



biuletyn informacyjny

numer 13

Łomża, marzec 1998 r.

18-404 Łomża, Al. Piłsudskiego 11a pok. 109, tel. (086) 18-62-81 w. 263 lub 585, konto: PKO BP o/Łomża, nr 10203293-66152-270-1

*„To co możesz uczynić
jest tylko małą kroplą
w ogromie oceanu,
ale jest właśnie tym,
co nadaje znaczenie
twojemu życiu.”*

Albert Schweitzer

Każdego dnia, w godz. 10⁰⁰–13⁰⁰
możesz skontaktować się z nami osobiście
w siedzibie Stowarzyszenia
Aleja Piłsudskiego 11a p. 109,
lub telefonicznie pod numerem
(086) 18-62-81 w. 263 w. 585

ŚLŹYMY CI INFORMACJĄ, RADĄ I WSPARCIEM

Raz w miesiącu możesz przyjść na spotkanie
członkiń i sympatyków Stowarzyszenia

Proponujemy Ci także możliwość bezpłatnego skorzystania
z rehabilitacji – ćwiczeń i masaży,
w każdy czwartek w godz. 15³⁰–17³⁰, na terenie Działu Rehabilitacji
w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym – Aleja Piłsudskiego 11 II piętro



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 i fundacjami działającymi na rzecz chorych oraz 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
- f) profilaktyki leczenia chorób nowotworowych,
 - f) redagowanie i wydawanie publikacji o tematyce dotyczącej Stowarzyszenia,
 - g) gromadzenie środków umożliwiających realizację zadań statutowych.

Prezes Zarządu

E. Iwanowska
lek. med. Ewa Iwanowska

DYSPLAZJA A RAK PIERSI

część
trzecia

Kontynuując temat o włóknisto-torbielowatych zmianach w piersiach (dysplazja) chciałbym, jako lekarz ginekolog, zwrócić szczególną uwagę na znaczenie hormonów w organizmie każdej kobiety. Zaburzona równowaga hormonów w organizmie ma ogromny wpływ na funkcjonowanie całego ciała ludzkiego oraz powstających w nim zmian. Jednak najbardziej dokuczliwe bywają zmiany zachodzące w piersiach. Mają one charakter: guzowatości, bolesności i niejednorodnej konsystencji (budowy). Nie wszystkie zauważone zmiany mogą i powinny być leczone hormonalnie. O tym zdecydować badania:

- USG piersi,
- punkcja cienkoigłowa (biopsja)
- mammografia (prześwietlenie piersi niewielką dawką promieni tak, jak zdjęcie rentgenowskie).

Warto również wykonać podstawowe oznaczenie poziomu hormonów w surowicy krwi (kiedy wykonujemy morfologię), aby uwidocznić istniejące ewentualnie nieprawidłowości.

Według szeregu doniesień naukowych po 35 roku życia u kobiet występuje fizjologicznie spadek poziomu hormonu podczas drugiej fazy cyklu miesięcznego. Tak się składa, że częstość występowania raka piersi wzrasta także po 35 roku życia. Pisałem o tym w pierwszej części artykułu w Biuletynie Informacyjnym nr 11/97 (październik).

Poprawa lub uzupełnienie niedoboru hormonów bardzo często doprowadza do ustąpienia niekorzystnych objawów, zaś istniejące wśród pań plotki i mity na temat leczenia hormonalnego uniemożliwiają zastosowanie jakiegokolwiek formy leczenia. Kobieta boi się przyjmować hormony bo

myśli, że od razu przytyje. Chciałbym jednak mimo wszystko podkreślić, że przy obecnym leczeniu bardzo małymi dawkami hormonów przyjmowanymi zależnie od schematu np. przez kilka dni, kobiecie nie przybędzie na wadze kilogramów. Pozostaje zatem problem i pytanie: Czy lepiej nie „łykać hormonów” i pozostać z rozchwianą równowagą organizmu? Czy też postarać się o wyrównanie poziomu hormonów w organizmie do fizjologicznej granicy? A przy tym zapobiec ewentualnym zmianom w piersiach.

Ciekawy jest fakt, że panie stosujące antykoncepcję hormonalną rzadziej chorują na raka piersi.

