



# NOVICE EUROPA DONNA

REVILJA ZA ZDRAVE IN BOLNE - PRILOGA NAŠE ŽENE - ŠTEVILKA 28 - DECEMBER 2007

**10 LET  
EUROPE  
DONNE**

**BOLNIKI  
KONČNO  
V NOSEM OI**

**ZORA, DORA,  
SVIT**

**POVEČAJMO  
GIBLJIVOST  
ROK**

**BLAŽ KONDŽA  
O SVOJEM  
RAKU**

# Zapišite vaše

# ROŽNATE misli

Posebna serija kakovostnih pisal  
blagovne znamke  Pentel



promocijska cena

**1,44 €**

*Z nakupom rožnatega kemičnega  
svinčnika prispevate v dobrodelni sklad  
Europe Donne, združenja za boj proti raku dojk.*

***Od vsakega prodanega kosa bomo v sklad podarili 0,20 €.***

*Od 1. decembra 2007 do 31. januarja 2008 na voljo  
v vseh večjih knjigarnah in papirnicah po Sloveniji.*



*V drugi polovici letošnjega leta so bili objavljeni rezultati raziskave Eurocare IV, ki so pokazali, koliko obolelih za rakom je preživel po pet let po tistem, ko so zboleli. Slovenija se ni dobro odrezala. Pri raku dojke smo glede preživetja med 23 državami na zadnjem mestu!? Stroka pravi, da zato, ker ženske prihajajo k zdravniku z napredovalo obliko raka. To pomeni samo eno – da preventiva pri nas močno šepa!*

*V Sloveniji zbolijo za rakom dojke vsako leto na novo skoraj 1100 žensk, tri na dan, umre pa jih le malo manj kot štiristo ali malo več kot ena na dan. Program DORA (organizirano presejanje – to je rentgensko slikanje vseh zdravih žensk na dve leti med 50. in 69. letom) se šele začne, in še to za zdaj le v Ljubljani.*

*Tudi zato smo na evropskem repu, ker zamujamo z organiziranim presejanjem! Države, ki so to preventivno metodo odkrivanja raka dojke uvedle že pred leti, pravijo, da so samo s tem v nekaj letih zmanjšale smrtnost raka dojke za 25 do 30 odstotkov. Z organiziranim presejanjem se da namreč odkrivati še netipne spremembe v dojkah. Majhni tumorji pa so veliko bolj ozdravljivi kot tisti veliki ...*

*Šele ko bomo z DORO »pokrili« vso Slovenijo in jo izvajali vsaj pet let, se bodo pokazali prvi rezultati tudi pri nas, a le ob predpostavki, da se bo vsaj tričetrť vabljenih žensk odzvalo na vabilo. Če bo DORA uspešna, bo to pomenilo, da bo čez pet let vsako leto umrlo vsaj sto naših mam, hčera, sester, prijateljic itd. manj!*

*Pa še to! Vsako rentgensko slikanje dojke ni strokovno neoporečno! Dojke lahko slikajo le dodatno usposobljeni in dovolj izkušeni strokovnjaki, in to s kakovostnimi aparati, ki jih še posebej redno nadzira posebna – od države določena ustanova!*

*Evropske smernice pravijo, da mora radiolog, ki mu lahko res zaupamo, »prebrati« vsaj 5000 mamogramov, da se šteje za izkušenega! Vsako sliko pa morata zmeraj odčitati dva neodvisna radiologa.*

*Kaj pa zdravljenje! Tudi o tem govorijo evropske smernice, in sicer, da je izkušen oziroma dober kirurg za dojke le tisti, ki vsako leto opravi vsaj 30 do 50 operacij raka dojke. Pri nas pa? V manjših bolnišnicah so kirurgi, ki jih opravijo le nekaj(!) letno, pa to očitno nikogar ne moti. Če nam ni vseeno, kateri frizer nas striže, nam gotovo ne bi smelo biti, kdo zareže v naše telo ...*

*In sedaj še o centrih za obravnavo dojke! Zopet po evropskih merilih, in podpisala jih je tudi Slovenija, ima vsaka država lahko na 150 novih primerov bolezni en multidisciplinarni center za obravnavo dojke. Tak center bi moral imeti: multidisciplinarni tim za obravnavo dojke, dobro patologijo, možnost določanja varovalne bezgavke, stalni nadzor nad delom in opremo in dodatno strokovno izobraženo vse osebe, ki dela z bolnicami z rakom dojke. Slednje pa bi morale svoje znanje tudi sproti obnavljati!*

\*\*\*

*Preden vam voščim srečno novo leto, naj vas opozorim še na prispevke v Novicah Europa Donna, o naši desetletnici, pa o novih problemih z novim Onkološkim inštitutom, ter na številne članke, ki obravnavajo stiske bolnikov in tudi bolnikove pravice.*

*In čisto na koncu. V imenu Europe Donne, slovenskega združenja za boj proti raku dojke, vam želim, da bi v letu, ki je pred vami, našli, kar morda še iščete, in da bi vas to osrečilo. Pa veliko zdravih, srečnih in zadovoljnih dni vam želim.*

**Neva Železnik**

**PS: POMAGAJTE EUROPI DONNI! DO KONCA LETA LAHKO SPOROČITE VAŠI DAVČNI UPRAVI, DA NAMENJATE 0,5 ODSOTKA DOHODNINE SLOVENSKEMU ZDRUŽENJU ZA BOJ PROTI RAKU DOJKE! NAŠA DAVČNA ŠTEVILKA JE: 717 53 281.**

**NOVICE EUROPA DONNA**, revija za zdrave in bolne, izdaja Slovensko združenje za boj proti raku dojke.

**Naslov Združenja:** Europa Donna Slovenije, Dunajska 56/V, p. p. 2652, Ljubljana, tel.: 01 475 15 14, faks: 01 436 12 66, elektronski naslov: europadonna@europadonna-zdruzenje.si, naslov spletnih strani: <http://www.europadonna-zdruzenje.si>; uradne ure od ponedeljka do petka od 11. do 14. ure.

**Predsednica:** prim. Mojca Senčar, dr. med.

**Uredništvo:** Europa Donna (pri reviji Naša žena), Dunajska 5, 1000 Ljubljana, tel.: 01 473-86-33, faks: 473-86-39, elektronski naslov: neva.zeleznik@delo-revije.si

**Odgovorna urednica:** Neva Železnik, univ. dipl. nov.

**Uredniški odbor:** prim. Mojca Senčar, dr. med., strokovna recenzentka; Ada Gorjup, univ. dipl. ekon., poslovna svetovalka; ter mag. Danica Zorko, univ. dipl. ekon.

**Tehnično urejanje in oblikovanje:** Andrej Verbič, Andrej Mavsar

**Lektoriranje:** Rudenka Nabergoj, prof.

**Fotografije:** Nepodpisane fotografije so iz arhiva Naše žene, Novic Europa Donna ali pa iz arhiva portretirank/cev.

Novice Europa Donna prejemajo brezplačno članice Združenja, kot prilogo pa naročnice Naše žene.

## VSEBINA

|                      |    |
|----------------------|----|
| UVOD, KOLOFON        | 3  |
| PISMA, OBVESTILA     | 4  |
| 10 LET EUROPE DONNE  | 7  |
| ZORA, DORA, SVIT     | 10 |
| OTVORITEV OI         | 13 |
| ALJOŠA ROJEC         | 14 |
| ZOFIJA MAZEJ KUKOVIČ | 16 |
| ROŽNATI OKTOBER      | 18 |
| VESTI IN DOGODKI     | 22 |
| KRISTINA MODIC       | 24 |
| MAGDA ŽEZLINA        | 26 |
| PO SVETU             | 28 |
| GLAS BOLNIKOV        | 29 |
| JASNA KUCHAR CARLEN  | 30 |
| IRENA KEŠIČ          | 31 |
| BLAŽ KONDŽA          | 32 |
| ANKETA               |    |
| O DELOVANJU ED       | 34 |
| METKA KLEVIŠAR       | 35 |
| GIBANJE              | 36 |
| OPOZARJAMO           | 38 |
| ČLANSTVO             | 39 |

**Članarino, prostovoljne prispevke in donacije** lahko nakažete na transakcijski račun, odprt pri NLB: številka - 0201 1005 1154 225, naslov – Europa Donna, Slovensko združenje za boj proti raku dojke, Dunajska 56/V, p. p. 2652, 1001 Ljubljana, **davčna številka:** 717 53 281.

Novice Europa Donna sofinancira: **Ministrstvo za zdravje** (Zdravstveno osveščanje in boj proti raku dojke in drugim rakom), **Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij** (FIHO), **Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije** (ZZSZ). Novice ED podpira tudi **Delo revije d.d.**



## TEČAJ KERAMIKE

V Novicah Europa Donna smo prebrale, da je predviden tečaj keramike v Trbovljah, in ker vemo, da ta organizacija zastopa interese žensk v boju proti raku, smo se z veseljem odločile, da se tečaja udeležimo in del svojih izdelkov namenimo v humanitarne namene. Saj smo skoraj vse udeleženske preživele boj z rakom.

Tečaj je bil v prostorih Gimnazije in ekonomske srednje šole v Trbovljah. Zbralo se nas je sedem: Anica, Beba, Joži, Sanda, Sara, Tončka in Zvonka. Pred pričetkom se je čutila rahla napetost, saj smo vse popolne začetnice – le kako bo šlo?

Vstopila je nasmejana Vesna in že je bil led prebit. Predstavile smo se. Za pričetek je Vesna ob prijetni glasbi prebrala pesem Ferija Leinščka: Ne bodi kot drug, nato je razdelila glino, pripomočke ter nas seznanila z osnovami izdelovanja izdelkov iz gline. Ko smo pričele oblikovati glino in so se na mizi vrstili naši izdelki, je čas kar prehitro tekkel. Prav neverjetno je bilo, česa smo sposobne in kako nas je Vesna spretno spodbujala in dopolnjevala. Komaj smo čakale ponovnega snidenja, ki nas je zopet razveselilo, saj smo svoje izdelke porisale in pobarvale. Še večje navdušenje pa je bilo ob



**Naši izdelki, tečajnice in Vesna**

pogledu na naše izdelke ob zadnjem srečanju, ki vam ga z velikim veseljem predstavljamo na fotografijah.

Za zaključek pa še iskrena hvala EUROPI DONNI in VESNI, ki sta nam skupaj dokazali, da se je vredno učiti vse življenje in da bomo z veseljem še sodelovali.

**Antonija Odlazek, Trbovlje**

## MOJA IZKUŠNJA Z RAKOM

V vsaki hudi stvari, doživetju, izkušnji je vedno nekaj dobrega, nekaj lepega, nekaj, kar ti obogati življenje na svojstven način.

Tega reka v preteklem letu še nisem poznala ali pa ga nikoli nisem dojemala na način, kot ga dojemam po svoji izkušnji z rakom.

Ko sem zvedela, da sem po osemnajstih letih, ko mi je za rakom umrla mami, to bolezen dobila tudi jaz, se mi je v trenutku svet postavil na glavo. Strah, negotovost, duševna bolečina, skrb za družino, misel na otroke, pogledi v preteklost, nevidna prihodnost, vse to se mi je pletlo po glavi. Kaj sedaj?

Ob veliki podpori moža, sestre in vseh najbližjih so dnevi postajali sprejemljivi. Srečna sem bila, da je bil moj zdravnik dr. Žgajner, ki mi je vse preprosto pojasnil in mi povedal, da imam raka, da je potrebna operacija in zdravljenje, da je čas za življenje in nikakor ne za smrt.

Potem sem ugotovila, da veliko razmišljam. Spoznala sem, da sem v hitrem tempu življenja, ob službi in družini, skoraj popolnoma pozabila nase. Vsem sem

## NA KRATKO - NA KRATKO - NA KRATKO - NA KRATKO - NA KR

### VAŠE ZGODBE

Morda ste opazili, da objavljamo zgodbe, kjer posamezniki opišejo, kako so se spopadali z rakom. Vabimo vas, da opišete svojo izkušnjo, pa tudi to, kako ste doživljali bolezen svojih najbližjih. Če bo zgodb veliko, jim bomo posvetili celotno številko Novic. Zgodbe naj bodo – po možnosti – natipkane in naj ne bodo daljše od treh strani. Pošljite jih na naslov: Novice Europa Donna (Naša žena), Dunajska 5, Ljubljana; lahko na disketi ali po elektronski pošti: neva.zeleznik@delo-revije.si. Hvala!

### POPUST

Že nekaj časa imajo naše članice 10-odstotni popust (pri nastanitvi) v Termah Krka (v Šmarjeških in Dolenjskih Toplicah ter Strunjanu) in v Termah Dobrna. Članstvo v Evropi Donni dokažete s člansko izkaznico. Popusti se ne seštevajo. Nihče pa ne more imeti več kot 20 odstotkov popusta.

### PREDAVANJA

Europa Donna, slovensko združenje za boj proti raku dojk, nadaljuje s predavanji po slovenskih krajih. Poleg **Mojce Senčar**, predsednice združenja, zdravnice, ki je tudi prebolela raka dojk, lahko povabite v goste še **Gabrielo Petrič Grabnar**, dr. med., podpredsednico Europe Donne, in višjo medicinsko sestro **Tatjano Kumar**, ki se že leta ukvarja z boleznimi dojk. S seboj prinesejo silikonski model dojke z vgrajenimi posameznimi bulami, ki jih potem lahko otipate. Na ta način spoznate, kako se začuti tumor dojke. Če bi radi, da pridejo k vam, pokličite Europo Donno na telefon: (01) 475 15 14 od 11. do 13. ure.



**Mojca Senčar**



**Gabriela Petrič Grabnar**



**Tatjana Kumar**

Fotografije: Neva Zeleznik



Fotografija: Neva Železnik

## Metka Baskera

hotela ustreči, le svoje želje sem porivala na stranski tir. Nenadoma me je prešinilo, da v desetih letih, odkar smo se preselili v Celje, sploh nisem vedela, da so okoli nas prečudoviti hribčki in urejene poti. Ko sem bila med bolniškim staležem sama doma, sem se odločila, da raziščem naravo in črpam zdravilno moč iz nje. Ure in ure sem hodila po gozdu in uživala.

Prestala sem operacijo, obsevanje, sedaj sem še v procesu zdravljenja s hormonsko terapijo in tudi že v službi, vsak dan po štiri ure. Srečna sem, da je rak za

mano. Jaz nisem bolnica. Jaz sem zmaga-la in sem ozdravljena.

Rak me je spremenil na bolje. Poleg hudih stvari, sem doživela tudi veliko lepega. Recimo, da se znam sedaj bolj veseliti vseh drobnih srečnih trenutkov. Zaradi raka sem spoznala nekaj krasnih ljudi. Tudi Mojco Senčar, ki me je v začetku tega leta poklicala in me vprašala, ali bi v mesecu oktobru šla na konferenco EUROPE DONNE v Amsterdam, kjer se bodo srečale bolnice 40 evropskih držav, ki so članice tega združenja. V evropski Zvezi obstaja namreč tudi sekcija mladih bolnic z rakom dojk, kamor sodim tudi sama. Ko mi je ta naša legendarna Mojca, ki pooseblja boj proti raku dojk in se zavzema za preventivo, povedala, da sem izbrana, kar nisem mogla verjeti, da se bom prvič v življenju peljala z letalom. Še bolj pa sem bila navdušena nad tem, da bom vsaj dva dni del velike evropske družine žensk, ki se vse borijo za enake pravice vseh Evropejk do preventive, zdravljenja in rehabilitacije.

Sedaj, ko je za mano tudi Amsterdam, čudovita izkušnja, nepozabno doživetje, vsa ta energija vseh prisotnih, si ne morem kaj, da se ne bi še enkrat vrnila na začetek te moje zgodbe – v vsaki hudi preizkušnji, je na koncu vedno nekaj lepega.

Če ne bi doživela raka, se ne bi nikoli spoznala, ne bi spoznala in doživela sti-

ka z naravo, ne bi spoznala vseh čudovitih ljudi, ki sem jih srečala na tej težki preizkušnji, in ne nazadnje, nikoli ne bi doživela Amsterdama na način, kot sem ga skozi EUROPO DONNO.

Zato draga dekleta in gospe, nikoli se ne bojte pregledovati si svojih dojk in se ob najmanjših spremembah posvetovati s svojim zdravnikom. Ne bojte se, da bi pri sebi odkrile raka, kajti če ga boste odkrile hitro in pravočasno, boste še vedno imele čas, da spoznate in odkrijete še veliko lepih stvari okoli sebe, ki bi vam sicer ostale skrite.

In ko se bo tudi v Sloveniji začela izvajati obvezna mamografija za ženske od 50. do 69. leta, se odzovite vabilu, ki ga boste dobile domov. Morda bodo pri pregledu ravno pri vas odkrili skriti tumor in ga še pravočasno odstranili.

Hvala dr. Žgajnerju, da se je ob iskanju mlade udeleženke za konferenco spomnil name, hvala Mojci Senčar, da me je povabila, hvala Tatjani Kumar za premagovanje treme pred letenjem in prijetno druženje. Hvala Nevi Železnik in Sanji Rozman za sproščenost in toplino. Hvala vsaki posebej, da sem lahko z vami preživela te tri nepozabne dneve. Ob koncu še iskrena hvala vsem vam, ki se kot prostovoljke vsak dan borite za nas ženske, da bo v prihodnosti čim manj bolečih in neozdravljivih diagnoz.

**Metka Baskera, Celje**

ATKO - NA KRATKO - NA KRATKO - NA KRATKO - NA KRATKO - NA

## IŠČEMO DONATORJE

Združenje Europa Donna je povsod po Evropi, tudi pri nas, nedobičkonosna organizacija civilne družbe. Vzdržuje se s članarino, prispevki donatarjev in ponekod tudi s pomočjo države. Zato vas prosimo, da nam pomagate pri iskanju denarja, da bomo lahko izpolnile zastavljene cilje in naloge ter pomagale tistim bolnicam z rakom dojk, ki jih je bolezen pripeljala na rob preživetja. Prispevke lahko nakažete na transakcijski račun, odprt pri NLB: ŠTEVILKA – 0201 1005 1154 225; NASLOV: Europa Donna, Slovensko združenje za boj proti raku dojk, Dunajska 56/V, p.p. 2652, 1001 Ljubljana; NAMEN: za bolnice v stiski, samopomoč, predavanja, Novice Europa Donna, podporo gibanju itd. Darujte, če lahko, za kar želite!

## DVA SOS TELEFONA

Europa Donna ima dva SOS telefona. Na vaša vprašanja odgovarjata:

- na številki **041 516 900** prim. Mojca Senčar, dr. med., predsednica slovenske Europe Donne
- na številki **040 327 721** prim. Gabriela Petrič Grabnar, dr. med., upokoje-na radioterapevtka in podpredsednica Europe Donne.

Obe lahko pokličete vsak dan med 11. in 19. uro. Svetujeta tudi sorodnikom in prijateljem, ki so v stiski ob bolezni matere, žene, sestre ... Z njima se lahko dogovorite tudi za osebni pogovor.



## SPLETNE STRANI ED

Europa Donna, slovensko združenje za boj proti raku dojk, ima tudi svoje spletne strani, [www.europadonna-zdruzenje.si](http://www.europadonna-zdruzenje.si). Na njih lahko najdete vse, česar ne uspemo objaviti v Novicah Europa Donna. Za njihov videz donatorsko skrbí Renderspace, za vsebino pa Pristop.



## LIMFOM

**15. september** je svetovni dan ozaveščanja o limfomu, ki se mu je pridružilo tudi slovensko združenje bolnikov z limfomom in levkemijo, in sicer s sloganom: če imaš simptom, pomisli na limfom. Ozaveščanje bomo v združenju peljali v treh smereh: ozaveščali bomo odraslo javnost, starše otrok in splošne zdravnike. Prvim želimo sporočiti, da morajo opazovati svoje telo, staršem otrok želimo povedati, da tudi otroci zbolevajo za limfomom, splošne zdravnike pa želimo opozoriti na lahko zamenljivost limfoma s prehladi, gripami in vnetji. Slovensko združenje bolnikov z limfomom in levkemijo, L&L najdete na naslovu Prušnikova 68, 1210 Ljubljana ter na e-naslovu [limfom.levkemija@gmail.com](mailto:limfom.levkemija@gmail.com).

**Kristina Modic,**  
**predsednica Združenja**

**Pripis uredništva:** V Sloveniji imamo še Društvo bolnikov z limfomom, ki ima naslov Vodnikovo naselje 1, 1000 Ljubljana, dosegljivi pa so tudi na elektronskem naslovu [drustvo.limfom@email.si](mailto:drustvo.limfom@email.si), več informacij o njihovem delu pa najdete tudi na naslovu [www.limfom.si](http://www.limfom.si).

## NA KRATKO - NA KRATKO

### REKONSTRUKCIJA



Za rekonstrukcijo (obnovo) oziroma za novo dojko ali dojki se čedalje pogosteje odločajo tudi bolnice z rakom dojke. Za poseg se lahko odločijo takoj po masektomiji (kirurški odstranitvi ene ali obeh dojke) ali kadarkoli

po njej. Razlogi, da se ozdravljenske odločijo za takšen poseg, so različni. Nekatere si želijo biti spet takšne, kot so bile; druge bi bile rade kljub raku še zmeraj spolno privlačne; tretje nočejo nositi proteze ali pa hočejo z eno ali dvema novima dojkama pozabiti, da so imele raka ... Čeprav jim kirurgi specialiste plastične, rekonstrukcijske in estetske kirurgije navadno podrobno predstavijo rekonstrukcijo dojke, mnoge še vedno begajo razna vprašanja, na katera najlažje odgovorijo tiste ženske, ki so takšno operacijo že opravile. Zato je ED ustanovila sekcijo za rekonstrukcijo dojke, v kateri smo ženske, ki so nam kirurgi dojko/i že obnovili. Če vas karkoli zanima, pokličite Darjo Rojec ob delovnikih med 9. in 15. uro na telefon: **041 622 361**.

## NE PREZRITE - NE PREZRITE - NE PREZRITE - NE PREZRITE

### DELAVNICA NAKITA

Bližajo se praznični dnevi in lepo je obdariti svoje najbližje in prijatelje. Še lepše pa je, če darila izdelamo sami. V ta namen vas vabimo, da se nam priključite v tečaj izdelave nakita iz fimo mase. Potekal bo v dveh obiskih po tri šolske ure, od 17. do približno 19,30 ure. Nakit boste oblikovale skupaj z menoj, Darjo Rojec, ki tudi sama najdem mir in zadovoljstvo ob oblikovanju nakita. S ponosom pa boste nosile svoje izdelke tudi same. Tečaj bo potekal v prostorih Roche na Verovškovi ulici (nasproti Leka), in sicer prvič v četrtek, 13. decembra, in drugič v torek, 18. decembra. Če bo zanimanje za tečaj tudi v drugih krajih, jih bomo organizirali še tam. Cena tečaja je 16 evrov, ki jo plačate na tečaju. Prijave lahko pošljete na e-mail: [darja.rojec@siol.net](mailto:darja.rojec@siol.net) ali pokličete na telefon: 041 622 361.



Fotografija: Darja Rojec

**Tudi takšne ogrlico  
lahko izdelate sami.**

## KALA

Oktobra letos je zaživelo novo spletno mesto društva Kala, društva za boj proti okužbam s HPV in raku materničnega vratu. Na spletnem naslovu [www.kala.si](http://www.kala.si) so sedaj na voljo celovite informacije o HPV, raku materničnega vratu, genitalnih bradavicah in o preventivi.

Spletno mesto je oblikovano tako, da je čimbolj uporabno za vse, ki bodisi iščejo informacije bodisi želijo odgovor na posamezna vprašanja, ki jih pestijo. Preko njega je omogočeno anonimno zastaviti vprašanje strokovnjaku in deliti z ostalimi uporabniki svojo izkušnjo s HPV ali z rakom materničnega vratu. Prav tako je odprt blog, kjer se izmenjujejo različna mnenja in stališča. Pri pregledovanju in zagotavljanju vsebin sodelujejo člani strokovnega sveta društva, ki so strokovnjaki na tem področju.

Na brezplačni številki 080 18 16 na vprašanja v zvezi s cepljenjem še vedno odgovarjajo strokovnjaki.

**Renata Capuder Mermal,**  
**predsednica društva Kala**

## ZDRAVO SRCE!

Bolezni srca in ožilja ter srčna kap so najpogostejši vzroki smrti na svetu. Letno zaradi njih umre 17,5 milijonov ljudi, 80 odstotkov od teh v slabo in srednje razvitih državah. V Sloveniji zaradi bolezni srca in ožilja, po ocenah, vsako leto zboli več kot 19 tisoč, umre pa okrog devet tisoč ljudi. Tako bolezni srca in ožilja povzročijo skoraj 40 odstotkov vseh smrti v Sloveniji. Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije skuša preprečevati pojavnost teh bolezni na vseh ravneh.

Dobra novica je, da se da srčnožilne bolezni in kapi v dobri meri preprečiti, če znižamo ali povsem izničimo dejavnike

tveganja, med katere sodijo: visok krvni tlak, visoka raven holesterola in sladkorja v krvi, kajenje, nezadostno uživanje sadja in zelenjave, debelost in telesna nedejavnost. Šport ni samo tehnika, znanost in sposobnost. Del športa je tudi srce, zato moramo jesti zdravo, se redno rekreirati in se izogibati kajenju.

Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije želi vzpodbuditi vse, mlade in stare, naj začno živeti zdravo in dejavno. Zdrav, dejaven način življenja lahko bistveno pomaga pri zmanjšanju dejavnikov tveganja za razvoj srčnožilnih bolezni ter srčne kapi. Začnimo se več gibati in jesti bolje, da bomo živeli dolgo in zdravo življenje! In predvsem nehamo kaditi, če kadimo.

Tukaj je nekaj napotkov, s katerimi lahko sebi in svoji družini pomagata pri preprečevanju zbolevanja za srčnožilnimi boleznimi in srčno kapjo: Spodbujajte vse, naj jedo zdravo, uravnoteženo prehrano. Vsaj petkrat na dan jejte sadje in zelenjavo. Namesto sladkih pijač raje pijte vodo, svež, nesladkan sadni sok ali mleko z manj maščob. Dajte otrokom za malico v šoli sadje ali zelenjavo in podpirajte ostale starše pri tem, posvetujte se z učiteljem ali ravnateljem o zdravi prehrani v šoli. Poskrbite, da ne boste uživali preveč soli, posebej pri že pripravljeni hrani. Poskrbite za več dejavnosti na prostem. Vgradite 30 - minutno redno telesno dejavnost v vsakodnevna opravila. Namesto dvigala uporabite stopnice. Ne kadite doma! Poskrbite, da vaši otroci ne bodo pasivno ali dejavno kadili kje drugje. Omejite televizijo in računalnik, kolikor se da, in spodbujajte otroke k telesni dejavnosti. Raje kot pred televizijo preživljajte skupni čas na kolesarskem izletu. Kot član družine bodite za zgled, jejte zdravo, bodite telesno dejavni ter se odrecite kajenju. Če menite, da ima katerikoli član družine srčnožilne bolezni, se takoj posvetujte z zdravnikom.

**Asist. dr. Danica Rotar Pavlič, dr. med.,**  
**predsednica Društva**



Izid knjige in dobrodelna dražba Gorenjevega rožnatega hladilnika s pentljo iz belega zlata ter dveh srebrnih pentelj Zlatarne Celje

## Z DRAŽBO DO 14.300 EVROV

»Letos praznuje Europa Donna deset let od ustanovitve. Odločili smo se, da bomo ta jubilej praznovali delavno, zato vam predstavljam knjigo doc. dr. Mojce Ramšak, znanstvene sodelavke, z naslovom: *Družbeno-kulturne podobe raka dojk v Sloveniji*, ki je izšla v slovenskem in angleškem jeziku,« je začela Mojca Senčar, predsednica Europe Donne, na novinarski konferenci v stanovski dvorani na Ljubljanskem gradu in napovedala, da bo predstavitvi knjige, ki je prvič na naših tleh proučila družbene posledice raka dojk, sledil še humanitarni dogodek: dražba Gorenjevega rožnatega hladilnika s pentljo iz belega zlata ter dveh srebrnih pentelj Zlatarne Celje.

Europa Donna se s številnimi akcijami že vsa leta trudi uresničevati zastavljene cilje, med katere sodi tudi zbiranje denarja za nove aparature ter posodabljanje medicinske opreme.

»Letos Europa Donna zbrana sredstva namenja za nakup ultrazvočnega aparata, ki bo stal na oddelku za ginekološko onkologijo dojk na Univerzitetnem kliničnem centru Maribor, ter za CT aparat, ki ga Splošna bolnišnica Celje nujno potrebuje.«

Doslej je ta neprofitna in humanitarna organizacija za boj proti raku dojk zbrala že skoraj 400 tisoč evrov in z njimi kupila: mamotom in roloskop za Onkološki inštitut ter štirinajst negatoskopov za prav toliko slovenskih bolnišnic, prispevala pa je še za CT aparat v Kliničnem centru in za linearni pospeševalnik Onkološkega inštituta v Ljubljani ter za ultrazvočni aparat v Novem mestu.

### EUROPA DONNA

»Evropska zveza Europa Donna je bila ustanovljena leta 1994 v Milanu. Pobudo zanjo je dal prof. Umberto Veronesi, zdravnik, tedanji italijanski minister za zdravstvo. Njegova pobuda je padla na plodna tla. Europa Donna, s sedežem v Milanu, trenutno združuje že 40 držav in je močna in ugledna organizacija, ki se zavzema predvsem zato, da bi imele vse ženske starega kontinenta čim bolj enake možnosti pri odkrivanju bolezni, pri zdravljenju in rehabilitaciji, ne glede na to, od kod so,« je nadaljevala prim. Senčarjeva.

Slovenska Europa Donna združuje že nekaj nad 1700 bolnic, zdravih žensk in moških, ki jim ni vseeno, kaj se godi tistim, ki zbolijo za to boleznijo. Za rakom dojk, ki je najpogostejši rak med ženskami, zbolijo vsako leto več kot 1000 žensk na novo, vsako leto pa jih umre malo manj kot štiristo ali približno ena na dan, kar

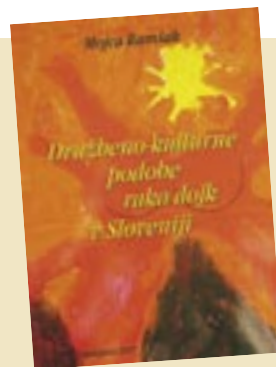
je seveda preveč.

Države, ki so uvedle organizirano presejanje, to je rentgensko slikanje dojk zdravih žensk na dve leti med 50. in 69. letom, so v nekaj letih skoraj za 30 odstotkov zmanjšale smrtnost zaradi te bolezni. Zakaj?« se je vprašala prim. Senčarjeva.

»Zato, ker z organiziranim presejanjem,

**Knjigo dr. Mojce Ramšak lahko naročite pri Europi Donni, po telefonu: 01 475 15 14, faksu: 01 436 12 66, elektronskem naslovu:**

**europadonna@europadonna-zdruzenje.si ali po pošti: Europa Donna Slovenije, Dunajska 56/V, p. p. 2652, Ljubljana. Donacija za knjigo znaša 20 evrov, ki jo plačate na račun 02011-0051154225 pri NLB.**



**Mojca Senčar, predsednica Europe Donne, in doc. dr. Mojca Ramšak, avtorica knjige Družbeno-kulturni vidiki raka dojk, ki je izšla ob 10. obletnici Europe Donne.**



ki se bo pri nas imenovalo DORA, odkrijemo začetne stopnje bolezni, in te so praviloma ozdravljive,« je nadaljevala in ni pozabila poudariti, da bi to pomenilo, da bi vsako leto umrlo za rakom dojč v Sloveniji sto žensk manj!!!

Omenila je še, da ima Europa Donna dva svetovalna telefona za bolnice in svoje, sedaj uvaja tretjega, na katerem bodo lahko bolnice dobile informacije o rekonstrukciji dojč od tistih, ki so jo že uspešno prestale. Nadalje hodijo predstavnice Europa Donne po Sloveniji predavati o preventivi na področju raka dojč ter o zdravem načinu življenja in mišljenja, pripravljajo izobraževalne seminarje za člane in simpatizerje, organizirajo športno-rekreativne prireditve Tek za upanje po Sloveniji, štirikrat letno izdajajo Novice Europa Donna, ki so v osmih letih izhajanja veliko storile za preventivo, pa tudi prve so začele brez predsodkov pisati o raku itd. »Končno pa Europa Donna skrbi še za duše ozdravljenk, saj zanje pripravlja izlete, tečaje slikanja, keramike, joge, izdelovanje nakita, novoletnih čestitk itd.«

## KNJIGA

Potem je prim. Mojca Senčar, dr. med., dala besedo še doc. dr. Mojci Ramšak. Ta je povedala, da knjiga želi odgovoriti na vprašanja, kako družba in kultura vplivata na subjektivne perspektive žensk, obo-



**Pred licitacijo hladilnika s pentljo iz belega zlata in dvema srebrnima pentljama je imenitno zaplesala Mojca Majcen, plesalka studia za ples Igen.**

**Zoran Predin je s svojim petjem polepšal deseto obletnico Europe Donne, pa tudi dražbo.**



**Andrej Karoli, novinar slovenskega nacionalnega radia, se je v vlogo dražitelja zelo dobro vživel.**



Fotografije: Primož Lavre, Neva Železnik

lelih z rakom dojč. Obravnava predsodke in zmotna prepričanja, ki so povezana z rakom dojč ter rakom nasploh. Osvetljuje vidike raka dojč kot družbenega problema ter podaja opis kvalitete življenja obolelih in ozdravljenih. Dotika se tudi vprašanja empatije zdravstvenega osebja, prav tako pa skuša podati odgovor na vprašanje, zakaj podpiramo elektronska verižna pisma in kako podležemo komercializaciji zdravja in medicine v zvezi z rakom dojč. V raziskavo je vključila 66 žensk, članic Europe Donne, ki so odgo-

vorile na obsežen vprašalnik in v njem popisale svojo izkušnjo z rakom dojč. Opisale so, kako so na raka reagirali njihovi domači, kako v službi, kako je potekalo zdravljenje in rehabilitacija, kako so bile zadovoljne z zdravstvenim osebjem, zakaj si želijo komplementarnih zdravljenj, kaj jim je bolezen pomagala oza-vestiti. Ker je rak nasploh in rak dojč še posebej stigmatizirana bolezen se metaforika bolezni prenaša tudi na družbeno življenje. Ne rečemo zaman, da je vse, kar je v družbi grdo, nesprejemljivo, gnusno,

njena rak rana.

Najstarejša ženska, ki je sodelovala v raziskavi, je bila rojena leta 1925, najmlajša 1970. Nekaj jih je, kljub temu da jim je bila zagotovljena popolna anonimnost, izrazilo skrb, da bi bile prepoznane. To je zelo simptomatično, saj živimo v družbi, ki rada neposredno krivdo za bolezen pripisuje bolniku ali bolnici, bodisi ker je izbral nezdrav način življenja, ker ni dovolj skrbel zase. Biti bolna ali imeti bolezen, ki je le deloma lahko posledica nezdravega življenja, je neuspeh, včasih



**Gorenjev rožnati hladilnik s pentljo iz belega zlata je kupila farmacevtska družba ROCHE, ki sicer že tradicionalno podpira prizadevanja in akcije združenja Europa Donna. Na sliki Sašo Novak in Julijana Zucchiati Godina, predstavnika Rochea.**



**pentljo iz belega zlata je, se mi zdi, uspel v popolnosti. Večer, v katerem se je dražilo hladilnik in dve srebrni pentlji, je dosegel zneske, kakršnih si jaz niti v sanjah ne bi mogla predstavljati. Prepričana sem, da bo Splošna bolnišnica Celje z zbranim denarjem bližje cilju, ki ga želi doseči, torej nabavi novega CT aparata. Z njim pa bo seveda veliko več možnosti za bolnike, ki sedaj čakajo na preiskave.»**



**Stanovska dvorana na Ljubljanskem gradu je bila nabito polna. Na sliki od leve proti desni: Mirjana Dimc Perko, članica uprave Gorenja, Janez Škoberne, direktor Cestnega podjetja Maribor, ki je kupil prvo srebrno pentljo Zlatarne Celje, Bojan Šrot, župan Celja, Zoran Jankovič, župan Mestne občine Ljubljana, ki je kupil drugo srebrno pentljo, in Mojca Senčar.**

tudi moralna pomanjkljivost ali zmanjšan šibke volje. Zaradi takih predstav o nastanku raka niti ni čudno, da se bolniki bojijo, da bi jim hkrati z diagnozo pripisali še omenjene karakterne značilnosti. Po drugi strani pa se bolniki ne želijo počutiti kot na smrtni postelji in poslušati 'pametnih' nasvetov sosedov. Raziskava je tudi pokazala, da je zgrešeno splošno mnenje, da bolniki z rakom, ki se odločijo za dodatno, komplementarno zdravljenje, opuščajo uradno medicino. V bistvu pri zdravljenju iščejo boljše komunikacijo, takšno, ki bi si jo želeli tudi v javnih zdravstvenih ustanovah, a je tam ne dobijo ali ne dovolj.

**Prim. asist. Jana Govc Eržen, dr. med., članica upravnega odbora Europe Donne in pobudnica projekta, je z zadovoljstvom ocenila izkupiček dražbe: »Projekt rožnati hladilnik s prekrasno**

## DRAŽBA

Na dobrotelni dražbi je Europa Donna skupaj s partnerjema Gorenje in Zlatarno Celje zbrala 14.300 evrov za nakup CT aparata za Splošno bolnišnico Celje. Roza hladilnik s pentljo iz belega zlata je na dražbi dosegel ceno 10.200 evrov, kupila pa ga je farmacevtska družba ROCHE, ki sicer že tradicionalno podpira prizadevanja in akcije združenja Europa Donna. Dodatno so dražili še srebrni pentlji, ki sta ju po ceni 2.000 oziroma 2.100 evrov kupila župan Mestne občine Ljubljana Zoran Jankovič in Janez Škoberne, direktor družbe Cestnega podjetja Maribor. Dogodek sta s svojim dobrotelnim nastopom popestrila glasbenik Zoran Predin in voditelj Andrej Karoli, ki je izvrstno krmaril skozi dražbo.

Za zdaj je bil narejen le en rožnat hladilnik, v Gorenju pa načrtujejo, da bodo svoje dosedanje sodelovanje z Europo Donna razširili tudi na druge trge in z draženjem rožnatih hladilnikov prispevali v sklad združenja Europa Donna tudi v drugih evropskih državah. Prepričani so, da bodo s pomočjo prikupnih rožnatih aparatov prišli do še veliko plemenitih ljudi, ki so pripravljeni zastaviti svojo besedo in kapital za dobro stvar, za plemenit namen. Podobno razmišljajo tudi v Zlatarni Celje.

**Neva Železnik**



Obetavni presejalni pregledi zgodnjega odkrivanja predrakavih sprememb

# ZORA, DORA IN SVIT

Za presejalne preglede, s katerimi odkrivamo raka, bi težko našli bolj primerne in tudi bolj izvirne izraze, kot so tile, ki jih berete. ZORA napoveduje nov, jasen dan. DORA se v korenu besede poigra z besedo dojka, ki tiči za tem presejalnim programom. SVIT pomeni jutro ali pa morda upanje na koncu temine. Pa vendar vsi trije omenjeni presejalni državni programi nekako ne zaživijo tako, da bi si lahko oddahnili: ali ne zajamejo vseh žensk, ki so jim namenjeni (ZORA - rak materničnega vratu); ali se njihovi začetki že več let vsako leto znova odmikajo na naslednje leto (DORA - rak dojke); ali pa so še v povojih (SVIT - rak deblega črevesa in danke za moške in ženske).

Za različnimi vrstami rakov vsako leto znova zboli okoli deset tisoč prebivalcev Slovenije. Prav tako v naši državi živi že približno petinosemdeset tisoč ozdravljenec in ozdravljenk od raka. Čeprav postaja rak kronična bolezen, s katero živimo in bomo živeli kot npr. z diabetesom, se s tem mnogo ljudi ne more sprizniti. Morda bi se, če bi se še bolj podaljšalo preživetje. In bi se, če bi ljudje prišli k zdravniku dovolj zgodaj.

Ker rak navadno ne boli, ga v zgodnji fazi lahko pogosto odkrijemo le s presejanjem. V državah, kjer so že pred leti uvedli organizirano presejanje za raka dojke, se je smrtnost zaradi te bolezni znižala za okoli 30 odstotkov. To bi v Sloveniji pomenilo kar sto smrti letno manj!

Edini uspešni način odkrivanja raka pa je presejanje ali načrtno pregledovanje prebivalstva. Seveda ne vseh, ampak tistih znotraj določene starostne skupine, ki je najbolj rizična. Ta starostna skupina je določena na osnovi statističnih podatkov, ki povedo, kdaj je pojavnost (incidenca) raka največja. Za različne vrste raka je seveda različna.

## ZORA, DORA, SVIT

jutri pa morda že misel o uvedbi programa za presejanje raka na pljučih in prostati, kajti tudi ti dve obliki raka nezadržno naraščata!?

Tako lahko je načrtovati, a tako težko izpeljati! Kljub številnim vladnim garnituram; kljub podajanju štafetne palice iz rok enega ministra drugemu; kljub neizpodbitnemu dejstvu, da je za daljše preživetje ali ozdravitev zgodnje odkrivanje raka morda pomembnejše od zdravljenj in načina zdravljenja.

## ZORA

ZORA je namenjena pregledu brisa, odvzetega iz materničnega vratu ženskam med 20. in 64. letom, ki zadnja tri leta



Fotografija: Neva Železnik

**Ker rak navadno ne boli, ga v zgodnji fazi lahko pogosto odkrijemo le s presejanjem. V državah, kjer so že pred leti uvedli organizirano presejanje za raka dojke, se je smrtnost zaradi te bolezni znižala za okoli 30 odstotkov. To bi v Sloveniji pomenilo kar sto smrti letno manj! Na sliki: rentgensko slikanje dojke**

niso bile na ginekološkem pregledu. Na podlagi pregleda celic brisa je mogoče z veliko gotovostjo odkriti rakaste spremembe v zgodnji fazi, ko zaradi njih ženska še nima nikakršnih težav.

Če torej dobite na svoj naslov vabilo, da se oglosite v ginekološki ordinaciji za odvzem brisa, se nikar ne ustrašite in kot noj ne tiščite glave v pesek, češ kaj bi bilo, če bi pri vas odkrili raka na vratu maternice, ampak jemljite vabilo raje kot odraz urejenega zdravstvenega sistema (vsaj na tem področju), ki vam omogoča tako zgodnje odkrivanje bolezni kot tudi zdravljenje po načelih sprejete medicinske doktrine. ZORA je torej sreča.

V primeru odkritega raka pa sreča v nesreči, ko je še čas za podaljšanje preživetja ali za popolno ozdravitev. In če pomislimo, da za rakom na rodilih zbolevajo tudi mlada dekleta, ki še niso rodile, potem jim dovolj zgodnje odkritje raka velikokrat nikakor ne preprečuje zanositve in rojstva otroka. Zakaj? Zato ker je rak na vratu maternice v zgodnji fazi ozdravljiv.

Program ZORA je star že skoraj enajst let, a še vedno ne »pokriva« vse ženske populacije, saj se številne na vabilo preprosto ne odzovejo. Škoda.

## DORA

Europa Donna je ravnokar praznovala desetletnico delovanja. Ves ta čas si je prizadevala za to, da bi stekla mamografija kot presejalna metoda zgodnjega odkrivanja raka dojz za vse ženske med 50. in 69. letom, in to na dve leti. To je namreč starostno obdobje, ko tovrstni rak najpogosteje vznikne. Čeprav smo bili že skoraj na pragu poskusnega presejanja, se je to odmaknilo na konec letošnjega leta (Ljubljana), nato pa čez šest mesecev še v Maribor.

Slovenija je s sprejetjem v EU sprejela tudi preizkušeno metodo organizacije presejanja, ki so jo najbolj domislili v Nemčiji, kjer tudi že redno poteka. Mamografija, ki je slikanje dojz z minimalno količino rentgenskih žarkov, je edina metoda, s pomočjo katere lahko odkrijemo raka na stopnji, ko je bodisi popolnoma ozdravljiv bodisi za daljše preživetje še ni prepozno.

DORA vam bo torej prav kmalu »pisala« na dom. Sprva še poskusno, v naslednjem letu pa bo že jasno, kakšna organizacija presejanja je za našo državo najprimernejša. Posredi pa ni le organizacijsko tipanje, ampak dejstvo, da potrebujemo za vsako odčitavanje mamografske slike dva strokovnjaka, da bo čim manj lažnih alarmov in čim več neizpodbitno dokazanih sprememb, ki pomenijo raka.

Pisma na dom torej ne zavrzite, ampak se nanj odzovite. To bo dobro za vas in za vse tiste iz vašega bližnjega in daljnjega okolja.

## SVIT

Med tem časom, ko niti z ZORO in njeno odzivnostjo ne moremo biti zadovoljni niti DORA še ni stekla, trka na vrata urgence rak debelega črevesa in danke (RDČD).

Direktorica CINDI Slovenija, Jožica Maučec Zakotnik, dr. med., ima v rokah večino organizacijskih niti priprav za presejanje, ki se bo začelo spomladi naslednje leto, in je o tem povedala:

»Rak na črevesu pospešeno narašča tako pri moških kot pri ženskah. Presejanje, poimenovano SVIT, vsekakor bo, saj je že sprejeto v državni program. Potekalo bo tako, da bomo s posebnim testom v vzorcu blata iskali prisotnost krvi, ki s prostim očesom sicer ni vidna (prikrita ali okultna krvavitev).

Težava, ki se pojavlja pri takem iskanju

raka, pa je v tem, da je krvavitev lahko tudi npr. posledica razširjenega ožilja na koncu debelega črevesa (hemoroidov). Sicer je taka krvavitev običajno vidna, vendar bi lahko prispevala k zelo majhnemu številu lažno pozitivnih testov. Kljub vsemu pa je presejanje s testom na prikrito krvavitev edina in najučinkovitejša metoda zgodnjega odkrivanja RDČD (poleg neposrednega endoskopskega pregleda črevesa).



Fotografija: osebni arhiv

**Jožica Maučec Zakotnik: »Tudi državni program presejanja in zgodnjega odkrivanja raka na debelem črevesu in danki za ženske in moške med 50. in 70. letom bo, kot seveda vsi presejalni programi, brezplačen.«**

Izvor krvavitve pa so seveda lahko tudi rak in izrastki (polipi) v črevesni steni.

Zgodnje odkrivanje raka na debelem črevesu in danki, ki je, tako kažejo raziskave, med drugim posledica premastne hrane in premalo gibanja, pripomore k ozdravitvi oziroma omejitvi bolezni (da rakaste celice ne prodro v bezgavke niti v druge dele telesa).

Prepozno odkrit rak črevesa in danke je v telesu rasel več let, torej bi ga bilo mogoče v zelo velikem številu »ujeti« sredi tega napredovanja. Program SVIT, ki ga priporoča tudi EU, je Zdravstveni svet pri Ministrstvu za zdravje potrdil. Da je bolezen vse prevečkrat smrtonosna, dokazuje

Odzovite se vsakemu vabilu na presejanje! Vključitev v program in izvajanje testov na prikrito krvavitev vam lahko reši življenje. Program bomo začeli izvajati v prvi polovici leta 2008. V dveh letih od začetka programa boste vsi v starosti med 50. in 70. letom prejeli vabilo za vključitev v program. Prvo leto bo prejela vabilo polovica ljudi, naslednje leto druga polovica te starostne skupine. Teste na prikrito krvavitev je treba ponavljati vsaki dve leti, torej bo vsak posameznik iz te starostne skupine izvedel test 10 krat. Če boste zaradi pozitivnega testa opravili kolonoskopijo, ki bo negativna, torej ne bo nobenih sprememb v debelem črevesu in danki, boste ponovno prejeli vabilo v program čez deset let. Če bodo pri kolonoskopiji odkriti in odstranjeni polipi, vas bosta vaš osebni zdravnik in gastroenterolog spremljala s kolonoskopijami in ne boste več prejeli testov, torej boste iz presejalnega programa izključeni. Ravno tako boste iz presejalnega programa izključeni, če bo pri kolonoskopiji najden rak. Takrat boste vključeni v program zdravljenja in rednega spremljanja pri specialistu. Do uvedbe presejanja lahko dobite vse informacije o presejalnem programu SVIT na naslovu:

CINDI Slovenija, Ulica stare pravde 2, 1000 Ljubljana, 01/230 73 60, 230 73 62. Ko pa bo presejanje v začetku aprila naslednje leto steklo, bomo objavili novi naslov in novo telefonsko številko centralne enote programa SVIT.



NOVICE  
EUROPA  
DONNA



dejstvo, da ga je Ministrstvo za zdravje umestilo pravzaprav na absolutno prednostni seznam. RDČD je huda tegoba in huda bolezen, življenje z njim mučno (velikokrat je potrebno posebno izvodilo za blato iz črevesa), simptomi in znaki pa vsaj v začetku bolezni niso značilni, npr.: bolečine v trebuhu, prav tako neredno odvajanje, nepojasnjeno hujšanje in pretirana utrujenost.«

### ■ CINDI Slovenija si je torej naložil še en nahrbtnik?

»Večina ljudi pozna prizadevanje in akcije CINDI Slovenija predvsem v povezavi z osveščanjem prebivalstva, da bi v svojo prehrano (rak debelega črevesa je pogojen s premastno hrano) morali vključiti več zelenjave in sadja, se več gibati, znižati telesno težo, opustiti kajenje in zmanjšati tvegano pitje alkohola. Čeprav je vse naštetu predvsem odgovorno za porast srčno-žilnih bolezni, debelosti in sladkorne bolezni, pa je prav za raka na črevesju dokazano, da ga je več med predebeli ljudji, ki se premalo gibljejo, so predebeli in se nezdravo prehranjujejo.«

### Kaj ti izrazi pomenijo

**ZORA** je brezplačni presejalni program odkrivanja raka na vratu maternice. Namenjen je ženskam med 20. in 64. letom starosti.

**DORA** je brezplačni presejalni program odkrivanja raka na dojkah za ženske med 50. in 69. letom, ki bo stekel v najkrajšem času.

**SVIT** je brezplačni presejalni program odkrivanja raka na debelem črevesu in danki za ženske in moške med 50. in 70. letom, ki bo stekel aprila naslednje leto.

