



POVJERLJIVO | METASTATSKI RAK DOJKE

'NE ODUSTAJEM': ŽENE KOJE NISU ODUSTALE OD ŽIVOTA, NEMOJTE NI VI

Udruge koje okupljaju žene oboljele od raka - Nisi sama, Sve za nju, Europa Donna Hrvatska i Oncoput pokrenule su online kampanju "Ne odustajem", čiji je cilj upravo osnaživanje žena s metastatskim rakom dojke da svojim liječnicima postave ključna pitanja, surađuju i informiraju se o mogućnostima liječenja. Danas postoje različite terapijske opcije sustavnog liječenja metastatskog raka dojke koje omogućuju produljenje života uz sačuvanu ili čak poboljšanu njegovu kvalitetu. Iako se ovaj tip raka ne može izliječiti, žene s ovom dijagnozom mogu živjeti dugo i kvalitetno. Oko 75 posto žena s rakom dojke ima hormonski ovisan metastatski rak dojke negativan na HER2, a gotovo svaka treća oboljela žena ima i metastaze. Zaštitna lica kampanje "Ne odustajem" su tri oboljele žene, a ovo su njihove priče.

Piše **SUZANA CIBOCI**, snimili
MARKO TODOROV | VLADO KOS
/CROPIX

LJILJANA PRANJIĆ (53), umirovljenica, Zagreb

NIJE VAŽNO SAMO PREŽIVJETI, MI ŽELIMO ŽIVJETI PUNIM PLUĆIMA

- U mome životu rak je prisutan već 20 godina. Prošla sam pet kemoterapija i bezbroj operacija, ne mogu ih više ni nabrojati. U tih 20 godina imala sam sreću da je bolest bila pod kontrolom. No, prošle jeseni došlo je do proširenja i bolest je prešla u metastatsku fazu, tip hormonski ovisan negativan na HER2. Kada sam dobila dijagnozu, mislila sam da je to početak kraja. Prepala sam se, naravno. Mislila sam, gotovo je, uskoro ću umrijeti. Ali, što je to početak kraja? Svako rođenje je početak kraja. Sada znam da zahvaljujući medicini i lijekovima moj kraj nije ni blizu. Znae, svi mi koji prolazimo ovakve bolesti svojevrstni smo eksperti kriznog menadžmenta, nakon mnogih kemoterapija i bolesti mi znamo što znači prilagoditi se - kaže Ljiljana Pranjić, 53-godišnjakinja iz Zagreba koja je zaista naučila živjeti uz svog neugodnog zloćudnog suputnika.

- Trenutno sam na terapiji koja je kombinacija dva lijeka - CDK4/6 inhibitora (ciljana terapija) i blokatora estrogena u obliku injekcija. Moram reći da sam svojom terapijom oduševljena. Zašto? Zato što znam što čini. I to ne samo zbog toga što su mi rekli liječnici ili što govore studije, nego i zbog žena kojima su takve terapije promijenile život.

Te žene zahvaljujući ovoj terapiji žive, i to punim plućima. Početak terapije može biti malo neugodan, ali nakon svih kemoterapija koje sam prošla na te se neugodnosti samo nasmijem. Uvijek sam bila spremna puno više otrpjeti ako je to put do nekog mog ozdravljenja. Dobro, ne možemo govoriti o ozdravljenju, ali zato govorimo o produženju i kvaliteti života - kaže Ljiljana.

- U trenutku kada dobijemo novu lošu dijagnozu, prvo što učinimo je da se raspitamo tko još živi s tom bolesti. Raspitala sam se i našla žene koje već godinama žive s metastatskim rakom, to me smirilo i dalo mi nadu. U ovih 20 godina vrijeme preživljenja produljilo se nekoliko puta. Ali, nije bitno samo preživjeti, mi želimo živjeti punim plućima. Naravno, tu su neka ograničenja. Dakle, ne radi se samo o preživljenju, nego o kvaliteti života koju nam ova terapija omogućuje. Kako zadržati kvalitetu života? Svi mi koji smo bili suočeni s mogućnošću odlaska s ovog svijeta definitivno živimo ispunjenije, bolje i kvalitetnije od nekoga tko nikada nije imao neki zdravstveni problem. Ja namjeravam živjeti koliko god ide, iz sveg srca, da mi narastu krila i da potpuno uživam u životu. Vjerujem u medicinu, i znam da hoću... - kaže Ljiljana.

Evidencijski broj / Article ID: [19545207](#)
Vrsta novine / Frequency: [Mjesečna](#)
Zemlja porijekla / Country of origin: [Hrvatska](#)
Rubrika / Section:





MILENA OBST (66), umirovljena
 pravnica, Požega

UZ LIJEKOVE PROTIV RAKA ŽIVIM KAO DA IMAM VISOKI TLAK ILI NEKU DRUGU KRONIČNU BOLEST

- Trebaš željeti živjeti, a ja nisam ni prva ni zadnja kojoj se dogodio rak. Samo vjerujem u sebe i svoje liječnike. Naravno, i ja imam dobrih i loših dana - kaže Milena Obst. Prije dvije i pol godine dobila je dijagnozu metastatskog raka dojke. Inače, s 35 godina dijagnosticiran joj je prvi karcinom - rak bubrega, zbog čega je jedan bubreg i uklonjen. Otada ide na redovite kontrole, ali nalazi nisu ništa pokazivali.

