

## Marzec miesiącem świadomości raka jajnika

Uświadamianie kobiet i profilaktyka to główne cele Białostockiego Centrum Onkologii (BCO) w walce z rakiem jajnika. To trudny przeciwnik, gdyż w początkowej fazie rozwija się bezobjawowo i zwykle wykrywany jest na etapie przerzutów. Stąd tak ważne jest, by o chorobie dużo mówić, wyjaśniać.

### Rak jajnika – jeden z najczęstszych nowotworów kobiecych

Rocznie na raka jajnika choruje ok. 4 tys. pacjentek w skali kraju, w województwie podlaskim – ok. 100. Najczęściej dotyczy to kobiet pomiędzy 50. a 70. rokiem życia.

*- Marzec jest miesiącem świadomości raka jajnika. Najważniejsze jest uświadomienie sobie tej choroby, która jest bardzo podstępna i daje objawy stosunkowo późno. Panie, które wiedzą, że są w grupie ryzyka, powinny bardziej zwracać uwagę na siebie i objawy, które ich dotyczą. O pierwszych objawach trudno jest powiedzieć, dlatego, że nowotwór daje je stosunkowo późno. Najczęściej są to objawy, które są związane z dolegliwościami przewodu pokarmowego, a więc dyskomfort w obrębie jamy brzusznej, uczucie odbijania, wzdęcia, powiększenie się obwodu brzucha – mówi Beata Maćkowiak-Matejczyk, koordynator Oddziału Onkologii Ginekologicznej BCO.*

Jak twierdzi, najważniejsza w walce z nowotworem jest profilaktyka.

*- Badanie profilaktyczne to jest badanie ginekologiczne. To między innymi: badanie przez lekarza ginekologa dwuręczne oraz badanie USG. Czasami wśród tych badań profilaktycznych mogą być też badania biochemiczne, ocena markerów nowotworowych, bądź też badania genetyczne z grupy ryzyka u kobiet, u których występowały wcześniej nowotwory jajnika w rodzinie – wyjaśnia dr Maćkowiak-Matejczyk.*

Do wystąpienia choroby przyczyniają się także codzienne wybory życiowe, jak np. złe odżywianie, mała aktywność fizyczna, ale także narażanie na długą stymulację hormonalną i częste owulacje.

### Pomoc psychologiczna

Już na etapie diagnozy pacjentka ma możliwość skorzystania ze wsparcia w poradni psychologicznej. Potem odpowiednią pomoc otrzymuje na oddziale onkologii ginekologicznej.

*- Na każdym etapie są dostosowane różne formy wsparcia, które są dobierane indywidualnie do potrzeb pacjentki. Nie zostawiamy bez opieki również rodziny naszych pacjentek, ponieważ choroba dotyka całego systemu rodzinnego. Leczenie onkologiczne jest wyczerpujące i długie. Rodziny potrzebują często poinformowania i edukacji dotyczącej tego, jak się opiekować, co mówić. Sami też*

*często doświadczają trudnych emocji. Podobnie jak pacjentkom, towarzyszą im: lęk, niepokój, zagrożenie życia swoich najbliższych, są pogubieni. [...] Staramy się pomóc tak, żeby ten lęk nie przygniatał, a wręcz dał siłę do działania – mówi Małgorzata Rymarska, psycholog, koordynator pracowni psychologii BCO.*

*oprac. Paulina Dulewicz*

*red.: Anna Augustynowicz*

*fot.: Marcin Nawrocki*