### ■ Kako in kje bo potekalo presejanje s testom na prikrito krvavitev za raka na črevesju in danki?

»Državni program presejanja in zgodnjega odkrivanja raka na debelem črevesu in danki za ženske in moške med 50. in 70. letom bo, kot seveda vsi presejalni programi, brezplačen. Tisti, ki sodimo v omenjeno starostno skupino, bomo dobili vabilo zanj na dom. Če bomo s pregledom soglašali, bomo dobili domov tudi imunokemične teste z navodilom, kako vzamemo dva zaporedna vzorca blata, ki ju bomo nato poslali v centralni laboratorij. Ko bodo vzorec tam pregledali, bomo dobili obvestilo, kaj je odkrivanje prisotnosti krvi v blatu pokazalo.« Celotna organizacija presejanja za raka črevesa, vključno z izvajanjem testiranja

in centralnim laboratorijem, bo potekala iz CINDI Slovenija v Ljubljani znotraj centralne enote programa SVIT, ki bo imela svoj sedež v Črnučah v Ljubljani. Iz centralne enote SVIT bomo tudi vodili in organizirali pregled črevesa s pomočjo gibljive optične cevi. Tak pregled se imenuje kolonoskopija (*kolon je latinski izraz za debelo črevo*). Pri kolonoskopiji, za katero je edini pogoj popolnoma očiščeno črevesje, zdravnik neposredno vidi spremembo, ki je že morda rak, ali morebitne polipe, te pa lahko tudi na licu mesta tekom kolonoskopije odstrani, ne da bi pregledovani ali pregledovana to sploh začutila. Odstranjene polipe in vsako nenormalno tkivo pošljejo nato na histološki pregled, ki pove, ali je bilo odvzeto tkivo rakasto ali ne.

Če je bilo rakasto ali samo sumljivo, steče zdravljenje oziroma bolnika po določenem obdobju ponovno pokličemo na kontrolni pregled. Odstranjevanje sluzničnih izrastkov ali polipov je pomemben preventivni ukrep, s katerim preprečujemo, da iz njih vznikne rak.

Naj torej izkoristim priložnost in našim bralkam in bralcem sporočim, naj ob vabilu na presejanje ne odpnejo od strahu, ampak naj se nanj odzovejo. Čeprav je medicina napredovala in se preživetje ob odkritju raka na debelem črevesu nadaljšuje, pa je treba vedeti, da je zgodnje odkritje raka edino zagotovilo za popolno ali dolgotrajnejšo ozdravitev oziroma preživetje. Ko pa se rakaste celice začno vraščati v sosednje tkivo in ko/če dosežejo bezgavke, je to dogajanje dobesedno odskočna deska za to, da nenadzorovano potujejo po telesu in se naselijo in množijo še kje drugje. Z zgodnjim odkrivanjem raka črevesa lahko že v nekaj letih uspeh zdravljenja premaknemo takole: danes je 85 odstotkov odkritega raka črevesa v napredovalem (razširjenem) stadiju in le 15 odstotkov bolezni v omejenem. Ob rednem presejanju pa lahko teh 15 odstotkov premaknemo kar na 50 ali še več odstotkov! Ko pride do metastaz, postane dogajanje resno, zdravljenje drago in neprijetno, s številnimi težavami in stranskimi učinki – tudi bolečinami, življenje pa bistveno manj kakovostno – često brezupno.

**Alenka Lobnik Zorko**

**PS: POMAGAJTE EUROPI DONNI! DO KONCA LETA LAHKO SPOROČITE VAŠI DAVČNI UPRAVI, DA NAMENJATE 0,5 ODSOTKA DOHODNINE SLOVENSKEMU ZDRUŽENJU ZA BOJ PROTI RAKU DOJK ED! NAŠA DAVČNA ŠTEVILKA JE: 717 53 281.**

## PREGLED ENKRAT NA MESEČ

Pri samopregledovanju dojk skrbno pregledajte obe dojki, najprej eno in potem še drugo. To počnite tudi, če ste bili že operirani zaradi raka dojk.

**1** Dvignite desno roko in položite levo dlan na desno dojko. Iztegnite prste in jih stisnite skupaj ter s kroznimi gibi pretipajte dojko. Začnite na zunanjem obodu in se z roko pomikajte proti bradavici.



**2** Nagnite se naprej in podprite desno dojko z desno roko. Z nežnimi kroznimi gibi leve roke rahlo pritiskajte nanjo.



**3** Nagnite se naprej, spustite desno roko. S stisnjenimi prsti desne roke pretipajte levo pazduho, nato ponovite pregled še z razprtimi prsti.



**4** Pri kopanju, prhanju ali umivanju pogledajte dojki še v ogledalu in ju primerjajte. Prepričajte se, da ni nobenih vidnih sprememb. Nato sklenite roki nad glavo in ponovno preverite, če ni sprememb.



\*\*\*

In kakšne spremembe sploh iščemo?

Spremembe v velikosti in obliki dojk ter barvi kože, uvlečenost bradavice ali izcedek iz nje ali zatrdline. Če opazite kakršno koli spremembo, pojdite takoj k zdravniku!



Fotografija: Neva Železnik

Po vseh mogočih zgodah in nezgodah smo dočakali novo bolnišnico za bolnike z rakom.

## DOBER DAN SONCE

Po dobrem desetletju najrazličnejših zapletov je 25. oktobra 2007 nova stavba Onkološkega inštituta v Ljubljani uradno odprla svoja vrata. Bil je edini lep sončen dan v turobnem tednu, optimističen za vso slovensko javnost. Tako je izzvenela tudi otvoritvena sončnomavrična slovesnost z bogatim kulturnim programom in v prihodnost naravnanimi mislimi slavnostnih govorcev. Težave z gradnjo, denarjem, s podražitvami za prek 300 odstotkov, spreminjanjem projektnih načrtov, menjavo

Bolniki, zdravniki in drugo medicinsko osebje, ki so vse od leta 1938 bivali v nemogočih razmerah nekdanje avstro-ogrske konjušnice, so s pridobljenimi 329 posteljami v sobah z lastnim straniščem in kopalnico, sodobnimi laboratoriji, ambulantami, operacijskimi in drugimi terapevtskimi prostori, aparaturami in opremo vendarle dočakali boljše čase in boljše pogoje za delo ter zdravljenje. Bolniki in vsa javnost se veselijo skorajšnjega začet-



**Dr. Janez Drnovšek:**  
»Onkološko zdravljenje raka je edino učinkovito zdravljenje, nobene alternative ni. Vsak zdravilec, ki pravi, da lahko zaustavi tako bolezen, je šarlatan. Morda boste presenečeni nad to mojo izjavo, saj se je o meni veliko pisalo, češ da dajem prednost alternativnemu zdravljenju pred uradno medicino. To ni res. Moj primer je drugačen, saj je šlo pri meni za bolj redko obliko počasi napredujočega neagresivnega raka, ki je bil odporen na kemoterapijo in obsevanje. Zato je bilo na razpolago dovolj časa, da sem lahko sam našel poti za dvig obrambne sposobnosti organizma. Pri tem pa mi niso pomagali alternativci, kot velikokrat slišim ali berem. Še najbolj mi je pomagala narava, ki je po mojem še vedno najboljši zdravilec.«



Fotografija: Danica Zorko

**Doslej pusto avlo novega OI je s posebnim, bolnišnični primernim rastlinjem in umetniškimi slikami opremila Europa Donna.**

zdravstvenih ministrov (v času gradnje se jih je zamenjalo pet), pa zapleti z inštalacijami, legionelo, nabavo opreme, selitvami ... so bili za hip pozabljeni in prav tako dejstvo, da se v starih stavbah OI (B in C) še vedno zdravi prek sto pacientov, da oboleva za rakom iz leta v leto več ljudi ...



Fotografija: Jaka Koren

**Dr. Marija Vegelj Pirc:** »Pritiski nevladnih organizacij in medijev imajo veliko zaslug za pospešeno dokončanje prve faze Onkološkega inštituta.«

ka gradnje druge faze Onkološkega inštituta in so zadovoljni, ker verjamejo v znanje in usposobljenost domačih strokovnjakov, ki pri zdravljenju raka že dosegajo mednarodno primerljive rezultate.

**Danica Zorko**



Aljoša Rojec, novi direktor OI v Ljubljani

# NOVA METLA V BOLNIŠNICI

Aljoša Rojec je, preden je 1. julija letos postal generalni direktor Onkološkega inštituta Ljubljana, delal v telekomunikacijah in založništvu. Na svetu OI, kjer je ob izvolitvi predstavil svoj program, so bili predstavniki zaposlenih razočarani nad njegovim nepoznavanjem zdravstvenega sistema. Sedaj pa ... Ni dosti bolje!

Pogovarjala sva se dan po slavnostnem odprtju novih prostorov.

■ **Je bilo priznanje, ki ga je dal predsednik Drnovšek onkologiji, tudi za vas presenečenje?**

Vsi smo bili presenečeni in veseli, da je poudaril, kako prav je, da se ljudje, ki zbolijo za rakom, zdravijo v centru, kjer imajo najboljše možnosti za zdravljenje.

■ **Od zaposlenih na OI sem slišala, da ste v teh nekaj mesecih, kolikor ste direktor, veliko časa preživeli na gradbišču in »priganjali« delavce. So odpravljene vse napake, popravljen vodovod, klime ...?**

Ni mi bilo težko »preganjati« delavcev in opozarjati na napake. Pri tem so mi zaposleni zelo pomagali, saj so mi povedali, kaj potrebujejo. Glavne napake, za katere smo vedeli, so odpravljene, saj se sicer ne bi selili. Malenkostna popravila pa bodo še, ker je hiša živ organizem. Enako kot pri individualni hiši. Razlika je le v tem, da je v domači hiši vse bolj pregledno in je popravil manj, pri nas pa bomo drobnarije sproti odpravljali.

■ **Kdo jih bo pa plačeval?**

Dosedanja popravila je, kot je znano, plačal SCT. Naprej bodo stroški naši. V primerjavi z izdatki za vzdrževalne pogodbe za opremo, samo na radiološkem oddelku npr., bodo stroški popravil bistveno manjši. Vedeti moramo tudi, da je diagnostična oprema stala dve leti v skladiščih in da je garancijski rok že potekel.

■ **Lahko ilustrirate v številkah?**

Vzdrževalne pogodbe znašajo običajno od nekaj do deset odstotkov vrednosti opreme. Na radiološkem oddelku je za nekaj milijonov evrov opreme. Denar za vzdrževanje bomo morali zagotoviti. Čakajo nas zahtevni pogovori z Zavodom za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS). Mesečni najem za PET-CT znaša 55.000 evrov. Toliko

denarja moramo »zaslužiti« s programi. V pogovor z ZZZS bomo šli z odprtimi kartami in upam, da bomo dosegli rešitev, ki bo v zadovoljstvo OI in ZZZS.

■ **Že veste, koliko večji bodo stroški za novo, stekleno hišo, v primerjavi s prejšnjimi prostori?**

Nimamo še dokončnega izračuna, a razlika bo. Kvadratura je večja, hiša sama pa porabi veliko električne energije in druge energije. Slovenci smo se odločili, da bodo onkološki bolniki zdravljeni z naj-sodobnejšo tehnologijo in v prostornih stavbah. Najboljše pa tudi več stane.

■ **Prof. dr. Strojman vseeno trdi, da lahko obsevajo samo 38 odstotkov bolnikov, čeprav bi jih morali polovico.**

Na OI je osem bunkerjev za linearne pospeševalnike in sedem naprav. Osmega bomo dobili iz t. i. švicarskega fonda. Ta denar je namenila Švica za onkologijo novim državam EU. Upam, da bomo prišli do njega.

■ **Mogoče veste kdaj?**

Nerad obljubim, kadar ni odvisno samo od mene. Pripravljamo dokumentacijo, jej moramo konkurirati za ta sredstva. Upam, da bomo napravo imeli drugo leto v hiši.

■ **Kako boste rešili težave z okvarami operacijskih miz?**

Uvedli smo pisanje dnevnika. V njem bodo zapisani podatki o dogajanju, vezanem na posamezno operacijsko mizo. Potem ne bo več govoric, ampak zapisana dejstva. Doslej je bila ena resna okvara, ki jo je proizvajalec odpravil v dveh urah, in manj kot 10 manjših nevarnosti, ki so posledica nepoznavanja delovanja mize. S časom se bo osebje privadilo na nove mize in ostale naprave; tudi za nov računalnik potrebuje mo nekaj časa, da se mu priučimo.

■ **Postelj na OI je nekaj več kot v starih prostorih. Nekaj manj pa jih je na**

**Aljoša Rojec:**  
»Zakaj ZZZS plača le določeno število preiskav (recimo na CT-ju ali magnetni resonanci), če jih bolniki potrebujejo več? Kdo jim daje to pravico? Zavarovanci gotovo ne!«



## Prepotrebne miru očitno še ne bo

Tik pred zaključkom redakcije smo izvedeli, da miru, ki si ga naš sogovornik želi, na Onkološkem inštitutu še nekaj časa ne bo. Za to je več vzrokov. Finančnega, 5.045.171 evrov, so pridelali v prvih šestih mesecih letošnjega leta. Izpad odhodka zaradi nedoseganja plana, kar Rojec omenja tudi v intervjuju, je bil 502.175 evrov. Plana ne dosegajo, ker nimajo dovolj ljudi, da bi delali z novo, sodobno opremo. Čeprav generalni direktor o tem v intervjuju govori razumevajoče, pa je praksa precej drugačna. Odločil se je namreč, da bo s kadri okrepil najprej poslovni del inštituta: tajnica, PR-ovka, ekonomist in pravnik. Generalni direktor s tem krši priporočilo ministrstva za zdravje, naj zmanjšujejo zaposlovanje nezdravstvenih kadrov in povečujejo zdravstvenega. Če gre pri

**kirurškem oddelku. Prof. dr. Hočevar meni, da je prostora dovolj, dr. Brecelj se s tem ne strinja. Kaj pravite vi?**

Skupno število postelj je 329, torej več kot pred selitvijo, na kirurgiji pa jih je res nekaj manj kot prej. Spremljali bomo, kako bodo postelje zasedene. Sedaj, ko smo v isti hiši, ne moremo več govoriti o »mojih« in »tvojih« posteljah. Če bodo postelje na sosednjem oddelku proste, bomo bolnika odpeljali tja. Teh nekaj deset metrov tudi za zdravnike ne more biti poseben problem. Pri kirurgiji so bile doslej problem operacijske dvorane. Sedaj jih imamo pet za večje operativne posege. Takšnih opravilo na leto približno 2400, kar v povprečju pomeni 200 na mesec. To število smo dosegli v treh tednih oktobra kljub selitvi in kljub postopnemu



Fotografija: Dušan Bontča

tem za pravno-finančno vprašanje, pa je službeni avto, ki bojdja Rojcu, prvič kot direktorju Onkološkega inštituta pripada po pogodbi, v času takšne izgube, predvsem moralno vprašanje. Nezaupanje med zaposlenimi pa podžiga tudi njegova popolna nepripravljenost, da bi razčistili, kdo je poslal zaposlenim odgovore s podpisom ministrstva za zdravje, če jih je le-to čez nekaj ur preklicalo. Vprašanje je tudi, kako se bo v resnici razpletel razpis za novi nadzidek. Ing. Božidar Casar, ki je bil z Onkološkega inštituta član razpisne komisije, je ogorčen povedal, da so cene v nekaterih postavkah med ponudnikoma SCT in Vegradom za 16- do 40-krat višje v ponudbi SCT-ja!?

Rojec mora po naročilu sveta OI izdelati sanacijski plan, razmere tega edinega terciarnega centra za onkologijo pri nas pa bo obravnaval tudi parlamentarni odbor za zdravstvo. Skratka, čas bo pokazal, ali bo novi direktor OI ostal v sedlu ali ne. Kratko pa bodo v vsakem primeru potegnili bolniki, ki očitno niso v prvem planu novega direktorja.

uvajanju programa operacij. Pregledoval sem podatke za nazaj in videl, da je bilo leta 1997, pred začetkom gradnje, postelji na kirurgiji nekaj manj, ležalna doba pa je bila kar 15 dni. Sedaj je ležalna doba pet dni, kar pomeni, da se lahko izmenja trikrat več bolnikov v istem času kot prej. S strokovnim svetom smo se že dogovorili, da bomo, predvsem kar se tiče postelj, bolj kooperativni. Če bo primer nujen, bodo posteljo poiskali v hiši in ne izključno samo na določenem oddelku.

**■ So po preselitvi ostale še kakšne zapakirane škatle? Govori se, da je bilo nabavljene preveč opreme, kot npr. anestezijski aparati ...**

Ne morem vam odgovoriti, dokler ne bodo tudi v D1 in E1 zamenjali stare opreme z novo oziroma dokončno opre-

mili prostorov. Lahko povem, da imamo npr. šest invalidskih vozičkov za prevoz nepokretnih bolnikov, ki dobijo radioaktivne snovi, t. i. radioaktivne farmake, čeprav bi zmogli tudi s štirimi. Se vam zdi, da je za 6000 evrov treba razburiti celo veselje? Gorenje je bilo zelo kooperativno in je nekaj »napačnih« omar hitro zamenjalo s pravimi.

**■ Mi lahko poveste, koliko zdravstvenega osebja primanjkuje na OI? Običajno so izpostavljeni radiologi in medicinske sestre.**

Doslej smo delali na treh lokacijah in gotovo bo slika zdaj, ko smo preseljeni, drugačna. V naslednjih treh mesecih bomo ugotovili realno stanje in izdelali prioriteto listo. Na njej bi moral biti tudi kakšen vzdrževalec, saj imamo za tako veliko stavbo samo dva. Pri medicinskih sestrah skušamo zapolniti vsako vrzel, ki nastane, npr. ob odhodu na porodniški dopust. Z novimi programi, npr. načrtovanjem prehrane, bomo zahtevali tudi dodatne kadre. Tudi biološka zdravila sama po sebi niso dovolj, nekdo jih mora predpisati in bolnika z njimi zdraviti. Izračunali smo, da zneso strošek za osebje pri zdravljenju z biološkimi zdravili le pet do 10 odstotkov cene celotnega zdravljenja. Res pa je, da zdravnikov in medicinskih sester v Sloveniji primanjkuje. Vsaj za nekatere panoge, npr. radioterapijo, bo morala več specializacij razpisati tudi Zdravniška zbornica Slovenije.

**■ Pred štirimi meseci, ob nastopu mandata, ste govorili o trženju storitev na OI. Kako ocenjujete možnosti za kaj takega danes, ko je OI preseljen, čakalne vrste pa ostajajo?**

Citiral bom dr. Breclja, ki pravi, da so naše čakalne dobe primerljive s tistimi v razvitih zahodnoevropskih državah. O trženju pa sem se že pogovarjal s predstojniki. Skupaj smo ugotovili, da imamo na nekaterih področjih proste kapacitete. Če bi naše zdravstveno osebje delalo pri nas tudi izven delovnega časa, bi bilo to dobro za bolnike, zdravnike in tudi za naš inštitut. Kako to izvesti, še ne vem. Moramo počakati do novega leta, da naredimo prve analize dela v novih prostorih.

**■ Popoldanskega dela pa najbrž ne bo plačal ZZSZ?**

Programi, ki jih plača ZZSZ za CT in magnetno resonanco, smo že sedaj presegli za 100 odstotkov. Ne moremo odkloniti ljudi, če vemo, da potrebujejo te preiskave. Morali se bomo pogajati z ZZSZ za dodatnih 500 CT preiskav in prav toliko magnetnih resonanc na leto. To bi ZZSZ stalo nekaj manj kot pol milijona

evrov na leto, in ta denar potrebujemo. Ne strinjam se s sistemom dodeljevanja dodatnega denarja za krajšanje čakalnih vrst. To se nam zdi nepošteno. Mi bi lahko 700 magnetnih resonanc, kolikor nam jih ZZSZ plača na leto, razporedili čez vse leto, ustvarili čakalno vrsto in prihodnje leto zato dobili dodatna sredstva. S tem bi samo škodili bolnikom! Zakaj nam drugo leto ne bi plačali še 500 preiskav več, če smo jih letos naredili toliko, sicer v lastno škodo, ampak v korist bolnikov.

**■ Preden vam bo uspelo pridobiti denar za širitev programov in nove programe, se boste morali še ukvarjati z zaključnim delom gradnje OI. Ministrica za zdravje in tudi novi sekretar se zavzemata, naj bi gradnje ne vodilo ministrstvo, pač pa matična ustanova. Se strinjate s tem?**

Mislím, da bi bilo to pametno. Lep primer je Zavod za rehabilitacijo, ki je nekaj objektov na ta način zgradil hitro in kvalitetno. To je prav gotovo pot do učinkovite in dobre gradnje. Zadnji del gradnje OI je po nacionalnem planu načrtovan v letih med 2010 in 2012. To se mi zdi dober termin, saj se mora inštitut prihodnje leto malo umiriti. Tudi zaposleni si želijo več miru, ker so bili zadnja leta tudi oni vse čas pod pritiskom. Do konca leta 2009 bomo pripravili investicijsko dokumentacijo. Zavzemam se, da bi projektiranje in nadzor opravile tuje firme, gradnjo pa naše.

Majda Hostnik, Dnevnik

## PISMO BRALCA- PISMO

### Direktor OI si kupi avto

Onkološki inštitut ja naša elitna javna ustanova. Dela za preživetje človeka. Razmere na OI so odraz naše humane kulture. Zopet beremo in poslušamo. Direktor OI si kupuje drag službeni avto, ker mu ta pripada ...

»SCT je v primerjavi z Vegradom ponudil v nekaterih postavkah za 16-krat višjo ceno, pri nekaterih pa celo za 40-krat.« Na SCT pa si delijo dobičke in si kupijo podjetje ... Zaposleni na Onkološkem inštitutu pa so zgroženi, pregorevajo in jokajo ...

En WC na 300 pacientov, drugi za zaposlene ... Kako se počutijo bolniki z rakom? Nezaslišano! Grozno! Sramota, brezbriznost in neodgovornost!

Ali ni to Avgijev hlev, in to v slovenski elitni javni zdravstveni ustanovi!

Kje je etika? Kakšna je kultura poklicanih in odgovornih? Kje sta tu človek in bolnik? Komu že zvoni, je žal že jasno!? Komu še ne zvoni in zakaj ne, bi se morali vprašati?

**Franč Mihič**, univ. dipl. inž., Ribnica



Zofija Mazej Kukovič, ministrica za zdravje

# KAKO DO BOLJŠEGA ZDRAVJA

Zofija Mazej Kukovič je na prvi stopnji diplomirala iz informatike in računalništva, na drugi pa iz elektrotehnike, nato je končala še študij managementa (MBA) in se med drugim naučila tudi kitajščine. Kot najmlajša od sedmih otrok naj bi prevzela vodenje domače kmetije na Belih Vodah pri Velenju, a je bila želja po izobraževanju močnejša. V gospodarstvu se je uveljavila že leta 1992, ko je prevzela vodenje velenjske Eko Montaže, in še bolj po njenem preimenovanju leta 1996 v ekološko naravnano družbo Esotech d.d. Postala je predsednica uprave in družbi s podpiranjem okoljevarstvenih tehnologij, osvajanjem novih trgov (tudi kitajskega) in umnim gospodarjenjem zagotavljala dobiček. Leta 2006 je pometla z moško konkurenco in postala Delova osebnost leta za področje gospodarstva. Je tudi mamica dveh hčera.

Pred kratkim pa je pogumno prevzela še eno zahtevno nalogo – postala je prva ministrica za zdravje in zato smo jo zaprosili za pogovor.

## ■ Kako ste se lotili številnih problemov in po katerem vrstnem redu?

Zavedati se moramo, da se problemi, ki so se zapletali vrsto let, ne dajo rešiti čez noč in da jih je treba reševati postopoma. Vsekakor se je treba posvetiti sprejetju dolgoročnega nacionalnega programa zdravstvenega varstva, ki je tudi osnova za vzpostavitev zdravstvene mreže. Slovenski zdravstveni sistem moramo bolj približati evropskemu in državljanom zagotoviti prijazno zdravstveno sfero. Vese-la sem, da smo pred kratkim odprli nov onkološki inštitut, in da so bolniki dobili priložnost za kvalitetnejše zdravljenje, zdravstveno osebje pa boljše razmere za opravljanje svojega dela. V slovenskem zdravstvu je še veliko področij, ki zahtevajo pozornost ministrstva, in v enolet-nem mandatu, ki ga imam na razpolago, bom s svojo ekipo poskušala narediti čim več in v čim večjo korist slovenskih državljanov.

## ■ Je lahko dejstvo, da niste zdravnica in ne prihajate s področja zdravstva, prednost ali vas čaka zaradi tega težavnejša pot?

Na izzive, ki so se nabrali, lahko gledam neobremenjeno in iz drugega zornega kota. Zavedam se, da se vse problematike ne da rešiti naenkrat, zagotovo pa bom vztrajala pri postavljenih ciljih. Na vprašanje, ali me čaka zaradi tega, ker nisem zdravnica, težavnejša pot, pa lahko odgovorim zelo enostavno; pred nobenim ministrom za zdravje v Evropi in tudi širše ni enostavna pot. Zdravstvo se dotika vseh državljanov, sredstva pa so pri vseh stvareh vedno omejena.