Dowodem na istniejący wpływ hormonów na piersi jest zmiana gęstości tkanki w trakcie cyklu miesięcznego. Piersi przed miesiączką są bardziej napięte, bolesne i tklive. Natomiast po okresie stają się miękkie i niebolesne. Wtedy najlepiej jest je badać.

Dlatego też dla zadowolenia ze zdrowych piersi zalecam paniom zbadać swoje piersi raz w miesiącu.

*opr. Tadeusz Oleszczuk
specjalista ginekolog i położnik*

Łomżanka w Paryżu

Z przyjemnością informuję, że nasza redakcyjna koleżanka – Bogumiła Czartoryska-Arlukowicz – onkolog, chemioterapeuta, kierownik Wojewódzkiej Przychodni Onkologicznej w Łomży wygrała konkurs pisma „Nowotwory”. W nagrodę wyjechała ona w dniach 3–6 lutego br. do Paryża na międzynarodowy kongres Francuskiego Towarzystwa Onkologicznego SOMPS.

Nad piękną Sekwanę przyjechało około tysiąca lekarzy – onkologów ze świata. Wykłady poprowadzili najbardziej znani, cenieni i zasłużeni w dziedzinie nowotworów specjaliści ze Stanów Zjednoczonych. Wśród tego zaszczytnego grona jako jedyny Polak, wystąpił profesor Zatoński z prelekcją na temat „Polska przykładem oporności w rzuceniu nałogu palenia” – jako jednego z czynników powstawania raka.

W czasie czterodniowego sympozjum omówiono najnowsze postępy i odkrycia nauki w leczeniu nowotworów:

- nowe leki, m.in. Taxol,
- inhibitory angiogenezy – hamujące tworzenie nowych naczyń w guzach nowotworowych,
- próby ze szczepionkami przeciwnowotworowymi np. w leczeniu czerniaka złośliwego i wiele innych.

Nadal w leczeniu raka piersi preferowane jest leczenie skojarzone, czyli inaczej: zabieg chirurgiczny, chemioterapia (tzw. wlewy) i radioterapia (naświetlania). W każdym przypadku, jak podkreślali światowi specjaliści, bez względu na to, jaki był wynik histopatologiczny usuniętego guza, konieczne jest zastosowanie u pacjenta (-tki) chemioterapii, gdyż nie ma 100% pewności, że podczas zabiegu operacyjnego usunięto wszystkie komórki nowotworowe, a statystyki – o przerzutach i wznowach tam, gdzie nie zastosowano chemii – mówią same za siebie.

Spotkanie w Paryżu pozwoliło na wymianę doświadczeń konkretnych przypadków zachorowań na nowotwory. Wniosło także wiele nowego do nauki i medycyny w dziedzinie raka. Dało ono również nadzieję do walki z tą nadal straszną chorobą nie tylko samym lekarzom, ale przede wszystkim pacjentom, którzy cicho, samotnie cierpią w szpitalach, domach i hospicjach.

Program kilkudniowego pobytu „naszej Bogusi” we Francji, niezwykle napięty i interesujący, dostarczył wszystkim uczestnikom kongresu wielu niezapomnianych atrakcji i wrażeń: zwiedzanie zabytków miasta, wizyta u mera Paryża, wspólne uroczyste kolacje i spotkania.

Cieszy nas, że Łomżanka, jako zdobywczyni głównej nagrody pisma „Nowotwory” uczestniczyła w tak znakomitym zjeździe światowych sław.

Jeszcze raz gratulując sukcesu i życząc ciekawych rozwiązań „naszych nowotworowych problemów” – mówimy: Tak trzymać!

opr. Anna Dąbrowska



III WALNE ZGROMADZENIE

16 lutego br. odbyło się trzecie już Walne Zgromadzenie sprawozdawczo-wyborcze, w którym wzięły udział członkinie Stowarzyszenia oraz zaproszeni goście: wojewoda łomżyński p. Sławomir Zgrzywa, dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Zespołonego w Łomży p. Waldemar Pędziński, p. Mirosława Matejkowska z Wydziału Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego.