- Ipak, 2018. godine snažno sam osjećala da nešto nije u redu. Inzistirala sam na dodatnim pregledima nakon kojih mi je dijagnosticiran metastatski rak dojke, i to hormonski ovisan negativan na HER2. Ništa se nije moglo napipati na dojci niti vidjeti na pregledu. Tek je nalaz nakon operacije pokazao razmjere bolesti, veličinu tumora i proširenost na 23 limfna čvora i metastaze u kostima. Sjećam se kao danas tog trenutka i straha kada je doktorica na Institutu za tumore u Zagrebu izustila te zlokobne riječi: 'Imate metastatski rak dojke'. Vidjela je da sam izgubila tlo pod nogama i onda mi je rekla rečenicu koja me prati cijelo ovo vrijeme i koja mi daje snagu: 'Gospođo, ali mi smo žene, mi možemo sve izdržati'. Ta rečenica i danas mi daje snagu. Vjeru u život dala mi je i dr. sc. Ana Tečić Vuger, koja mi je rekla: 'Vi ćete uz ovu terapiju živjeti kao i netko tko ima visoki krvni tlak ili neku drugu kroničnu bolest'. Zaista, tako i živim - kaže Milena. Umirovljena pravica iz Jakšića kod Požege dvije i pol godine, od listopada 2018., na ciljanju je kombiniranoj terapiji prilagođenoj za njezin tip tumora (hormonska + CDK4/6 inhibitori). Terapiju odlično podnosi, bez ikakvih nuspojava. Ubrzo nakon početka terapije nalazi su pokazali da je bolest potpuno pod kontrolom.

- Svako jutro prije nego što uzmem terapiju, da mi ne sjedne teško na želudac, popijem voćni jogurt, i to je to. Poslije normalno obavljam sve svoje dnevne obaveze, a u sezoni berem jabuke i višnje na obiteljskom imanju. Kad dođem svojim doktorima, znam se s njima našaliti i reći: 'Ja mislim da uopće nemam rak'. Zaista, uopće se ne osjećam kao onkološki bolesnik. Vjerujem u sebe i svoje liječnike. Osjećam se odlično i sve radim normalno. Živim punim životom kao da nisam bolesna - kaže Milena Obst. Zaštitno je lice kampanje "Ne odustajem", čiji je cilj pokazati da se s metastatskim rakom dojke zahvaljujući odličnim lijekovima može dugo i kvalitetno živjeti.



**Doktorica
 mi je
 rekla: "Mi smo
 žene, mi
 možemo sve
 izdržati"**



VESNA TOKIĆ (55), prof. logoped i defektolog, Zagreb

IMALA SAM RAVNU KOSU I DOJKE, SADA IMAM PERIKU I IMPLANTATE!

- Rak je riječ koju često čujete, koja u vama izaziva određenu reakciju i uz koju uvijek povezujete neke druge ljude, nikada sebe. Ali bolest je našla ime i prezime, adresu i kućni broj - kod mene. I teško se u tom trenutku ne zapitati - je li najveći broj doručaka iza nas? Ljude zna uhvatiti panika, a trebaju znati da imaju vremena, pripremiti sebe, svoje tijelo i svoj duh. Ako bolje razmislimo, uočiti ćemo da nas je život već na sve pripremio. Na mučnine, na gubitak kose, na slabost... i ne treba se time unaprijed zamarati. Ako mislite da će vam biti loše, veće su šanse da će vam zaista i biti loše - kaže Vesna Tokić, 55-godišnja profesorica logopedije i defektologinja iz Zagreba. Dijagnozu hormonski ovisnog metastatskog raka dojke negativnog na HER2 dobila je sredinom prošle godine.

- Na redovnoj godišnjoj kontroli, koja je uključivala i pregled grudi, prvi put se posumnjalo da nešto nije u redu. Došao je trenutak 'hajde ležite' iza kojeg je uslijedio pregled i neugodno zatišje. Bilo je jasno da se nešto događa. Liječnica je objasnila da se radi o tvorbi sumnjiva karaktera koju treba ispitati. Tek na izlasku iz ambulate došlo mi je do svijesti što se upravo dogodilo - kaže Vesna. Uslijedio je prvi onkološki pregled, na kojem je tim stručnjaka postavio terapiju.

Obavljena je operacija (mastektomija), nakon koje je uslijedila kemoterapija, a potom i zračenje. Na zračenje odlazi u 18 sati navečer. - To je gospodski termin, nema gužve. Dodeš, obaviš i ideš dalje - kaže Vesna Tokić.

- I više sam se usmjerila na metode dodatnog pojačavanja imuniteta uz puno voća i čajeva te, naravno, puno pozitivne. To mi je dosta pomoglo. Naravno, puno je lakše prebroditi teške dane uz pravu podršku. Najveća podrška je obitelj, ali i svi ljudi oko nas, od prodavačice u trgovini do gospođe na nekom šalteru, liječnika, sestara... Nije jednostavno svojim najdražima reći da s vašim zdravljem nešto nije u redu. Moj pristup je bio: 'Dragi moji, imamo probleme u raju, a problem se zove imenom moje dijagnoze'. Pripremila sam unaprijed odgovore na njihova moguća pitanja, iako i sama na gomilu njih nisam znala odgovoriti. Kasnije smo sve rješavali u hodu. Sad kad pogledam iza sebe, mogu reći da 2020. sigurno neću pamtit kao glamuroznu godinu, ali ću je pamtit kao godinu novih spoznaja i prijatelja i godinu u kojoj sam postala - prava ja - kaže Vesna Tokić. I ona je zaštitno lice kampanje "Ne odustajem" i bez ustručavanja poručuje: - Imala sam ravnu kosu i dojke, sada imam periku i implantate!