



# biuletyn informacyjny

numer 5

Łomża, marzec 1996 r.

18-400 Łomża, Szosa Zambrowska 1/27, tel. (086) 16-54-21 w. 207, 262, konto: PKO BP Oddział w Łomży, nr 45519-66152-132

Niech dobroć przebija  
z Twojej twarzy  
i z Twoich oczu,  
z Twego uśmiechu  
i z Twego pozdrowienia

Matka Teresa z Kalkuty

Z najlepszymi życzeniami  
z okazji  
Dnia Kobiet  
– zespół redakcyjny



Każdego dnia w godz. od 8<sup>00</sup> do 12<sup>00</sup>  
możesz skontaktować się z nami  
pod numerem telefonu 16-54-21 w. 207 lub 262.  
Raz w miesiącu możesz przyjść  
na spotkanie członkiń i sympatyków Stowarzyszenia.  
Proponujemy Ci także możliwość  
skorzystania z rehabilitacji – ćwiczeń i masaży  
w każdy czwartek w godz. 15<sup>30</sup>–17<sup>30</sup>,  
na terenie Wojewódzkiej Przychodni Rehabilitacyjnej,  
Szosa Zambrowska 1/27.

## Celem Stowarzyszenia jest:

1. Wzajemne wsparcie
2. Podnoszenie kondycji psychicznej i fizycznej członków.
3. Profilaktyka chorób nowotworowych
4. Promocja zdrowia
5. Współpraca z instytucjami, stowarzyszeniami oraz fundacjami działającymi na rzecz chorych i niepełnosprawnych.
6. Pomoc rodzinom z problemem onkologicznym.

## Stowarzyszenie realizuje swoje cele przez:

- a) prowadzenie spotkań członków i sympatyków,
- b) programowanie opieki nad chorymi w początkowej fazie,
- c) organizację grup wsparcia i samopomocy,
- d) prowadzenie rehabilitacji leczniczej i społecznej,
- e) współdziałanie z instytucjami, stowarzyszeniami i fundacjami w kierunku profilaktyki leczenia chorób nowotworowych
- f) redagowanie i wydawania publikacji o tematyce dotyczącej Stowarzyszenia,
- g) gromadzenie środków umożliwiających realizację zadań statutowych

Prezes Zarządu

*E. Iwanowska*  
lek. med. Ewa Iwanowska





# RAK SZYJKI MACICY WCZEŚNIE WYKRYTY JEST ULECZALNY

Rak szyjki macicy to jeden z dwóch najczęściej występujących u kobiet w Polsce nowotworów złośliwych (na pierwszym miejscu znajduje się rak piersi). Zajmuje on to niechlubne pierwsze miejsce ze względu na zgony spowodowane nowotworem złośliwym narządu rodowego.

Wczesnie wykryty i leczony daje szansę pełnego powrotu do zdrowia. Pierwsze stadia raka szyjki macicy nie powodują na ogół żadnych objawów. To znaczy, że kobieta nie ma najmniejszych dolegliwości. Czuje się dobrze, nic ją nie boli, więc najczęściej nie zgłasza się do badania ginekologicznego, podczas którego miałyby pobrany materiał do badania cytologicznego. Jest to badanie rodzaju komórek pokrywających szyjkę macicy. Jedynie ono wykryje raka szyjki macicy we wczesnym okresie, gdy jest on prawie w 100% uleczalny.

Rozmaz cytologiczny pobiera lekarz ginekolog lub położna. Jest to badanie nieszkodliwe i niebolesne.

Rak szyjki macicy najczęściej występuje u kobiet młodych. Zwłaszcza narażone na zachorowanie są kobiety, które:

- wczesnie rozpoczęły życie płciowe,
- odbyły dużą liczbę porodów,
- mają wielu partnerów seksualnych,
- mają niski poziom higieny ogólnej,
- cierpią na przewlekłe stany zapalne toczące się w obrębie szyjki macicy, doprowadzające do nadżerek i dysplazji,
- przebyły zakażenie wirusem opryszczki płciowej.

