

Portal Województwa Lubuskiego



Maszerujemy i szkolimy się w trosce o zdrowie! Za nami kolejny Różowy Marsz



Kategoria - Zdrowie

Data publikacji -15 października 2022 godz. 10:55

Rak to nie wyrok, a wczesna diagnostyka jest naprawdę ważna, bo ratuje zdrowie i życie - o tym przypomina Różowy Marsz, którego kolejna edycja odbyła się w sobotę, 15 października 2022 r.

Różowy Marsz jest elementem profilaktyki kobiecych nowotworów - raka piersi i

raka szyjki macicy. Uczestniczki i uczestników pochodzenia powitała **marszałek Elżbieta Anna Polak**. - Pamiętajcie, że rak to nie wyrok. Wczesna diagnostyka leczy w stu procentach. Wiele pań, które są tu razem z nami, nasze amazonki, są tego przykładem. Musimy robić badania - mammografię, USG, cytologię. Niestety wykrywalność raka piersi i raka szyjki macicy daje nam, regionowi lubuskiemu, dalekie miejsce. Mamy natomiast szóste miejsce w Polsce pod względem śmiertelności na tego raka. Rocznie na choroby nowotworowe w województwie lubuskim umiera 3 tysiące osób. Musimy to zmienić - przede wszystkim poprawić dostępność do badań, do profilaktyki - mówiła marszałek.

Walczymy o równy dostęp do leczenia w Europie

Różowy Marsz, choć związany z tematyką kobiecych chorób, miał również męskich uczestników. Jednym z nich był **Bartosz Arłukowicz, poseł do Parlamentu Europejskiego, przewodniczący komisji specjalnej ds. walki z rakiem i twórca Europejskiego Planu Walki z Rakiem**. - Stałem na czele tej komisji po to, żeby stworzyć raport i takie przepisy, które umożliwią równe szanse leczenia dla wszystkich pacjentów w Europie. Nie może być tak, że kobieta z rakiem piersi w Polsce ma inne szanse na leczenie niż taka sama kobieta z takim samym rakiem piersi w Hiszpanii czy w Niemczech. Dlatego bardzo walczymy o to, żeby wyrównać szanse pacjentów w dostępie do najnowszej technologii, do najnowszych leków, do tego, żebyśmy mogli godnie walczyć z chorobą nowotworową. Walczymy również o prawo do zapomnienia, czyli o to, by człowiek, który poradził sobie z chorobą nowotworową, przeżył, nie miał gorszych warunków życia, jeśli chodzi o ubezpieczenia, sposób pracy czy dostęp do innych usług medycznych - wyjaśniał Bartosz Arłukowicz.

Życząc wszystkim zdrowia, europoseł dodał, że w ciągu najbliższych 5-7 lat pojawi się szczepionka przeciwko rakowi. - To wielki sukces. Stało się to dzięki pracom nad szczepionką na COVID-19. Przy okazji przyspieszyły prace nad szczepionką na raka - powiedział B. Arłukowicz.

- Mocno trzymam kciuki za tę szczepionkę. Mamy swoje marzenia, plany, po prostu kochamy żyć. Mamy dla kogo żyć i musimy żyć, dlatego dzisiaj musimy sobie przypominać i namawiać wszystkich do tego, żeby się badali. Mówmy to swoim mamom, siostram, córkom. Mężczyźni, namawiajcie swoje żony, siostry i mamy - mówiła **posłanka Katarzyna Osos**.

„Jestem z wami, bo chcę walczyć o przyszłość”

Do grona panów na marszu dołączył również **senator Wadim Tyszkiewicz**: - Dzisiaj mówimy o chorobie, która może dotknąć tak naprawdę każdego. Mówi się, że choroba nie wybiera. Czasami jednak chyba wybiera. Przyznaję, że kiedyś wątpiłem w Wydział Lekarski Uniwersytetu Zielonogórskiego. I tu wielkie słowa uznania dla pani marszałek, bo ona ze swoim kobiecym uporem dopięła swego. Dzisiaj Wydział Lekarski to nasza duma - duma województwa lubuskiego, nas wszystkich. Absolwenci tego wydziału dwukrotnie najlepiej zdali egzaminy państwowe - powiedział senator.

- Jestem z wami również dlatego, że mam piękną, wspaniałą żonę, dwie córki i pięć wnuczek. Jestem z wami, bo chcę walczyć o przyszłość, o to, żeby kobiety miały swoje miejsce w polskiej polityce, ale akurat u nas kobieta odgrywa najważniejszą rolę - dodał Wadim Tyszkiewicz.

