

В продължение на една година интервюираме хора, свързани с фондация „Утре за всеки“, които ни показаха какво е необходимо, за да се справиш с диагнозата рак на гърдата и да имаш смелостта да продължиш напред...

Какво е “Утре за всеки”? Личен дълг към всички, които обичаме. Мотив да бъдем отговорни към себе си. И най-вече фондация, зад която стоят г-жа Нина Хаджийска и всички, които подкрепиха нейната кауза за създаване на Дневен център за профилактика и рехабилитация на засегнатите от диагнозата рак на млечната жлеза. Списание GRAZIA подкрепи и ще подкрепя и за в бъдеще проектите на фондация „Утре за всеки“. И ако досега неведнъж сме попадали на три стъпки, които ще ни помогнат да бъдем по-красиви или по-успели, то никога още не е определил трите стъпки, за да имаме утре... Ето кои са те според нас:

ПЪРВА СЪПКА: ДА СЕ ИНФОРМИРАМЕ

Ракът на гърдата е най-широко разпространеният рак сред жените. Той може да има наследствен характер, но това не е задължително при всеки. Често се смята, че е предизвикан от стрес. Статистиката показва, че всяка осма



ТРИ СЪПКИ

за... утре

жена е с рак на гърдата и всяко второ семейство е засегнато. Има и много по-тежка статистика, но е важно да знаем, че ранната диагностика дава възможност на медицината да спаси 90-96% от жените с такава диагноза. Никога от нас не е защитена независимо на колко години сме и каква професия упражняваме. Дори популярността не гарантира имунитет – сред известните личности, които са се сблъскали с тежката диагноза, са Кайли Миноуг, Анастейша, Шерил Кроу.

ВТОРА СЪПКА: ПРОФИЛАКТИКА

Редовните прегледи при специалист-мамолог гарантират успешно оздравяване. В началото заболяването няма ясно изразени симптоми, само редовната профилактика и мамографската апаратура

позволяват да бъдат открити миниатюрни образувания в тъканите на млечната жлеза. Намесата и лечението трябва да са незабавни, затова е препоръчително поне един път в годината всяка една от нас да се подлага на профилактичен преглед, който се полага от Здравната каса за всички здравноосигурени. За жените на възраст между 45 и 55 години е желателно прегледът да се извършва два пъти годишно. Добре е да не забравяме факта, че възраст и имунитет срещу рак на гърдата няма.

ТРЕТА СЪПКА: ВЯРАТА

Всеки избира да вярва в каквото иска. В Бог. В себе си. Вярвай в хората, които обичаш. Вярвай в съдбата. Вярвай, че нищо в живота не е случайно... вярвай, защото така се чувстваш по-силен и уверен. Вярвай, за да победиш! Вярвай, за да гледаш напред. Вярвай, че можеш да се справиш и можеш да бъдеш по-добър във всичко, защото си вярвал. ■



За повече информация:

www.utrezavseki.org
Телефони за връзка:
02/ 843 58 43 -
офис; 0888 62 60 40,
0894 406 441 -
Нина Хаджийска,
председател на УС;
0888 887 796 -
Гинка Петкова -
клиничен и консултативен психолог;
e-mail:
utrezavseki@abv.bg

Текст: Яница Йончева Фотография: Gulliver Photos