

# Portal Województwa Lubuskiego



## Biała sobota w gorzowskiej lecznicy



**Kategoria** - Archiwum

**Data publikacji** -6 października 2014 godz. 12:50

**Z miliona mieszkańców województwa lubuskiego około 3 tysięcy rocznie dowiaduje się, że ma raka. Co cztery godziny lekarze stwierdzają zgon. Ale tak być nie musi. Dlatego 4 października w Światowym Dniu Onkologii Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp. zorganizował „białą sobotę”. Wzięło w niej udział blisko setka osób.**

## **Pokonać strach**

- Wiele osób unika lekarza i w konsekwencji do specjalisty przychodzi zbyt późno. Czasem dopiero wtedy, gdy nie ma już ratunku i możemy tylko zmniejszać ból. Chcemy przekonać wszystkich, że warto dbać o swoje zdrowie. Wcześniej wykryta choroba daje szansę na wyleczenie – przekonywał Mariusz Stępień – ginekolog, kierownik Wojewódzkiego Ośrodka Koordynującego Populacyjny Program Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy.

Na zainteresowanych problematyką nowotworową czekali: Ewa Nowak - onkolog, Piotr Bielecki - chirurg onkolog, Mariusz Stępień - ginekolog oraz Agnieszka Sikorska - dietetyk.

Rak to nie wyrok przekonywały panie, które z chorobą nowotworową zetknęły się wiele lat temu. Barbara Rusek od 13 lat żyje z wylonioną stomią, Bożena Ambroży – od 23 lat bez jednej piersi. Obie aktywnie działają w stowarzyszeniach, uczą jak żyć i przywracają nadzieję innym.

- Zanim trafiłam do lekarzy przez kilka miesięcy próbowałam leczyć się sama. Na badanie zgłosiłam się prawie w ostatniej chwili. Po usłyszeniu diagnozy, że to rak złośliwy pochodzenia polipowego nie załamalam się, postanowiłam, że nie poddam się i okiełznam tę chorobę – mówi dziś pani Barbara. – Dziś namawiam wszystkich na regularne wizyty u lekarzy. Być może nie uda się uratować wszystkich, ale u wielu zdecydowanie zwiększy szansę na wyleczenie.

Promocję na badania krwi, które mogą wykryć pierwsze objawy choroby przygotował Zakład Diagnostyki Laboratoryjnej. Pakiet obejmuje badania moczu, krwi (w tym glukozy, cholesterolu i trójglicerydów, a dla panów także czynnika PSA, który może wskazać na obecność choroby prostaty) można było je wykonać z 30% upustem.

## **W zdrowym ciele zdrowy duch**

W zapobieganiu chorobom nowotworowym bardzo ważny jest styl życia i sposób odżywiania.

- Europejski Kodeks Walki z Rakiem zaleca aktywność fizyczną i spożywanie przynajmniej pięciu porcji owoców i warzyw dziennie mówi Anna Kardasz – koordynator Programu Pierwotnej Prewencji Nowotworów na województwo lubuskie. – Naprawdę nie trzeba wiele wysiłku, a efekty mogą być zbawienne.

Porad żywieniowych udzielała Agnieszka Sikorska – dietetyk.

- Zgłosiło się sporo osób, które pytały co, jak i w jakich ilościach jeść, by nie zaszkodzić, a pomóc organizmowi. Dobrze, że ludzie o to pytają, bo to świadczy o tym, że coraz więcej uwagi poświęcamy temu co trafi na nasze talerze. A bardziej świadome, to bardziej zdrowe społeczeństwo – powiedziała pani dietetyk.

Każdy uczestnik „białej soboty”, który korzystał z konsultacji lekarskich otrzymywał ankietę dotyczącą swoich uwarunkowań genetycznych. Jej celem jest wykrycie zagrożenia nowotworowego na kilka lub kilkanaście lat przed pojawieniem się objawów klinicznych.

Podczas Światowego Dnia Onkologii można było także zapoznać się z ofertą bezpłatnych badań realizowanych we całym regionie. Ulotki i porady można było uzyskać przy stoisku promocyjnym województwa lubuskiego.