Szpital Uniwersytecki rozwija możliwości leczenia nowotworów

Antoni Ciach, lekarz i dyrektor ds. leczenia w Szpitalu Uniwersyteckim w Zielonej Górze mówił, że onkologia w lecznicy rozwija się dynamicznie. - Onkologia to nie tylko oddział onkologii, ale również oddział torakochirurgii, laryngologia, chirurgia ogólna i ginekologia onkologiczna. Też rozwijamy ją bardzo dynamicznie. Teraz otwieramy Centrum Zdrowia Matki i Dziecka, gdzie będzie blok operacyjny, z którego będzie korzystała również ginekologia. Mamy w planach przebudowę oddziału ginekologicznego, który jest w starym budynku. Nie mówiąc już o tym, że mamy w planach budowę centrum naukowo-badawczo-onkologicznego. Cały czas walczymy o urządzenie PET, żebyśmy mieli pełną, kompletną diagnostykę i żebyśmy naprawdę mogli skutecznie walczyć z chorobą - powiedział lekarz.

Marszałek Elżbieta Anna Polak dodała, że Centrum Zdrowia Matki i Dziecka przy Szpitalu Uniwersyteckim w Zielonej Górze zostanie otwarte 2 listopada. Poprosiła też, aby po marszu wszyscy uczestnicy przyszli do Muzeum Ziemi Lubuskiej. Tam odbyły się prelekcje lekarzy, którzy specjalizują się w ginekologii i onkologii.

Jak zapobiegać zachorowaniu na raka szyjki macicy?

Statystyki dotyczące raka szyjki macicy i możliwości zapobiegania tej chorobie przedstawił **dr n. med. Aleksander Celewicz, lekarz ze Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze:** - W Europie jest to druga co do częstości przyczyna śmierci, jeżeli chodzi o choroby nowotworowe. To jest około 250 tys. zgonów rocznie spowodowanych rakiem szyjki macicy. Polska na tym tle w Europie wypada średnio wysoko, nasza profilaktyka jeszcze musi tutaj trochę zadziałać - wyjaśniał dr Celewicz.

Jednocześnie rak szyjki macicy jest sztandarowym przykładem raka, którego można kontrolować i ograniczyć ryzyko jego pojawienia się. - Mamy tanie, ogólnodostępne, proste, szybkie badanie przesiewowe, które możemy wykonać u wszystkich kobiet. Mamy bardzo dobrze znane, świetnie opisane zmiany, które poprzedzają rozwój nowotworu o lata. Mamy dużo czasu, żeby ten nowotwór „złapać” na etapie przedrakowym. A jeżeli chodzi o skuteczne metody leczenia, na etapie zmian przednowotworowych skuteczność leczenia sięga 100 proc. W 1984 r. zidentyfikowano czynnik wywołujący raka szyjki macicy - jest to wirus brodawczaka ludzkiego, HPV - mówił lekarz.

Dr Celewicz wspominał również o pierwotnych i wtórnych formach profilaktyki raka szyjki macicy. - Jeśli chodzi o prewencję pierwotną, mamy szczepienia. Są one adresowane do dziewcząt od 12. roku życia, optymalnie w momencie przed inicjacją seksualną. Ale możliwe jest też zaszczepienie mężczyzn, ponieważ wektorem, czyli czynnikiem, który przenosi wirusa, są mężczyźni. Większość krajów rozwiniętych

prowadzi programy profilaktyki i szczepienia chłopców. Proszę spojrzeć na kalendarz szczepień - mamy zalecane szczepienia w kierunku HPV. Badanych było ok. 270 mln dawek tej szczepionki i WHO potwierdza, że szczepienia te są bezpieczne, a także skuteczne, bo skuteczność jak na razie utrzymuje się przez 25 lat. Czy będzie utrzymywała się dalej, sprawdzimy to w kolejnych latach. Jeżeli chodzi o zmiany przednowotworowe, możemy wykrywać je w prewencji wtórnej. To jest program profilaktyki raka szyjki macicy oparty o cytologię, który NFZ ma w swoich programach. Są nim objęte kobiety w wieku od 25. do 60. roku życia. NFZ proponuje wykonywanie tych badań co 3 lata, u kobiet, które mają czynniki ryzyka - troszeczkę częściej - dodał lekarz.

Cytologia polega na tym, że w trakcie wizyty u ginekologa zakładany jest wziernik pochwowy i specjalną szczoteczką pobierane są komórki złuszczone z powierzchni szyjki macicy. Następnie są badane pod mikroskopem lub na podłożu płynnym. Wówczas można wykryć również obecność wirusa HPV.

