

WRZESIEŃ MIESIĄCEM ŚWIADOMOŚCI RAKA JAJNIKA, CHŁONIAKÓW I BIAŁACZEK

#WczesneWykrycieToŻycie Ogólnopolska Kampania Profilaktyki Nowotworów

We wrześniowej odstonie Ogólnopolskiej Kampanii #WczesneWykrycieToŻycie 45 organizacji pacjentów tworzących Polską Koalicję Pacjentów Onkologicznych oraz znane publicznie osoby przypominają o profilaktyce raka jajnika oraz nowotworów onkohematologicznych – chłoniaków i białaczek.

W Polsce, wśród nowotworów strefy intymnej u kobiet, największą śmiertelność powoduje rak jajnika. Co roku odchodzi z powodu tego nowotworu blisko **3800 kobiet**. Zachorowalność oraz liczba zgonów z powodu raka jajnika wciąż niepokojąco wzrastają. Przeżycia 5-letnie wśród pacjentek z nowotworami jajnika w ciągu pierwszej dekady XXI zmniejszyły się aż o prawie 8 %. **Rak jajnika jest najgorzej rokującym nowotworem ginekologicznym, notującym najniższy poziom wskaźnika przeżycia 5-letniego** – tylko 42,6%. Wynika to przede wszystkim z trudności wczesnego rozpoznania choroby oraz niekorzystnej lokalizacji anatomicznej. Wykrycie raka jajnika we wczesnych stadiach, kiedy szanse na przeżycie pięcioletnie wynoszą aż 90%, nadal dotyczy niewielkiego odsetka pacjentek (20–30%), prawie w 70% przypadków nowotwór ten rozpoznaje się w wyższym stopniu zaawansowania (III i IV), w którym 5-letnie przeżycie obniża się do 25%. Przyczyny raka jajnika wciąż nie są dokładnie poznane. Za czynniki ryzyka uważa się wczesną pierwszą miesiączkę i późną menopauzę, bezdzietność, nieskuteczne stymulowanie owulacji u kobiet, które mają problemy z zajściem w ciążę oraz niekarmienie piersią. Są to, więc czynniki związane z wydłużonym okresem pracy jajników.

Anna Nowakowska, prezes Stowarzyszenia „Sanitas”, pacjentka po leczeniu raka jajnika przestrzega – *Rak jajnika nazywany jest „cichym zabójcą kobiet”, gdyż symptomy z nim związane we wczesnym stadium nie niepokoją pacjentek. Pierwsze objawy raka jajnika nie są zazwyczaj kojarzone z problemami ginekologicznymi. Są to zaparcia, wzdęcia, biegunki, uczucie pełności w śródbrzuszu lub nadbrzuszu, brak apetytu i permanentne zmęczenie. Mogą pojawić się też nieregularne krwawienia z dróg rodnych, co jest przypisywane specyficznie menopauzy. Mitem jest też twierdzenie, że jest to nowotwór osób starszych, czego jestem przykładem – raka jajnika zdiagnozowano u mnie, kiedy miałam 24 lata.*

Ważne jest, więc regularne badanie się u ginekologa, nawet po menopauzie i po urodzeniu planowanej liczby dzieci i wykonywanie, co roku dopochwowego USG. Diagnostyka raka jajnika jest bardzo trudna. W badaniu ginekologicznym, w trakcie USG dopochwowego lekarz może stwierdzić jedynie niepokojące zmiany na jajnikach i większości przypadków dopiero podczas operacji można postawić ostateczne rozpoznanie.

Warto wspomnieć, że nowotwór jajnika może mieć podłoże genetyczne – dodaje ambasadorka Kampanii, aktorka Orina Krajewska, a zarazem prezes Fundacji BĄDŹ – *Około 13% zachorowań na raka jajnika jest uwarunkowanych genetycznie. Jeśli w naszej rodzinie były przypadki raka jajnika lub raka piersi, może to oznaczać, że jesteśmy nosicielami genów BRCA1 lub BRCA2, które zwiększają ryzyko zachorowania na nowotwór jajnika od 23 do 54%. Kobiety z obciążonym wywiadem rodzinnym, także po stronie męskiej, w kierunku chorób nowotworowych powinny skonsultować się z poradnią genetyczną.*

W czerwcu br. minister zdrowia poinformował o wprowadzeniu w najbliższym czasie refundacji profilaktycznego usunięcia jajników i jajowodów u kobiet nosicielek mutacji

BRCA1/2, zabiegu zmniejszającego całkowicie ryzyko zachorowania na raka jajnika u tych pacjentek.

Wrzesień to także miesiąc profilaktyki nowotworów onkohematologicznych - chłoniaków i białaczek. Białaczki to złośliwe nowotwory układu krwiotwórczego najczęściej powstające wskutek przypadkowego błędu przy podziale komórki układu krwiotwórczego. Nowotwór jest następstwem jednej zmutowanej, uszkodzonej komórki, jej niekontrolowanego namnażania. Generalnie, nowotwory układu krwiotwórczego nie mają uwarunkowań rodzinnych, nie są też chorobami zakaźnymi. Wskazuje się też na środowiskowe przyczyny powstawania białaczek m.in. związek z ekspozycją na promieniowanie, występowanie określonych substancji chemicznych (benzen) w miejscu pracy i domu czy niską częstotliwością pola elektromagnetycznego. Wśród czynników ryzyka wymienia się również palenie papierosów, przebyte leczenie przeciwnowotworowe, a zwłaszcza radioterapię.