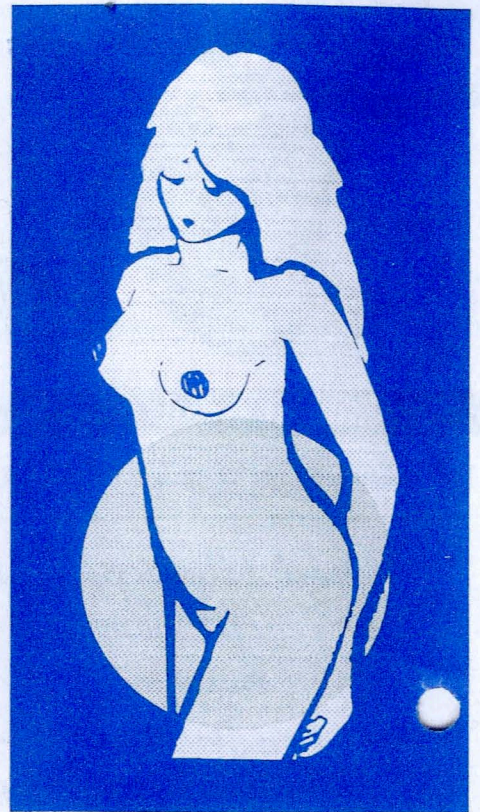
Nieleczone nadżerki stanowią stan przedrakowy – jako, że w toku wielokrotnie powtarzających się procesów zniszczenia nabłonka i jego odnowy może dojść do rozwoju nowotworu.

Najważniejszą profilaktyką raka szyjki macicy byłyby masowe badania ogółu populacji kobiet (badanie ginekologiczne i cytologiczne) przeprowadzane co najmniej raz na 2–3 lata. Pozwoliłyby one na wykrycie zmian przednowotworowych (dysplazja, przewlekłe stany zapalne) jak i wczesnych postaci nowotworu. Rak szyjki macicy rozwija się z raka przedinwazyjnego, rzadko z ogniska dysplazji, a wyjątkowo z niezmiennego nabłonka szyjki macicy (czyli pozornie wyglądającej szyjki macicy).

Przedinwazyjny rak szyjki macicy w większości przypadków nie daje żadnych objawów. Można go wykryć jedynie podczas kontrolnych badań profilaktycznych połączonych z cytologicznym wymazem z szyjki macicy.

Każda kobieta po ukończeniu 30 roku życia powinna zgłaszać się regularnie na profilaktyczne badania cytologiczne nawet wtedy, gdy nie odczuwa w ogóle dolegliwości ze strony narządu rodowego.

Najwcześniejszym objawem chorobowym w przypadku raka inwazyjnego są nieprawidłowe krwawienia i plamienia międzymiesiączkowe – samoistne i pourazowe (po stosunku lub irygacji), po okresie przekwitania – bóle w dole brzucha lub okolicy lędźwiowo-krzyżowej.



Innym objawem są upławy, nierzadko podbarwione krwią. Bóle są charakterystyczne dla zaawansowanych postaci raka szyjki macicy. Takie objawy występują i w innych chorobach narządu rodowego. Wówczas trzeba je jak najszybciej leczyć, gdyż w ten sposób zapobiega się zachorowaniu na nowotwór.

Leczenie raka szyjki macicy we wczesnym okresie często umożliwia kobiecie normalne zachodzenie w ciążę i rodzenie dzieci.

Pamiętaj! Im wcześniej lekarz rozpozna u Ciebie nowotwór złośliwy, im wcześniej zaczniesz leczenie – tym większa jest szansa powrotu do zdrowia.

*Opr. lek. ginekolog Tadeusz Oleszczuk*

## II WALNE ZGROMADZENIE

8 stycznia 1996 roku w gościnnym Klubie Nauczyciela przy ulicy Sadowej w Łomży odbyło się II Walne Zgromadzenie Sprawozdawczo-Wyborcze Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym, które stało się dobrą okazją do podsumowania działalności i pochwalenia się sukcesami.

Otwarcia Zgromadzenia dokonała prezes Ewa Iwanowska witając bardzo serdecznie i ciepło lekarza wojewódzkiego Mariana Siwika, wiceprezenta miasta Edwarda Matejkowskiego, wicedyrektora Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego Mariannę Bujko, redaktora tygodnika „Kontakty” Gabrielę Szczęsną, prezesa „Prefbet” Śniadowo Jerzego Michałaka, panie z Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych, koleżanki ze Stowarzyszenia oraz wszystkich obecnych, życząc owocnych obrad.