■ Rak je še vedno bič današnjega časa. Število zbolelih za določenimi vrstami raka narašča tudi v Sloveniji. Raziskave napovedujejo, da bo vsak peti Evropejec, rojen po letu 2000, do svojega 75. leta zagotovo zbolel za rakom. Večina evropskih držav vlaga vse več sredstev v preventivo. Prepričani so, da je preprečevanje cenejše od zdravljenja. Kako je s tem pri nas?

## Kakšno je razmerje med vložki v preventivo in kurativo?

Slovenija se srečuje s podobnim problemom kot vse evropske države. Število rakavih bolnikov narašča. Na srečo so na razpolago nova sredstva za diagnostiko in vedno novejša, pa tudi bolj učinkovita zdravila. Ta pa so tudi vedno dražja, zato neprestano naraščajo stroški zdravljenja, ki zahtevajo dodatna sredstva v zdravstveni blagajni. Vsak bolnik upravičeno pričakuje, da bo v zdravstvenem sistemu primerno obravnavan in deležen zanj najboljšega zdravljenja.

Se pa v Sloveniji dobro zavedamo, da je preventiva zelo pomemben del boja proti raku in lahko dolgoročno bistveno zmanjša breme raka. Učinki preventivnih programov se ne pokažejo takoj, zato je v tem trenutku treba namenjati sredstva tako za kurativo kot za preventivo. Tudi ni realno pričakovati, da bi lahko prerazporejali sredstva iz kurativnih programov, kjer jih je vedno premalo, v preventivne programe. Pomembna naloga zdravstvene politike je, da se zaveda tudi bodočih potreb in zagotovi sredstva tudi za preventivne programe.



Fotografija: osebni arhiv

**Zofija Mazej Kukovič, ministrica za zdravje: »S skrbjo za zdravje se moramo ukvarjati takrat, ko smo še zdravi in se dobro počutimo. Sama kljub napornemu vsakodnevnomu urniku poizkušam vzdrževati raven zdravega prehranjevanja in gibanja. Vse bolj pa se mi zdi pomembno tudi pozitivno mišljenje, vedrost in dobra misel o sebi in drugih.«**

V Sloveniji smo na področju primarne preventive kroničnih nenalezljivih bolezni in med njimi tudi raka dosegli lepe uspehe. Že zelo zgodaj, v sredini devetdesetih let, smo sprejeli Zakon o omejevanju uporabe tobačnih izdelkov, ki smo ga letos še zaostri. Znano je namreč, da tobak povezuje z nastankom več oblik raka. Doprinos k primarni preventivi predstavljajo tudi vse aktivnosti, ki izhajajo iz prehranske resolucije in Strategije na področju gibalne aktivnosti pa tudi omejevanju porabe alkohola. Tudi na področju presejalnih programov, namenjenih zgodnjemu odkrivanju raka, smo zelo zgodaj uvedli presejanje za raka materničnega vratu, uvajamo pa še program presejanja za raka dojke in raka debelega črevesa in danke.

■ **Se vam zdi prav, da je presejalni program DORA omejen s starostjo 69 let? Ženske po tem letu starosti, ki prav tako zbolevajo v velikem številu, v mladosti niso imele priložnosti spoznavati preventivnih programov osveščanja in učenja samopregledovanja dojke, kakršni so v veljavi danes. So zaradi tega avtomatično odpisane?**

Vse države se srečujejo z omejenimi viri finančnih sredstev, tako za zdravljenje kot tudi za preventivo, zato so programi vedno naravnani tako, da naj bi ob danih sredstvih zagotavljali najbolj optimalen učinek. V priporočilih evropskega sveta iz leta 2003 je zato priporočilo, naj se presejanje za raka dojke izvaja na vsaki dve leti pri ženskah v starosti 50–69 let. V Sloveniji smo se zaenkrat zato in zaradi epidemioloških podatkov odločili za organizirano presejanje v tej starosti. Seveda pa pripravljavci programa že od začetka poskušajo finančno in organizacijsko ovrednotiti tudi možnosti za razširitev tega starostnega obdobja v prihodnje.

■ **Prevladuje mnenje, da v zdravstvenem sistemu še vedno močno šepa komunikacija med zdravnikom in bolnikom. Bi to lahko kako spremenili?**

Medsebojno zaupanje, ki temelji na dobri komunikaciji med zdravnikom in bolnikom, je od nekdaj temelj za dobro zdravljenje. Mogoče se je v desetletjih naglega razvoja tehnologije v medicini na to nekoliko pozabilo. Prepričana sem, da se zdravniki pomena zaupanja bolnika vedno bolj zavedajo. K temu ogromno pripomore tudi ozaveščen bolnik, ki v tem procesu želi imeti enakopravno aktivno vlogo. Ministrstvo za zdravje bo z ukrepi, ki bodo usmerjeni v iz-

boljševanje kakovosti, tudi naprej vplivalo na izboljševanje komunikacije in spodbujalo medsebojno zaupanje.

■ **Nedavno tega je bila na eni od tujih TV postaj oddaja o tem, da zdravniki preveč slepo zaupajo aparaturam. Sistematična kontrola v eni od razvitih evropskih držav je namreč pokazala pomanjkljivosti kar pri 40 odstotkih medicinskih naprav. Posledica tega so tudi pogosto napak postavljene diagnoze. Tudi primer iz domačih logov je zanimiv. V eni od slovenskih bolnišnic je ušesni termometer pri jutranjem preverjanju telesne temperature pacientke operirane na hrbtenici pokazal v enem ušesu 37,7° C in v drugem 37° C, kar je sestra tudi zapisala. Na pacientkino vprašanje, ali je mogoče, da ima povišano temperaturo samo v polovici telesa, v drugi pa ne, je tudi sestra podvomila v pravilnost delovanja merilca. Kako je s kontrolo aparatov v Sloveniji?**

Medicinske aparature in tehnologija predstavljajo pomemben vir podatkov o zdravstvenem stanju bolnika. Z uvažanjem sistemov kakovosti v zadnjih letih se je zavedanje o tem, da je za doseganje čim pravilnejših rezultatov potrebno stalno vzdrževanje in kontroliranje aparatov, zelo povečalo.

■ **Civilna družba je v zadnjem času prav na področju zdravstva vse glasnejša. Kako bo potekalo sodelovanje Ministrstva za zdravje z nevladnimi organizacijami? Bo ministrstvo, od katerega vsi veliko pričakujemo, bolj naklonjeno njihovem delovanju in jih bo podprlo vsaj pri izdaji edicij in rezultatov raziskovanj, kot je na primer raziskava o družbeno-kulturni podobi raka dojke v Sloveniji?**

Ministrstvo uspešno sodeluje z zelo različnimi nevladnimi organizacijami, jim prisluhne in za njihove aktivnosti namenja tudi finančna sredstva. Tudi v prihodnje želimo s tem nadaljevati, zato smo organizacije povabili, da aktivno sodelujejo pri pripravi nacionalnega plana zdravstvenega varstva. Opažamo pa, da bi bilo sodelovanje z nevladnimi organizacijami lahko še uspešnejše, če bi bile same tudi med sabo bolj povezane in tako še uspešnejše medsebojno sodelovale, saj je njihov cilj pogosto pravzaprav identičen.

■ **Kaj menite o neodvisni organizaciji varuha bolnikovih pravic?**

Dosedanja praksa je pokazala, da sedanji varuh človekovih pravic lahko ustrezno posreduje v določenih primerih kršitev bolnikovih pravic, zato smo idejo o usta-

novitvi posebnega varuha bolnikovih pravic opustili.

■ **Kot dolgoletna članica Europe Donne ste pred leti nadvse natančno in uspešno vodili projekt za nakup mamotoma. Kako ocenjujete desetletno delo Europe Donne, kaj je dosegla, česa ni in bi še morala?**

V svojem desetletnem prizadevanju je Europa Donna ženskam, ki zbolijo za rakom dojke, dokazala, da niso same, niti edine, ki se borijo s tako hudo boleznijo. Bistveno pri vsem tem je, da je bolnicam, kot tudi njihovim svojcem omogočeno, da v združenju lahko vedno najdejo osebo, s katero se lahko pogovorijo, si v času bolezni in zdravljenja stojijo ob strani in se medsebojno spodbujajo, skratka si lajšajo stiske v mnogih težkih trenutkih, ki so povezane z boleznijo. Europa Donna se z različnimi aktivnostmi uspešno trudi za izboljšanje slovenskega zdravstva. Menim tudi, da je njeno močno prizadevanje uspelo dvigniti raven seznanjenosti javnosti s problematiko raka dojke. Vendar bi bilo v prihodnje vsekar dobro nadaljevati z dosedanjimi aktivnostmi, ki prispevajo k širjenju informacij. Združenje, kot je Europa Donna, vsekakor bogati ne samo slovenski zdravstveni sistem, ampak tudi življenje bolnic z rakom in njihovih svojcev.

■ **Povejte še, prosim, kako sami skrbite za svoje zdravje?**

S skrbjo za zdravje se moramo ukvarjati takrat, ko smo še zdravi in se dobro počutimo. Res pa je, da nas današnji tempo življenja in delovni ritem pogosto omejuje, da bi se dovolj zdravo prehranjevali, dovolj gibalni, predvsem pa se izogibali stresu in prevelikim psihičnim naporom, ki so posledično povezani z mnogimi boleznimi. Marsikdo na svoje zdravje pomisli šele takrat, ko se sreča z različnimi bolezenskimi znaki ali boleznijo bližnjega. Sama kljub napornemu vsakodnevemu urniku poskušam vzdrževati raven zdravega prehranjevanja in gibanja. Vse bolj pa se mi zdi pomembno tudi pozitivno mišljenje, vedrost in dobra misel o sebi in drugih. Mislim, da s pozitivno naravnostjo vsekakor lahko vplivamo na svoje dobro počutje, pa tudi na počutje ljudi, ki nas obkrožajo.

**Danica Zorko**



ZAVAROVALNICA TRIGLAV, D.D.



Tek za upanje v Mariboru, Ljubljani in Metliki

# V SLOGI JE MOČ



**Dobrodelnega teka so se udeležili tudi štirinožni prijatelji.**

Europa Donna, slovensko združenje za boj proti raku dojk, je letos pripravilo tri *Teke za upanje*. Prvega, 15. septembra, v Mariboru, skupaj s Športnim društvom Center Maribor in Našo ženo, 6. oktobra v Ljubljani skupaj z Našo ženo in kozmetičnim podjetjem Avon ter 17. oktobra v Metliki, ki jo je pripravila skupina za samopomoč iz Črnomlja. Tekalci in sprehajalci so na vseh treh Tekih za upanje tekli in hodili za ultrazvok za pregled dojk za Univerzitetni klinični center Maribor in zbrali, s simbolično startnino, prostovoljnimi prispevki, prodajo humanitarnih izdelkov in dobrot podeželskih žena, približno sedem tisoč evrov.

Za to aparaturo, ki stane okoli petdeset tisoč evrov, je Europa Donna še z drugimi akcijami zbrala 21.645 evrov.  
**Danica Zorko in Neva Železnik**



Fotografije: Iaka Koren, Neva Železnik, Nada Pezdirc



**V Ljubljani so si lahko pohodniki in tekači izmerili tudi srčni utrip in pritisk.**

**Četrti dobrodelni tek v Ljubljani je bil kljub zares močnemu dežju in velikim lužam že tradicionalno na prvo soboto v oktobru po ljubljanskem Tivoliju, kjer je teklo in hodilo prek 500 oseb, za ultrazvočni aparat pa so zbrali nekaj nad 4600 evrov. Mnogi so tekli in hodili z dežniki. Dobrodelnega teka v Ljubljani so se udeležili tudi ljubljanski župan Zoran Jankovič, mariborski župan Franc Kangler in ministrica za zdravje Zofija Mazej Kukovič ter veliko število mladih družin.**

Oktober je svetovni mesec boja proti raku dojk. Prve aktivnosti vse-splošnega osveščanja, povezanega z bojem proti raku dojk, so se začele oktobra leta 1985. Iz skromnih, nekajdnevni začetkov, se je razvila celomesečna aktivnost, ki jo podpira več kot petdeset držav sveta. Simbol solidarnosti in boja proti raku dojk je roza pentlja, ki naj bi ljudi opozarjala na to bolezen.

Mesec oktober tudi v Sloveniji predstavlja vrhunec aktivnosti glede informiranja javnosti o tej bolezni, o pomenu preventive, možnosti diagnosticiranja ter čim boljšega zdravljenja in rehabilitacije.



**Za razpoloženje pred tekom in po njem pa sta skrbeli Alenka Godec in Nuša Derenda. Tek so podprli še: SKB banka, Mercator, Žito, Droga-Kolinska, fundacija FIHO, MOL, Ljubljanske tržnice, Timing Ljubljana, G7 in kmetija Erjavec z jabolki.**



# ROŽNATI OKTOBER



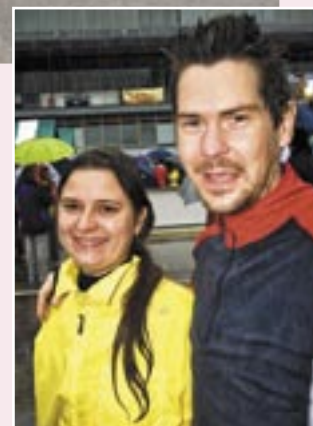
**Gibčne gimnastičarke: Althea Gwashavanhu, Lana Breščak, Patricija Jug in Tina Kosič iz Športnega društva Studenec Maribor.**



**Prvi dobrodelni tek v Mariboru pod motom Tek za upanje – telovadimo skupaj in z bogatim spremljajočim programom je bil na sončno soboto v mariborskem Mestnem parku. Udeležilo se ga je okoli štiristo rekreativcev, ki so zbrali okoli 2000 evrov. Na sliki start.**



**Štirinajstletni Marko Mikiš iz Jarenine: »Za 10. rojstni dan sem od staršev dobil harmoniko in od tedaj obiskujem šesti razred glasbene šole v Šentilju. Po končani osnovni šoli nameravam v srednjo glasbeno in baletno šolo Maribor, saj je moja želja postati učitelj harmonike. Nastopam povsod, kamor me povabijo, še posebno rad se udeležim humanitarnih prireditev.«**



**Dež jima ni pokvaril razpoloženja.**



**Ves izkupiček od prodanih dobrot so članice društev podeželskih žena iz Dobropolje Struge, Sončnica in Ivanjščice namenile nakupu ultrazvočnega aparata v Mariboru.**



**Namesto tradicionalnega pohoda po Dolenjskih Toplicah so dolenjske prostovoljke pripravile pohod po Beli krajini. Pohoda v lepem vremenu se je udeležilo petdeset pohodnic, ki so zbrale 330 evrov.**



## ROŽNATE PENTLJE

Članice Europe Donne so po vsej Sloveniji ob rožnatem oktobru, ki je posvečen raku dojk, delile rožnate pentlje, ki so zdaj že prepoznaven simbol boja proti raku dojk.

**Rožnati oktober je bil tudi letos v Ljubljani obeležen na prav poseben način. Ljubljanski grad je bil ves oktober osvetljen z rožnato barvo, ki je namenjena osveščanju o boju proti raku dojk.**

Fotografija: Arhiv Novic ED

## TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Tudi letos je imela slovenska Europa Donna na oktobrskem Festivalu za tretje življenjsko obdobje v Cankarjevem domu v Ljubljani lično opremljeno stojnico z bogatim izborom gradiva, ki so ga prizadevne članice (Tatjana Kumar, Bernarda Bakarčič in Tatjana Nanuš, vse upokojene višje medicinske sestre, ter Duša Mandić, upokojena farmacevtska tehničarka) izročale obiskovalkam in obiskovalcem, jim postregle z dodatnimi informacijami in jih na modelu silikonske dojke učile samopregledovanja. Razstave in številne spremljajoče festivalske prireditve si je v dveh dneh ogledalo prek osem tisoč obiskovalcev. Gneča je bila tudi ob stojnici ED, saj je bila locirana tik ob glavnem vhodu v CD in je ni bilo mogoče prezreti. Med posebnostmi, ki so jih zaznale

informatorki, izstopata dve: na eni strani še vedno prisoten strah pred odkritim pogovorom o raku (nekateri obiskovalke si niso upale dotakniti modela dojke) in na drugi neko tiho prepričanje, da bolezen zadeva druge, »meni se rak ne more zgoditi«.

**Na stojnici ED se je ustavil tudi gledališki igralec Jurij Souček in obljubil, da bosta gradivo doma v miru proučila skupaj s soprogo sopranistko Mileno Morača. Na sliki s prostovoljkami Europe Donne.**

Fotografija: Danica Zorko



## IZLET

Na tradicionalni oktobrski izlet, ki ga organizira Europa Donna, se nas je dva avtobusa članov, članic, prijateljev in prijateljic Združenja odpravilo na potep po slovenski obali. Naročili smo lepo vreme in nebo nam je postreglo s čudovito toplim pozno jesenskim dnevom. Pri naši članici Damjani v Ankaranu smo si privezali dušo z jutranjo kavico in odličnimi slaščicami. Očarane nad nasadom mandarin, smo se z njimi tudi posladkale. Z ladjico smo zaplule ob naši obali, »pomalicali« odličnega bakalarja in pršut ter se sprehodile po solinarskem parku in muzeju kaktusov. Dan smo sklenile z dobrim primorskim kosilom v gostilni Mahnič in kavico na Tartinijevem trgu v Piranu. Se vidimo spomladi leta 2008!

**Solinarka, ladjica s katero smo se peljale po naši obali.**



Fotografija: Daria Rojec

## APARAT ZA TETOVAŽO

Na pobudo Europe Donne je Avon, podaril aparat za kreacijo bradavic in kolobarja bolnicam, ki so se odločile za rekonstrukcijo dojk. Avon je za ta aparat odštél približno 4000 evrov. Ta prepotrebni aparat, ki bi ga Klinični center lahko kupil šele leta 2009, čeprav se je stari pokvaril, že deluje na Kliniki za plastično kirurgijo.

Sicer pa se vse več žensk po prebolelem raku dojk in mastektomiji odloča za rekonstrukcijo dojk. Zadnji poseg za najboljši estetski videz pa je tudi kreacija bradavice in kolobarja. V zadnjem času



Fotografija: Avon

### Aparat za tetovažo.

tedensko opravijo najmanj tri takšne posege, kar pomeni, da se že vsaka četrta ženska odloči za tovrstni poseg. Doc. dr. sc. Uroš Ahčan, dr. med., specialist plastične, rekonstrukcijske in estetske kirurgije, specialist splošne kirurgije, je ob sprejemu donacije dejal: »Zdravniki želimo ponuditi svojim bolnicam najboljše. Poleg bogatega strokovnega znanja, izkušenj in trdega dela, pa so potrebne tudi sodobne naprave



**Dr. Cvetka Testen, v.d. predstojnice Klinike za plastično kirurgijo Kliničnega centra, ob aparatu za tetovažo.**

in moderni postopki. Ker je v zdravstvu omejena količina denarja, pogosto ostanemo le pri delno izpolnjeni zavezi. Zato smo nadvse veseli, ko se pojavijo dobri ljudje v dobrih podjetjih in velikušno pomagajo izpolnjevati naše obljube. Del svojega dobička namenijo v dobro vseh in v dobro tistih manj srečnih ljudi. Ljudi, ki zbolijo. Zahvaljujemo se podjetju Avon, da nam je na pobudo Europe Donne tokrat nemudoma prisloščilo na pomoč in nam omogočilo nakup naprave, ki bo ženskam z rakom dojk omogočila, da bo rekonstrukcija odstranjenih dojke popolna. Hvala v imenu zdravnikov in osebja oddelka. Hvala v imenu bolnic.«

Avonov Sklad za boj proti raku dojk deluje od l. 1992. V teh 15 letih so po vsem svetu zbrali 480 milijonov dolarjev za zgodnje odkrivanje raka dojk, za osveščanje in izobraževanje žensk, za diagnostiko in lažjo dostopnost do zdravljenja ter znanstvene raziskave. Avon Slovenija se je priključil aktivnosti za boj proti raku dojk leta 2003 in v tem času skupaj zbral več kot 32.500 EUR. Prodali so 22.380 proizvodov z roza pentljo, kar povprečno pomeni 15 kosov vsak dan. V letošnjem letu so zbrani denar namenili za nakup zgoraj omenjenega aparata, prispevali še 13.044,42 EUR Slovenskemu združenju za boj proti raku dojk Europa Donna za nakup medicinskih aparatov in sponzorirali 4.

## AVTOBUSI

Več ljubljanskih mestih avtobusov je ves oktober sporočalo potnicam in potnikom, da je rožnati oktober svetovni mesec boja proti raku dojk.



Fotografija: Arhiv Novic ED



Fotografija: Darja Rojec

## OBISK V PARLAMENTU

Že tretje leto zapored so ozdravljence od raka dojk sprejeli poslanci in poslanke Državnega zbora in podprli njihova prizadevanja pri osveščanju o raku dojk. Letos je bilo še posebej svečano, saj jim je parlamentarni ansambel Dixi band pripravil pravcati koncert izbranih napevov in melodij, ozdravljence pa so med tem vsem v parlamentu pripenjale rožnate pentlje, ki so simbol tega meseca, in hkrati s svojo neustavljivo energijo pokazale, da rak ni vedno smrt, kot je tudi poudaril predsednik Državnega zbora RS France Cukjati v uvodnem govoru. Predstavnice vseh treh društev, Europe Donne, Društva onkoloških bolnikov Slovenije in Zveze slovenskih društev za boj proti raku, pa smo pravi dokaz za to.

## INFO PULTI NA OI

Soočenje z rakom dojk je za vsako žensko težka preizkušnja. Če se obolele lahko pogovorijo z nekom, ki je bolezen prebolel, dobijo na tak način praktične napotke in nepoznane podatke o poteku zdravljenja, in tedaj je tudi duševna bolečina manjša. V ta namen smo prostovoljke iz Europe Donne in Društva onkoloških bolnikov Slovenije, ki smo same prebolele raka dojk, z veseljem poklepale z mimoidočimi. Dokazale smo, da smo še kako žive in da se, odkar smo ozdravljene, še bolj veselimo življenja. Optimizem zelo pomaga v boju proti raku. Avlo Onkološkega inštituta je ves mesec oktober krasila dva metra velika roza pentlja, ki je simbol za boj proti raku dojk.



Fotografija: D. R.



*Lilly*

Odgovori, ki štejejo.

## Udeleženke slikarske delavnice v Ljubljani

## SLIKARSTVO

»Slikanje je znano staro terapevtsko sredstvo. Zdravim, bolnim in ozdravljenim je v užitek, lahko pomirja, krepi samozavest, odpira nove misli in možnosti, pomaga pri koncentraciji. Pomaga lahko tudi pri usmerjanju misli, samozavedanju, odganjanju nepotrebnih depresivnih misli.« je sedaj še bolj prepričana Irena Špendl, akademska slikarka, ki je v Ljubljani prvič pod okriljem Europe Donne vodila slikarski tečaj za bolnice z rakom dojke, za ozdravljene in simpatizerje tega združenja. Tečaja v Ljubljani se je udeležilo 15 udeležencev in udeleženk. Nekatere so se na slikarski tečaj vozile iz Nove Gorice, Izole in Krškega. Ko jih je Irena Špendl vprašala, če niso vožnje naporne, so ji rekle, da je bila naporna kemoterapija, ne pa prihod in odhod na slikarsko delavnico. Naslednji slikarski tečaj bo predvidoma v Celju, in sicer v drugi polovici marca. Prijave že sprejemamo. Prijavite se lahko od ponedeljka do petka med 10. in 12. uro po telefonu na 01 475 15 14, po faksu 01 436 12 66 ali po elektronski pošti na: europadonna@europadonna-zdruzenje.si, do zasedbe. Skupina bo sestavljena iz 15 navdušen/cev. Tečaj stane 30, ob prijavi pa je treba plačati 10 evrov. Plačilo nakažete na račun št.: 0201 1005 1154 225 Europa Donna, Dunajska 56, Ljubljana, namen: slikarska delavnica. V primeru, da vam socialni položaj ne omogoča plačila, nam, prosim, sporočite, zagotovili vam bomo brezplačno udeležbo. Vse nujne potrebščine zagotovi Europa Donna. Najlepša slika bo nagrajena. En izdelek ostane Europi Donni, ki ga bodo udelež-

ke tečaja poklonile za opremo Onkološkega inštituta. Izvedbo slikarske delavnice sponzorira farmacevtsko podjetje Eli Lilly, ki je v onkologiji med vodilnimi v svetu.

