

## Skończyły 47 lat, kiedy padła diagnoza: nowotwór piersi

data aktualizacji: 2021.11.11 autor:



Dziś Elżbieta Dziegielewska i Krystyna Kuś, skierniewickie Amazonki zachęcają inne panie do samobadania piersi. Pokazują na swoim przykładzie, że można wyleczyć raka i żyć normalnie. Pani Elżbieta nie dawała za wygraną, poszukiwała w rodzinie, czy ktoś z bliskich wcześniej nie chorował. – Bezsukutecznie, byłam pierwsza. Mam 18-letnią córkę i ona na moim przykładzie już ma świadomość, że trzeba się badać. Również moi dwaj synowie dorastają w przekonaniu jak ważna jest profilaktyka – mówi skierniewiczanka. (fot. Joanna Młynarczyk)

**- Miałam 47 lat, trójkę dzieci i nawet nie przeszło mi przez myśl, że to jest TO. Mówiłam sobie - jakieś zgrubienie, które pewnie ustąpi. Nie ustępowało, a mimo to miałam wyparcie na tą chorobę, nie dopuszczałam do głowy, że to rak - przyznaje.**

Światowa Organizacja Zdrowia ogłosiła, że w 2021 roku rak piersi jest najczęściej diagnozowanym nowotworem. Rocznie wykrywany jest u 1,5 mln kobiet na świecie. Każdego dnia ponad 50 Polek dowiaduje się, że ma raka piersi.

Przyczyny powstawania raka piersi wciąż nie są znane, a możliwości zapobiegania niewielkie. Lekarze powtarzają - rak w początkowej fazie nie boli, przebiega bezobjawowo, dlatego kobiety zgłaszają się do lekarza, gdy choroba jest już zaawansowana. Tymczasem, wczesne wykrycie zmian może obniżyć umieralność z powodu raka piersi nawet o 30 proc.

- Właśnie mija czwarty rok od przebycia choroby, pracuję, żyję aktywnie. A do lekarza, który zmobilizował mnie do wykonania badań, wróciłam i podziękowałam mu, że kopnął mnie w odpowiednim kierunku - dodaje żartobliwie pani Elżbieta Dzięgielewska, skierniewicka amazonka.

Krystyna Kuś zachorowała 12 lat temu.

- Szybko zostałam skierowana na operację, a już po 10 miesiącach miałam zrobioną rekonstrukcję piersi. Obyło się bez chemii ani naświetlań, przeszłam tylko hormonoterapię - opowiada.

Obydwie skierniewiczanki wstąpiły do stowarzyszenia skierniewickich Amazonek. Tu otrzymały wsparcie i jak podkreślają - nie były z problemem same.

- Poza kontaktami do lekarzy czy sposobami radzenia sobie ze zniesieniem chemii czy radioterapii, znalazłam wsparcie osób doświadczonych chorobą - mówi Elżbieta Dzięgielewska.

Opowiada, jak poradziła sobie po przebyciu choroby.

- Zmieniłam pracę, zdecydowałam się na to po ponad 20 latach - opowiada Elżbieta Dzięgielewska. - Potem jeszcze raz ją zmieniłam, a doświadczenie choroby spowodowało, że stałam się odważniejsza. Było 50 procent szans na powodzenie leczenia, dotarło do mnie, że życie moje mogło się w każdej chwili skończyć. Przewartościowałam je i dziś wiem, co jest ważne. Nie tylko praca, dom, rodzina, ale też ja - dodaje.

Skierniewiczanki namawiają inne panie do badań profilaktycznych.

- Wczesne wykrycie raka powoduje, że rokowania są lepsze, a leczenie dużo łagodniej przebiega - mówi Krystyna Kuś.

W stowarzyszeniu Amazonka Krystyna Kuś pełni funkcję prezesa. Zachęca panie do korzystania z pomocy organizacji.

W stowarzyszeniu **Amazonka w Skierniewicach** aktualnie jest zrzeszonych 56 pań. Dyżury Amazonek, wolontariuszek odbywają się w siedzibie stowarzyszenia przy ul. Rybickiego 6 w każdy czwartek o godz. 16. Osoby, które potrzebują wsparcia, rozmowy, mogą się zgłosić i bezpłatnie ją otrzymać. Po spotkaniu panie mogą wziąć udział we wspólnej gimnastyce.

## PAMIĘTAJ!

- **raz w miesiącu** dokładnie oglądaj i badaj swoje piersi
- **po ukończeniu 20 lat** zgłoś się na pierwsze USG piersi
- **po 30.** urodzinach rób USG piersi raz do roku
- jeżeli w rodzinie występowały przypadki nowotworów piersi, badaj się co pół roku,
- **po 50. roku życia** co 2 lata zgłaszaj się na mammografię

*Mammografia - bezpłatne badanie profilaktyczne przysługuje paniom w wieku 50-69 lat raz na dwa lata. Badania wykonywane są w przychodniach i mammobusach*

# Rak piersi w Łódzkiem

- Liczba przebadanych kobiet w 2021 roku (do końca sierpnia) wyniosła 46 998 w tym 18 584 w pracowniach stacjonarnych i 28 414 w mammobusach. Do etapu pogłębionej diagnostyki zgłosiło się 1322 kobiet, do leczenia zostało skierowanych 198 kobiet. Objęcie populacji w 2021 roku w skali kraju 34,52 proc., województwo łódzkie 37,26 proc. (czyli powyżej średniej krajowej).
- Objęcie populacji w 2021 roku (na dzień 01.09.) w skali kraju 34,52 proc. województwo łódzkie 37,26 proc. (czyli powyżej średniej krajowej).
- W roku 2020 do etapu pogłębionej diagnostyki (czyli na biopsję zmiany w piersi) skierowano 2399 kobiet, zgłosiło się 1965 kobiet, do leczenia zostało skierowanych 395 kobiet.
- W roku 2020 - powodu epidemii - liczba wykonanych mammografii spadła o 23 tysiące (w porównaniu z 2019 r.)

## Czynniki ryzyka

- płeć - rak piersi występuje głównie u kobiet,
- wiek - 80 proc. zachorowań na raka piersi dot. kobiet po 50 roku życia,
- geny - ok. 10 proc. nowotworów piersi ma charakter genetyczny,
- hormony - doustna antykoncepcja i hormonalna terapia zastępcza zwiększają ryzyko zachorowania na raka piersi,
- styl życia - nadmierne spożywanie tłuszczu i alkoholu oraz nadwaga mogą mieć wpływ na wzrost ryzyka zachorowania na raka piersi,
- tkanka - kobiety z tzw. gęstą tkanką gruczołową są bardziej podatne na zachorowanie na raka piersi.

## Wczesne objawy raka piersi i raka sutka

- wciągnięcie skóry lub brodawki sutkowej,
- wyciek z brodawki,
- zaczerwienienie,
- wyczuwalny guz,
- powiększenie węzłów chłonnych,
- obrzęk,
- asymetria piersi

***Autorki: Anna Wójcik-Brzezińska, Joanna Młynarczyk***

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/39588-skonczyly-47-lat-kiedy-padla-diagnoza-nowotwor-piersi>