

MEDICAL TRIBUNE

318 punktów
edukacyjnych

4/2024
LIPIEC-
-SIERPIEŃ
2024

cena 34,00 zł
(w tym 8% VAT)
ISSN 1895-5754

Wojna na recepty
– więcej szkody
niż pożytku?

OSTRY DYŻUR:

Strategia
redukcji otyłości
– zadanie
międzyresortowe


WYWIAD POD PRETEKSTEM:

Epidemia cięć
cesarskich
w Polsce

SUKCES JEDNO MA IMIĘ:

Zdrowe
spojrzenie
na życie

podyplomie.pl

 MEDICAL TRIBUNE POLSKA



KOD PRODUKTU: MTD 2024/8

Zdrowe spojrzenie na życie

Niepełnosprawni, którzy mają świadomość własnego potencjału i swojej wartości, próbują – w większości w nieprzychylnym otoczeniu – ułożyć sobie życie zawodowe. Takim przykładem imponującej sprawności zawodowej jest pan Bohdan Wasilkiewicz, który mimo porażenia czterokończynowego, na które choruje od dziecka, spełnia się w swojej branży – i na dodatek pomaga innym w trudnych dla nich chwilach

Bohdan Wasilkiewicz prowadzi stoisko z książkami na terenie Narodowego Instytutu Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie – Państwowego Instytutu Badawczego w Warszawie (NIO-PIB) (nie jest pracownikiem szpitala, a jedynie dzierżawi powierzchnię), stanowi dla pacjentów tej placówki swoisty punkt i informacyjny i wsparcia zagubionym osobom, na które spadła wiadomość o chorobie. Stara się to miejsce odczarować, aby było bardziej ludzkie, a ta jego ponadprogramowa działalność jest bezinteresowna, doceniana zwłaszcza przez trafiających do centrum onkologicznego pacjentów.

NOWOTWOROWE TSUNAMI

Według szacunków Krajowego Rejestru Nowotworów obecnie ponad 1,17 mln Polaków żyje z chorobą nowotworową i jest to problem narastający nie tylko pod względem zdrowotnym, lecz także społecznym i ekonomicznym. Nowotwory są drugą w kolejności przyczyną zgonu w Polsce (po chorobach układu krążenia), co odpowiada ponad 25% zgonów ogółem – do 2020 r. na każde 100 000 Polaków co roku u mniej więcej 440 osób zdiagnozowano nowotwór, a ponad 3000 żyło z chorobą nowotworową zdiagnozowaną w ciągu ostatnich 10 lat¹.

NIEPEŁNOSPRAWNY RYNEK PRACY

Według danych statystycznych oficjalna liczba osób z prawnym potwierdzeniem niepełnosprawności w Polsce liczy przeszło 3 mln² – w rzeczywistości jednak w zależności od przyjętego kryterium niepełnosprawności biologicznej (a ściślej poziomu ograniczeń) populacja ta może sięgać od 4,9 mln do nawet 7,7 mln osób³ w społeczeństwie liczącym ponad 37,5 mln obywateli⁴ (stan na kwiecień 2024 r.). Potwierdzeniem takich szacunków są wyniki Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań⁴ (stan na 31 marca 2021 r.), na podstawie których określono tę grupę na 5,4

mln, czyli 14,3% ludności kraju (w poprzednich spisach było to odpowiednio: 12,2% w 2011 r. i 14,3% w 2002 r.), i dodatkowo większy udział tego typu niepełnosprawności wykazano u kobiet (54,9%) niż mężczyzn (45,1%)⁵.

Jak wyglądają dane na temat aktywności zawodowej osób niepełnosprawnych w wieku produkcyjnym? Wyniki Badania Aktywności Ekonomicznej Ludności wskazują, że w 2022 r. w porównaniu z rokiem poprzednim współczynnik aktywności zawodowej wzrósł o 1,3 pkt proc.³ Mimo takiego pozytywnego trendu aktywność

zawodowa niepełnosprawnych nadal bardzo znacząco odbiega od aktywności osób sprawnych. Jak podała Najwyższa Izba Kontroli (NIK), w latach 2018-2020 nie miało pracy ani jej nie szukało ponad 2,5 mln osób z niepełnosprawnością, czyli ponad 80% tej grupy, co powoduje, że pod względem wskaźnika bierności zawodowej w tej grupie Polska zajmuje piąte miejsce w Europie. Powodem okazuje się brak ofert pracy dla tej części społeczeństwa – w brany pod uwagę 2020 r. zanotowano 3% ogółu ofert pracy niesubsydiowanej (takiej, w której koszt zatrudnienia pracownika

