



BYLO TO O PRSA

MY ŽENY STÁLE ŘEŠÍME, JESTLI MÁME MALÁ NEBO VELKÁ PRSA. ALE ČASTO NÁS ANI NENAPADNE ZAJÍMAT SE O TO, ZDA JSOU ZDRAVÁ. A TO JE VELKÁ CHYBA...

TEXT ANDREA V. VOTRUBOVÁ FOTO ZUZANA VEJŠICKÁ

Napadlo vás někdy, že byste si právě vy vyslechla u lékaře diagnózu „rakovina prsu“? Ne? Není divu. Kolem tohoto onemocnění se točí spousta mýtů.

Například že postihuje jenom starší ženy po pětadvacítce. Nebo že jsou v ohrožení pouze ženy, které mají rakovinu v rodinné anamnéze. Skutečnost je ale jiná... Výjimkou nejsou pacientky ani těsně po dvacítce. A to, jestli ke zhoubnému onemocnění máte nějakou genetickou dispozici, nehraje zásadní roli. Vyděsilo vás to? Možná by trochu mělo, protože riziko zhoubné bulky v prsu hrozí každé z nás. Je ale zbytečné se kvůli tomu stresovat. Úplně postačí, když ke svým prsům budete přistupovat zodpovědně. A co to obnáší? Nic dramatického. Stačí, když si jednou za dva roky dopřejete mamografické vyšetření. Jste-li starší 45 let, máte ho hrazené pojišťovnou (některé pojišťovny vyšetření hradí už od čtyři-

ceti), v opačném případě vás bude stát zhruba sedm set korun.

Pomoc, nahmátla jsem bulku!

Hlavní starost o prsa je ale na vás. Odborníci jako prevenci proti rakovině doporučují pravidelné samovyšetření. Jde o záležitost, která vám zabere jen pár minut. Pokud nevíte, jak na to, podívejte se na www.buprague.cz, kde najdete instruktážní film. I když se to nezdá, tato malá prověrka ňader vám může zachránit život. Nevěříte? Přečtěte si příběhy tří žen – Evy (30), Jany (37) a Lucie (31) –, které si jednoho dne nahmátly osudnou bulku. Přestože nad zákeřnou nemocí (zatím) zvítězily, rozhodly se připojit k ostatním, kteří obléknou fialové tričko a zúčastní se letošního Avon pochodu proti rakovině prsu. Přijďte i vy! Se silnými životními osudy těchto tří žen se můžete seznámit na dalších stranách. →

V České republice onemocní rakovinou prsu přibližně šest tisíc žen ročně. Dva tisíce z nich nemoci podlehnou.

FOTO: TRUNKARCHIVE.COM(1)

BOJOVALA JSEM HLAVNĚ KVŮLI DCEŘI

Jana Karavdić (37),
na rodičovské dovolené

Stalo se to dva měsíce po porodu. Kojila svou dcerku a všimla si, že jedno prso je zvláště zatvrdlé. „Nebolole mě, takže jsem usoudila, že to zánět asi nebude. Když jsem pak přišla na kontrolu ke gynekologovi, raději mě rovnou poslal na chirurgii. Po sérii vyšetření vyšlo najevo, že mám nádor. Byl tak velký, že nešel hned operovat! Lékaři mi proto navrhli nejdříve chemoterapii, která ho měla zmenšit. Léčba byla náročná, naštěstí mi s hlídáním miminka hodně pomáhala babička. O víkend, kdy mi bývalo po chemoterapii nejhůř, přebíral službu o dceru a domácnost manžel. Dělal doslova všechno, co mi na očích viděl. Neváhal jet večer do obchodu a koupit mi, na co jsem měla chuť, třeba pepsí colu. Domov, rodina a zejména moje dcera se pro mě staly obrovskou motivací, abych celou situaci zvládla. Pořád jsem si opakovala: Musím být v pořádku, abych se o ni dokázala postarat! Po chemoterapii následovala operace a ozařování. Bylo to těžké období, ale po celou dobu jsem měla podporu a pochopení svého muže, se kterým jsem mohla brát třeba i ztrátu vlasů s humorem. Pomáhala mi i rodina a přátelé, kteří mi darovali odšťavňovač, nakoupili léky na podporu imunity a pomohli i finančně. Zpětně si myslím, že nejtěžší bylo čekání na výsledky vyšetření a potvrzení diagnózy. Ze dne na den jsem byla vážně nemocná. Věděla jsem, že musím najít sílu k léčení, a děkuji osudu, že jsem potkala skvělé lékaře a sestřičky. I když jsem byla vždycky optimista, i mě občas přepadly chmurné nálady, ale dokázala jsem se s tím – za pomoci manžela – nějak poprat. Nemoc mi přinesla i dobré věci. Upevnila moje vztahy s blízkými. Přestala jsem řešit malichernosti. Jsem vděčná za každý den, který prožiju. Navíc mi dala i čas: s dcerkou jsem zůstala doma místo plánovaných dvou let ještě o rok déle. V září už jde do školky a já se vracím do práce.

Mojí největší oporou byl manžel. Pomáhal prakticky, držel mě psychicky. Díky němu jsem si zachovala optimismus.