## OKROGLA MIZA

S skrbjo in sočutjem proti strahu staranja je bila osrednja tema posveta, ki ga je oktobra ob svetovnem dnevu HOSPIC organiziralo slovensko društvo, v knjižnici Otona Župančiča v Ljubljani pod pokroviteljstvom ljubljanskega župana Zorana Jankovića in pod moderatorsko taktirko dr. Mance Košir. V razpravi so eminentni predstavniki društev in združenj bolnikov, ministrstev, zavodov (za oskrbo na domu, za paliativno oskrbo) in Onkološkega inštituta izpostavili najrazličnejše bolezenske in organizacijsko-zdravstvene težave, povezane s staranjem prebivalstva (v Sloveniji se populacija starih nad 65 let že bliža številu 380.000). Opozorili so na pomanjkanje zmogljivosti za paliativno oskrbo (v Sloveniji imajo paliativne

Fotografija: Pika Kofol



TERME I KRKA  
talaso strunjan

## RAČUNALNIKA ZA ED

Ko se človek sreča s imenom Kolar, ti to ime, če nisi računalniški poznavalec, ne pove kaj dosti. Ob srečanju s prijaznim, mladim direktorjem Boštjanom, pa ti postane hitro jasno, zakaj je njegovo računalniško podjetje, ki se ukvarja s prodajo, servisom in svetovanjem, tako uspešno. Že šestnajst let ga uspešno vodita skupaj z ženo. Prvikrat sem Boštjana spoznala na donatorski nogometni tekmi, ki jo je letos organiziral Miloš Kadivnik, tudi uspešen podjetnik in strasten nogometni navijač. Na dražbi dresov veteranov bivše jugoslovanske lige je kupil dres nogometaša Oblaka in zanj odštel kar nekaj sto evrov. Seveda je šel denar za humanitarne namene, točneje za Europo Donno. Ob predaji dresa in čestitki pa je rekel, da rad bolnim pomaga. Bolezen pozna, saj je za rakom umrl njegov oče. Njegova mama, takrat zaposlena na Onkološkem inštitutu, je svoje otroke vedno spodbujala k pomoči bolnim. Zato seveda ni čudno, da je vprašal, če Europa Donna morda potrebuje kakšen računalnik. In je podaril kar dva, ki ju vsak dan uporabljamo. Gospod Boštjan Kolar pa ni samo uspešen podjetnik, dober prijatelj, je tudi mož in očka. Ima štiri otroke: Luka, Tino, Žiga in Luno. Dobro se zaveda, da se uspeh posameznika ali posameznice ne kaže le v materialnosti. Kljub materialnemu bogastvu je človek v svoji notranjosti lahko zelo siromašen, saj nenehno čuti pomanjkanje in si zato želi imeti še več stvari, misleč, da bo potem srečen ... Vendar se zmeraj znova pokaže, da daje veliko materialno bogastvo le navidezno srečo in neresnično popolnost. Materialno bogastvo je treba deliti. Šele to prinese pravo harmonijo in srečo v dušo in srce. ED se iskreno zahvaljuje za njegovo velikodušno donacijo.



Fotografija: osebni arhiv

**Na sliki: Boštjan Kolar pred računalnikom**



Fotografija: Neva Železnik

## V Sloveniji se populacija starih nad 65 let že bliža številu 380.000.

oddelke samo tri bolnišnice), na pomanjkanje denarja za ureditev tovrstnih oddelkov, na težave pri zagotavljanju daljšega bivanja bolnim v bolnišnični oskrbi (na Kliničnem centru v Ljubljani se je ležalna doba skrajšala za šest dni!), na skromno odmerjanje zdravil, ki bolnim lajšajo bolečine (zdravniki so premalo pozorni na bolečine), na potrebo po dodatnem izobraževanju zdravnikov in drugih, ki skrbijo za zelo bolne in umirajoče, na potrebo po učenju komuniciranja z bolniki, s prostovoljci in svojci, če jih bolniki imajo, ter na nujno privzganjanje sočutja do bolnih in umirajočih. Udeleženci so bili mnenja, da so prav zdravniki zaradi preobremenjenosti in izgorelosti najšibkejši člen pri paliativni oskrbi. Pri študiju medicine tovrstnih znanj ne dobijo in se tudi v praksi težko odločajo za to vejo medicine. Šele po letu 2010 se bodo vsi onkologi izobraževali tudi za področje paliative. Izkušnje članov slovenskega društva HOSPIC kažejo, da si večina bolnikov želi umreti doma, a si hkrati ne želijo biti svojcem v breme. Tistim, za katere svojci ne morejo skrbeti, in tistim, ki jih nimajo, bi morali zagotoviti dostojno umiranje v bolnišnici. Člani HOSPIC ugotavljajo tudi, da je njihovo poslanstvo pogosto napak razumljeno. Društvo si prizadeva za detabuizacijo smrti, za čim bolj naraven odnos do umiranja in žalovanja v družbi, izdaja literaturo s tega področja, prireja predavanja, seminarje in delavnice tako za strokovne delavce kot tudi za laike, usposablja prostovoljce za pomoč pri oskrbi bolnikov in nudi oporo žalujočim. Člani društva ne pomagajo umirati, temveč pomagajo bolnikom kakovostno živeti do konca.



## MODNA REVIIJA ZA ED

V sklopu meseca oblikovanja je bila v začetku novembra v središču Ljubljane modno-humanitarna prireditve. Ponudniki modnih oblačil, oblikovalskih predmetov, knjig in drugih storitev, ki imajo svoje prostore v okolici Miklošičevega parka v Ljubljani, so ob pomoči MOL pripravili družabno-nakupovalno srečanje. Vse skupaj se je začelo v popoldanskih urah – z dejavnostmi in ugodnostmi sodelujočih trgovin, nadaljevalo pa z osrednjim dogodkom, modno revijo v parku, in sklenilo v prijetnem predmartinovem vzdušju. Namen prireditve, ki jo je slavnostno odprl župan Mestne občine Ljubljana Zoran Janković, je bil privabiti kupce nazaj v središče mesta, hkrati pa pomagati združenju Europa Donna pri boju proti raku. Svoje izdelke in kreacije so na modni reviji predstavili: Almirasadar, CHIC Studio, Gloss Couture, Flat, Marjeta Grošelj, +IT, Kroj, Mini Maksi, Sens, Sweet Years, TOM Galerija novih oblik udobja, ValeNovak moda in Vodeb. Za modno podobo dogodka je skrbel Studio Oktober, program pa je vodila Blažka Müller Pograjc.



Fotografija: Neva Železnik

**Vsako gibanje telo krepi in zdravi.**

## ZA OPERIRANKE

Gibanje zdravje krepi in ohranja. Tudi operiranke. Bolnice po operaciji raka se lahko, če želijo, vključijo tudi v program vadbe za operiranke, ki ga že petnajst let vodi Dragica Bužga (031 522 038), ozdravljena od raka dojk, sicer diplomantka Fakultete za šport. Pohitite s prijavi, saj je le še nekaj prostih mest na tečajih, ki so se začeli 1. oktobra letos. Vadba poteka v Šiški v Ljubljani, in sicer v Športni dvorani GIB, Drenikova 32.

## NOVO-NOVO-NOVO-NOVO-NOVO-NOVO-

## ZAČETNI TEČAJ ANGLEŠČINE

Pregovor pravi, da več kot znaš, več veljaš. In ker želimo veljati še več, smo pri Europa Donni sklenili organizirati – za začetek – dva začetna tečaja angleškega jezika: enega v Ljubljani, drugega pa v Mariboru. Oba se bosta začela 10. januarja leta 2008. Tečaj, ki bo potekal enkrat do konca maja po dve šolski uri na teden, stane 17 evrov mesečno. V Ljubljani bo tečaj vodila prof. angleščine Olga Drogenik, v Mariboru pa prof. angleščine Ana Marija Pušnik. Prijave sprejemamo do 20. decembra letos. Pohitite s prijavi, saj je število mest omejeno. Če vas tečaj zanima, izpolnite spodnjo prijavnico in jo pošljite na Europa Donno, Dunajska 56, 1000 Ljubljana. Podrobnejše informacije o tečaju v Ljubljani dobite na telefonu društva ED: (01) 475 15 14 ali kar pri organizatorici Darji Rojec, 041 622 361. Za Maribor pa pokličite predavateljico Ano Marijo Pušnik na telefon. 040 504 81.

### Prijavnica za začetni tečaj angleškega jezika za člane ED

Ime in priimek .....

Naslov .....

Telefonska številka .....

Elektronski naslov .....

Domači naslov .....

Maribor - Ljubljana (ustrezno obkrožite)

a) Angleškega jezika se nisem učil-a

b) Angleški jezik sem se učil-a ...let

Kraj in datum .....

Podpis .....



Slovensko združenje bolnikov z limfomom in levkemijo, L&L

# TUDI DOBRI ZGLEDI SO ZDRAVILNI

Kristina Modic je zaradi limfoma zbolela, ko je bila stara 33 let. Zdravniki so k sreči hitro ukrepali in s svojim pogumom, podporo bližnjih in uspešnim zdravljenjem je bolezen premagala. »Veliko ljudi mi je pri tem pomagalo in tega človek ne pozabi,« pravi, zato danes sama z veliko predanostjo in veseljem poskuša pomagati tistim, ki se z boleznijo šele srečujejo. Prav zaradi svoje izkušnje ve, kaj v težkih trenutkih najbolj potrebujejo.

Skupaj z drugimi člani Združenja bolnikov z limfomom in levkemijo, L&L, poskuša nuditi odgovore na številna vprašanja, ki se bolnikom porajajo tako ob bolezni kot ob zdravljenju. Kristina Modic namreč ugotavlja, da »... kot bolnik zelo zaupaš mnenju zdravnika, včasih pa te lahko še bolj motivira nekdo, ki se je s takšno boleznijo že srečal in je živ dokaz, da je bolezen premagljiva. Zdravnik ima ogromno strokovnega znanja, a med zdravljenjem in po njem se pojavi še kup drugih težav, ki jih spoznamo oz. poznamo samo bolniki, zato lahko med seboj uspešno podpiramo drug drugega in si pomagamo z nasveti.«

## NAJBOLJŠI 'KRAJ' DRUŽENJA

Ko je zbolela, je tudi sama iskala odgovore. Največ jih je našla na svetovnem spletu, spletnih klepetalnicah (forumih) – zadnje čase priljubljenem stičišču za bolnike in njihove svojce, ki jih družijo podobne izkušnje. Gospa Kristina Modic zdaj skupaj s še nekaterimi strokovnjaki in kolegico Mileno moderira dve taki klepetalnici, prva je namenjena vsem bolnikom z rakom, druga pa tistim z limfomom in levkemijo. Ugotavlja, da marsikdo svojo stisko težko zapuza zdravniku, prijateljem, celo najbližjim. Splet in elektronska pošta, kjer lahko ostane anonimen, pa mu omogoči, da vendarle spregovori in deli izkušnje z drugimi. Morda je združenje L&L tako dejavno prek spleta tudi zato, ker za limfomom in levkemijo zbolevalo tudi mladi, ki jim je ta način komunikacije še bližji. A kljub temu spletna klepetalnica ni edini prostor, v katerem se člani družijo in pomagajo eden drugemu. Lastnih prostorov sicer še nimajo, ker delujejo komaj nekaj mesecev. Za druženja, posvete, predavanja, delavnice in podobno prosijo za prostor različna podjetja in potem koristijo njihove učilnice ali sejne dvorane.

Upajo, da bodo kmalu prišli do svoje pisarne in tako tudi do stalne telefonske številke, na kateri bodo dostopni za pomoč.

Zelo dejavni so na socialnem področju, razlaga sogovornica: »Ljudje imajo težave že med zdravljenjem, pogosto pa tudi po njem. Nekateri se težko vračajo nazaj v svoje družbeno, delovno in izobraževalno okolje, lahko ostanejo celo brez službe in podobno. Pri tem jim poskušamo pomagati, jim svetovati, jih usmeriti na prave naslove in jih čim bolj podučiti, kako se potegniti zase.« Prizadevanje za bolnikove pravice je botrovalo tudi odprtemu pismu, s katerim so v združenju L&L skupaj s sorodnimi društvi opozorili na nevezdržne razmere na kliničnem oddelku za hematologijo, ki deluje v okviru ljubljanskega Kliničnega centra. Tam se zdravijo bolniki z levkemijo, limfomom in drugimi krvnimi boleznimi. Kristina Modic meni, da društva skupaj lahko dosežejo več, zato so ob podpori in pomoči drugih društev opozorili, da je oddelek prenapolnjen in oprema zastarana, o čemer govorijo tudi pretresljive zgodbe bolnikov in njihovih svojcev.

## KRISTININA ZGODBA

Kristina Modic je imela ob izkušnji z limfomom z zdravniki in zdravljenjem dobro izkušnjo. Obiskala jih je zaradi dolgotrajnega kašlja. »Bila sem sredi dejavnega življenja in sploh nisem bila pozorna na druge znake razen kašlja. Imela sem suh, dražec kašelj približno tri mesece, a ta se ni razvil v prehlad. Zdelo se mi je čudno in šla sem k zdravniku.« Zaradi povišane sedimentacije, ki jo je pokazala krvna preiskava, je zdravnica najprej pomislila, da gre za vnetje, in ji predpisala antibiotike. Ko ti niso pomagali, jo je poslala k pulmologinji, a tudi testiranje na alergije in astmo ni odkrilo ničesar. Žal pa je bila slika pljuč veliko bolj 'zgovorna.' »Že po



**Kristina Modic, predsednica slovenskega združenja bolnikov z limfomom in levkemijo, L&L, ugotavlja: »Kot bolnik zelo zaupaš mnenju zdravnika, včasih pa te lahko še bolj motivira nekdo, ki se je s takšno boleznijo že srečal in je živ dokaz, da je bolezen premagljiva.«**

zdravničinem obrazu sem videla, da je nekaj hudo narobe in tudi sama sem na sliki opazila veliko liso.«

Na dodatne preiskave je morala še v bolnišnico na Golnik in v Klinični center v Ljubljano, le nekaj dni potem pa je bila že na zdravljenju s kemoterapijo na Onkološkem inštitutu v Ljubljani. »Vsi so se zelo

zavzeli, vse je potekalo hitro, usklajeno in brez čakanja. Mislim, da sem imela veliko srečo, kot bi bil angel varuh nad mano, da sem v pravem trenutku vedno naletela na pravega zdravnika, ki je odlično poskrbel zame.« Zdravljenje je trajalo dobrih šest mesecev in od tedaj je minilo približno dve leti. K njeni ozdravitvi je nedvomno prispevalo tudi to, da diagnoze ni sprejela kot obsodbo. In čeprav je bila tudi njena stiska velika, je imela pred drugimi pomembno prednost – ni je skrivala. »Vsakomur, ki je imel pet minut časa, sem razložila, da imam raka. Zame je bila tudi to terapija, ko sem lahko govorila o svoji bolezni. Pomagalo mi je tudi, ko so me znanci pohvalili, da dobro izgledam, čeprav sem imela lasuljo na glavi. Vseskozi so me vsi spodbujali in nikoli nisem začutila, da bi kdo govoril za mojimi hrbtom, najbrž ravno zato, ker sem vsem povedala tako, kot je bilo.«

## SIMPTOMI GOVORIJO

Limfom in levkemija sta maligni bolezni, ki se pri mladih ljudeh pogosto pojavljata. Prav mladi pa ob simptomih redko pomislijo, da bi šlo lahko tudi za raka. »Ko se pogovarjamo med sabo, ugotavljamo, da smo bili vsi pred izbruhom bolezni zelo zdravi, potem pa nas je bolezen presenetila. A ko pomislimo za nazaj, smo vsi imeli tudi že prej znake bolezni, a takrat jih vržeš čez ramo in greš naprej, saj niti ne pomisliš, da bi bil lahko hudo bolan,« ugotavlja Kristina Modic. Tudi sama se za nazaj spominja, da so jo na bolezen opozarjali tudi drugi simptomi, ne le kašelj. »Oči sem imela zatečene, ko sem se sklonila, sem čutila v glavi pritisk, srbela me je koža po telesu, a ob tem seveda nisem nikoli pomislila na limfom. Še vedela nisem, da ta bolezen sploh obstaja.«

Podobno se dogaja tudi drugim, dobijo opozorila, a ob njih ne pomislijo na kaj hudega in ne ukrepajo. In če že obiščejo zdravnika, tudi ta lahko simptom, kot so otekle bezgavke, predvsem pri mladih, oceni kot vnetje in bolnika zdravi z antibiotiki. »Sama zdaj čisto drugače gledam na te stvari. Če se komu slabo počutje ponavlja, mu svetujem, naj gre k zdravniku.« V združenju L&L ozaveščajo o simptomih limfoma. Trudijo se, da bi ljudje znali prepoznati njegove znake, čeprav so podobni prehladu ali gripi, in bi ob morebitnih simptomih le pomislili tudi na to možnost, da imajo morda limfom. Tako bolezen ne bi dobila priložnosti, da se razvije do poznega stadija.

Med značilnimi simptomi limfoma so:

- neboleče otekle bezgavke na vratu, pod pazduhami in v dimljah
- kašelj in zadihanost, nepojasnjeno po-

- višana telesna temperatura
- nenehen srbež po celem telesu
- utrujenost
- nočno potenje.

»Če greš nenavadne spremembe pokazati zdravniku, je to samo pozitivno,« pravi sogovornica, ki je tudi v času zdravljenja spoznala, da je tako najbolje. Ko sem imela nekaj težav med kemoterapijo in po njej, sem hotela zadevi priti do dna in sem odšla do specialista za tisto področje. Rekla sem mu, da mi je sicer nerodno, ker ga morda obremenjujem po nepotrebnem, a zdravim se za rakom in me vsaka sprememba prestraši, da se bolezen ni preselila še kam drugam. Zato raje opravim kakšen pregled ali preiskavo več kot premalo. Zdravnik je pozdravil mojo skrb za zdravje in dejal, da bi se morali vsi ljudje veliko bolj samopregledovati, da ne bi prihajali k zdravniku šele takrat, ko je že pozno ali morda za koga tudi že prepozno. Tudi zdravniki odobravajoče gledajo na ljudi, ki skrbijo za svoje zdravje,« ugotavlja Kristina.

## NEKAJ VZAME, NEKAJ DA

V Sloveniji odkrijejo okoli 300 limfomov na leto, vsako leto več. Raste predvsem pojavnost Ne-hodgkinovih limfomov. V združenje bolnikov z limfomom in levkemijo, L&L, so vabljeni vsi, bolni in tisti, ki so bolezen že premagali. Dobrodošli so tudi svojci in prijatelji, ki ob boleznih nosijo velik del bremena in se ravno tako znajdejo v hudi stiski.



Morda lahko ob druženju s sotrpini spoznate, podobno kot je spoznala tudi naša sogovornica, da bolezen ne prinaša nujno le slabih stvari, ampak je tudi priložnost za dobre spremembe v življenju. »Vsak dan ugotavljam, kako me je prav bolezen spodbudila, da sem naredila nekaj zares pomembnih sprememb in stvari v življenju. Že tako ali tako sem jo sprejela kot izziv, zdaj pa čedalje bolj dojemam, da je bila tudi privilegij. Res pa je tudi, da se je meni zdravljenje dobro izšlo.«

V podjetju so ji pomagali zamenjati stresno delovno mesto z drugim in zdaj je tudi v službi bolj zadovoljna. Predvsem pa je zadovoljna, ker lahko pomaga drugim. »Toliko ljudi mi je pomagalo in mi stalo ob strani, ko sem zbolela! Ne vem, kako naj se jim zahvalim!

Ni besed! Zato pa poskušam hvaležnost pokazati tako, da se prostovoljno trudim za vse nove bolnike. V zadoščenje mi je, da lahko tudi jaz zdaj pomagam drugim.« In še en razlog jo motivira za delo: »Moje dejavnosti mi pomenijo tudi del terapije, kajti še vedno me je včasih strah, da se bo bolezen ponovila, in rada sem pri informacijah, da vem, kaj se novega dogaja, da me nič ne more presenetiti. Zdaj vem, da se je ob bolezni treba boriti za življenje in da možnosti za zmago obstajajo; to mi daje veliko moči, da grem naprej in verjamem, da bom doživela zavirljivo starost.«

**Urša Blejc**

## NA KRATKO - NA KRATKO - NA KRATKO - NA

### EUROPACOLON

Kar dve tretjini vseh črevesnih rakov nastane zaradi nepravilne prehrane. Posebno nezdrava je energetske bogata, a sicer prazna hrana (sladkarije vseh vrst – torte, piškoti, čokolada, sladoledi, bonboni itd. in tudi sladke pijače, npr. sladkani sokovi), hrana, prebogata z beljakovinami živalskega izvora in s preveč maščobami (mast, ocvirki, maslo, mastno mleko, mastni siri, mastno meso, salame, suho meso itd.). Čeprav je rak debelega črevesa in danke (kolorektalni rak), če je odkrit dovolj zgodaj, ozdravljiv, zaradi njega še vedno umre veliko preveč ljudi. V Sloveniji vsako leto kar okoli petsto. Zakaj? Predvsem zaradi sramu, saj so mnogi ljudje prepričani, da o tako imenovanih stranišnih tegobah ni vljudno govoriti niti z zdravnikom. Ljudje pridejo šele, ko so težave že zelo boleče, bolezen pa razširjena. Prav zato da bi javnost osvestili o tej bolezni in da bi pomagali obolelim, so ozdravljenci, bolniki in njihovi prijatelji ustanovili združenje za boj proti raku debelega črevesa in danke *europacolon slovenija*, je za Novice ED povedala predsednica slovenskega združenja Ivka Glas, univ. dipl. ek., ki sicer ni bolnica, a bolezen pozna od doma. Za zdaj še nimajo ne telefona, ne naslova, zato bomo o njih v prihodnji številki povedali kaj več.



Magda Žezlina, prof. ind. ped., varuhinja bolnikovih pravic Maribor

# ČAKALNA DOBA SAMO 20 MINUT?

Za poklic v belem ali modrem naj bi bila že od nekdaj poleg znanja potrebna tudi požrtvovalnost, nesebičnost, razumevanje in prijaznost. A bolniki in njihovi svojci se pogosto pritožujejo, da se prav z zdravstvenim osebjem – predvsem z zdravniki – težko pogovarjajo, ker so velikokrat nedostopni, vzvišeni, sploh pa ne znajo ničesar preprosto povedati, pa še mudi se jim zmeraj. Kljub temu bolniki cenijo zdravnike, zato so še toliko bolj prizadeti, če ob morebitnih zapletih in napakah postanejo aroganti in nasilni.

Zakon o pacientovih pravicah, ki je bil prvič resneje obravnavan že junija 2006, je uspešno prestal prvo branje v Državnem zboru septembra 2007. Čeprav uradno še ni sprejet, smemo upati, da bodo že priznane pravice, ki so bile doslej opredeljene v več zakonih, in nove, ki naj bi jih uzakonil, v kratkem v veljavi. O novih in vseh dosedanjih pravicah, ki naj bi jih načrtovani zakon strnil v posebnem členu, smo se pogovarjali z Magdo Žezlina, edino varuhinjo pacientovih pravic, uradno pristojno le za območje Mestne občine Maribor z okolico, ki pomoči ljudem z drugih območij Slovenije nikoli ne odkloni.

**■ Katere pravice smo imeli pacienti že doslej, pa zanje morda nismo vedeli prav zato, ker so bile razpršene v več zakonih?**

Dovolite, da citiram najprej 14. člen Ustave RS, v katerem je lepo zapisano: »V Sloveniji so vsakomur zagotovljene enake človekove pravice in temeljne svoboščine, ne glede na narodnost, raso, spol, jezik, vero, politično ali drugo prepričanje, gmotno stanje, rojstvo, izobrazbo, družbeni položaj ali katerokoli drugo osebno okoliščino. Vsi so pred zakonom enaki.« Tako ustava. Ustavna določila je treba spoštovati, upoštevati in izvrševati na vseh področjih človekovega življenja, torej tudi in predvsem takrat, ko človek zboli!

Bolj konkretno so bolnikove pravice opredeljene v 47. členu Zakona o zdravstveni dejavnosti in se glasijo takole: »Vsakdo ima pod enakimi pogoji in v skladu z zakonom pravico:

- do proste izbire zdravnika in zdravstvenega zavoda
- do posvetovanja z ustreznimi specialisti, ki si jih sam izbere, oziroma zahteva konzilarni pregled
- izvedeti za diagnozo svoje bolezni in za obseg, način in kakovost ter predvideno trajanje zdravljenja



**Magda Žezlina: V življenju in v vsakodnevnem iskanju zdravstvenih storitev ni vse tako, kot je v zakonih in pravilih zapisano. Če bi bilo, se bolniki ne bi čutili tako nemočni, prestrašeni in mnogokrat ponižani, da ne vidijo izhoda iz svoje stiske.»**

- dati soglasje za kakršenkoli poseg in, da je predhodno obveščen o vseh možnih metodah diagnosticiranja in zdravljenja ter njihovih posledicah in učinkih
- odkloniti predlagane medicinske posege
- do vpogleda v zdravstveno dokumentacijo, ki se nanaša na njegovo zdravstveno stanje, razen če zdravnik oceni, da bi to škodljivo vplivalo na bolnikovo zdravstveno stanje
- zahtevati, da zdravstveni delavci in njihovi sodelavci brez njegove izrecne privolitve nikomur ne posredujejo podatkov o njegovem zdravstvenem stanju
- zahtevati premestitev v drug zdravstveni zavod



- do ugovora na pristojni organ nadzora, če meni, da niso bila uporabljena dovolj učinkovita sredstva za njegovo zdravljenje ali da so bila kršena etična načela
- da se seznani s stroški zdravljenja in da zahteva obrazložitev računa za zdravstvene storitve
- do povračila škode zaradi neustreznega zdravljenja.»

Za otroke do 15. leta starosti in za osebe pod skrbništvom uveljavljajo pravice iz tega odstavka njihovi starši oziroma skrbniki.