Nowoczesne terapie z pewnością przyczyniają się do wydłużenia życia, niemniej ich ograniczona dostępność (refundacja) to w Polsce wciąż poważna bariera – badania statystyczne mówią, że polscy pacjenci mają średnio w zależności od rodzaju nowotworu o 10-20 pkt proc. mniejsze szanse na 5-letnie przeżycie w stosunku do obywateli innych państw Unii Europejskiej (np. w przypadku przewlekłej białaczki limfocytowej to 10%)⁶.

Narodowy Instytut Onkologii na warszawskim Ursynowie jest olbrzymią placówką w skali całego kraju. Pracują w niej wybitni specjaliści i konsultanci krajowi. Nic więc dziwnego, że dziennie trafia tu nawet 2000 osób z całej Polski – czasami jadą całą noc, by dostać się na wizytę do lekarza, a otrzymując upragniony numer w kolejce, czekają cierpliwie nawet godzinami na swoją wizytę. Pomoc specjalistów jest tu bezdyskusyjna. Jednak, patrząc z subiektywnej i czystko ludzkiej strony, diagnoza często przygniata chorych i sprawia, że czują się zagubieni nie tylko pod wpływem natłoku informacji, które otrzymali od lekarza, lecz także samego ogromu budynku. Tymczasem punkt księgarski jest umiejscowiony na głównym szlaku komunikacyjnym szpitala (w żargonie szpitalnym mówi się, że to ich „Marszałkowska”) – właśnie tędy pacjenci podążają na wszelkie badania (naświetlania, rezonans magnetyczny, tomografię komputerową →



pokrywa w całości pracodawca) oraz 1,2% subsydiowanej (koszty zatrudnienia pokrywa Fundusz Pracy lub Europejski Fundusz Społeczny), przy czym większość ofert dotyczyła pracy za minimalne wynagrodzenie i umów krótkoterminowych, a także warunku założenia działalności gospodarczej⁷. Jak stwierdziła NIK, z jednej strony niepełnosprawnym po prostu nie opłaca się podejmować pracy (przynajmniej legalnej), ponieważ wraz z zatrudnieniem się są im zmniejszane świadczenia socjalne lub wręcz są odbierane, z drugiej zaś pracodawcy pozostają ogólnie niechętni zatrudnianiu

niepełnosprawnych, a jeśli to robią, to traktują takich pracowników jak tanią siłę roboczą lub środek do uzyskania refundacji oraz dofinansowań (mechanizm opiera się na tym, że po zakończeniu okresu umowy zwalniają takiego pracownika, po czym pozyskują na etat kolejne osoby skierowane przez urząd pracy). W ocenie NIK powiatowe urzędy pracy raczej wspierają bierność zawodową osób niepełnosprawnych niż aktywizują tę grupę⁷. Największą barierą okazują się więc ludzie i ich mentalność, a największym dylematem egzystencjalnym odpowiedź na pytanie: być czy mieć?

Mało się robi ku temu, by edukować społeczeństwo – uczyć współzycia różnych grup na rynku pracy, możliwości symbiozy i umiejętności dostrzegania szans z zatrudnienia niepełnosprawnych. Tymczasem przy starzeniu się społeczeństwa (co jest trendem nie tylko dla Polski, lecz także ogólnie Europy) właściwe wykorzystanie potencjału tej grupy społeczeństwa leży w interesie społeczno-ekonomicznym kraju, w aspekcie etycznym zaś przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu i sprzyja poczuciu bycia potrzebnym, czyli własnemu dowartościowaniu.