NEMOC MĚ PŘEKVAPILA PŘED SVATBOU

Eva Schunke (30), majitelka webového obchůdku www.ceska-biokosmetika.cz

Rakovina vstoupila do mého života zcela nečekaně. Při sprchování jsem si náhodou našla tvrdší útvar v prsu. Na internetu jsem si zjišťovala, jak správně provést samovyšetření, a také informace, které by mi pomohly odhalit, co by to mohlo být. V hlavě se mi střídaly myšlenky na smrt s ujišťováním, že určitě o nic vážného nejde. Než jsem se dostala na mamologii, uplynulo deset dní. Deset dní plných obav a strachu, které jsem chtěla věnovat přípravě na chystanou svatbu. Pamatuji si, jak mě zaskočilo, když jsem v čekárně mamologie uviděla starší ženy, které měly kus života za sebou. Ne jako já –

devětadvacetiletá, bezdětná, těsně před svatbou. Když jsem vešla do ordinace, připadalo mi, že se na mě lékař podíval trochu s posměchem. Vzápětí se jeho výraz změnil a já věděla, že je po legraci. Sdělil mi, že jde téměř se stoprocentní jistotou o zhoubný nádor, a přímo na místě mi udělal biopsii, která měla vše do týdne potvrdit. Rozbrečela jsem se. Doktor mi nastínil další postup a oznámil, ať předběžně počítám s operací. Byl konec srpna loňského roku. Z ordinace jsem vyšla s diagnózou, která mi dva a půl týdne před svatbou změnila život. S přítelem jsme se dohodli, že vše proběhne, jak jsme si naplánovali.

Vyšetření biopsie potvrdilo, co lékař předpokládal – nádor o velikosti 10x14 milimetrů! Po vyšetřeních jsem nastoupila do nemocnice. Provedli mi parciální mastektomii a odstranili mízní uzliny v podpaží. Pár dní po operaci jsem se vdávala a na ten jediný, vzácný den na rakovinu zapoměla. Po krátkém posvátebním odpočinku začala léčba: pět měsíců chemoterapie a dvoutměsíční ozařování. Teď jsem krátce po ní. Znovu získávám energii, sebevědomí a pocit ženskosti. Strach a nejistota zůstává, těch se už asi nezbavím, ale nejsem na ně sama. Díky, mami, díky, Henry. A díky i vám ostatním. →

MAKE-UP A VLÁSY: SYLVIE HADZIEFENDIC, STYLING: IVANA PRAŽÁKOVÁ, PRODUKCE: KATERINA VRÁNKOVÁ



Přípravy na svatbu mě psychicky zaměstnaly. Těsně před operací jsem ještě vyráběla svatební vývazky s myrtou.

Přidejte se k Avon pochodu proti rakovině prsu, který startuje 8. června na pražském Staroměstském náměstí. Vstupenkou je fialové tričko, které si můžete koupit za 399 Kč přímo na místě nebo na www.zdravaprsa.cz.

Jako každá žena jsem si přála mít své tělo celistvé. Proto jsem podstoupila oboustrannou plastiku prsou.

DÍKY NEMOCI JSEM SE STALA VÍCE ŽENOU

Lucie Švojgrová (31),
na rodičovské dovolené

Moje maminka dvakrát prodělala rakovinu prsu a já byla u toho, když se z ní léčila. Na základě genetického vyšetření jsem věděla, že se totéž může stát i mně. Docházela jsem proto na preventivní kontroly, a když mi bylo čtyřia dvacet, diagnostikovali mi v pravém prsu nehmatatelný nádor o rozměru 5x5 milimetrů. Věděla jsem, co bude následovat: operace, chemoterapie, ozařování. V den nástupu do nemocnice jsem spadla ze schodu a vyvrkla si kotník. Lékaři tehdy byli zmatení a nevěděli, co léčit dřív – prso, nebo nohu? Pár dní po operaci mě pustili domů. Slavil se Silvestr 2005. Lidé si připijeli na šťastný nový rok a já si v duchu říkala: bude šťastný i pro mě? Byl, přežila jsem. A dokonce i něco víc. Nemoc mi umožnila „zastavit se“ a najít cestu sama k sobě. A to hlavně díky mé fyzioterapeutce, která se zabývá i psychologií. Jednou mi řekla: „Vy jste měla nádor v pravém prsu, a to znamená, že v sobě máte přebytek mužské energie, ale tu svou přirozenou – ženskou – potlačujete.“ Uvědomila jsem si, že má pravdu. Vždycky jsem se chovala spíše jako chlap a dávala důraz především na výkon. A na jednou mi nemoc ubrala sílu a já se začala rozhodovat, jak se svou energií naložím. Naučila jsem se říkat lidem „ne“ a myslet víc na sebe. V průběhu chemoterapie jsem přišla o vlasy, obočí a řasy. V té době jsem se začala více zdobit. Líčila jsem si oči, nosila barevné šátky. Nejvíce moji proměnu zaznamenal člověk mně nejbližší – manžel. Byla jsem skutečně jiná: zranitelnější, ženštější. Pamatuji se, jak mi bývalo po chemoterapii špatně a on oddaně odnášel kbelíky s mými zvrátky. Abych řekla pravdu, mám pocit, že nám moje nemoc srovnala vztah. Já se stala více ženou, a dala tak svému muži prostor, aby byl vedle mě skutečně mužem. ■