Jako pierwszy głos zabrał Wojewoda Łomżyński dziękując za zaproszenie i wyrażając wolę współpracy oraz wspierania działalności naszej organizacji, co zgromadzeni przyjęli oklaskami. Również dyrektor szpitala podsumowując dotychczasową współpracę stwierdził, że nadal Stowarzyszenie znajdzie zrozumienie i pomoc w placówkach służby zdrowia. Pani Matejkowska, przepaszając za nieobecność wiceprezydenta Edwarda Matejkowskiego i Naczelnika Wydziału Wiesława Szczypa, w ich imieniu i swoim własnym podziękowała za współpracę. Jednocześnie poinformowała zebranych, że wiceprezes Anna Dąbrowska została powołana przez Prezydenta Miasta do komisji konsultacyjnej, której zadaniem będzie „Program współpracy pomiędzy władzami miasta Łomży z organizacjami pozarządowymi”.

Z kolei prezes Ewa Iwanowska wręczyła podziękowania i dyplomy osobom zasłużonym w pracy na rzecz kobiet z problemem onkologicznym. Wśród wyróżnionych znaleźli się: Jerzy Michalak – PREFBET Śniadowo, Maria Konopka – PBK O/Łomża, Aurelia Zero – NBP O/Łomża, Mieczysław Staniurski – prywatny sponsor, Waldemar Pędziński – dyrektor WSzZ, Edward Matejkowski – wiceprezydent Łomży, Wiesław Szczypa – Naczelnik Wydziału Spraw Społecznych UM, Marian Siwik – Lekarz Wojewódzki, Tadeusz Oleszczuk – ginekolog, Bogumiła Czartoryska-Arlukowicz – onkolog Zofia Domań – kinezyterapeutka oraz Ewa Iwanowska, Anna Dąbrowska, Bożena Doliwa, Halina Sokołowska, Barbara Bałazy, Maria Staniurska, Maria Woroniecka, Janina Zielińska, Halina Potocka i Halina Drożyner – członkinie Stowarzyszenia.

Następnie podziękowano gorąco wszystkim członkiniom, a szczególnie ustępującemu Zarządowi, za ogromne zaangażowanie i społeczny wysiłek włożony w rozwój Stowarzyszenia.

Po części oficjalnej, ustępujący Zarząd złożył sprawozdanie z dwuletniej kadencji. Udzielono absolutorium dotychczasowym władzom.

W części wyborczej zebrania, odbyło się głosowanie kandydatur do władz Stowarzyszenia. W ten sposób powołano:

Zarząd: Ewa Iwanowska – prezes
Anna Dąbrowska – wiceprezes
Barbara Porwoł – sekretarz
Barbara Bałazy – skarbnik
Wiesława Piłaszewicz – członek

Komisja Rewizyjna:
Irena Radziszewska
Halina Drożyner
Celina Tysza

W trakcie ożywionej dyskusji podjęto szereg uchwał dotyczących pracy organizacji. Nowowyzbrana prezes omówiła zarys planu działania na następną kadencję uwypuklając przy tym ważną sprawę działalności biura Stowarzyszenia, pracę ochotniczek – wolontariuszek, dalszy udział w szkoleniach, rehabilitację członkiń, kontynuację wydawania Biuletynu Informacyjnego. Podkreśliła również potrzebę pozyskiwania sponsorów i współpracy z władzami miasta i województwa.

opr. Ewa Iwanowska

KALENDARIUM

Styczeń '98

- 10 – wydanie przy wydatnej pomocy Urzędu Miejskiego, kieszonkowego kalendarzyka na rok 1998 „Samobadanie piersi – pamiętaj” w nakładzie 10 tys. szt.
- 16 – udział członkiń Stowarzyszenia w noworocznym koncercie Łomżyńskiej Orkiestry Kameralnej
- 19 – spotkanie członkiń Stowarzyszenia w sali konferencyjnej Wojewódzkiego Szpitala Zespołonego
- 23 – udział członkiń Stowarzyszenia w kolejnym koncercie Łomżyńskiej Orkiestry Kameralnej
- 23–24 – udział Haliny Drożyner, Daniela Baczewskiej, Barbary Bałazy, Haliny Potockiej i Ireny Radziszewskiej w szkoleniu ochotniczek – wolontariuszek w Centrum Onkologii w Warszawie
- 25 – drużyna „Amazonek” w składzie: Anna Dąbrowska, Halina Potocka, Maria Woroniecka i Janina Zielińska, otrzymała nominację do tytułu „Sportowa Osobowość Roku 1997 województwa łomżyńskiego” w kategorii „Sprawni inaczej”. Drużyna uczestniczyła w uroczystości wręczenia nominacji i tytułów zorganizowanej przez Radio Białystok w hotelu „Polonez”