Pravice niso absolutne. Pogoje in kriterije za doseg pravic konkretnije opredeljujejo Pravila o obveznem zdravstvenem zavarovanju. Le-ta pa se spreminjajo in prilagajajo materialnim možnostim zdravstvene blagajne in proračuna. Vse pa so odvisne tudi od organizacije zdravstvene službe, od materialnih, prostorskih in kadrovskih zmogljivosti.

Pravice bolnikov mora poznati in omogočiti njihovo realizacijo vsak zdravstveni delavec in sodelavec, na slehernem organizacijskem in strokovnem nivoju. Za svoje delo prevzema etično, strokovno, kazensko in materialno odgovornost.

Bolnikove pravice pa so zapisane tudi v 47. členu Zakona o zdravniški službi. Ta opredeljuje dolžnosti zdravnikov v odnosu do bolnikov. Vsak zdravnik je dolžan bolniku pojasniti vse v zvezi z njegovo boleznijo – pojasnilna dolžnost. Seznaniti ga mora s predvidenimi diagnostičnimi postopki in s predlaganim zdravljenjem. Zdravnik ne sme ukrepati brez bolnikove privolitve oziroma privolitve staršev ali skrbnikov za osebe, ki so mlajše od 15 let. Ukrepi brez privolitve bolnika, staršev ali skrbnika so dopustni le, če bi opustitev zdravljenja povzročila zdravstveno škodo in, če bolnik ni sposoben odločanja o sebi zaradi motenj zavesti, hude oslabitve umskih sposobnosti, umske manj razvitosti ali duševne



Fotografiji: Neva Železnik

# BOLNIKOVE PRAVICE

vse storitve po koncu življenja; ureja tudi darovanja organov in delov telesa).

- Pravico do preprečevanja in lajšanja trpljenja. Pravica je izjemno pomembna predvsem s humanega in moralno-etičnega vidika ter daje pacientu možnost osebnega odločanja in izbire.

- Pravico do drugega mnenja. Ta možnost je obstajala že sedaj, vendar za pacientov denar. Če postane možnost »pravica«, se pojavi vprašanje, ali bo krita iz obveznega zdravstvenega programa ali ne. To še ni povsem jasno.

Naj poudarim še to, da so bila pri snovanju slovenske zdravstvene zakonodaje v celoti upoštevana določila splošnih človekovih pravic in svoboščin kakor tudi Deklaracija o promociji pravic pacientov v Evropi, sprejeta v Amsterdamu leta 1994.

**■ Kako naj pacient v praksi udejani pravico do zamenjave zdravnika (onkologa, kirurga, radiologa ...), ko vemo, da jih primanjkuje? Kje naj dobi informacije o dobrih oziroma izkušenih zdravnikih? Kam se lahko pritoži, če je z zdravstvenimi storitvami nezadovoljen ali je bilo pri zdravljenju kaj narobe?**

V življenju in v vsakodnevnem iskanju zdravstvenih storitev ni vse tako, kot je v zakonih in pravilih zapisano. Če bi bilo, se bolniki ne bi čutili tako nemočni, prestrašeni in mnogokrat ponižani, ko ne vidijo izhoda iz svoje stiske. Ne bi iskali informacij o pravicah in obstoječih možnostih, ne bi bili nerazumljeni in napoteni od vrat do vrat. Predvsem jim ni vedno pravilno pojasnjeno, kdaj imajo pravico do brezplačne storitve in kdaj morajo storitev doplačati ali poravnati stroške v celoti. Pacienti ne vedo, na katera vrata naj potrkajo, da bi se srečali z osebo, neodvisno od zdravstva in vlade, ki ima znanje in življenjske izkušnje in je usposobljena za delo z ljudmi. Te dileme bi moral odpraviti in urediti poseben, samostojen zakon o varovanju pacientovih pravic in o imenovanju oseb s pristojnostmi varovanja pacientovih pravic po bodočih regijah, povsem neodvisno in izven zdravstvenega sistema ter brez nadzora ministrstva za zdravje. Žal teh pobud sestavljavci zakona niso upoštevali.

Osnovne informacije bi morali dobiti bolniki (tudi onkološki) pri izbranem osebnem zdravniku in pri specialistih, h katerim so napoteni na zdravljenje. Pri tem so pomembni odnosi med bolniki in zdravniki, medsebojno zaupanje, pravice in dolžnosti bolnikov in zdravnikov, med katere sodi tudi pojasnilna dolžnost vsakega zdravnika, medicinske sestre ali kateregakoli izvajalca zdravstvenih storitev. Gre za obojestranski spoštljiv in človeški odnos, ki ne sme biti brezobziren ali pa na drugi strani pokroviteljski. *Lepa beseda lepo mesto najde!* Žal, se to vedno ne dogaja.

V primeru nesoglasij in nejasnosti naj se bolnik pogovori z nadrejenimi ali zaprosi za pisna pojasnila. Če pogovori ne zadoščajo in ni mogoče doseči ustreznega sporazuma, se lahko prizadei bolnik pisno pritožiti na Odbor za strokovna in medicinska vprašanja ali na Odbor za moralno-etična vprašanja pri Zdravniški zbornici Slovenije (Dalmatinova 10 v Ljubljani). Če je ugotovljena hujša napaka, ki povzroča bolniku tudi materialno škodo, obstaja še vedno možnost iskanja pravice po redni poti na za to pristojnem sodišču.

Po sedaj veljavni zakonodaji so pritožbene možnosti podrobneje opredeljene v internih predpisih vsakega zdravstvenega zavoda. Žal velika večina bolnikov teh možnosti ne pozna, zato iščejo informacije tudi izven zdravstvenega sistema. V Mariboru jih dobijo pri varuhinji bolnikovih pravic, zaenkrat sem edina v Sloveniji. Doslej je samo Mestna občina Maribor skupaj z nekaterimi drugimi občinami statistične regije Podravja zaznala tovrstno potrebo svojih občanov. V petih in pol letih, kolikor delujem kot varuhinja pacientovih pravic, je za informacije in pomoč zaprosilo okrog 4000 bolnikov in svojcev iz vseh koncev Slovenije.

**■ Po zakonu naj bi imel pacient pravico do kakovostne zdravstvene storitve. Kdo in s kakšnimi »vatli« bo meril kakovost?**

Kdo in s kakšnimi vatli se bo merila kakovost zdravstvenih storitev je vprašanje za vlado oziroma stroko, ki bo za taka merila in kriterije morala poskrbeti.

**■ Kaj bi bilo treba spremeniti, da bodo spoštovana pravica bolnikovega časa in zagotovljene krajše čakalne dobe?**

Pogoje za realizacijo te pravice morata zagotoviti država in Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije. Ti še niso zagotovljeni.

**■ Kdaj in kako bo smel bolnik sam odločati o svojem življenju?**

Oprostite, to vprašanje bi bilo ta hip bolj postaviti kakšnemu »jasnovidcu« kot pa varuhinji bolnikovih pravic. Vsekakor je tudi to problematika, s katero se bodo morali spopasti ministrstvo za zdravje, zdravstvena stroka in Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije.

**■ Kaj menite o pravkar sprejetem zakonu o zdravilstvu?**

Zakon o zdravilstvu vendarle uvaža določen red in nadzor nad delovanjem zdravilske alternativne stroke. Vsak posameznik – bolnik ima pravico izbirati postopke in načine zdravljenja tudi v teh načinih zdravljenja. Z izbiro in lastnim odločanjem o tem, kaj se bo z njim dogajalo, pa prevzema tudi soodgovornost za posledice. Osebnostno menim, da bi bil tak način zdravljenja priporočljiv le, če bi se odvijal z »rokro v roki«, zdravnik in zdravilec.

**Danica Zorko**

motnje, zaradi katere je hudo motena bolnikova presoja.

**■ Katere so povsem nove pravice in kakšna je pot do njihove uveljavitve?**

Zaradi razpršenosti in nepreglednosti bolnikovih pravic po različnih predpisih in slabo definiranih pritožbenih možnostih bolnikov sem, kot varuhinja bolnikovih pravic v Mariboru, že po prvem letu opravljanja te neprofesionalne funkcije v letnem poročilu predlagala enotno zakonsko ureditev tega področja. Osnutek zakona je bil pripravljen in obravnavan že v času ministrovanja dr. Kebra. Po zamenjavi ministra in vlade je delo nadaljeval in vodil novi minister za zdravje mag. Andrej Bručan. V sedanji različici ga je v prvo branje sprejel Državni zbor septembra 2007. Zdaj čaka na drugo branje, kar pomeni, da še ni sprejet oziroma da še veljajo vsi dosedanja predpisi. Na posamezna določila prihaja še vedno veliko pripomb.

Če bo novi zakon sprejet v predlaganem vsebinskem obsegu, bodo v prvem delu opredeljene samo pacientove pravice, drugi del pa bo namenjen pritožbenim potem in zagovorniku pacientovih pravic. Predpisi o zdravstvenem zavarovanju in drugi bodo podrobneje urejeni posebej.

Novi zakon v osnovi ohranja, povezuje in pregledneje opredeljuje vse že veljavne pravice ter dodaja nekatere nove, in sicer:

- Pravico do spoštovanja pacientovega časa. V pripravi je predlog, ki bi zagotovil, da pacienti v splošnih ambulantah ne bi čakali več kot 20 minut; ni pa še definiran pojem *zmerni čas* za čakalne dobe vseh bolnikov, tudi tistih, ki potrebujejo zdravstvene storitve drugih ustanov. Pogoje za realizacijo te pravice morata zagotoviti pristojno ministrstvo oziroma vlada.

- Pravico do upoštevanja vnaprej izražene volje. To je pomembna pravica, ki upošteva pacientovo voljo, izrečeno pri notarju (kaj, kako, kdo in kje naj bodo opravljene



## 14. evropska konferenca o raku v Barceloni

# ENAKE MOŽNOSTI?

Rak dojk se najpogosteje pojavlja pri ženskah, ki so v menopavzi. Razveselljivo je, ugotavlja razviti svet, da je začela smrtnost pri tej bolezni počasi upadati. K temu je pripomoglo zgodnje odkrivanje bolezni in uspešnejše zdravljenje.

Raka dojk zaenkrat ne znamo preprečiti. Zakaj? »Način življenja sili sodobno žensko v nerojevanje, kasen prvi porod, malo rojstev, dolgotrajno kontracepcijo pred prvim porodom ter dolgotrajno nadomestno hormonsko zdravljenje v menopavzi, kar vse povečuje zbolevanje za rakom dojk,« je povedala prof. Nadia Harbeck, zaposlena na Tehnični univerzi v Münchnu, na 14. evropski konferenci o raku (ECCO), ki je septembra potekala v Barceloni. Tako lahko v bližnji prihodnosti pričakujemo samo še več te bolezni in je zato toliko pomembnejše, da vsaka družba usmeri čim več sredstev in moči v zgodnje odkrivanje in najboljše možno zdravljenje te bolezni. »Le tako bodo rešena življenja stotinam in tisočim materam, ženam in hčeram.«

Slaba novica je, da je rak dojk še vedno najpogostejši vzrok smrti žensk v vseh državah razvitega sveta in najpogostejši rak pri ženskah. »Dobra novica je, da je v visokem odstotku ozdravljiv, če je odkrit v zgodnjem stadiju in pravilno zdravljen,« je v svojem predavanju poudaril prof. Wolfgang Eiermann, ki dela na Kliniki Rdečega križa, prav tako v Münchnu.

Ne preseneča torej, da se dobra zdravstvena politika zaveda pomena zgodnjega odkrivanja raka dojk in pravičnega ter pravočasnega zdravljenja. Rak dojk je danes ozdravljiv že pri okoli dveh tretjinah bolnic. Ozdravitev omogoča kombinacija kirurške odstranitve tumorja, obsevanje dojk in pripadajočih bezgavk ter sistemskega zdravljenja s citostatiki in hormonskimi zdravili.

Hkrati pa prihajajo na trg tudi nova, tako imenovana biološka zdravila, ki zelo uspešno dopolnjujejo kemoterapijo. Slišali smo, da je na področju onkologije trenutno najpomembnejša in najobetavnejša novost ugotavljanje in prepoznavanje bioloških lastnosti rakavih celic vsakega posameznega tumorja. Ob upoštevanju tega je zdravljenje čedalje bolj prilagojeno vsakemu posameznemu bolniku.

»Sedaj ne vemo več samo, da gre za raka dojk, pljuč, debelega črevesa, limfom itd., ampak že prepoznavamo molekularne označevalce, kar pomeni, da z metodami molekularne biologije v rakavih celicah tumorja prepoznamo beljakovine in gene,

ki so 'krivi', da se celica nenormalno hitro deli, razseva po telesu, si utira pot s tvorbo žilja itd. Vedenje o teh lastnostih celic daje boljšo informacijo o tem, kako nevaren je tumor, in omogoča bolj ciljano, tj. tarčno zdravljenje,« poudarja dr. Eiermann.

»Največje uspehe pri zdravljenju raka dojk dosega zdravilo trastuzumab (herceptin), ki je monoklonalno protitelo proti HER2 proteinu, slednje pa je naseljeno na membrani rakavih celic pri okoli četrtini bolnic z rakom dojk,« nadaljuje dr. Eiermann. »To je prvo zdravilo, ki ni niti hormonsko zdravilo niti citostatik, z dokazano učinkovitostjo pri začetni in tudi pri napredovali bolezni. S herceptinom, ki ga imajo na voljo tudi slovenske bolnice, je mogoče pri okoli 20 odstotkih bolnic z razsejanim rakom dojk doseči nekajmesečne zazdravitve. To zdravilo tudi zveča učinkovitost zdravljenja s kemoterapijo.« Sicer pa smo slišali, da je herceptin učinkovito in razmeroma varno biološko zdravilo, in to brez neprijetnih neželenih učinkov, ki sicer pogosto spremljajo zdravljenje s citostatiki, npr. slabost in bruhanje, splošno utrujenost ter izgubo las. Kljub temu pa lahko pride ob zdravljenju s tem zdravilom do hujših, tudi življenje ogrožujočih alergičnih reakcij, zato se zdravljenje izvaja le v za to usposobljenih inštitucijah in pod strogim nadzorom zdravnika specialista sistemskega zdravljenja raka.

Potem je dr. Eiermann spregovoril še o dopolnilnem (adjuvantnem) zdravljenju raka dojk. O takšnem zdravljenju govorimo takrat, ko bolnice po odstranitvi tumorja in pazdušnih bezgavk zdravijo še sistemsko z zdravili. »Namen takega zdravljenja je uničiti posamezne rakave celice, ki so zajadrale po telesu, a se še niso 'sidrale' in namnožile, da bi jih lahko zatipali ali videli kot metastaze,« je pojasnil in poudaril, da je rak dojk sistemska bolezen. Tudi kadar je tumor v dojkah še zelo majhen, lahko posamezne celice uidejo z mesta tumorja in začnejo krožiti s krvjo po telesu.

»Takšnih 'nezasidranih' celic ne moremo 'izrezati'. Uničimo jih lahko le z zdravili, ki dosežejo vse celice po krvnem obtoku.« Sicer pa je dopolnilno sistemsko zdravljenje zdravljenje: s citostatiki (kemoterapija),

**Ingrid Koessler, predsednica evropske zveze Europa Donna:**

»Naša evropska organizacija Europa Donna, ki združuje 40 držav, povsod, kjer se kroji zdravstvena zakonodaja, lobira zato, da bi imele vse Evropejke, ne le tiste iz razvitih držav, enake možnosti zgodnjega odkrivanja in kakovostnega zdravljenja raka dojk. Danes so razlike velike. Celo večajo se. Ne le od države do države. Tudi od bolnice do bolnice. To seveda ni prav. Žalostno je, da recimo Romunke ali Hrvatice sploh nimajo na voljo herceptina in zato umirajo!«



Fotografije: Neva Železnik

s hormonskimi zdravili, biološkimi zdravili ali s kombinacijo le-teh.

Dopolnilno sistemsko zdravljenje, ki je danes na voljo, za tretjino zmanjša tveganje ponovitve bolezni in razsoja v oddaljene organe ter s tem umrljivost zaradi raka dojk.

Bistvo dopolnilnega sistemskega zdravljenja raka dojk ni le podaljšanje preživetja, ampak ozdravitev bolezni. Zato je to zdravljenje za nekatere bolnice izrednega pomena.

»Zdravilo herceptin je pokazalo velik doprinos kot dodatek kemoterapiji tudi pri zdravljenju zgodnje oblike raka dojk. Herceptin kot dodatek kemoterapiji pri zdravljenju zgodnje oblike HER2 pozitivnega raka dojk za polovico zmanjša tveganje za ponovitev bolezni in za tretjino tveganje za smrt,« sta oba poudarila za konec.

Glede na velik razvoj znanosti bodo v prihodnosti prav gotovo na voljo še številna druga biološka zdravila, kot so cepiva, zaviralci encimov proteaz, ki sodelujejo pri zasevanju rakavih celic, zaviralci razvoja žilja v tumorju, ki je bistveno za rast tumorja, in druga. Pričakujemo, da bodo ta zdravila sama, predvsem pa v kombinaciji s hormonskimi zdravili in citostatiki še izboljšala učinkovitost zdravljenja.

N. Ž.



**Prof. Wolfgang Eiermann**



**Prof. Nadia Harbeck**

Kmalu naj bi na Slovenskem dobili novo, krovno združenje bolnikov in bolnic

# NIČ O NAS BREZ NAS!

Vlasta Gjura Kaloper, dr.med., specialistka transfuziologije, že precej let deluje v Zvezi društev diabetikov Slovenije. Zadnjih nekaj let pa je aktivna v povezovanju društev bolnikov v Sloveniji. Prizadeva si, da bi bolnikov glas slišali tako v vladnih krogih kot tudi v zdravniških.

Na srečanju vladnih in nevladnih organizacij, ki ga je organiziral mednarodni forum znanstveno-raziskovalnih farmacevtskih družb, je aktivno sodelovala s prispevkom o tem, zakaj je informiranost bolnikov nujno potrebna.

**■ Zakaj mislite, da je informacija za bolnike pomembna? Zakaj se vam zdi, da je informiran bolnik bolj dojemljiv bolnik?**

Danes mora biti bolnik, predvsem kronični bolnik, enakovreden partner pri zdravljenju svoje bolezni. Zato pa mora biti dobro in zlasti objektivno obveščen. Dobro mora poznati svojo bolezen in biti mora seznanjen z možnostmi zdravljenja ter z novostmi. Sodelovanje med zdravnikom, drugim zdravstvenim osebjem in bolnikom je nujno, če hočemo, da bo bolnik optimalno vodil svojo kronično bolezen in z njo živel čim bolj kakovostno.

**■ Katere informacije so po vašem mnenju za bolnika pomembne?**

Bolnik mora imeti dostop do objektivne in strokovno preverjene informacije, ki se tiče njegove bolezni, diagnostičnih postopkov, zdravljenja in novosti.

**■ Zadnje čase so bolniki vse bolj glasni. Postavljajo svoje zahteve, ki jih prej niso. Se vam zdi, da se začenja nova era bolnika kot tistega, ki hoče sodelovati?**

Upam, da se res začenja obdobje, ko bodo bolniki postali enakovreden partner pri odločanju glede zdravstvene oskrbe in tistih stvari, v katere je vpleten tudi bolnik. V svetu in tudi v nekaterih državah Evropske unije imajo organizirani bolniki že tako možnost. V Sloveniji so bolniki v tem smislu že tudi začeli organizirano delovati. V svetu se uveljavlja geslo: Nič o nas brez nas.

**■ Vi ste tudi zdravnica, specialistka za transfuzijsko medicino. Se vam tudi s tega stališča zdi, da je zahteva bolnikov, da postanejo bolj dejavni, prava?** Res sem po poklicu zdravnica, a v prvi vrsti sem človek, ki doživi del življenja preživlja kot bolnik. Zato imam ogromno tovrstnih izkušenj. Vsekakor pa moje profesionalne in bolnikove izkušnje pripomorejo k objektivnosti sodbe o tem, kaj se da in česa se ne da storiti za izboljšanje

situacije. Sodelovanje bolnikov, čeprav »laikov«, je nujno. Bolniki po moje namreč niso laiki za svojo bolezen in precej dobro vedo, kaj je za njih dobro. Tudi brez teoretične podlage.

**■ Imate občutek, da hočejo bolniki v odnosu do zdravnika bolj aktivno vlogi ali se zadovoljijo s tem, da zdravnik stopi s piedestala in upošteva bolnikove želje glede zdravljenja?**

Zdravnik in bolnik imata v procesu zdravljenja vsak svojo vlogo. Zato je nujno, da poslušata drug drugega in skupaj iščeta optimalne možnosti zdravljenja.

**■ Ustanavljate krovno organizacijo društev kroničnih bolnikov v Sloveniji. S kakšnim namenom?**

Ustanavljanje krovne organizacije društev kroničnih bolnikov Slovenije je posledica potrebe po reševanju problemov, ki so skupni vsem kroničnim bolnikom. Na primer, varnost bolnikov, zakonodaja v zvezi z zdravstvenim varstvom in preskrbo z zdravili, zakon o bolnikovih pravicah ... To je tudi naš glavni namen.

**■ Kako ste sploh prišli do tega, da je taka organizacija potrebna. V Sloveniji je bilo že nekaj poskusov, da bi tako organizacijo ustanovili, pa so vsi bolj klavrno končali. Zakaj mislite, da vam bo uspelo?**

Kot sem rekla, nujnost nas je pripeljala do organiziranega ukrepanja. Morda v preteklosti ni bilo dovolj močnega motiva za konkretno reševanje problemov.

V to, da bomo uspeli, pa ne dvomim, ker so potencialni člani zelo motivirani, kar se kaže pri delu in ne nazadnje pri številu kandidatov za sodelovanje. Trenutno jih je blizu 40.

**■ Na srečanju Foruma ste govorili o pomenu informiranja. Kakšne so še naloge vaše krovne organizacije? Česa se nameravate lotiti? Ste se že kaj dogovarjali z ministrstvom za zdravje? So tam pokazali kaj razumevanja za vaše probleme oziroma ali so, v nasprotju s preteklostjo, pripravljeni sodelovati z vami?**

V zvezi z informiranjem smo se na Forumu dogovorili za sodelovanje pri izdelavi kriterijev za obveščanje bolnikov z Agencijo za zdravila. Za intenzivnejše sodelovanje



Fotografija: Milka Krapež

**Vlasta Gjura Kaloper, dr. med., specialistka transfuziologije:**  
**»Vsa združenja pacientov menimo, da je bilo iz zakona o pravicah bolnikov nedopustno izvesti varuha bolnikov, ki ga bolniki v našem zdravstvenem sistemu zelo potrebujemo.«**

sem se dogovorila tudi s sekretarko Evropskega foruma bolnikov (EPF), go. Roxano. V času od Foruma do danes mi je poslala osnovne informacije o EPF, njihove pravilnike in informacije o možnosti včlanjenja slovenske krovne organizacije v EPF.

Ministrstvo je obveščeno o ustanavljanju krovne organizacije in pokazali so velik interes za sodelovanje. Tudi njim se zdi to pametno, saj bodo končno imeli kompetentnega in enotnega sogovornika pri odločanju o bolnikovih zadevah. Do zdaj je vsako društvo ali organizacija zastopala interese na svoj način in ministrstvo je najbrž res težko upoštevalo sugestije vseh.

**■ Kakšno je vaše mnenje o predlogu zakona o pacientovih pravicah? Prvo branje v parlamentu je pokazalo, da sprejem zakona vsi podpirajo, nekaj opcij pa je še vedno izrazito spornih.**

Zakon o pacientovih pravicah je seveda dobrodošel. Dobro pa bi bilo, če bi glede nekaterih stvari, na primer glede varuha bolnikovih pravic, upoštevali pripombe bolnikov še pred dokončnim sprejetjem zakona.

**Milka Krapež**



Jasna Kuhar Carlén iz Oxelosunda, sto kilometrov od Stockholma

# TUMOR ZATIPALA V MAMINI BANJI

Predsednica evropske zveze Evrope Donne, Švedija Ingrid Koessler, mi je v Barceloni, kjer je bil organiziran prvi forum bolnic z rakom dojk, takoj ko me je zagledala, predlagala, da naredim pogovor z švedsko Slovenko, bolnico z rakom dojk, ki je zelo dejavna v njihovem združenju. Mimogrede mi je še omenila, da je novinarka. Le kdo bi to bil, sem razmišljala.

Ko sem med množico žensk iz vse Evrope opazila Jasno Kuhar Carlén, hčerko naše nekdanje lektorice, sem si rekla, da ni le Slovenija ena majhna vas, ampak je taka že vsa Evropa. Nisem pa vedela, da je imela Jasna raka dojk in da ji je prav pred kratkim za rakom umrl mož Torbjörn, Šved, po poklicu računalniški svetovalec, ki ga je v začetku sedemdesetih spoznala v Veliki Britaniji, ko je bila tam, da bi se učila angleško. Zaljubila sta se in Jasna se je leta 1973 preselila na Švedsko in se tam poročila. Leta 1974 je rodila hčerko Anneli, danes morsko biologinjo, štiri leta kasneje pa še sina Simona, ki dela v avtomobilski industriji. Oba otroka govorita slovensko.