W ustach „pana od książek” słowa, że wiele rzeczy zależy tylko od nas, a gdy się idzie z życiem do przodu, to będzie się i ono, i człowiek rozwijać, przestają być banalnym stwierdzeniem

itp.), więc siłą rzeczy trafiają na pana Bohdana. A on nikomu nie odmówi wsparcia – na medycynie się nie zna, ale na ludzkich sercach już tak. Jego własna niepełnosprawność okazuje się atutem w autentyczności stwierżeń i słów wsparcia: jeśli ja daję radę, ty także możesz; świat się na tym nie kończy, że pan/pani jest chory/chora, po prostu zaczyna się nowy etap życia – może inny niż dotychczas, ale jest, bo z nowotworem (jak z niepełnosprawnością) da się żyć, a czas życia się wydłuża dzięki postępom nauki i nowoczesnym metodom leczenia, które przyczyniają się też do podniesienia jakości życia.

BOHDANOTERAPIA

Każda choroba zagrażająca życiu zmienia dotychczasowy sposób postrzegania świata. Samo przebywanie w towarzystwie pana Bohdana, który nie wstydi się swojej niepełnosprawności, tylko traktuje ją jak nieodłączny element swojej sprawnej egzystencji (a mottem jego życia stało się stwierdzenie: wolniej chodzę, więcej widzę), i rozmowa z nim prowokują do zatrzymania się i zastanowienia, jak ruszyć na nowo z bagażem nowych doświadczeń i wiadomości, które pojawiły się wraz z chorobą. Ma w sobie tak dużo radości i siły, że wystarcza, by zarazić optymizmem innych. W ustach „pana od książek” słowa, że wiele rzeczy zależy tylko od nas, a gdy się idzie z życiem do przodu, to będzie się i ono, i człowiek rozwijać, przestają być banalnym stwierdzeniem. Otwiera również oczy historia jego życia i spokojne stwierdzenie faktu, że on nigdy nie będzie zdrowy. A jednak nie przeszkadza mu to w byciu samodzielnym i sprawnym zawodowo. Zajmuje się sprzedażą książek – sam dużo czyta i po prostu kocha książki oraz ludzi. Poza tym robi wiele zwyczajnych i niezwykłych rzeczy – tylko inaczej, po swojemu. Niepełnosprawność nie przeszkadza mu w podróżowaniu, założeniu sztabu Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy Osób Niepełnosprawnych, skokach ze spadochronem ani bieganiu. Energia go wprost rozpięra, a upust jej daje zwłaszcza we wszelkich biegach charytatywnych, typu Onkobieg (wokół Centrum Onkologii i Hematologii – we wrześniu tego roku pobiegnie już 17 raz), „Wybiegaj Krew i Szpik”, Wings for Life (w tym roku brał udział 6 raz). Bycie niepełnosprawnym nie przeszkadza bowiem pomagać innym. Choć w codziennym życiu się zdarza, że pan Bohdan – tak jak każdy – potrzebuje pomocy i czasami musi o nią poprosić, to gdy biega,

czuje od startu do samej mety, że wszystko zależy od niego. Wiadomo, że nie pobiegnie w maratonie, bo go fizycznie nie ukończy (trzeba też wiedzieć, kiedy odpuszczać), niemniej te biegi, które wybiera, są przez niego do pokonania o kulach – jest bardzo dumny, że udaje mu się wystartować i skończyć bieg, bo towarzysząca temu adrenalina jest naprawdę piękna i niweluje wszystko: zmęczenie, wyczerpanie, napięcie. Po takiej aktywności dochodzi do siebie jeden dzień – kładzie się i leży, pozwalając odpocząć mięśniom. Przede wszystkim odpoczywają ręce, choć obciążenie dla nóg w czasie biegu jest dla niego też duże. Ale – jak przekonuje: „Gdy ktoś potrzebuje pomocy, to się nie zastanawiasz, tylko idziesz i pomagasz, bez zastanowienia. A radość z tego jest wielka”.

To, co robi, zostało dostrzeżone przez Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej, które w 2022 r. nagrodiło pana Bohdana tytułem Dżentelmena Roku w kategorii „życie społeczne”. Nawet nie wie, kto go zgłosił do tej nagrody – ale wie, za co: za jego zawodową i empatyczną działalność w ursynowskim centrum onkologicznym, za to, że pomaga, jest zawsze uśmiechnięty, a ludzie dzięki niemu są mniej zestresowani i mniej zagubieni.