Drużyna „Amazonek” w towarzystwie wojewody Sławomira Zgrzywy

- 26 – członkinie Stowarzyszenia rozpoczęły trzygodzinne dyżury w nowej siedzibie biura, Aleja Piłsudskiego 11a

Luty '98

- 3–6 – Bogumiła Czartoryska-Arlukowicz uczestniczyła w międzynarodowym kongresie Francuskiego Towarzystwa Onkologicznego SOMPS w Paryżu
- 6 – udział Anny Dąbrowskiej i Marii Staniurskiej w konferencji naukowo-szkoleniowej „Rehabilitacja kobiet po mastektomii” zorganizowanej przez białostockie „Amazonek” z okazji 5-lecia Klubu w Akademii Medycznej w Białymstoku
- 16 – III Walne Zgromadzenie sprawozdawczo-wyborcze
- 17 – informacji o Walnym Zgromadzeniu dla Radia Łomża udzieliła Anna Dąbrowska
- 18 – Ewa Iwanowska i Anna Dąbrowska wzięły udział w programie „Gość dnia” na antenie Radia Łomża

dokończenie na str. 4

OSIĄGNIĘCIA MEDYCyny XX w.

Autoprzeszczep, to hodowla własnych tkanek, szpiku, krwi oraz chrząstki stawów dla cierpiących na nowotwory (oprócz nowotworów szpiku). Naukowcom udało się spośród komórek, które wchodzą w skład krwi wyodrębnić komórki – matki znajdujące się w szpiku kostnym. Zawarty w nich rodzaj kodu rozrodczego zapewnia nieprzerwaną produkcję krwi. Wyizolowanie tych komórek i rozmnożenie ich poza organizmem pozwoliło na wzbogacenia krwi w przypadkach ciężkich schorzeń nowotworowych. Zanim pacjent zostanie poddany chemioterapii, pobiera się mu szpik kostny. Na jego bazie rozmnaża się komórki – matki i chory po przejściu wyniszczającej organizm „chemii” otrzymuje ich dawkę. Metoda ta pozwala lekarzowi na poddanie chorego bardzo intensywnej i silnej chemioterapii, przy czym podaje się pacjentowi w określonych odstępach czasu komórki – matki, które błyskawicznie wzbogacają jego krew w nowe krwinki. Pomaga to zmniejszyć wyczerpanie pacjenta terapią do tego stopnia, że nie potrzebna jest już niekiedy hospitalizacja. Francuzi zamierzają w tym roku wprowadzić autoprzeszczep na wielką skalę w leczeniu raka piersi. W Polsce metoda ta jest jeszcze nieznaną, ale już wkrótce...*cdn.*

opr. Anna Dąbrowska

na podstawie artykułu Xenii Kolińskiej z miesięcznika „Pani” nr 3 (marzec)

KALENDARIU M

dokończenie ze str. 3

- 25 – udział Anny Dąbrowskiej w spotkaniu z prezydentem miasta Janem Turkowskim, inaugurującym działalność komisji konsultacyjnej „Program współpracy pomiędzy władzami miasta Łomży a organizacjami pozarządowymi”
- 27 – członkinie Zarządu: Ewa Iwanowska, Anna Dąbrowska, Barbara Porwoł uczestniczyły w spotkaniu z wojewodą łomżyńskim – Sławomirem Zgrzywą, lekarzem wojewódzkim – Marianem Siwikiem i rzecznikiem prasowym – Tadeuszem Arłukowiczem, na temat programu współpracy pomiędzy władzami województwa a Stowarzyszeniem