Z možem sta si v mestecu Oxelosund, približno sto kilometrov stran od Stockholma, glavnega mesta Švedske, zgradi-



Fotografija: Neva Železnik

**Jasna Kuhar Carlén, slikana  
v Barceloni**

**Tretji forum bolnikov z rakom v Barceloni**, ki je potekal sočasno s štirinajsto strokovno Evropsko konferenco o raku (ECCO – The European Cancer Organisation), je med drugim jasno pokazal velik razkorak med bolniki, zdravstvenimi delavci in politiki. Ozdravljeni in bolniki z rakom so namreč le drug drugemu govorili o svojih težavah, zgodah in nezgodah. Na njihovem forumu, kar je žal običajno, ni bilo nikogar od zdravstvenih delavcev in politikov, da bi jim prisluhnili in njihove pripombe vzel na znanje ter potem bolnišnice in splošne razmere v družbi spremenil njim v prid.

Hkrati se je tudi jasno pokazalo, da so bolniki iz različnih evropskih držav v neenakopravnem položaju, in sicer glede na: osveščenost, zgodnje odkrivanje bolezni, prav tako nimajo enakih možnosti zdravljenja in rehabilitacije. To se kaže tudi v slabšem preživetju bolnikov z rakom v državah v tranziciji, med katere seveda sodi tudi Slovenija.

la ekološko hišo. Na delo v švedsko prestolnico se je Jasna, radijska novinarka, vsak dan vozila z vlakom. Včasih je delala oddaje za Slovence na Švedskem, zadnja leta pa pripravlja program za tiste Švede, ki živijo zunaj svoje domovine. Občasno pa se oglašja tudi na slovenskem nacionalnem radiu.

»Za rakom dojk sem zbolela leta 2002, in sicer sem kot fižol debel tumor zatipala v banji, ko sem bila na obisku pri svoji mami Veri v Ljubljani.«

Na Švedskem so jo operirali, potem je šla na lastne stroške v toplice v Dobrno, kjer je spoznala ženske z rakom dojk v Sloveniji. Prav tu je prvič slišala za Evropo Donno in v roke so jih prišle tudi naše Novice ED. Zato je to organizacijo poiskala tudi na Švedskem. »Najbolj praktičnih napotkov ne dobim od zdravnikov, ampak od žensk, ki so se spopadle z rakom dojk,« je dejala. Mimogrede pove, da so Švedinje zelo ogorčene, saj so opazile, da starejših bolnic z rakom dojk ne obravnavajo enakovredno z mlajšimi. Kot da bi njihovo življenje ne bilo več enkratno in neponovljivo.

Po operaciji je dobivala kemoterapijo in

izpadli so ji vsi lasje, tako da je marsikdo ni spoznal. Zdaj ima lase spet dolge. Po kemoterapiji je sledilo še obsevanje, začela je jemati zdravilo tamoxifen, ki naj bi preprečilo tumorju, da bi se spet naselil v dojki. Kljub vsemu je po petih letih dobila metastazo v hrbteničnem vretencu, ki pa

je po močnem obsevanju in zdravljenju z zdravili bondronat in femar že skoraj povsem izgubila. Veliko se ukvarja z jogo, se zdravo prehranjuje in pozitivno razmišlja. »Toda človek nikoli ne ve, kaj bo,« pravi Jasna. Zato predlaga, da vsakdo čim bolj kakovostno preživi vsak dan.

Njen mož Torbjörn je bil zdrav kot dren, živel je zelo zdravo, potem ga je rak na pljučih v enem mesecu spravil na drugi svet. Še danes ne more verjeti, da ga ni več. A življenje teče dalje in Jasna pravi, da se sploh ne misli vdati. Rada živi, rada ima svojega komaj rojenega prvega vnuka Casperja, sinčka hčerke Anneli. Sploh pa si želi posneti še veliko dobrih intervjujev in napisati še mnogo člankov – tudi v revijo Naša žena, kamor je včasih že pisala.

**Neva Železnik**

**PRISTOP**  
Pristop  
Communications  
e-mail: pristop@pristop.si

Irena Keršič iz Ljubljane

# VSAK BOLNIK SI ZASLUŽI NAJBOLJŠE!

Irena Keršič, ozdravljena od raka dojk, se je letos v Barceloni udeležila tretjega foruma bolnikov z rakom, ki je potekal v okviru 14. evropske strokovne konference o raku (ECCO). »Bolniki z rakom smo na forumu dobili veliko koristnih napotkov. Vesela sem bila, da postaja naš glas v okviru EU vedno glasnejši in močnejši. Zato upam, da se bodo začele stvari povsod spreminjati na bolje,« je začela Irena Keršič, univ. dipl. etnologinja in umetnostna zgodovinarica, magistrica znanosti.

Otroštvo in mladost je preživljala na Bledu. Po končani gimnaziji je študirala na Filozofski fakulteti v Ljubljani in se po študiju zaposlila v Slovenskem etnografskem muzeju kot kustodinja za arhitekturo in stanovanjsko kulturo. Z družino živi v Ljubljani. Februarja leta 2002 je bila operirana zaradi malignoma desne dojke. Odstranili so ji tudi vse bezgavke na desnici. »Po operaciji sem bila zdravljena še s kemoterapijo in hormonskimi tabletami. Bolezen in terapije so me močno utrudile,« je nadaljevala in povedala, da jo je bolezen tudi psihično pretresla, saj sta bila takrat hči in sin šele na sredi študija in zelo se je bala, da ju ne bo spravila do kruha. Naša sogovornica je kot skoraj vsi, ki izvedo za diagnozo rak, najprej pomislila na smrt. Sedaj seveda ve, da je to kronična bolezen, kot mnoge druge ...

»S pomočjo domačih, ki jih je moja bolezen močno prizadela, in mnogih prijateljev, ki so se ob mojih težavah resnično izkazali, ter kolegov iz muzeja, sem okrevala in si postavila povsem nove prioritete v življenju.«

Takrat je spoznala tudi Mojco Senčar, ki ji je pomagala razjasniti neznanke v zvezi z boleznijo in jo bodrila. Opogumljalo jo je tudi to, da je bila sogovornica že četrto stoletja po svoji bolezni še živa. »Pri premagovanju bolezni mi je veliko pomagala tudi narava. S prijateljico sem pogosto hodila na Rožnik, od koder sem se vračala zelo utrujena, a vedno bolj pomirjena in optimistična.«

Usoda pa ni bila prijazna. Naslednje leto je za rakom zbolel še njen mož. »Zgubila

sem tla pod nogami in šele takrat sem se zavedela, kaj pomeni ta bolezen za bližnje. Priznati moram, da sem možovo bolezen težje prenašala kot svojo.«

Potem je rak spet posegel v njeno življenje. »Leta 2005 sem zbolela za malignomom leve dojke in bila ponovno operirana. Tudi na levi strani so mi odstranili vse bezgavke. Hkrati so mi naredili tudi obojestransko rekonstrukcijo. Zelo sem bila vesela, da drugič nisem dobivala citostatikov.«

Sedaj skuša živeti polno življenje. Veseli se spoznanja, da nam je podarjen vsak novi dan. Počne stvari, ki ji dobro denejo, in je z ljudmi, ki jih ima rada in ob katerih ji je prijetno.

V Barceloni, na tretjem forumu bolnikov z rakom, je spoznala, da ni vseeno, kje zbolíš za to boleznijo. »Žal so razmere v posameznih državah zelo različne. Na forumu smo slišali, kako so bolniki zlasti v jugovzhodni Evropi v neenakopravnem položaju z ostalimi državami EU, nimajo enakih možnosti zdravljenja, slabo so osveščeni, nimajo presejalnih programov za zgodnje odkrivanje raka, nimajo možnosti rehabilitacije. Na forumu smo sklenili, da bi bilo prav, če bi bolnike z rakom izobrazili, da bi se znali postaviti zase in se boriti za svoje pravice, da ne bi kar zaupali bogovom v belem. Padla je tudi pobuda, da bi se naj vsi bolniki z rakom na ravni vsake države združili, da bi delovali kot enoten sogovornik, tako z zdravstvenim osebjem kot s politiki. Več kot nas bi bilo, močnejši glas bi imeli in politika bi nas morala upoštevati.«

Ugotavlja, da v Sloveniji civilna inciativ



Fotografija: Neva Železnik

**Irena Keršič: »Nobene pravice niso več samoumevne. Vsako pravico si je treba izboriti. Zato naj se združenja v zvezi z rakom v vsaki državi združijo v konfederacijo in skupaj nastopajo, ko se pogajajo za boljše zdravljenje. Glas posameznika ne pomeni veliko, zastavljene cilje je lažje doseči, če nas je več.«**

va šele išče svoja pota, politika pa se je, namesto da bi jo podpirala, pogosto otepa in se je boji. Še slabše je v jugovzhodni Evropi. Z veseljem pove, da je bila kot primer dobre organizacije izpostavljena Europa Donna, ki se lahko pohvali s konkretnimi rezultati dela tudi pri nas.

Na forumu so slišali še marsikaj bridkega, recimo, kakšne težave imajo bolniki ozdravljeni z zaposlitvijo, ko se po zdravljenju vrnejo v življenje, saj se jih delodajalci marsikje otepajo, kot da bi



bili kužni. V marsikateri državi, tudi v Sloveniji, so velik problem nova zdravila za zdravljenje raka, ki prihajajo z zamudo in ne v dovoljšnji količini.

Seveda bi bilo prav, da bi imeli vsi bolniki in bolnice, ne le tisti, ki imajo denar ali srečo, da živijo v razvitih državah, zagotovljene brezplačne preventivne preglede – mamografijo – na vsaki dve leti po petdesetem letu, ob morebitni obolevnosti pa takojšnjo in čim boljše zdravstveno oskrbo.

»Zdravnik Peter Boyle nam je povedal eno dobro vest. Odkar poteka evropski program za raka (od leta 1985) se je smrtnost zaradi te bolezni zmanjšala za 15 odstotkov! Potem je dodal še slabo. Ker se prebivalstvo stare celine hitro stara, bo raka vse več. Tako je leta 2006 v Evropi za rakom zbolelo 3,2 milijona ljudi, umrlo pa jih je za rakom 1,7 milijona, kar je preveč. Da bi zmanjšali število obolelih, je predvsem potrebna dobra preventiva: presejanje, kjer je možno, zdrav način življenja, kontrola zraka, ki ga dihamo, vode, ki jo pijemo, hrane, ki jo uživamo, omejeno izpostavljanje soncu, veliko gibanja itd. Žalostna sem bila, ko sem ugotovila, da je pri preventivi Slovenija prav na repu Evrope, saj šele letos začenja z DORO, to je rentgenskim slikanjem dojke zdravih žensk po 50. letu na dve leti do 69. leta,« je dejala in omenila, da bi morala po njenem mnenju država podpirati delovanje vseh društev, ki se, kot Europa Donna, načrtno ukvarjajo z osveščanjem prebivalstva, denarja od države pa praktično ne dobijo nič!?

»Tesno zaradi naših razmer mi je bilo pri srcu, ko sem na forumu slišala, da se je npr. na Škotskem v zadnjih letih smrtnost raka dojke zmanjšala za 25 odstotkov, ker so pred leti uvedli presejanje. Zato res upam, da bosta pri nas kmalu zaživela DORA in SVIT in da bodo ljudje res hodili na preglede, ko bodo nanje povabljeni,« je dodala.

Na forumu so spregovorili še o znanju bolnikov. Eni veliko vedo, saj se da mnogo prebrati na internetu, drugi skoraj nič. Zato bi bilo prav, da bi jim zdravniki vse o zdravljenju in rehabilitaciji pojasnili na njim razumljiv način.

»Udeležba na forumu bolnikov je bila zame zelo zanimiva in nova izkušnja. Prej sploh nisem vedela, kako so si naši problemi in doživljanja bolezni podobni.

In vsem so nam v največjo oporo prav društva bolnikov,« je sklenila.

**Neva Železnik**



**Blaž Kondža:**  
»Zmagovalcev, ki smo  
premagali raka,  
je čedalje več.«

Fotografija: Anita Zmahar

**Blaž Kondža iz Ljubljane, večni optimist**

## RAK NI BAV BAV

Udari kot strela z jasnega. Rak pri nekaj čez dvajsetimi leti. Kako je to mogoče? Zakaj ravno jaz? Saj nisem nič takega naredil? Vprašanja kar bruhajo na plan. Pomirjujoči glas zdravnice pravi: »Brez skrbi, vse bo še v redu. V večini primerov ga uspešno pozdravimo.« Kaj pa če sem jaz tista manjšina? Čakaj, da se niso morda zmotili? Jaz sem zdrav – saj sem premlad, da bi imel raka.

Tako je v uvodniku prve (in zaenkrat še edine) številke glasila Društva bolnikov z limfomom Moč življenja zapisal njegov predsednik Blaž Kondža. Pred dobrimi tremi leti se je namreč znašel v podobni zgodbi, kot so jo preživljali mnogi bolniki, nekateri pa ravnokar. Njegova diagnoza je bila Hodgkinov limfom ali rak limfatičnega sistema, za katerim najpogosteje zbolijo mladi od 15. do 35. leta in ljudje stari od 55 do 60 let.

### POL LETA NEGOTOVOSTI

Kar malo mora pomisliti, kako in kdaj se je vse skupaj začelo, saj se je »toliko stvari že zgodilo vmes«. Spomladi leta 2003 je opazil nenormalno otečeno bezgavko na vratu. »Morda sem imel celo srečo, da sem imel tako opazen

znak in sem takoj reagiral. Največja težava pri odkrivanju limfoma je, da so začetni simptomi zelo podobni tistim pri prehladnih obolenjih, denimo kašelj, splošna utrujenost, nočno potenje, vročina, dolgotrajno srbenje po vsem telesu ... Ker so bezgavke na vratu, pod pazduho in v dimljah le zatečene, a ne bolijo, marsikdo čaka predolgo, preden se odloči za pregled. Zato si tudi prizadevamo osveščati ljudi, naj bodo pozorni. Kašelj, ki traja dlje kot dva tedna, je vsekakor dober razlog, da obiščemo zdravnika,« pravi Blaž, ki pa takoj opozori, da ni vsak kašelj ali vsaka otečena bezgavka že limfom, daleč od tega. A

*Johnson & Johnson S.E.*

pozornost naj ne bo odveč. Če predolgo čakamo, se lahko zgodi, da zatečejo tudi bezgavke v medpljučnem prostoru, začnejo pritiskati na pljuča ali na hrbtenico in težave se stopnjujejo.

»Družinska zdravnica me je takoj poslala na onkološki inštitut, na citološko punkcijo,« nadaljuje svojo zgodbo Blaž Kondža. »V prvem poskusu je izvid pokazal, da z bezgavko ni nič narobe, pač pa gre za nek vnetni proces. So me pa opozorili, naj se opazujem in če se stanje ne bo izboljšalo, pridem čez dva ali tri mesece nazaj. V tistem času sem ravno zaključeval študij, opravil sem še zadnje izpite, potem pa sem le šel še enkrat na punkcijo.« Tokrat je bil odziv drugačen. Na pregled ga je sprejela specialistka onkologinja dr. Lorna Zadravec Zaletel, ki je že ob prvem srečanju zaslutila, da gre verjetno za eno od oblik limfoma. Zato ga je poslala na natančne nadaljnje preglede. Sledila je punkcija, ki je pokazala, da ni vse v redu. »Spomnim se, da je neko poletno jutro okrog pol osmih – zame je bilo še zgodaj – zazvonil telefon, zdravnica je prosila, da se oglasim pri njih, ker izvidi niso v redu. Potem se je vse odvijalo zelo hitro. Že naslednji dan sem se znašel na operacijski mizi, kjer so mi vzeli vzorec iz bezgavke in kostnega mozga. Nato sem opravil še vse druge postopke, ultrazvok vratu in trebuha, CT, scintigrafijo in podobno. Spomnim se, da so mi vzeli ogromno krvi. Mimogrede, ljudje dostikrat mislijo, da se limfom zdravi operativno, vendar po navadi ni tako. Z operativnimi posegi vzamejo le tkivo za biopsijo, da ga pregledajo in tako postavijo natančno diagnozo, za katero obliko limfoma gre.«

## 20. FEBRUAR 2004

Ker imajo v družini veliko opraviti z medicino, je bil o svoji bolezni in postopkih zdravljenja dobro obveščen. To je za bolnika zelo pomembno, pravi Blaž.

»Dokler nisem končal s kemoterapijo, sem imel občutek, da mi ne more biti kaj hujšega. Imel sem srečo, da so mi bili družina, prijatelji in sodelavci v veliko oporo, včasih se je zgodilo, da sem moral celo jaz koga tolažiti,« se nasmeji. Poudari, da kemoterapija ni bila prijetna izkušnja. Spomni se tudi, kako zoprno mu je bilo ležati v tisti stari konjušnici, kjer so takrat potekali operativni posegi. Večino so bili v sobi sami starejši bolniki,

vmes tudi kakšen, ki se mu je življenje iztekalo – on pa mlad fant, sredi dvajsetih let, pravzaprav na začetku življenjske poti.

Opravil je štiri cikle kemoterapije, na srečo ambulantno, kar se mu zdi velika prednost. Če si lahko v domači oskrbi, je lažje preživeti prve, običajno najhujše dni po kemoterapiji. Vmes so bila obdobja, ko se je počutil tako dobro, da je pisal članke (je namreč svobodni novinar).

»Nisem pretiraval, a takrat ko sem delal, sem le malo pozabil, da je kaj narobe. Čeprav moram povedati, da se na bolezen nekako navadiš, predvsem pa zelo dobro spoznaš svoje telo, zlasti med cikli kemoterapije. Sicer moram reči, da se nisem pretirano obremenjeval z razmišljanjem o bolezni, saj vemo, da tehničnih vzrokov za limfom pravzaprav ni. Po naravi sem večni optimist in razmišljam bolj v smeri, da kar te ne ubije, te okrepi.

Vmes sem ugotovil, da je to – pa naj se sliši še tako smešno – pozitivna izkušnja – da ti namreč nek nov pogled na življenje. Konec koncev je tudi bolezen del nas samih.« Kljub temu si je zelo dobro zapomnil dan, ko je bilo vse skupaj končano – 20. februar 2004. Od takrat hodi na redne preglede. Kot kažejo zadnje statistike, ima Hodgkinov limfom več kot 90-odstotno petletno preživetje. »Največja verjetnost za ponovitev bolezni je v prvih dveh letih, kasneje je teh primerov manj. Poznam ljudi, ki so zboleli pred dvajsetimi ali tridesetimi leti, pa so še vedno zdravi. Poskušam živeti čim bolj zdravo, kolikor se pač v tem času to sploh da ...«

## OD BOLNIKA DO DRUŠTVA

Iz te njegove izkušnje se je porodila zamisel o povezavi obolelih z rakom limfatičnega sistema. Po nekaterih podatkih kar 74 odstotkov ljudi na svetu ne ve, da je limfom pravzaprav rak. Tudi pri nas, kjer to diagnozo postavijo približno 300 bolnikom na leto, je ta vrsta raka manj poznana. In ker so tudi znaki, vsaj sprva, videti nenevarni, je ozaveščanje še toliko bolj nujno.

»Poleg mene je bila pobudnica za ustanovitev društva dobra prijateljica, tudi novinarka, Milka Krapež, po strokovni plati se nam je pridružila zdravnica dr. Barbara Jezeršek Novakovič, in ta je »pripeljala« še druge bolnike. Leta 2005, ob ustanovitvi, nas je bilo 19, zdaj je članov več kot 120, bolnikov in nekaj njihovih sorodnikov. Zelo hitro smo začeli s konkretnimi akcijami. Že jeseni 2005 smo pripravili peticijo za boljšo dostopnost do bioloških zdravil za vse bolnike z ra-

kom, dobili smo 12 tisoč podpisov in jih predali takratnemu ministru za zdravje dr. Andreju Bručanu. Na tem mestu naj dodam, da so podpisi podpore prihajali tudi po uradni predaji.« Lani in predlani so organizirali dobrodelni tek ob svetovnem dnevu ozaveščanja o limfomih (15. 9.), na katerem so zbirali sredstva za pomoč bolnikom. Letos so ob tej priložnosti pripravili različne aktivnosti v ljubljanskem parku Zvezda, pa v Mercatorjevih trgovskih centrih po vsej Sloveniji in v medijih oglaševalsko kampanjo z naslovom »Klasična fotografija ali klasični simptomi limfoma?« in se s tem pridružili mednarodni kampanji »Če imaš simptom, pomisli na limfom«. Poskrbijo tudi za neformalno druženje članov društva, svojcev in zdravstvenega osebja, ki skrbi zanje, iz vseh regij. V ta namen se enkrat na leto dobijo na pikniku.

Poleg ozaveščanja javnosti je namen društva podpora bolnikom in svojcem, da se lahko nekam obrnejo po informacije ali nasvet. Drugi zelo pomemben cilj je mednarodno sodelovanje. Društvo bolnikov z limfomom je že od ustanovitve polnopravni član mednarodne organizacije Lymphoma Coalition, ki združuje podobna društva. »Mednarodno sodelovanje se nam zdi zelo pomembno, saj imamo tako boljša pogajalska izhodišča v državi ali EU. Saj vidite, zdravstveni sistemi pri nas in tudi v drugih evropskih državah vse bolj postajajo podobni ameriškemu, pred čemer nas ameriški kolegi močno svarijo. Poleg tega lahko preko mednarodne organizacije izmenjujemo mnenja, literaturo, izkušnje in hitro izvedemo za nova dognanja. Enkrat na leto se udeležimo skupščine, kjer dobimo nove informacije, se tudi kaj novega naučimo na delavnicah, recimo, kako lobirati, kako pridobivati sredstva, brez katerih se ne da delati, kako komunicirati z mediji ipd. Blaž Kondža pravi: »Imeti raka, preboleti raka ni noben bab bav. Mnogi so zmagovalci in čedalje več nas je tudi zahvaljujoč dosežkom sodobne medicine in farmacevtske industrije. Bilo bi nas morda še več, če bi bila cena kakšnega zdravila nižja ali pa bi država dala kakšen evro več za zdravila, kakšen evro manj pa za tanke ...«

**Anita Žmahar**



ZAVAROVALNICA TRIGLAV, D.D.

*Lilly*

Odgovori, ki štejejo.



O poslanstvu in dosežkih Europe Donne ob deseti obletnici njenega delovanja in pomenu njenih dobrodelnih aktivnosti

# BOLEZEN SE NE RAVNA PO VREMENU

Udeležence teka in hoje v Ljubljani smo spraševali, kaj menijo o dosedanjem delu Europe Donne in o izjemnem odzivu, ki mu niti nalivi in velike luže niso mogle do živenga. Kljub slabemu vremenu, bilo je kot na sodni dan, je prišlo okoli petsto pohodnikov, pohodnic, tekačev in tekačic.

Prisluhnite, kaj so nam povedali:



**Zoran Jankovič,**  
župan  
Mestne  
občine  
Ljubljana

Europa Donna je zelo pomembna vsaj dvakrat, prvič zaradi osveščanja ljudi in drugič zaradi mnogih aktivnosti, ki jih vodi za nakup

številnih aparatov in za izboljševanje pogojev zdravljenja. Že samo desetletno delovanje Europe Donne izpričuje njeno pomembno poslanstvo, pa tudi današnja udeležba kaže na to, da ljudje ED spoštujejo in da so tovrstne aktivnosti potrebne. Rak ne izbira vremena in ljudje to vedo. Vesel sem, da s tekom v Ljubljani pomagamo Mariboru. Ravno leto je minilo od lanskoletnega teka in skoraj bo leto od prevzema županovanja. Ljubljana je zame najlepše mesto na svetu, imam jo rad, uživam v tem delu in upam, da so zadovoljni tudi Ljubljančani. Stvari se premikajo, uspehi so vidni, skupaj bomo naredili več in Ljubljano še lepšo.



**Franc Kangler,**  
župan  
Mestne  
občine  
Maribor

Vesel sem, da imamo take organizacije, kot je Europa Donna, in da je prireditev

kljub slabemu vremenu uspela. Solidarnost do zbolelih za rakom in prispevek k nakupu ultrazvočnega aparata za Maribor, ki jo kažejo udeleženci današnjega teka, je izjemna. Kot veste, smo v Mariboru v ta namen že tekli, ljudje znamo ceniti takšne aktivnosti in prisluhniti potrebam. Prepričan sem, da bo z današnjo donacijo marsikomu posijalo sonce.

**Zofija Mazej Kukovič,**  
ministrica za zdravje

Slovenci in Slovenke vemo, da se da tudi v dežju živeti in ustvarjati. Vztrajnost članic in članov ED je dokazana in poplačana tudi z današnjim obiskom. Sem prenečena, da je obisk tako množičen. V tem se odraža poslanstvo Europe Donne ter pomen osveščanja in preventive, dveh od desetih osnovnih ciljev ED, ki ju udejanja



prav današnja podoba. ED se zavzema za zdravo življenje, pri čemer ni pomembno samo to, kako skrbimo za lastno zdravje, ampak tudi, kako skrbimo za zdravje narave.



**Lojze Peterle,**  
evropski poslanec

Europa Donna se je uveljavila v evropskem merilu in doma v Sloveniji kot najmočnejši dejavnik boja proti raku. Nobena druga vrsta raka nima tako močne organizacije in tako učinkovitih skupnih prizadevanj kot ravno rak dojk. ED je marsikje zgled drugim vrstam raka in ponekod jo že tudi posnemajo. Tega sem zelo vesel. Današnji odziv govori, da je solidarnost zares velika, vidim veliko mladih in se mi zdi prav, da vztrajamo kljub dežju.