Białaczki stanowią około 10% zachorowań na nowotwory.

Pierwsze objawy większości białaczek są nieswoiste, identyczne dla wszystkich jej rodzajów m.in: osłabienie, gorączka, ból głowy, w związku, z czym, są lekceważone przez większość pacjentów i lekarzy.

Jan Salamonik, wiceprezes Stowarzyszenia Pomocy Chorym na Przewlekłą Białaczkę Szpikową podkreśla - *Podstawowym badaniem w diagnostyce białaczek jest morfologia krwi obwodowej z rozmazem. To popularne i niedrogi badanie, które każdy powinien wykonać profilaktycznie raz w roku. Powinien się wręcz domagać od swojego lekarza pierwszego kontaktu skierowania na to badanie raz w roku. Wielu osobom regularnie wykonywana morfologia krwi uratowała życie.*

Chłoniaki to rzadkie nowotwory (2,5% zachorowań na nowotwory ogółem w Polsce, ale w ostatnich latach ich częstość wzrasta) wywodzące się z nieprawidłowych, mnożących się bez kontroli limfocytów – komórek układu limfatycznego (chłonnego). Możliwe przyczyny ich powstawania to: czynniki genetyczne, zaburzenia pracy układu odpornościowego, przyjmowanie leków immunosupresyjnych, zakażenia wirusowe, infekcje bakteryjne, powikłania po chemio- i radioterapii, promieniowanie jonizujące, ekspozycja na szkodliwe środki chemiczne, przebyte przeszczepy i transfuzje.

Pierwsze objawy chłoniaków są niecharakterystyczne, często przypominają zwykłe przeziębienie, dlatego są bagatelizowane przez lekarzy i pacjentów. Wymaga to szerokiej edukacji społeczeństwa na temat tych nowotworów, co jest także ważne ze względu na ich szybki rozwój i konieczność wdrożenia pilnej diagnostyki i leczenia.

Dr Elżbieta Lampka ze Stowarzyszenia Wspierającego Chorych na Chłoniaki „Sowie Oczy” mówi – *Nasze Stowarzyszenie kładzie nacisk na szerzenie wiedzy o tych nowotworach, kluczem do szybkiej diagnozy jest nauka samoobserwacji i edukacja. Do najważniejszych objawów należą: powiększone węzły chłonne głównie w okolicy szyi, pachowe, pachwinowe, zazwyczaj niebolesne i stopniowo narastające. Utrzymujący się uporczywy kaszel, gorączka lub nawracające stany podgorączkowe, obfite nocne poty, powtarzające się infekcje górnych dróg oddechowych, męczliwość, osłabienie, utrata masy ciała w krótkim czasie, oraz towarzyszący świąd skóry powinny zwrócić naszą uwagę.*

Jeśli objawy te utrzymują się dłużej niż dwa - trzy tygodnie – dodaje dr Elżbieta Lampka – należy udać się do lekarza. Także powiększenie węzłów chłonnych występujące przez kilkanaście dni, mimo przyjmowania antybiotyków, leków przeciwbakteryjnych i przeciwzapalnych, powinno skłonić nas pacjentów i lekarzy do szybkiej diagnostyki w kierunku chłoniaków. Warto dodać, iż edukacja społeczeństwa o chłoniakach jest podstawowym celem

działalności Lymphoma Coalition, a 15 września każdego roku organizowany Światowy Dzień Wiedzy o Chłoniakach przypomina o tych chorobach.

WIĘCEJ INFORMACJI NA STRONACH ORGANIZACJI:

Organizacje wspierające chorych na nowotwory ginekologiczne:

- **Stowarzyszenie na Rzecz Walki z chorobami Nowotworowymi SANITAS** – www.sanitas.sanok.pl
- **Stowarzyszenie Kobiet z Problemami Onkologiczno-ginekologicznymi Magnolia** – www.stowarzyszenie-magnolia.org
- **Ogólnopolska organizacja Kwiat kobiecości** – www.kwiatkobiecosci.pl

Organizacje wspierające chorych na chłoniaki:

- **Stowarzyszenie Przyjaciół Chorych na Chłoniaki - Przebiśnięg** – www.przebisnieg.org
- **Stowarzyszenie Wspierające Chorych na Chłoniaki „Sowie Oczy”** – www.sowieoczy.pl

Organizacje wspierające chorych na nowotwory krwi:

- **Grupa Wsparcia Chorych na Nowotwory Mieloproliferacyjne** – http://www.pkopo.pl/o_nas/grupa_wsparcia_mpn
- **Stowarzyszenie Pomocy Chorym na nowotwory krwi (w Zamościu)** – www.spchn.lbl.pl
- **Stowarzyszenie Pomocy Chorym na Przewlekłą Białaczkę Szpiczkową** – www.spbs.com.pl
- **Fundacja Carita - Życ ze szpiczakiem** – www.fundacjacarita.pl
- **Fundacja Centrum Leczenia Szpiczaka** – www.szpiczak.org

- **Polska Koalicja Pacjentów Onkologicznych** – www.pkopo.pl