

## Rad Mammae kluba Varaždin, Udruga žena oboljelih na dojku (Activities of Mammae Club Varaždin, Society of women who had undergone breast surgery )

Marija Hrašćanec

Mammae klub Varaždin, Udruga žena oboljelih na dojku



Udruga žena oboljelih na dojku, a s promjenom naziva u Mammae klub Varaždin, osnovana je 1998. godine na poticaj Županijske lige, a onda se izdvojila i osnovana je kao samostalna udruga, jer se okrenula svojim specifičnostima u odnosu na druge karcinome i rješavanju problema vezanim uz karcinom dojke.

1993. godine dolazi do osnivanja Hrvatskog foruma Europa Donna na nacionalnom nivou, pa je naša Udruga postala njezinom članicom, a time i dio Europske organizacije, budući je EDH (kako je mi skraćeno zovemo) članica svjetske organizacije Europa Donne. Prihvatili smo ciljeve te svjetske organizacije, koji vode krajnjem cilju: SMANJITI SMRTNOST OD KARCINOMA DOJKE:

- promoviranjem ženske svjesnosti o dojci,
- promoviranjem i širenjem novih informacija o raku dojke,
- senzibiliziranjem hrvatske javnosti za rak dojke kao vodećem uzroku smrti žena u onkologiji,
- naglašavanjem potrebe za odgovarajućim organiziranim pregledima i ranom otkrivanju raka dojke,
- promoviranjem optimalnog liječenja, medicinske, psihosocijalne i profesionalne rehabilitacije i palijativne skrbi,
- promicanjem napredovanja u istraživanju raka dojke, omogućiti sudjelovanje žena u kliničkim pokusima,
- osiguranjem ženama pravo na upoznavanje i razumijevanje svih oblika liječenja i skrbi, prava na drugo mišljenje, prava na zajedničko donošenje odluke o liječenju.

Zajedno sa Županijskom ligom krenuli smo u edukaciju i osvješćivanje žena o potrebi najprije samopregleda dojki, a onda i kliničkih pregleda, ultrazvučnih i mamografskih pregleda. Ovaj program, (a jako smo prisutni s edukacijama u medijima, tiskovinama, raspačavamo edukativne brošurice), provodimo već osmu godinu i smatramo da su žene naše sredine već zadovoljavajuće osviještene. To se iščitava i iz anketnih listova koje žene ispunjavaju prilikom dolaska na mamografski skrining kojeg provodi Ministarstvo zdravstva i socijalne skrbi, a u koje mi imamo uvid, jer dežuramo pri pregledima i pružamo ženama pomoć u ispunjavanju anketa. Naime, na pitanje da li su u zadnjih godinu dana bile na pregledu dojki, odgovaraju pozitivno, a većinu je pregledao kirurg, što znači da su pregled obavile u Ligi. I ambulate Lige su pune, tako da se već i tamo čeka na pregled po mjesec dana, a u bolnici i više od nekoliko mjeseci. Još se mnogo mora učiniti na edukaciji ruralne sredine.

Edukativnu brošuricu tiskali smo, promovirali i distribuirali u 45.000 komada. Upravo 22. svibnja bit će umetnuta u Regionalni tjednik. Prepoznatljivi smo s ovim programom u našim akcijama: Dan narcisa u proljeće i Dan ružičaste vrpce u listopadu, mjesecu borbe protiv karcinoma dojke. Prisutni smo na nacionalnim i internacionalnim skupovima te imamo dobru suradnju s organizacijama i institucijama koje se bave rakom dojke: Hrvatskim senološkim društvom, Hrvatskim onkološkim društvom, Hrvatskom ligom protiv raka, Klinikom za tumore i ostalim onkološkim klinikama. Članovi EDH su zdravstveni djelatnici koji se bave rakom dojke unutar navedenih institucija i organizacija, 40 udruga žena liječenih od raka dojke, među kojima je i naša, te udruge i pojedinci koji rade na promicanju zdravlja i podupiru nas u ostvarenju svih naših ciljeva u borbi protiv raka dojke. Tako je i naša udruga, iako s oboljelim ženama, najviše okrenuta radu u edukativno preventivnom programu. Zahvaljujući našem senzibiliziranju javnosti, lobiranju prema političarima te pritiscima na Ministarstvo zdravstva smatramo projekt skrininga mamografijom žena u dobi između 50-te i 69-te godine života

upravo i ostvarenjem jednog od naših ciljeva.