SPRAWNE POKONYWANIE BARIER

Wiele osób z racji niepełnosprawności jest wykluczonych czy wykluczanych z życia społecznego, zawodowego, a nawet czysto miejskiego, zważywszy na bariery infrastrukturalne (wysokie progi, brak podjazdów, brak wind dla niepełnosprawnych itp.). Z punktu widzenia osób sprawnych łatwo przyjąć, że tak niestety musi być i nie zauważać problemu ani nie poruszać tematu – najwygodniej dla otoczenia jest, by niepełnosprawni zostawali w domu, nie przemieszczali się, nie pokazywali. Najlepiej to przemilczeć. Tymczasem jak każdy, oni również chcieliby żyć normalnie – bo przecież są normalnymi ludźmi, mimo że uszkodzonymi przez los, życie. Wielu nie wyobraża sobie, by jedynie siedzieć w jednym miejscu i patrzeć w telewizor. Pan Bohdan również stwierdza, że póki ma siłę, potrzebę i ochotę, to będzie wychodzić z domu, pokazywać się w przestrzeni publicznej, bo nie wyobraża sobie, żeby miał nic nie robić ani nie mieć kontaktu z ludźmi. Jest więc wymarzoną osobą w swoim (i nie tylko) fachu – dlaczego więc to on musi się starać, aby osiągnąć zwykły dostęp do swojej pracy? Przecież to inni – kontrahenci i pracodawcy – powinni zabiegać o takiego współpracownika/pracownika.



Zarówno prof. Piotr Rutkowski, jak i Bohdan Wasilkiewicz od samego początku biorą czynny udział w Onkobiegu – w tym roku pobiegną już po raz 17



W 2022 r. Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej nagrodziło pana Bohdana tytułem Dżentelmana Roku w kategorii „życie społeczne”



Bohdan Wasilkiewicz i Janusz Bukowski, który jest prezesem Stowarzyszenia Dać Siebie Innym, organizatorem corocznego (począwszy od 2011 r.) Biegu Charytatywnego „Wybiegaj Krew i Szpik” wokół stadionu PGNiG Narodowy, a także Kawalerem Orderu Uśmiechu

Spójrzmy pokrótce na bariery, które ma do pokonania jako niepełnosprawny – samodzielny i sprawny zawodowo 51-letni mężczyzna. Pan Bohdan, pracując 5 dni w tygodniu (przeciętnie w godz. 7.00-15.00), codziennie dojeżdża z Legionowa na warszawski Ursynów. Musi – jak każdy – zaplanować swoje wyjście, tak aby w odpowiednim czasie zdążyć na autobus i przemieścić się z punktu A do B. Ma jednak przy tym do pokonania o wiele więcej niedogodności niż inni, którzy nawet się nad tym nie zastanawiają. Na przykład jego mobilność zimą spada o 2/3, ponieważ musi wyjść wcześniej, licząc się z tym, że droga jest nieodśnieżona, a nawet jeśli jest odśnieżona, to pozostaje śliska, a wówczas idzie po głębokim śniegu, ponieważ tam się nie przewróci (jak wyznaje, wstać zimą po upadku jest naprawdę trudno) – niemniej zajmuje mu to więcej czasu. W zasadzie wszystko jest przeciw temu, by wychodził z domu. A jednak się nie poddaje. Na miejscu czeka na niego rozłożenie stoiska – niestety, nie jest zabudowane, więc musi je codziennie związać i codziennie na nowo rozkładać (i ten etap uznaje za najgorszy i najcięższy w swej pracy). Od rana do wieczora w ruchu są jego ręce – to dla nich ekstremalny wysiłek: nimi uклада książki, podaje egzemplarze, za ich pomocą porusza się o kulach. Udogodnieniem z pewnością byłaby zabudowa z rolet – nie musiałby wówczas codziennie składać stoiska, przychodzić wcześniej, by je rozłożyć. Byłoby

też świetnie mieć etat w szpitalu, który daje większe przywileje socjalne niż działalność gospodarcza, którą prowadzi. Choć nie jest pracownikiem szpitala, to po 18 latach pracy na jego terenie wrósł w ten pejzaż. Korzyści byłyby więc obopólne – i dla pana Bohdana, który zyskałby m.in. etatowy urlop i przywileje socjalne, i dla szpitala, który i tak korzysta z dobrodziejstwa wartości dodanej pana Bohdana, a zatrudniając osobę niepełnosprawną, mógłby dodatkowo liczyć na ulgę z tego tytułu, nie mówiąc już o korzyści wizerunkowej – ośrodka, który leczy nie tylko z nowotworów, lecz także z barier dla niepełnosprawności, mając swoją własną metodę: „bohdanoterapię”, która przynosi korzyści dla chorych: i onkologicznych, i z niepełnosprawnością.

