za infekciju Helicobacter pylori, bakteriju koja je povezana s čirom na želucu, limfomom i općenito problemima sa želucom. Prema utvrđenoj stopi otpornosti H. pylori na antibiotik klaritromicin u Europi, na prvome je mjestu Južna Italija s 36,9 posto, na drugome je Hrvatska s 34,6 posto. Slijede nas Grčka (30 posto), Poljska (28,5 posto) dok je na petome Bugarska s 26,9 posto.

Razdražljivost i umor zbog malo vitamina B12

Osim umora, zbog manjka vitamina B12 možete osjećati žarenje u rukama i nogama. Premalo zaliha ovoga vitamina negativno utječe i na živčani sustav pa možete biti razdražljivi, imati problema s pamćenjem, a mogu se pojaviti i afte. Manjku vitamina B12 podložniji su stariji ljudi, vegetarijanci te ljudi s probavnim smetnjama.

'I moji su s rakom. Žen



ne roditelji borili s e, brinite se o sebi'

SPASONOSNI PREGLED Ako se otkrije u ranoj fazi, rak dojke izlječiv je u 90 posto slučajeva, na kraju edukativnog videa kaže Ida Prester, ambasadorica kampanje #Pinkypromiss

Piše: JASMINA SARIĆ ČEDIĆ

Samopregled je prvi i najvažniji korak. Znam da je video malo provokativniji, ali cilj je i bio privući pozornost.

Ako samo jednu ženu spasimo na ovaj način, puno smo postigli, kaže nam Ida Prester (40), ambasadorica javnozdravstvene kampanje #Pinkypromiss - za rano otkrivanje raka dojke. Riječ je o Zajedničkoj kampanji Klinike za tumore KBC-a Sestre milosrdnice, udruga Europa Donna, Nismo samo i Sve za nju, Rochea Hrvatska i miss7. Ida Prester tako je postala prva javna osoba koja je snimila video sa samopregledom dojke.

- Cilj ove edukativne kampanje je podizanje svijesti o nužnosti redovitog samopregleda - jednostavne i brze metode koja može

spasiti život te omogućava rano otkrivanje raka dojke.

- I moji roditelji su se borili s rakom. Tata je prije 25 godina imao melanom, a mama se do prije pet godina liječila od raka vrata maternice. Tako da iz prve ruke znam što to znači i znam kolika je važnost ranog otkrivanja raka. Koliko bi samo žena do sada bilo spašeno da su prakticirale samopregled i na vrijeme uočile da nešto nije u redu - priča Ida naglašavajući da se kod nas, nažalost, i dalje mnogo karcinoma otkriva prekasno.

ŠTO RANJE, TO BOLJE

Također, poručuje ženama da se ne uspaniče ako napipaju kvržicu jer nisu sve kvržice maligne, ali bi svakako trebalo odmah otići liječniku na dodatne

provjere. Ida Prester spada među one ljude koji redovito idu na kontrolne preglede, poput ginekološkog pregleda i Papa testa, ili kontrole dojki, i smatra kako bi svi trebali imati takvu praksu.

- Edukacija, bolja informiranost o raku dojke te važnost samopregleda, redovitih ultrazvučnih pregleda i mamografskih pregleda, može dugoročno rezultirati većim brojem dijagnoza u ranoj fazi bolesti, kad su rezultati liječenja znatno bolji. Prva osoba kojoj se žene trebaju obratiti napipaju li kvržicu tijekom samopregleda, njihov je liječnik primarne zdravstvene zaštite, koji će ih dalje uputiti na dijagnostičku obradu u nadležnu ustanovu. Nasreću, većina je napipanih tvorbi dobroćudna - rekao je na predstavljanju

kampanje v.d. predstojnika Klinike za tumore KBC-a Sestre milosrdnice, doc. dr. Ivan Milas. Za samopregled je važno da ga svaki mjesec obavite u istoj fazi ciklusa, pri kraju, ili neposredno nakon menstruacije, u fazi u kojoj se dojke opuste.

INFORMIRAJTE SE!

Rak dojke najčešće je maligno oboljenje kod žena. Dakle, od ukupnog broja karcinoma kod žena, na rak dojke odlazi četvrtina. Godišnje je oko 300 novooboljelih žena. U sklopu kampanje #Pinkypromiss predstavljene su posebne "microsite" #pinkypromiss.24sata.hr kao glavni izvor informacija o samopregledu i raku dojke, na kojem će se svi zainteresirani moći vrlo detaljno informirati i pronaći odgovore na sva pitanja o toj bolesti.

300

NOVOOBOLJELIH Svake godine od raka dojke oboli 300 žena. Od ukupnog broja karcinoma kod žena, na rak dojke odlazi četvrtina

**PREGLED
DOJKI RADI
SE JEDNOM
NA MJESEC**

1. Skinite se do pasa i dignite ruke iznad glave. Stavite ih na bokove i okrenite se na jednu pa na drugu stranu. Obratite pažnju na promjene kože ili izgled bradavica.

2. Potom stavite ruku iznad glave, a vrhovima prstiju druge ruke lagano pomičite dojku u svim smjerovima. Svaki dio dojke treba temeljito i precizno opipati.

3. Laganim pritiskom bradavica provjerite eventualni iscjedak iz dojke. Zadnji dio pregleda je opipavanje limfnih čvorova ispod pazuha.

4. Ako primijetite neku kvržicu, to nije razlog za paniku, ali za svaki slučaj prijavite svaku promjenu svom liječniku primarne zdravstvene zaštite.

5. Sve žene starije od 20 godina trebale bi raditi samopregled dojki i to jedanput na mjesec, najbolje od pet do sedam dana nakon menstruacije.