**Renata Vetaruzzi,** medicinska sestra iz Kamnika z družino

Spremljam dosežke Europe Donne in podpiram njena humanitarna prizadevanja. Malce smo zjutraj kolebali, ali naj se ob tako slabem vremenu z majhnimi otroki odpravimo v Ljubljano ali ne. Ko so nam po telefonu potrdili, da tek bo, smo se odločili. Razpoloženje in udeležba sta enkratni in žal bi nam bilo, če bi ostali doma. Europi Donni želimo uspešno delo tudi v prihodnje.





### Metka Markovič, zdravnica iz Slovenj Gradca, s soprogom

Sem članica Koroškega društva za boj proti raku in se redno ukvarjam s preventivo, učim samopregledovanje dojke in navajam na zdrav način življenja. Našo ženo imam naročeno že več let in z njo redno spremljam tudi delovanje in uspehe Europe Donne. Ko je bil v zadnjih Novicah ED najavljen dobrodeleni tek, sem si rekla, zakaj pa enkrat tudi sama ne bi šla. Zelo sem se veselila tega in ni mi žal, da sva prišla. Dež naju prav nič ne moti.

### Mateja Duhovnik, arhitektka iz Ljubljane

Odziv na današnji tek je enkraten, vsi ljudje smo kljub neprijaznemu vremenu dobre volje in želimo zase in za druge



njeno poslanstvo dobiva iz leta v leto večji pomen.



### Alenka Sluga, upokojena prevajalka, in Metoda Senčar Gruden, upokojena profesorica biologije, obe iz Ljubljane

Alenka Sluga je dejala: »Če bi želela oceniti poslanstvo ED, bi mi zmanjkalo superlativov. Ozrite se naokoli, to pove vse. V tem vremenu, ko sem mislila, da ne bo nikogar, nisem mogla najti parkirnega mesta. In ljudje kar prihajajo. To je nadnormalno.« Gospa Metoda pa je dodala: »Bolezen ne izbira letnega časa, vremena, poklica, skratka vsi smo na tem, da lahko zbolimo. Da se je ED zares uveljavila, dokazuje udeležba. Poglejte, koliko ljudi se je zbralo, ki so pripravljeni stopiti skupaj in pomagati.«

### Mojca Senčar, predsednica slovenske Europe Donne

Udeležba na današnjem teku je najlepše priznanje desetletnim prizadevanjem Slovenskega združenja za boj proti raku dojke. Ko so me jutraj po telefonu spraševali, ali bomo tek preložili, sem dejala, da tudi rak ne izbira vremena. Hvala sem vsem udeležencem, od otrok do eminentnih gostov, in tudi številnim sodelavcem, sponzorjem, partnerjem in podpornikom, ki so pri organizaciji teka pomagali.

### Danica Zorko



Fotografije: Ijaka Koren

Piše: Metka Klevišar



## PRVA LJUBEZEN

Veliko nevladnih organizacij poznam, nekatere sem spremljala tudi ob njihovem nastajanju. Vem, kako težka je borba za finančna sredstva. Vem tudi, da se do neke določene točke da delati samo

s prostovoljci, če pa hočeš narediti kaj več, kar je v mnogih primerih nujno tudi za našo družbo, je treba imeti redno zaposlene ljudi. To pa seveda kar nekaj stane. In potem se dejavnost širi in to spet stane. V zadnjem času kar pogosto poslušam takšne tožbe: »Če bi imeli več denarja, bi lahko naredili še marsikaj, tako pa prosjačimo in izgubljam veliko energije z iskanjem finančnih sredstev na vseh koncih.« Razumem njihovo skrb. Tudi sama sem prosjačila, ko sem še bila predsednica društva. Mi pa ob vseh teh pogovorih prihajajo na misel še druge stvari, na katere morda od tolikšnem ukvarjanju s financami preprosto pozabljamo. Dejstvo je, da je denarja vedno premalo. Ampak pustimo to dejstvo v tem trenutku ob strani. Premišljuje o tem, kaj je bistveno na primer za dobro društvo, za dobro nevladno organizacijo. Še pomembnejše kot denar je ohraniti v sodelavcih tisto prvotno ljubezen, pripravljenost in navdušenje, ki so bili prisotni v začetku. Tega ne moreš ustvariti z denarjem, čeprav se kdaj morda komu zdi, da bi z več

denarja to uspevalo. Tudi nimam nobenega recepta, kako bi to lahko uspelo. Vem samo, da so se mnoge takšne organizacije rodile in rasle prav zaradi tega prvotnega globokega navdušenja, ob čisto skromnih finančnih sredstvih. Poznam pa tudi mnoge, ki so propadle, ker tega prvotnega navdušenja in ljubezni ni bilo več. Res je, da se kolesa razvoja ne da obrniti nazaj in da stvari morajo rasti. Mislim pa, da je ob vseh prizadevanjih za zbiranje finančnih sredstev vredno več energije posvetiti razčiščevanju in poglobljanju tiste »prve ljubezni«, zaradi katere je neka organizacija v nekem trenutku nastala. Morda so nekateri od tistih prvih ljudi že odšli, morda novi, ki prihajajo, niti ne morejo v celoti razumeti tiste »prve ljubezni«. Pa se mi zdi tako zelo pomembno, da so v vsaki organizaciji ljudje, ki se te »prve ljubezni« še zavedajo in jo dajejo naprej. Brez te »prve ljubezni« je organizacija kot človek brez srca in je prej ali slej obsojena na neuspeh.



Vaje po operaciji dojke 2

# POVEČAJMO GIBLJIVOST ROK

Bojazni, da rok po operaciji dojke ne bomo nikoli več dvignile više od ramen, nismo podglele. Prve vaje smo po navodilu fizioterapevke previdno začele izvajati že v bolnišnici. Če smo z njimi nadaljevale tudi doma (da niso prav nič zapletene, smo vam z besedo in risbo na straneh 36 in 37 dokazali v prejšnji številki Novic Europa Donna), smo zagotovo prišle do točke, ko smo se vprašale: in katere vaje so še napornejše, takšne, s pomočjo katerih bom dosegla takšno gibljivost in moč rok ter ramen, kot sem jo imela pred operacijo?

Sedmim preprostim vajam, ki smo jih predstavili v prejšnji prilogi, bomo danes dodali šest zahtevnejših. Tri med njimi boste izvajale celo z lahкими utežmi. Do nedavna je veljalo, da so te pri limfedemu prepovedane, ker ga še poslabšajo. Najnovejše raziskave, objavljene na spletni strani ameriškega inštituta za raka (National Cancer Institute), pa dokazujejo, da zmerna uporaba lahkih uteži limfedema ne povečuje! Če uteži nimate, vzemite dve pollitrski steklenici vode. Če pri izvajanju vaj čutite, da je pol litra na vsaki strani za vas prava »mala malica«, vzemite dve tričetrtlitrski itd. Vsekakor pa ne pretiravajte in, seveda, povečajte zahtevnost vaj šele takrat, ko čutite, da si to vaše telo želi in jih je sposobno izvajati. Končno pa se o tem posvetujte s fizioterapevko in zdravnikom.

Ne glede na to, ali ste bile operirane samo na eni ali na obeh straneh, izvajajte vaje na obeh straneh. Tako boste sčasoma razvile enakomeren občutek na obeh straneh telesa. Sprva vsako vajo ponovite morda samo trikrat. Ko vam to ne bo več predstavljalo težav, dodajte še kakšno ponovitev. Nikoli pa ne pretiravajte. Nasvet, da poslušajte svoje telo, vzemite resno.

## PRIZADETE IN OSLEBELE TREBUŠNE MIŠICE

Ženske, ki imajo za seboj rekonstrukcijo operirane dojke z odvzemom lastnega mišičnega tkiva iz predela trebuha, se pri zgoraj opisanih vajah srečujejo z dodatno težavo: prizadete in oslabele trebušne mišice. Prve vaje za okrepitev teh mišic bodo spoznale že v bolnišnici. Ob povratku do-

mov pa bodo prepuščene same sebi in svoji vztrajnosti.

Najpreprostejša vaja je tudi najlažja: ležé na hrbtu in s pokrčenimi nogami ob izdihu potegnite trebušne mišice navznoter. Pri tem boste začutile, kako ste ledveni del hrbtenice potisnile ob žimnico. Ob vdihu mišice sprostite in začutite, kako

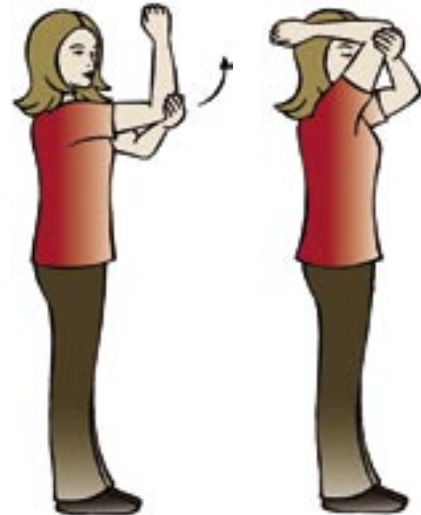
## 2. STRANSKO RAZTEZANJE

V stoječem položaju komolec ene roke dvignite nad glavo, nato pa to roko z drugo roko nežno vlecite čez glavo v nasprotno smer. V položaju vztrajajte pet vdihov in izdihov. Začutite nežno raztezanje v stranskem delu trupa.



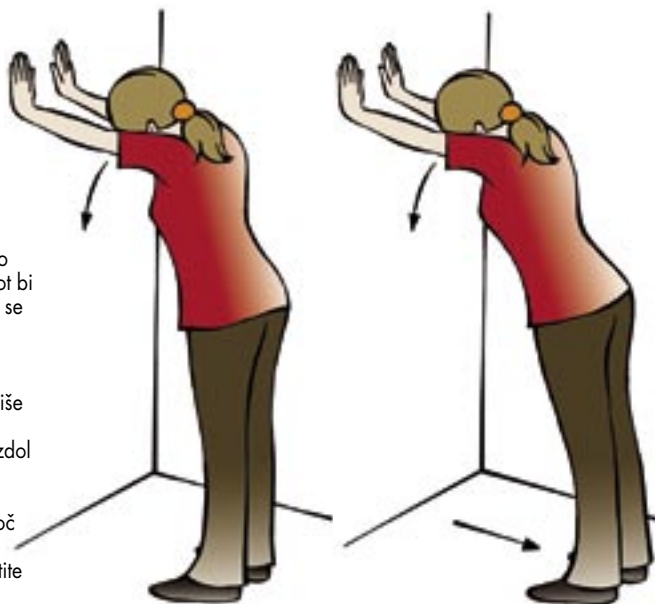
## 3. POTISK KOMOLCA PROTI GLAVI

V stoječem položaju roko pokrčite in jo v komolcu s pomočjo druge roke podprite. Komolec držite v višini rame. Zdaj roko, ki podpira komolec, nežno potiskajte navzgor proti glavi. V položaju vztrajajte pet vdihov in izdihov.



## 1. UPOR PROTI STENI

To vajo smo v lažji obliki predstavili že v prejšnji številki. Danes se bomo potrudile, da po steni ne bomo samo »plezale«, ampak da se bomo obnjo uprle. Občutek bo tak, kot bi jo hotele odriniti, ona pa se temu upira. Postavite se pred steno. Dlani položite plosko na steno – morda nekoliko više od ramen. Glavo spustite rahlo navzdol proti grodnici. Z nekaj kratkimi koraki počasi stopajte nazaj proč od stene. V rokah in ramenih občutite nežno raztezanje.



se je ledveni del hrbtenice oddaljil od podlage.

Tudi naslednja vaja je lahka: ležé na hrbtu pokrčena kolena nagnite v eno stran, jih dvignite nazaj na sredino in nato še na drugo stran.

Trebušnjaki, kakršne smo morda nekoč delale za krepitev trebušnih mišic, so vsekakor prepovedani. Ko bo pa čez nekaj tednov čas za zahtevnejše vaje za krepitev trebušnih mišic, poskusite s tole nežno različico trebušnjakov:

Ležé na hrbtu pokrčite kolena. Glava in zgornji del trupa počivata najmanj na treh blazinah! Nato počasi in s stisnjenim trebuhom najprej glavo, čez čas pa še zgornji del trupa počasi dvigajte, kot bi hotele pogledati svoja kolena. Nato spustite glavo (in trup) nazaj na podlago.

Pa še nekaj je pomembno: **PRAVILNA TELESNA DRŽA**. Stojte in hodite z zravnanim zgornjim delom telesa. Ramena poptisnite nazaj, začutite, kako sta se lopatici

približali in kako je prsnica najbolj izpostavljena točka na sprednjem delu telesa. Ko ste trebušne mišice potegnile rahlo navznoter proti hrbtenici, ste zmanjšale vbočenost ledvenega dela hrbtenice. V tem trenutku tudi jasno začutite, kako ste na tem mestu sprostile napetost.

## POPLAČANA VZTRAJNOST

Spoznanje, da se nenehno učimo, ni puhlo besedičenje. In da vztrajnost prinaša dosežke, tudi ne. Ženske, ki po operaciji raka dojk ne zanemarijo primerne telesne dejavnosti, dosežejo sčasoma enak razpon giba v ramenih, kot so ga imele pred operacijo. S tem ko so sposobne z rokami seči nad glavo in odpreti prsni koš, laže in globlje dihaajo. Globok vdih prinaša v telo več kisika in več življenjskega optimizma in zato pripomore k boljšemu počutju in lažjemu premagovanju tegob, ki jih prinaša huda bolezen.

## OHRANJANJE KONDICIJE

Za večino je značilno, da po določenih doseženih uspehih vadbo, ki nas je do njih pripeljala, zanemarimo. Podobno se dogaja številnim ozdravljenim ženskam, ki so prebolele raka. Ko postanejo roke gibljivejše, ko si spet z lahkoto zapnejo modrček ali v kopališču zaplavajo s širokimi zamahi itd., začetna zagnanost nekako mine. Največkrat se to zgodi takrat, ko si sveto prisežejo, da bodo tudi med domačimi stenami enako disciplinirane, kot so bile na fizioterapiji ali v zdravilišču. In potem izpustijo jutranjo ali večerno vajo, čez nekaj dni vajo nekako nadoknadijo, pa spet izpustijo itd. Ko se teh »špricanj« nabere že toliko, da naučene vaje uidejo iz spomina, se na neki način počutijo, kot bi »potonile«. In mnogo elana je potrebna, da spet »izplavajo«. Če se bo tudi vam zgodilo kaj podobnega (kajti vsaka podobnost z vami je seveda zgolj – namerna), poiščite skupino žensk, ki hodijo k telovadbi. Morda poiščite sebi primerno vadbo joge. Vsekakor iščite skupino, v kateri boste našle tečajnice, s katerimi imate kako skupno lastnost: bodisi starost bodisi prestalo bolezen. Identifikacija je zelo pomemben dejavnik pri dodatni motivaciji za vadbo, in pravilno izbrana vam bo zelo dobro dela. Iščite pa tudi učitelja ali učiteljico z ustreznim znanjem, da vam telesna dejavnost ne bo škodila, ampak koristila.

**Alenka Lobnik Zorko**

4.



### POTISK KOMOLCA NAD GLAVO Z UTEŽJO

Sedite in v roko primite lahko utež.

Roko, ki drži utež, pokrčite in jo z drugo roko nežno potiskajte proti glavi in nad njo.

6.

### LEŽEČI METULJČEK



Ležé na hrbtu primite v vsako roko lahko utež in roki iztegnite po tleh v višini ramen. Nato iztegnjeni roki hkrati dvignite, da se dlani z utežmi nad obrazom »srečata«. Zdaj roki počasi spuščajte v začetni položaj.

5.



### DRSENJE Z ROKAMI PO TLEH

Ležé na hrbtu primite v vsako roko lahko utež.

Komolca pokrčite v položaj svečnika in z njima hkrati drsite proti glavi in nazaj v začetni položaj.



Zadregre bolnikov in reševalcev s parkiranjem, medtem ko kletno parkirišče OI sameva

# NEMOGOČE PARKIRANJE

Le nekaj dni pred uradnim odprtjem novega Onkološkega inštituta so dobili vozniki reševalnih avtomobilov, ki vozijo onkološke bolnike z vseh koncev Slovenije na preglede in terapije v Ljubljano, pisno obvestilo, da po 15. oktobru 2007 ne bodo več smeli parkirati svojih vozil v garažni etaži pod stavbo H, kjer je označenih parkirnih prostorov za prek 30 avtomobilov. Parkiranje, ki je bilo reševalcem dovoljeno v času gradnje, ni bilo priročno le zaradi zagotovljenega prostora v času čakanja na paciente, temveč tudi zaradi neposredne povezave do ambulant in bolnišničnih nadstropij z dvigalom, pa tudi zaradi zavetja v primeru vremenskih nevšečnosti.



**Parkirišče pod Onkološkim inštitutom sameva? Zakaj?**



**Tomo Retonja iz Črnomlja pravi, da je parkiranje reševalnih vozil pred OI praktično onemogočeno. Ali kdo od vodstva sploh ve, kakšne težave imajo bolniki zaradi birokratske prepovedi parkiranja?**

Z istim obvestilom je bil reševalcem zakazan tudi dovoz do vhoda v novo stavbo OI izključno z Vrazovega trga ob Ljubljani, iz Zaloške ceste (z največ 15-minutnim postankom) pa dovoljen le tistim, ki dostavljajo paciente v stavbo C. Dovoz ob Ljubljani do vhoda v novo stavbo OI z nasprotni strani (skozi varovani vhod z zapornico ob »mrtaškem mostu«) reševalcem ni več dovoljen, dovoljen je samo osebnim avtomobilom z nepokretnimi bolniki, tisti, ki še lahko hodijo, morajo peš. Prvo ponedeljkovo dopoldne v novembru smo se pogovarjali s številnimi reševalci, ki so prežali na prosto »luknjo« ob robu do maksimuma zatrpane edine ozke ceste ob Ljubljani in v zadregi parkirali tudi na pločniku ali zelenici.

**Tomo Retonja iz Črnomlja**, ki je zaradi napovedane dolgotrajne terapije ča-

kal na povsem nesamostojno pacientko vse dopoldne in jo je lahko prevzel šele ob 14.30 uri, pravi: »Težave niso samo s parkirnim prostorom, ki ga preprosto ni in se moramo znajti, kakor vemo in znamo, temveč tudi z oddajo in prevzemom bolnikov pri vhodu, še posebej kadar jih pripeljemo več hkrati in jih moramo s posteljo ali vozičkom dostaviti do sprejemne pisarne, medtem pa zapremo pot drugim reševalnim vozilom za nami. Procedura traja kar nekaj minut, prednosti pri sprejemu, razen v zares hudih primerih, tudi nimamo več. V tem času se oblikuje vrsta reševalnih avtomobilov, ki sega na glavno cesto, po kateri lahko v eno smer vozi samo en avtomobil, srečati in obrniti se pa zaradi parkiranih vozil ob robu cestišča ni mogoče. Nihče nam ni povedal, zakaj ne smemo več parkira-

ti pod stavbo H in zakaj je dovoz samo enosmeren, če je cesta dvosmerna. Ne predstavljam si, kako bi se v primeru nujne do bolnišnice prebili gasilci, ker je za njihovo intervencijsko vozilo cestišče preozko, ali kako bo, ko bo zapadel sneg, le kam ga bodo splužili? Škoda, da ob gradnji OI niso pomislili na številne paciente, ki prihajajo dnevno na obsevanja in terapije od drugod, in tudi na nas.« Zanima nas, če tam sploh kdo misli na bolnike?!

**D. Z.**

## PREDLOG ED

Ker je parkiranje v parkirni hiši ob Kliničnem centru, nasproti Onkološkega inštituta v Ljubljani, zelo drago, je dr.



Erik Breclj, kirurg OI, predlagal, da bi bilo parkiranje vseh, ki pridejo na ta konec Ljubljane z zdravniško napotnico, brezplačno. Njegov predlog je

podprla tudi Europa Donna in ga posredovala ministru za zdravje ter Zavodu za zdravstveno zavarovanje Slovenije, da ga preuči in uveljavi. Parkiranje je namreč za marsikoga, ki mora večkrat priti na obsevanje, kemoterapijo ali preglede, zelo drago.

**N. Ž.**

## ZDRUŽENJE ZA BOJ PROTI RAKU DOJK

Za rakom dojk lahko zboli vsaka ženska. Najpogosteje zboli ženske, ki so že v meni, čeprav imajo lahko raka dojk tudi že najstnice. V naši državi zboli za tem najpogostejšim rakom žensk vsako leto na novo več kot tisoč žensk. Verjetnost, da se bo to zgodilo katerikoli izmed nas, s starostjo narašča.

Vabimo vas, da se nam pridružite v Združenje za boj proti raku dojk; razlogi za članstvo v slovenskem združenju Europa Donna so:

- nobene pravice niso več samoumevne, vsako pravico si moramo izboriti;
- vse ženske, ne le tiste, ki imajo denar, morajo imeti zagotovljene preventivne brezplačne preglede – mamografijo – na vsaki dve leti po petdesetem letu;
- ob morebitni obolevnosti je potrebna takojšnja in čim boljša zdravstvena oskrba;
- glas posameznice ne pomeni veliko, zato bomo zastavljene cilje lažje dosegle, če nas bo več.

Pobudo, da se mora strokovnim prizadevanjem v boju proti raku dojk pridružiti čim več žensk, je dal prof. Umberto Veronesi, zdravnik, tedanji italijanski minister za zdravstvo. Njegova pobuda je padla na plodna tla in leta 1994 so ustanovili evropsko zvezo za boj proti raku dojk, EUROPA DONNA, s sedežem v Milanu, ki trenutno združuje 40 držav.

Od leta 1997 je vanj vključena tudi Slovenija. Predsednica slovenske Europe Don-

ne je od februarja leta 2001 prim. Mojca Senčar, dr. med., ki je tudi sama pred 26 leti zbolela za rakom dojk; predsednica odbora pokroviteljev je dr. Danica Purg, tudi prva predsednica slovenske Europe Donne. Združenje zastopa interese žensk v boju proti raku dojk, predstavnike oblasti in vlade pa seznanja predvsem s problematiko te bolezni.

Evropska zveza Europa Donna izdaja EUROPA DONNA NEWS, slovensko združenje pa NOVICE EUROPA DONNA, ki so vsake tri mesece priložene reviji Naša žena.



Fotografija: Neva Železnik

### DESET CILJEV EUROPE DONNE

1. Širi in izmenjuje informacije o raku dojk po Evropi in v svetu.
2. Seznanja z boleznimi dojk.
3. Poudarja pomen ustreznega pregledovanja in zgodnjega odkrivanja raka dojk.
4. Prizadeva si za najboljše zdravljenje.
5. Prizadeva si za popolno oskrbo med zdravljenjem in po njem.
6. Podpira ustrezno dodatno izobraževanje zdravstvenih strokovnjakov.
7. Podpira kakovost strokovne obravnave in pospešuje njen razvoj.
8. Trudi se za stalno posodabljanje medicinske opreme.
9. Skrbi, da ženske kar najbolje razumejo vse predlagane načine zdravljenja, da sodelujejo v kliničnih študijah in da lahko uveljavljajo pravico do dodatnega strokovnega mnenja.
10. Podpira raziskave o raku dojk.

## EUROPA DONNA (pristopna izjava)

**Želim postati članica/član Europe Donne, slovenskega združenja za boj proti raku dojk**

Originalno pristopno izjavo ali njeno fotokopijo pošljite na naslov: Europa Donna, slovensko združenje za boj proti raku dojk, Dunajska 56/V, p.p. 2652 Ljubljana, ali po faksu: 01 436-12-66. Članarina za leto 2007 znaša 8 EUR (1917 tolarjev).



|                              |                      |                              |                      |
|------------------------------|----------------------|------------------------------|----------------------|
| Ime in priimek:              | <input type="text"/> |                              |                      |
| Datum rojstva:               | <input type="text"/> | Poklic:                      | <input type="text"/> |
| Naslov: - doma               | <input type="text"/> | Telefon, faks, doma          | <input type="text"/> |
| - v službi                   | <input type="text"/> | elektronski naslov: v službi | <input type="text"/> |
| Področje dela, ki me zanima: | <input type="text"/> |                              |                      |
| Podpis:                      | <input type="text"/> | Datum:                       | <input type="text"/> |



# INOVATIVNOST NI LE BESEDA!

## **Biološka zdravila skupine Roche**

Biološka zdravila so danes pojem sodobnega zdravljenja in pomenijo novo upanje številnim bolnikom. Mi smo vanje verjeli že pred desetletji. Leta 1987 smo predstavili naše prvo biotehnološko zdravilo, do danes jih lahko naštejemo že devet.

Verjeli smo in dokazali, da z biološkimi zdravili lahko izboljšamo zdravljenje raka dojke, revmatoidnega artritisa, ne-Hodgkinovega limfoma, raka debelega črevesja in danke, hepatitisa B in C, anemije. Verjamemo, da lahko naredimo še veliko več.

Naše poslanstvo je prispevati k boljšemu zdravju ljudi. Zgodovina naših bioloških zdravil potrjuje, da inovativnost za nas ni le beseda, je tudi odgovornost za danes in jutri!



Roche farmacevtska družba d. o. o.  
Vodovodna cesta 109, 1000 Ljubljana, [www.roche.si](http://www.roche.si)