„Minęło dwa lata od powstania Stowarzyszenia. Ten krótki okres udowodnił wszystkim, że choroba nowotworowa stała się w każdym środowisku sprawą publiczną. Mówi się i pisze o niej coraz głośniejsze. My, jako organizacja skupiająca 49 kobiet z różnymi „problemami” onkologicznymi, głównie po amputacji piersi, mocnym akcentem zaistniałyśmy na terenie miasta Łomży, województwa, makroregionu i Polski. Wzajemna pomoc okazała się najlepszą formą terapii w dążeniu do zdrowia psychicznego i fizycznego.

Od początku istnienia, Stowarzyszenie wyznaczyło sobie cele, które się nie zmieniają i są konsekwentnie realizowane. Dzięki życzliwości i bezinteresownej pomocy wielu ludzi, zarówno sponsorów, jak i władz miejskich oraz wojewódzkich, możemy dalej prowadzić działalność i rozwijać ją. Zainteresowanie Stowarzyszeniem rośnie. To najlepszy dowód, jak bardzo same sobie jesteśmy potrzebne i jak potrzebne jesteśmy naszemu środowisku. Wspólne obcowanie w specyficzny sposób nas do tego mobilizuje. Nikt przecież nie przewidzi, kto zachoruje, i kiedy.





Nawiązałyśmy współpracę w Obywatelskim Komitecie Zwalczenia Raka, Ligą Antyrakową „Ludzie dla ludzi”, Federacją Polskich Klubów po Mastektomii w Poznaniu, Legnicy, Warszawie, CITONEM z Łomży.

Uczestniczyłyśmy w różnego rodzaju szkoleniach i konferencjach na terenie całego kraju pod patronatem Obywatelskiego Komitetu Zwalczenia Raka.

Redagujemy i wydajemy co kwartał biuletyn informacyjny, który dociera do kobiet w województwie.

26 maja 1995 r. odbyła się zorganizowana przez Stowarzyszenie oraz Wojewódzki Szpital Zespolony w Łomży, pod patronatem Obywatelskiego Komitetu Zwalczenia Raka, pierwsza w makroregionie konferencja naukowo-szkoleniowa pt. „Rak piersi – profilaktyka, diagnostyka, leczenie i rehabilitacja”, której przewodniczył doc. dr. n. med. Zbigniew Wronkowski z Instytutu Onkologii w Warszawie. Cieszyła się ona ogromnym zainteresowaniem wśród społeczeństwa i okazała się bardzo potrzebna.”

Prezes Ewa Iwanowska i sekretarz Bożena Doliwa podziękowały za współpracę, wsparcie finansowe, bezinteresowna pomoc, osobiste zaangażowanie, serce okazane potrzebującym koleżankom i trud włożony w działalność Stowarzyszenia wielu osobom, którym zostały wręczone dyplomy i kwiaty.

Głos w dyskusji zabrał lekarz wojewódzki Marian Siwik dziękując za zaproszenie na obrady. Pogratulował Stowarzyszeniu osiągniętych sukcesów. Życzył dalszej efektywnej pracy i współpracy, wielu inicjatyw, a przede wszystkim zdrowia. Marian Siwik zadeklarował swoją pomoc w zorganizowaniu kolejnej konferencji dotyczącej chorób nowotworowych kobiet. Podkreślił, że w najbliższych dniach swoją działalność rozpocznie pierwszy w województwie mammograf, dzięki któremu wiele pań z naszego regionu będzie mogło skorzystać z badań mammograficznych, co pozwoli na wczesne wykrycie choroby i podjęcie leczenia.



Wiceprezydent Edward Matejkowski rozpoczął swoje wystąpienie gorącymi podziękowaniami złożonymi ustępującemu Zarządowi oraz życzeniami jak najlepszej współpracy i nowych osiągnięć, kierowanymi do nowych władz. Jako przedstawiciel gminy miasta Łomży zadeklarował swoją pomoc i osobiste zaangażowanie na rzecz Stowarzyszenia poprzez przydział z budżetu miasta wsparcia finansowego na dalszy rozwój.

Dziękując gościom za wystąpienia, prezes Ewa Iwanowska powiedziała, że dzięki takiej współpracy będziemy mogły jako Stowarzyszenie rozpowszechnić akcję profilaktycznych badań mammograficznych grup ryzyka, a pieniądze wpływające na konto od sponsorów pozwolą na zakup drogich kaset do prześwietleń i zorganizowanie wyjazdu 6-cio osobowej delegacji na kolejną Ogólnopolską Spartakiadę „Amazonek”, która odbędzie się w Wągrowcu k. Poznania. Dzięki wsparciu finansowemu będziemy mogli godnie reprezentować nasz region.

