

# Pier(w)si

## DO BADAŃ

### Nie bój się badać!

Z pewnością wielokrotnie w swoim życiu, stykałaś się z problematyką różnego rodzaju chorób nowotworowych: a to rzucił Ci się w oczy plakat zachęcający do badań, a to, otrzymałaś ulotkę reklamującą naturalne metody wspomagania leczenia, z pewnością nie raz natrafiłaś na artykuł w Internecie opisujący historie walki z rakiem. Nie podlega wątpliwości także to, że słyszałaś o Twojej sąsiadce, dalszej znajomej, albo wręcz przeciwnie być może ktoś z Twoich, naprawdę bliskich osób mierzy się z problemem raka. Ale czy kiedykolwiek dopuszczałaś do siebie myśl, że to może spotkać także Ciebie? Czy kiedykolwiek przez Twoją głowę przeleciała szybka jak torpeda myśl „to mogło spotkać również mnie”? Jaka była Twoja reakcja? Czy tak samo szybko odesłałaś te torpedę w kosmos? Czy pozwoliłaś jej wylądować? A gdy kurz po intensywnej burzy mózgu opadł, podjąłś te ważną decyzję i skierowałaś pierwsze kroki na badania? Tutaj postawię kropkę. Bo wierzę, że Twoja odpowiedź jest twierdząca.

Nowotwory to niezwykle trudny temat. Słowo rak, wzbudza ogromny niepokój i strach, a także niechęć do rozmowy, owa niechęć spowodowana jest naturalnie ludzką naturą- nie lubimy rozmawiać o rzeczach trudnych i niemiłych, z przyjemnością i bez skrępowania wypieramy niełatwe sprawy. Większości z nas rak kojarzy się z niesprawiedliwością, ogromnym bólem, brakiem szans albo niewielką nadzieją na odzyskanie zdrowia. Niewiele z nas zdaje sobie sprawę z tego, że szybko wykryty nowotwór w większości przypadków daje duże szanse na wyleczenie.

My, kobiety w szczególności narażone jesteśmy na raka piersi- jest to nowotwór, który otwiera parszywą listę najczęstszych kobiecych nowotworów. Mamy do czynienia ze szkodnikiem, który w oczach wielu kobiet, zabija powoli- odzierając z kobiecości, pozbawia jakże istotnych we współczesnym świecie atrybutów: tracimy włosy, brwi, nasza skóra staje się blada, jak karta papieru, a przy tym wszystkim bardzo często pojawia możliwa utrata piersi. I nagle czujemy się nijakie, w głowie wiruje zatrważające pytanie „co teraz?”.

Co z moimi planami, pasjami, realizacją zawodowych obowiązków, rodziną, dziećmi, spełnianiem marzeń i całą chęcią do życia. Tracimy grunt pod nogami. Następuje kryzys, poczucie zagubienia i pomimo wsparcia bliskich najczęściej odczuwamy brak zrozumienia, osamotnienie i emocjonalne wyczerpanie. Obniżony nastrój i smutek nie znikają niemożność odczuwania przyjemności jest nieodzownym elementem dnia codziennego, do tego dochodzą objawy fizyczne, które pogłębiają nagromadzenie negatywnych emocji.

Należy jednak pamiętać, że rak nie jest wyrokiem, diagnoza to tylko informacja, a nie data przewidywanej śmierci. Musisz zdać sobie sprawę z tego, że nikomu nie może zależeć na Twoim zdrowiu bardziej niż Tobie. Dlatego, tak ważnym elementem jest podjęcie decyzji o regularnym wykonywaniu badań. W wielu przypadkach można uniknąć utraty piersi czy wyniszczającej długotrwałej chemioterapii- pod jednym warunkiem – należy się badać, aby jak najszybciej móc zdiagnozować nieprzyjaciela. Sztab wykwalifikowanych specjalistów, których znajdziesz na [znanylekarz.pl](http://znanylekarz.pl) jest w stanie zaoferować Ci pomoc na każdym etapie. Poczawszy od wizyty u psychologa i wsparciu emocjonalnym, po dokładne specjalistyczne badania diagnostyczne i profesjonalny dobór leczenia.

Sara Poznańska, psycholog

<https://www.znanylekarz.pl/sara-poznanska/psycholog/poznan>