ZŁOTY ŚRODEK: WIEDZA DZIĘKI ODPOWIEDNIEJ EDUKACJI

Warto pamiętać, że sprawność, którą mamy od początku życia, nie jest dana raz na zawsze. Choroba bywa – jak w przypadku pana Bohdana – wypadkiem losowym (tutaj przy sześciorcu zdrowego rodzeństwa akurat padło na niego i to on jedyny zachorował na porażenie kończyn) albo efektem mechanizmu, o działaniu którego nie mamy jeszcze medycznego pojęcia. Ale zdarza się i tak, że kalectwo spada na człowieka nagle – samych wypadków drogowych jest rocznie blisko 20 000-30 000, →

Rolą świadomego i zdrowego społeczeństwa powinno być bowiem integrowanie ludzi z tych dwóch środowisk: populacji zdrowej i nie w pełni sprawnej, a równie wartościowej, by w naturalny sposób ze sobą współistniały

do tego dochodzą te w miejscach pracy, wypoczynku itp., jeszcze inną przyczyną są amputacje kończyn z powodu np. nowotworów kości. Wiele (i coraz więcej) zdrowych osób wchodzi więc niespodziewanie w świat znany niepełnosprawnym i nagle muszą oni zacząć egzystować na nieznanym sobie dotąd warunkach – przestają być sprawni, już nie będą mogli np. wejść po schodach, tylko będą musieli korzystać z windy dla wózków, z podjazdów itp. Będą musieli się uczyć na nowo żyć, pokonując bariery – i te z życia codziennego jak nierówne, zniszczone chodniki, wysokie progi na ulicach i w środkach transportu miejskiego, po powstałe bariery w głowie – i u siebie, i u otoczenia.

Brakuje przy tym niestety edukacji, jak się zachować w stosunku do niepełnosprawnego, w ogóle chorego, nie urażając ani nie będąc nachalnym. I może dlatego wybieraną opcją jest często zaniechanie jakichkolwiek działań, świadome omijanie wzrokiem niepełnosprawnego. O wiele łatwiej wziąć udział w akcjach i zrzutkach charytatywnych, niż stanąć twarzą w twarz z żywym człowiekiem. A przecież to, że ktoś jest niepełnosprawny, nie oznacza, że zaraża chorobą. Według pana Bohdana podstawowym błędem w relacjach niepełnosprawny – sprawny jest po prostu strach przed podejściem i zwykłym zapytaniem, czy można pomóc. „Gdy podejdziesz i zapytasz – tłumaczy pan Bohdan – to ja ci powiem, jak mi pomóc, z której strony trzeba podejść (z prawej czy lewej), żeby nie utrudniać, albo poproszę, żebyś wziął kule i plecak, bo wówczas nie będę miał zajętych rąk, będą wolne plecy, więc sam zejść ze schodów, bo tak będzie mi łatwiej, szybciej i przestanę czuć się ograniczony”. Z drugiej strony sami niepełnosprawni bywają zablokowani – i też nie wiedzą, jak reagować na pytanie, czy im pomóc. Dlatego pan Bohdan dla zasady zawsze się zgadza na proponowane wsparcie – nie z powodu tego, że sobie nie poradzi, tylko dlatego że ktoś się odważył, podszedł i chce z czystego serca pomóc. „Bo – jak tłumaczy pan Bohdan – jeżeli tej osobie ktoś powie raz i drugi »nie«, to tej trzeciej niepełnosprawnej, która może nie mieć nawet siły, by poprosić, może już nie zaproponować wsparcia, sparzony wcześniejszymi odmowami”.