Następnie, w głosowaniu jawnym, jednogłośnie podjęto uchwałę o udzieleniu absolutorium ustępującemu Zarządowi.

Zgłoszono nowe kandydaty.

Głos w dyskusji zabrała Hanna Czajkowska – przedstawicielka Stowarzyszenia „Pokój i Dobro” informując, że Fundacja CITON organizuje turnusy rehabilitacyjne dla osób niepełnosprawnych w Stegnach i Augustowie.

Komisja Skrutacyjna ogłosiła wyniki wyborów. Ponownie prezesem Stowarzyszenia wybrano Ewę Iwanowską. W skład nowego Zarządu weszły ponadto:

- Anna Dąbrowska – wiceprezes
- Bożena Doliwa – sekretarz
- Barbara Bałazy – skarbnik
- Halina Sokółowska – członek

Wybrano Komisję rewizyjną w składzie:

- Bogumiła Czartoryska-Arlukowicz
- Halina Drożyner
- Irena Radziszewska

Nowo wybrana prezes Ewa Iwanowska serdecznie podziękowała za zaufanie i ponowny wybór. Zaznaczyła, że dołoży wszelkich starań, by działalność Stowarzyszenia nadal służyła kobietom z problemem onkologicznym dając wsparcie i pomoc oraz realizując plan pracy na najbliższą kadencję. Prezes pogratulowała także wyboru pozostałym członkom Zarządu, licząc na wspólną, owocną pracę.

Opracowała Anna Dąbrowska

## KALENDARIUM

### STYCZEŃ 1996

- 8 – II Walne Zgromadzenie Sprawozdawczo-Wyborcze
- 9 – wywiad z prezes Ewą Iwanowską w telewizji kablowej „Vectra”
- 10 – lek. med. Ewa Iwanowska – prezes Stowarzyszenia i lek. med. Bogumiła Czartoryska-Arlukowicz z Wojewódzkiej Poradni Onkologicznej w Łomży wzięły udział w spotkaniu z wojewodą łomżyńskim p. Mieczysławem Bagińskim i jego żoną Elżbietą w sprawie Programu Krzewienia w Polsce Wiedzy na temat Raka Piersi.
- 10 – w Gazecie Wyborczej ukazała się notatka Stefani Henzelowej na temat działalności Stowarzyszenia
- 12 – prezes Ewa Iwanowska spotkała się z wiceprezydentem miasta Łomży p. Edwardem Matejkowskim w sprawie dofinansowania naszej działalności i pokrycia kosztów kolejnego wydania biuletynu informacyjnego
- 16 – członkinie zarządu uczestniczyły w spotkaniu z przedstawicielem Biura Obsługi Ruchu Inicjatyw Samopomocowych „Razem łatwiej” z Warszawy p. Zdzisławem Wajcmanem, w sprawie projektu sieci demokratycznej Dem Net
- 21 – w tygodniku „Kontakty” Alicja Niedźwiecka – członek Stowarzyszenia uczestniczyła w Ogólnopolskim Spotkaniu Organizacyjnym Koalicji Kobiet do Walki z Rakiem Piersi – Europa Donna w Legnicy
- 29 – spotkanie w Citon-ie – przygotowanie do Forum Inicjatyw Porządkowych i programu obchodów Dnia Chorego i Międzynarodowego Dnia Inwalidy

### LUTY 1996

- 1–14 – udział Danieli Baczewskiej i Barbary Bałazy w turnusie rehabilitacyjnym w Stegnach, zorganizowanym przez „Pokój i Dobro”
- 12 – spotkanie członkiń w siedzibie CITON
- 15–28 – udział Janiny Zielińskiej i Marii Staniurskiej w turnusie rehabilitacyjnym w Stegnach





# NA TERENIE NASZEGO WOJEWODZTWA I REGIONU ISTNIEJE MOŻLIWOŚĆ DIAGNOSTYKI I LECZENIA CHOROÓB NOWOTWOROWYCH

## 1. Wojewódzka

### Przychodnia Onkologiczna,

Łomża, ul. Piłsudskiego 11,  
tel. (086) 18-62-81 wew. 392,  
czynna codziennie od 8<sup>00</sup> do 15<sup>00</sup>,  
– ocena kliniczna, chemioterapia.

