

# Sobota: dzień dla zdrowia

● **Bezpłatne konsultacje z zakresu profilaktyki chorób nowotworowych, porady specjalistów**

● **4 lutego, w ramach Światowego Dnia Walki z Rakiem, chętni mogą porozmawiać z onkologiem**

## Akcja/Zdrowie

Joanna Krężelewska

joanna.krzelewska@igk.24.pl

W najbliższą sobotę, 4 lutego, w ramach Światowego Dnia Walki z Rakiem, mieszkańcy Koszalina i okolic będą mogli bezpłatnie poradzić się onkologa. Organizowana przez Affidea Polska akcja skierowana jest zarówno do osób chorych na nowotwory, ich rodzin, bliskich jak i wszystkich, którzy chcą poszerzyć swoją wiedzę na temat tej choroby. Pacjenci będą mogli także skonsultować się z lekarzem i uzyskać informacje, jak powinni postępować na co dzień, by skutecznie zapobiegać chorobom nowotworowym. Patronat nad akcją objęła Polska Unia Onkologii.

## Gdzie, kiedy?

Bezpłatne konsultacje zostaną przeprowadzone w sobotę w godzinach 8-13 w Międzynarodowym Centrum Onkologii Affidea przy ul. Tytusa Chałubińskiego 7 w Koszalinie (Szpital Wojewódzki).

Do dyspozycji mieszkańców będą lekarze oraz pielęgniarki z Międzynarodowego Centrum Onkologii Affidea w Koszalinie. Odpowiedzą oni na wszystkie pytania, dotyczące zapobiegania, ale też diagnostyki i leczenia nowotworów. Będzie można porozmawiać na temat ginekologii onkologicznej i radioterapii. Zainteresowani będą mogli również zwiedzić ośrodek radioterapii i wysłuchać wykładu na temat profilaktyki nowotworowej.

## Pytania i konsultacje

-W profilaktyce raka duże znaczenie ma właściwa dieta, aktywność fizyczna i odpowiedni tryb życia. Nie bez znaczenia pozostają jednak badania profilaktyczne, które pomagają wcześniej wykryć raka, a tym samym zwiększyć szanse na wyleczenie - tłumaczy dr hab. n. med. Ewa Ziółkowska,



► Zainteresowani po konsultacjach będą mogli między innymi zwiedzić ośrodek radioterapii, poznać szczegóły tej metody leczenia, wysłuchać wykładu na temat profilaktyki nowotworowej

ską, specjalista radioterapii onkologicznej i kierownik MCO Affidea w Koszalinie. - Obecnie zbyt wiele osób odwieka decyduje o wykonaniu kontrolnych badań czy choćby konsultacji z lekarzem swojego stanu zdrowia. W najbliższą sobotę każda osoba będzie mogła skorzystać

z bezpłatnej wizyty u lekarzy onkologów i uzyskać odpowiedzi na nurtujące ją pytania. Sobota to dzień wolny od pracy, ale to nie dzień wolny od zdrowia, dlatego serdecznie zapraszamy wszystkich mieszkańców Koszalina i okolic do dbania o zdrowie - dodaje.

## Ważna samokontrola

Podczas konsultacji panie będą mogły przypomnieć sobie albo dowiedzieć się, jak właściwie wykonać profilaktyczne badanie piersi. Rak piersi to jedna z najczęściej występujących chorób nowotworowych. Jego rozpoznanie stanowi 25 proc.

wszystkich diagnoz onkologicznych w Polsce. Szacuje się, że możliwe byłoby uratowanie co najmniej 2,5 tys. kobiet rocznie, gdyby diagnoza postawiona została wcześniej. Wcześniej wykryty rak jest bowiem wyleczalny, dlatego tak ważne jest regularne samobadanie piersi. Affidea regularnie angażuje się w inicjatywy społeczne, w których podkreśla się rolę profilaktyki przeciwnowotworowej i podejmuje działania edukacyjne. W Światowym Dniu Walki z Rakiem oprócz organizacji „białych sobót” w trzech ośrodkach radioterapii, dodatkowo wspiera Polskie Amazonki. Wcześniej razem z Amazonkami biła rekord Guinnessa w... samobadaniu piersi oraz zainicjowała nietypową akcję społeczną „Zyciowy przepis”. Jej celem jest budowanie świadomości, że wykonane samodzielnie badanie piersi może uratować życie. Akcja ta spotkała się z uznaniem dużej grupy młodzieży z Hongkongu, która przybyła do Polski z okazji Światowych Dni Młodzieży i uczestniczyła w warsztatach z samobadania piersi. ●

©/24

**Sobota to dzień wolny od pracy, ale nie dzień wolny od zdrowia**