

# DELO ZDRAVNIKA V PREVENTIVNI AMBULANTI – DOSEDANJE IZKUŠNJE

*Vida Stržinar*

Ambulanto za bolezni dojke (ABD) je osnovala Zveza slovenskih društev za boj proti raku skupaj z Zdravstvenim domom Center na Metelkovi ulici, ker se je na podlagi večletnih izkušenj pokazalo, da je izredno težko opravljati edukacijske preglede dojke brez take ambulate.

Drugi razlog za ustanovitev ABD je bil ta, da so Ljubljankanke in okoličanke imele le eno ambulanto, opremljeno za diagnostiko bolezni dojke – to je na Onkološkem inštitutu, kjer je bila čakalna doba zaradi preobremenitve že skoraj 1 leto.

Tretji razlog pa je bil, da v zdravstveno zavarovanje ni vključena pravica do preventivnega pregleda dojke – torej je morala imeti ženska za pregled napotnico osebnega zdravnika, ki jo je ta izdal ali pa tudi ne. Ambulanta društva pregled dojke omogoča vsem članicam brez napotnice.

Z načrtnimi edukacijskimi pregledi dojke smo začeli, ko je Zveza slovenskih društev za boj proti raku posebno pozornost posvetila zgodnjemu odkrivanju raka dojke v okviru akcije SLOVENIJA 2000 IN RAK leta 1991. Ta akcija je bila v okviru Evropske lige za boj proti raku, ki si je zadala nalogo zmanjšati obolenje in umiranje za rakom za 10 % do leta 2000. Glavno torišče delovanja je bilo izobraževanje in širjenje informacij o raku. Natisnili smo številne zloženke, izdali knjižice za laike z napotki za zdravo življenje in z opozorili na zgodnje znake pojava te bolezni.

Začeli smo z izobraževanjem učiteljev in tako sem sama ali s prof. Demšarjem obiskala številne šole in jim predavala o raku, da bi učitelji to prenesli na učence. Takrat se je pokazalo, da rak dojke z deležem 25 % pri aktivni populaciji žensk zahteva posebno pozornost in začelo se je z edukacijskimi pregledi delavk na šolah. Nato smo vsem našim članicam ponudili možnost edukacijskega pregleda in odziv je presegel pričakovanja. Značilno je, da je obisk edukacijskega pregleda dojke odvisen od stopnje izobrazbe oz. zdravstvene osveščenosti npr. učiteljice v različnih šolah so prišle praktično vse, snažilke istih šol pa le izjemoma; v Mesni industriji Zalog, kjer so pretežno nekvalificirane delavke, je bila udeležba le 22 %.

Zakaj ne pridejo na pregled, so kot vzrok navedle:

1. Bojim se poslušati o tej grozni bolezni.
2. Bojim se, da bi kaj odkrili.

Gre torej za zelo primitivno predstavo po vzorcu: »česar ne vem, tega ni« in slepi strah zaradi popolnega neznanja o bolezni. Zato je zlasti za te ženske zelo pomembna motivacija. Predavatelj mora predvsem poudariti, da bulica v dojki običajno ne pomeni, da ima ženska raka in tudi, če je bulica resnično rak, so možnosti za ozdravitev odlične, dokler je le-ta majhna. Žensk ne smemo »strašiti« z napovedmi, kako poteka bolezen v napredovalnih fazah. Moja izkušnja je taka, da so se delavke naknadno prijavljale k predavanjem in pregledom, ko so jim sodelavke povedale, da ni bilo slišati prav nič groznega.

Naj na kratko povem, kako sem organizirala svoje delo v ABD na Metelkovi.

Ženske – članice našega društva, se prijavijo in sestra v ambulantni naredi razpored v skupine po 15 –25 žensk. Opozorimo jih, da se časovno razvrste glede na menstrualni cikel. V času pregleda imam ob sebi višjo medicinsko sestro in rentgenskega inženirja za mamografijo. Skupini najprej razložim fiziologijo in različno patologijo dojke, kar je zelo pomembno, ker jih običajno skrbi le boleča, otekla dojka ali izcedek. Poudarim, da je rak bulica,

- ki ne boli,
- ki ne nastane čez noč in
- da jo bodo znale poiskati dovolj zgodaj, če bodo redno pregledovale dojke.

Povem, da so vedno odprta vrata ABD, da so na vrsti takoj, najkasneje pa v 7 dneh, če opazijo kakršnokoli spremembo na dojki in to javijo moji medicinski sestre. Poudarim, da pri majhni buli, tudi če je ta rakava, ne odrežemo dojke, da zadošča široka ekscizija in da je bolezen ozdravljiva. Samopregledovanje priporočamo vsak mesec po končani menstruaciji, pod tušem, ko roka lepo drsi. Tehniko pregledovanja pokažem kar na sebi. Nato jim na kratko razložim o mamografiji in po dogovoru vse starejše žene od 45 let opravijo preventivno slikanje dojke. Tem tudi odpremo popis oz. kartoteko. Razložim povezavo hormonske substitucijske terapije z nastankom raka na dojki (riziko v primerjavi z dobrobitom je za obdobje do 10 let zelo majhen). Hormonsko substitucijsko terapijo vsekakor svetujem ženskam, ki imajo težave zaradi mene. Če še nimajo literature, dobe zloženko o samo-pregledovanju dojke: ZA ZDRAVE DOJKE, SEDEM DOBRIH NASVETOV in DEKLETA IN ŽENE, DOBRO JE VEDETI. Sledi pregled v ordinaciji in za izbrane mamografija. O izvidih so obveščene. Če odkrijemo patologijo, izpeljemo diagnostiko z možnostjo ciljne mamografije (kompresija s povečavo), UZ dojke in citološko punkcijo. Problem so še vedno netipljive lezije dojke. Te bolnice napotimo na Onkološki inštitut za specialno diagnostiko.

Izkušnje so absolutno pozitivne, ker se ženske vedno znova ob letu prijavljajo (za te predavanja modificiram). Dober glas se širi, saj se na novo prijavljajo tudi številne organizacije.

## **POVZETEK**

- 1. Za zgodnje odkrivanje raka je še vedno najpomembnejše znanje o tej bolezni – informacije.**
- 2. Še vedno je največje število primerov raka dojke odkritih ob samopregledu.**
- 3. Strokovna navodila in periodični redni pregledi žensk z mamografijo in samopregledi so najboljša možnost za zgodnjo diagnozo.**
- 4. ABD omogoča takojšnjo obravnavo, če si ženska odkrije spremembo na dojki.**

Slabost naše ambulante je, da je ena ambulanta premalo za tako velike potrebe in prihaja do vedno daljše čakalne dobe. Zveza slovenskih društev za boj proti raku že ustanavlja nove ambulate širom po Sloveniji. Problem ustanavljanja novih ambulant pa niso zgolj denarna sredstva, ampak predvsem pomanjkanje usposobljenih strokovnjakov za diagnostiko bolezni dojk. Prva naloga slovenske onkološke stroke bo usposobiti zdravnike za to delo (rentgenologe, citologe, kirurge, ginekologe).