Marzec '98

- 3 – udział Anny Dąbrowskiej w spotkaniu z dyrektorem szpitala Waldemarem Pędzińskim na temat programu o „Multidyscyplinarnym zarządzaniu zdrowiem piersi” opracowanym przez Narodową Komisję do Walki z Rakiem Piersi
- 4 – posiedzenie Zarządu
- 5 – rozpoczęcie zajęć rehabilitacyjnych w nowej sali Działu Rehabilitacji Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego, Aleja Piłsudskiego 11
- 8 – **Międzynarodowy Dzień Kobiet – wszystkiego dobrego życzy redakcja Biuletynu**
- 12 – udział Anny Dąbrowskiej w pracach komisji konsultacyjnej „Program współpracy pomiędzy władzami miasta Łomży a organizacjami pozarządowymi”
- 13 – posiedzenie Zarządu
- 16 – zebranie członkiń Stowarzyszenia w sali konferencyjnej WSzZ w Łomży, Al. Piłsudskiego 11

NA TERENIE NASZEGO WOJEWÓDZTWA 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 8⁰⁰ do 15⁰⁰,
– ocena kliniczna, chemioterapia.

a) lek. med. Bogumiła Czartoryska-Arłukowicz – specjalista onkolog chemioterapeuta

– poniedziałek, środa, czwartek
od 8⁰⁰ do 16⁰⁰;

– wtorek, piątek od 11⁰⁰ do 16⁰⁰;

b) lekarz ginekolog

Tadeusz Oleszczuk

– wtorek, czwartek od 8⁰⁰ do 11⁰⁰;

c) lekarz specjalista chirurgii onkologicznej

Elżbieta Piława

– środa od 12⁰⁰ do 15⁰⁰

– piątek od 8⁰⁰ do 11⁰⁰.

c) lekarz chorób wewnętrznych

Anna Łowczak

– poniedziałek, środa, czwartek
od 11⁰⁰ do 16⁰⁰

– wtorek, piątek od 8⁰⁰ do 16⁰⁰.

2. USG – ultrasonograficzne badanie gruczołów piersiowych;

– pracownia USG

– Łomża, ul. Piłsudskiego 11

– czynna codziennie.

3. Biopsja cienkoigłowa

– Zakład Patomorfologii

– Wojewódzki Szpital Zespołowy,

Łomża, ul. Piłsudskiego 11,

tel. (086) 18-62-81

– w środy od 12⁰⁰

– lek. med. K. Dach;

– w piątki od godz. 8⁰⁰

– lek. med. M. Pijagin

– pacjentki powinny zgłaszać się ze skierowaniem od lekarza ginekologa lub onkologa.

4. Mammografia

– można wykonać nieodpłatnie ze skierowaniem od lekarza onkologa:

– w Pracowni Mammografii w Wojewódzkim Szpitalu Zespołowym w Łomży,

ul. Piłsudskiego 11,

tel. (086) 16-62-81 w. 534

– odpłatnie w Regionalnym Ośrodku Onkologicznym w Białymstoku,

ul. Ogrodowa 12, tel. (085) 32-01-16;

– odpłatnie w Warszawie, w Fundacji Europejskiej Szkoły Onkologii,

ul. Wawelska 10, tel. (022) 22-24-14

– bez skierowania

oraz w Centrum Medycznym CENMED

– Warszawa, ul. Wałbrzyska 46,

tel. (022) 644-33-13 (14).

STOWARZYSZENIE KOBIEC
Z PROBLEMEM
ONKOLOGICZNYM



biuletyn
informacyjny

BIULETYN INFORMACYJNY Stowarzyszenia Kobiet z Problemem Onkologicznym

Redaguje zespół: Anna Dąbrowska (redaktor naczelna), Ewa Iwanowska,
Bogumiła Czartoryska-Arłukowicz, Tadeusz Oleszczuk

Adres redakcji: Łomża, Aleja Piłsudskiego 11a pokój 109, tel. (086) 18-62-81 w. 263, lub 585

Projekt znaku graficznego – nieodpłatnie: art. plastyk Janusz Czarny

Skład, łamanie i druk:

Zakłady Offsetowe „LUDNA” Sp. z o.o. – Łomża, Aleja Legionów 52, tel. (086) 16-57-24

nakład 2000 egz. Wszelkie prawa zastrzeżone.