

# RAKA PŁUCA

# MOŻNA

# UNIKNAĆ

**Podczas targów pracy na Politechnice Wiktor trochę od niechcenia złożył aplikację do pracy za granicą. Praca ta wydawała mu się trudna tylko z powodu rozłąki z rodziną. Zdrowy, silny chłopak, z rolniczej rodziny nigdy nie bał się ciężkiej pracy. Miał tylko jeden dylemat. Czy można zostawić rodziców samych ze zdiagnozowaną niedawno chorobą ojca?**

Rak płuca został wykryty dość wcześnie, bo ojciec systematycznie robił badania. - W młodości dużo paliłem, pracowałem kilka lat w kopalni, to musiało się odbić na zdrowiu - mawiał, kiedy sąsiedzi dziwili się jego nadgorliwości. Odkąd Wiktor pamięta, ojciec robił sobie prześwietlenia klatki piersiowej. Na szafie w domu zebrało się jeszcze dużo klisz starego typu, przez które jakiś czas temu razem z braćmi oglądali zaćmienie słońca. Miesiąc temu opis badania, którego pacjent już nie widzi, bo jest zapisywane cyfrowo przyniósł niepokojącą diagnozę. Pulmonolog odczytał ją jako drobne zmiany nowotworowe w obrębie prawego płuca. Dwaj bracia Wiktora są już usamodzielnieni. Mają rodziny, pracę, mieszczą w mieście. Na 30-hektarowym gospodarstwie pracują tylko rodzice, którzy wyspecjalizowali się w produkcji mle-

ka. Teraz ojciec ma skierowanie do szpitala, a matka zostanie sama. Czy da sobie radę? Bracia obiecali, że zajmą się rodzicami, pomogą matce i zachęcają Wiktora do wyjazdu. On jednak się waha.

## Choroba cywilizacyjna

Rak płuca to najczęstszy i najgorzej rokujący wśród nowotworów złośliwych. Jest chorobą cywilizacyjną, bo wywołuje go wdychanie toksycznych zanieczyszczeń zawierających azbest, węglowodory aromatyczne, nikiel, chrom, związki arsenu, ale przede wszystkim dymu nikotynowego z papierosów i fajek. Tak samo szkodliwe jest palenie fajki wodnej (shishy) i e-papierosów.

Niebezpieczne jest też palenie bierne, czyli przebywanie wśród palących. Ryzyko zachorowania rośnie im dłużej trwa kontakt człowieka z nikotyną, dlatego najczęściej chorują palący mężczyźni około 70. roku życia. Ostatnio rośnie też zachorowalność wśród kobiet, które w młodym wieku zaczęły palić. Rzadko, raz na dwanaście przypadków zdarzają się zachorowania spowodowane mutacją A148T genu CDKN2A, a więc choroba może wystąpić nawet u osoby, która nigdy nie paliła.

Początek choroby zwykle przebiega bezobjawowo - podaje portal onkologiczny zwrotnikraka.pl, dlatego guz często wykrywany jest przy okazji innych badań, zwłaszcza prześwietlenia klaki pier-



siowej. Bywa, że typowe objawy nowotworu płuc, takie jak kaszel, duszności i świszczący oddech, chrypka, odkaszczanie krwistej wydzieliny, ból w klatce piersiowej i barkach, zmęczenie i utrata wagi są przypisywane innym chorobom.

Badania profilaktyczne obejmują przede wszystkim rentgen klatki piersiowej. Każdy powinien wykonywać go co 2 lata, a osoby palące raz w roku. Wśród palaczy z objawami duszności przeprowadza się także spirometrię. Badania takie wykonuje bezpłatnie m.in. Centrum Onkologii w Warszawie, ale również lokalne placówki NFZ.

## Rzuć palenie

Dr Magdalena Cedzyńska, która kieruje poradnią Pomocy Palącym w Centrum Onkologii w Warszawie uważa, że każdy sposób na rzucenie palenia jest dobry. Na jednego zadziała psychoterapia, innych zmotywuje czynnik zewnętrzny, choćby Światowy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu, który co roku przypada w trzeci czwartek listopada.

**Więcej na temat profilaktyki nowotworów czytaj na stronie:**

Zawsze można skorzystać z bezpłatnej pomocy lekarzy i terapeutów dostępnych poprzez ogólnopolską infolinię 801-108-108 (od poniedziałku do piątku w godz. 11-19).

Można też napisać e-maila: [biuro@jkrzucicie.pl](mailto:biuro@jkrzucicie.pl) - w tytule trzeba wpisać „Konsultacja”, a w treści dane do kontaktu: imię, numer telefonu, preferowany dzień i godzinę kontaktu, a specjalisci sami oddzwonią.

## Szybka diagnoza daje szansę

Tamtego lata Wiktor napisał do przyszłego pracodawcy, że musi odłożyć wyjazd do Norwegii na rok. Myślał, że już się do niego nie odezwą. Odebrał dyplom ukończenia studiów z wyróżnieniem i wrócił na wieś. Ojciec przeszedł szczegółowe badania. Tylko dzięki temu, że jego choroba została tak wcześnie wykryta, terapia okazała się mniej inwazyjna niż sądził. Nadzwyczaj szybko wrócił do formy, choć żona i syn stanowczo zabraniali mu wykonywania najcięższych prac przy krowach.

Wiktor trochę z nudów, a trochę żeby się sprawdzić jako absolwent mechaniki zautomatyzował większość prac w oborze. Ich gospodarstwo dostało nawet wyróżnienie w konkursie organizowanym przez mleczarnię.

W jednym tygodniu listonosz przyniósł dwa listy. Ten zaadresowany na ojca, z Centrum Onkologii wywołał powszechną radość w rodzinie. Wyniki były dobre. Drugi, do Wiktora był w dużej tekturowej kopercie i nadszedł z Oslo. W środku były wszystkie dokumenty dotyczące jego zatrudnienia i bilet lotniczy. Czekali równo rok. Nie zapomnieli o zdolnym studencie z Polski. Teraz już Wiktor nie miał wątpliwości, co zrobić.

PLANUJĘ **DŁUGIE** ŻYCIE



Kampania realizowana w ramach Narodowego Programu Zwalczenia Chorób Nowotworowych, zadanie Promocja zdrowia i profilaktyka nowotworów, finansowana ze środków Ministra Zdrowia.

[planujedlugiezycie.pl](http://planujedlugiezycie.pl)  
[gov.pl/zdrowie](http://gov.pl/zdrowie)