Nadalje, Udruga provodi i rehabilitacijski program, u kojem također imamo potporu struke. Naime, samo prisustvo glavne sestre Grudne kirurgije OB Varaždin na druženju, a ono je svakog zadnjeg ponedjeljka u mjesecu, s psihološkog aspekta mnogo znači. Žene imaju nekog tko se za njih brine, tko ih čuva, savjetuje. U tom smislu pomaže i kirurg Grudne kirurgije OB Varaždin i tajnik Županijske lige protiv raka dr. Zdravko Zgrebec, jer ako se nešto na dojčkama pojavi, žena zna da će biti pregledana odmah, a neće morati psihički teret nositi mjesecima čekajući na pregled.

Na druženjima se simbolično čestitkom ili ružom obilježavaju godišnjice tzv. «drugog rođendana», a gotovo svako druženje nosi opet neku edukaciju od strane stručnih osoba vezanu uz aktualnu temu o zdravlju. U Udruzi se provodi limfna drenaža – ručna i aparatima, budući da je Udruga poslala na edukaciju terapeuta, osobu za stručno obavljanje drenaže.

Dva puta godišnje organiziramo izlete za članice u bližu i dalju okolicu. To su nezaboravni doživljaji i najbolja rehabilitacijska terapija. Posebno nas veseli ako se našem izletu odazovu i oni koji brinu o našem zdravlju. Za Božić organiziramo posebno druženje u nekom od ugostiteljskih objekata koji imaju glazbu, jer tada za stolom od prvih taktova glazbe ne ostaju ni članice od 84 godine.

Još nešto moram napomenuti. Jako je malo članica Udruge iz grada. Te žene se ipak druže u nekim drugim sredinama, ili se, što je najgore, zatvaraju u svoju bol, dok žene ruralne sredine, iako su vezane uz prijevoz jedva čekaju taj ponedjeljak da nešto čuju, da se s nama vide.

I treći dio programa kojeg provodimo je program pružanja psihološke pomoći oboljelim ženama. Pružaju ga dvije volonterke sa završenom edukacijom u programu "Vrijeme oporavka - pogled u budućnost" gđe Vjekoslave Boroša, po ugledu na svjetski REACH TO RECOVERY (Marija Hrašćanec i Verica Trupković). Cilj je ovog programa posjetiti ženu u bolničkoj postelji i svojim osobnim prisustvom i iskustvom svjedočiti da se i s tom bolešću može dalje normalno živjeti. I tu pomaže glavna sestra Grudne kirurgije OB Varaždin Verica Cvetko dajući već prije našeg dolaska pacijenticama uputstva o čuvanju ruke i upoznaje ih i dobiva pristanak na razgovor s nama volonterkama.

Iako se i na preventivnom programu ima još puno raditi, okrećemo se post operativnom liječenju i pritiscima prema MZSS za potrebom multidisciplinarnog liječenja, što bi uključivalo optimalno liječenje, osiguranje kvalitetne skrbi tijekom i nakon liječenja, psihološku stručnu pomoć uz volonterke s osobnim iskustvom, te fizikalnu terapiju još u bolnici.

Naša prisutnost na znanstvenom skupu "Clinical Oncology in Croatia: Strategic Planning and Beyond" govori o našoj potpori napredovanja u istraživanju svih onkoloških bolesti, pa tako i raka dojke.

#### **Kontakt:**

Marija Hrašćanec  
Predsjednica Mammae kluba Varaždin, Udruge žena oboljelih na dojku  
Križanićeva 33  
42000 Varaždin

Tel.042/206-900  
Fax. 042/206-901  
Mob. 099 206 9000

E-mail: [mammae.klub.varazdin@vz.t-com.hr](mailto:mammae.klub.varazdin@vz.t-com.hr)  
Web stranica: [www.rakdojke.com/](http://www.rakdojke.com/)

Dan ružičaste vrpce





Dan narcisa



Rođenje projekta mobilne mamografije