- Najważniejszy czynnik rozwoju raka szyjki macicy to niewykonywanie badań przesiewowych. Z mojego doświadczenia: zadaję pytanie pacjentce, kiedy była ostatnia wizyta u ginekologa. Pacjentka w wieku 60-65 lat mówi, że przy ostatnim porodzie. A syn ma już 30-40 lat - powiedział lekarz. **W 2021 r. na cytologię z programu NFZ zgłosiło się 12,6 proc. pacjentek, a w 2022 r. - dotychczas niecałe 11,5 proc.**

Mammografia, USG i samobadanie piersi to także klucz do zdrowia

Ewelina Trybulska, onkolog z Wielospecjalistycznego Szpitala Wojewódzkiego w Gorzowie Wielkopolskim zaprezentowała dane dotyczące raka piersi. - Rak piersi jest w Polsce najczęstszym nowotworem złośliwym występującym u kobiet. Jest też niestety drugą przyczyną śmierci z powodu nowotworu, zaraz po raku płuca. Rocznie około 20 tys. Polek dowiaduje się, że ma raka piersi. 15 Polek każdego dnia z tego powodu umiera. Prognozy są takie, że niestety umieralność będzie rosła - wyjaśniała lekarka. Czynniki ryzyka są m.in. predyspozycje genetyczne, długotrwała antykoncepcja, otyłość i nadmierne spożywanie alkoholu oraz palenie tytoniu.

W ramach profilaktyki raka piersi wszystkie panie między 50. a 69. rokiem życia mają zapewnione bezpłatne badania mammograficzne. Do skorzystania z nich nie jest potrzebne skierowanie. - Mammografię wykonujemy co 2 lata. Panie, które mają zwiększone ryzyko, wykonują je co 12 miesięcy. Ważne jest regularne zgłaszanie się na badania kontrolne - powiedziała Ewelina Trybulska.

Badanie mammograficzne zajmuje kilka minut. Towarzyszy przy nim technik, który mówi, jak się ustawić. Przed badaniem nie należy używać dezodorantu, balsamu czy innych kosmetyków w okolicach piersi, ponieważ może to negatywnie wpłynąć na rezultat mammografii.

Dla pań między 20. a 40. rokiem życia jest zaś przeznaczone USG piersi. Onkolog z gorzowskiego szpitala zachęcała również do samobadania piersi. - Takie badanie powinna raz w miesiącu wykonywać każda kobieta - pani przed menopauzą, młoda

dziewczyna. Stanąć przed lustrem, obejrzeć piersi, ich skórę. Ważny jest też moment delikatnego uciskania okrężnymi ruchami. Pozwala nam to wyczuć zgrubienia, nieprawidłowości. Powinien nas zaniepokoić wyciek z brodawki, poszerzone żyły, wgłębienie w piersi, zaczerwienienie, powiększenie piersi czy zmiana brodawki - mówiła Ewelina Trybulska.

W porównaniu do innych nowotworów odsetek wyleczeń raka piersi jest bardzo wysoki.

Jesteśmy po pandemii. Pamiętajmy o badaniach

Przypominanie o profilaktyce chorób nowotworowych jest ważne szczególnie teraz, po 2 latach pandemii koronawirusa. Wówczas wiele osób nie zgłaszało się na badania. - W okresie pandemii przestaliśmy chodzić do lekarza, przestaliśmy zgłaszać pierwsze dolegliwości, bo baliśmy się chodzić do lekarza. Po okresie pandemii wszyscy, którzy mają do czynienia między innymi ze schorzeniami onkologicznymi, potwierdzają to, że mieliśmy do czynienia z rozpoznaniem zaawansowanych nowotworów. O profilaktyce naprawdę musimy myśleć. I musimy walczyć o to, żebyśmy byli zdrowi - powiedział lekarz Antoni Ciach.

„Bez zdrowia nie ma nic”

Zdrowie i jakość życia jest jedną z inteligentnych specjalizacji regionu lubuskiego. - W naszej Strategii Rozwoju Województwa to numer jeden. Tylko w tym roku przeznaczyliśmy na inwestycje w naszych szpitalach 50 mln zł ze środków własnych. Pozyskaliśmy też środki finansowe na duże inwestycje z programu rządowego - 30 mln dla Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze, również 30 mln dla szpitala w Gorzowie. Na profilaktykę wydaliśmy w tym okresie programowania z funduszy europejskich ponad 50 mln złotych. Jesteśmy chyba jedynym regionem w Polsce, który tak mocno inwestuje w ochronę zdrowia i to się nie zmienia, tak będzie dalej, jest taka potrzeba. Bez zdrowia nie ma nic - mówiła marszałek Elżbieta Anna Polak.

Spotkanie w Muzeum Ziemi Lubuskiej i marsz zostały zrealizowane w ramach projektu **„Cytologia, mammografia do lubuskich kobiet trafia”**. Częścią wydarzenia były również warsztaty kulinarne „Dieta w profilaktyce i chorobach onkologicznych”.