- a) lek. med. Bogumiła Czartoryska–Arlukowicz  
– poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek  
od 11<sup>00</sup> do 15<sup>00</sup>;  
– środa od 8<sup>00</sup> do 15<sup>00</sup>;
- b) lekarz ginekolog Tadeusz Oleszczuk  
– wtorek, czwartek od 8<sup>00</sup> do 11<sup>00</sup>;
- c) lekarz specjalista chirurgii onkologicznej  
Elżbieta Piława  
– piątek od 8<sup>00</sup> do 11<sup>00</sup>.

## 2. USG – ultrasonograficzne badanie gruczołów piersiowych;

- pracownia USG w Wojewódzkim Szpitalu  
Zespolonym, Łomża, ul. M. Skłodowskiej-  
Curie 1;
- pracownia USG – Łomża, ul. Piłsudskiego  
11  
– czynna codziennie.

## 3. Biopsja cienkoigłowa

- Zakład Patomorfologii  
– Wojewódzki Szpital Zespolony,  
Łomża, ul. Piłsudskiego 11, tel. (086) 18-  
62-81  
– czynna w środy od 12<sup>00</sup> – pacjentki  
powinny zgłaszać się ze skierowaniem od  
lekarza ginekologa lub onkologa.

## 4. Mammografia

- można wykonać w Regionalnym Ośrodku  
Onkologicznym w Białymstoku,  
ul. Ogrodowa 12, tel. (085) 32-01-16,  
nieodpłatnie ze skierowaniem od lekarza  
onkologa;
- odpłatnie w Warszawie, w Fundacji Euro-  
pejskiej Szkoły Onkologii,  
ul. Mochnickiego 10, tel. (022) 22-24-14 –  
bez skierowania  
oraz w Centrum Medycznym CENMED  
– Warszawa, ul. Wałbrzyska 46,  
tel. (022) 644-33-13 (14).

opracowała

lek. med. Bogumiła Czartoryska–Arlukowicz



### Zakłady Offsetowe

### „LUDNA” Sp. z o.o.

Łomża, ul. Wojska Polskiego 113  
tel. (086) 16-57-24

Wykonujemy  
szeroki asortyment  
produkcji poligraficznej:

- foldery  
i ulotki reklamowe
- afisze i plakaty
- blankiety firmowe
- bilety wizytowe  
i exlibrisy
- zaproszenia  
i zawiadomienia
- etykiety wielobarwne
- ogłoszenia, nekrologi
- papiery pakowe  
z nadrukiem

Jesteśmy  
do Waszej dyspozycji!  
Szybko i solidnie!



Warszawa, 9.1.11., 1995 r.

Pani  
Ewa IWANOWSKA

### LIST GRATULACYJNY

Z prawdziwą przyjemnością informuję Panią, że została Pani wyróżniona w konkursie o nagrodę specjalną Ministra Pracy i Polityki Socjalnej za wybitne osiągnięcia w dziedzinie pomocy społecznej.

Pani działalność została dostrzeżona jako dobrze służąca podstawowym ideom nowoczesnej pomocy społecznej, takim jak zapobieganie izolacji i marginalizacji słabszych grup społecznych, aktywizacja jednostki, rodziny i środowiska lokalnego do samopomocy.

Wysoko ocenione zostało Pani osobiste zaangażowanie i twórcze podejście do rozwiązywania problemów społecznych.

Gratuluję serdecznie wyróżnienia i życzę dalszych sukcesów.

Łączę wyrazy szacunku

Leszek Miller



STOWARZYSZENIE KOBIEC  
Z PROBLEMEM  
ONKOLOGICZNYM

biuletyn  
informacyjny

BIULETYN INFORMACYJNY Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym

Redakcja:

Ewa Iwanowska, Bożena Doliwa, Bogumiła Czartoryska–Arlukowicz, Anna Dąbrowska, Halina Sokołowska

Adres redakcji:

Łomża, Szosa Zambrowska 1/27, tel. (086) 16-54-21 wew. 207, 262.

Projekt znaku graficznego – nieodpłatnie: art. plastyk Janusz Czarny

Skład, łamanie i druk –

Zakłady Offsetowe „LUDNA” Sp. z o.o. – Łomża, ul. Wojska Polskiego 113, tel. (086) 16-57-24