We współistnieniu tych światów ważne jest też, by od bliskich nie otrzymywać sygnału, że niepełnosprawność wyłącza z życia, ponieważ to pogłębia poczucie wykluczenia i osamotnienia oraz rodzi przeświadczenie, że jest się do niczego ani niczego się nie osiągnie. Istotne jest też, by bliscy nie przypisali im od dziecka

roli ofiary, ale zagrzewali do walki o swoje – uświadamiając, że będzie trudniej niż zwykłym zdrowym ludziom, ale nie bez szans. Właśnie tego nauczyła pana Bohdana jego mama, która wcale nie dawała mu taryfy ulgowej. Wychowywała siedmioro dzieci, a ponieważ urodził się jako drugi w kolejności, więc angażowała go do pomocy przy młodszym rodzeństwie – jeśli tylko był w domu, ponieważ dużo czasu w dzieciństwie spędził w szpitalach (po 1-1,5 roku) na operacjach i rehabilitacjach. Miał zawsze jej wsparcie, gdy się uczył na nowo wstawać z łóżka, chodzić, gdy się zakochał, założył rodzinę i na świat przyszedł jego dzieci. Teraz on sam, wspierając innych, ma też wsparcie swojej żony i nastoletnich synów.

Edukacja to połowa sukcesu, bo sprzyja stawianiu na samodzielność niepełnosprawnych i przeciwdziałaniu wykluczeniu. Mając na uwadze spektakularny sukces edukacyjny, którym była nauka przedszkolaków podstaw pierwszej pomocy, może warto by było uczyć w szkole już od dziecka, w jaki sposób wspierać ludzi z różnymi niepełnosprawnościami, jak z nimi rozmawiać, postępować, jak w ogóle mówić o chorobie, śmierci. Rolą świadomego i zdrowego społeczeństwa powinno być bowiem integrowanie ludzi z tych dwóch środowisk: populacji zdrowej i nie w pełni sprawnej, a równie wartościowej, by w naturalny sposób ze sobą współistniały, miały szanse się dopełniać i wzajemnie od siebie czerpać. To nie powinno być zderzenie światów, tylko kompletny model świata. ●

Iwona Witt-Czuprzyńska

PIŚMIENNICTWO

1. Nowotwory złośliwe w Polsce. <https://onkologia.org.pl/pl/epidemiologia/nnowotwory-zlosliwe-w-polsce> (dostęp: 23.06.2024)
2. <https://www.gov.pl/web/popcwsparcie/ile-jest-osob-z-niepelnosprawnosciami-w-polsce>
3. <https://niepelnosprawni.gov.pl/index.php?c=page&id=80&print=1>
4. <https://stat.gov.pl/podstawowe-dane/>
5. <https://niepelnosprawni.gov.pl/index.php?c=page&id=78>
6. Pięcioletnie przeżycia polskich pacjentów wynoszą 70 proc., to około 10 punktów procentowych mniej niż w innych krajach UE. 1.02.2024. <https://onkologia.org.pl/pl/news/piecioletnie-przezycia-polskich-pacjentow-wynosza-70-proc-okolo-10-punktow-procentowych-mniej> (dostęp: 23.06.2024)
7. Kielczykowska A. Ponad 80 proc. osób z niepełnosprawnościami nie miało pracy [RAPORT NIK]. Dziennik Gazeta Prawna z 20.02.2022
8. <https://onkobiegl.pl/aktualnosci/2024-05-27-dla-kogo-pobiegniesz-w-tym-roku-zapisy-otwarte> (dostęp: 27.07.2024)

ONKOBIEG – „RAZEM PO ZDROWIE!”

Onkobieg to jedyna w swoim rodzaju charytatywna impreza biegowa zapoczątkowana w 2008 r.

z inicjatywy chorych onkologicznych, którzy skupili się w Stowarzyszeniu Pomocy Chorym na Mięsaki i Czerniaki Sarcoma. W tym roku – 8 września – po raz 17 każdy, obojętnie, czy jest zdrowy, chory, biega wyczynowo, amatorsko, porusza się o kulach lub na wózku, może wesprzeć swym wysiłkiem podopiecznych Sarkomy, czyli pacjentów onkologicznych potrzebujących pomocy. Wystarczy wziąć udział we wspólnym maratonie (po wcześniejszym zarejestrowaniu się) i w ciągu godziny pokonać wyznaczoną trasę na terenie warszawskiego Narodowego Instytutu Onkologii – tyle okrążeń, na ile pozwolą siły. Kilometry przeliczane są na złotówki, za pomocą których dzięki sponsorom finansowane są później m.in. protezy kończyn amputowanych w wyniku nowotworu, koszty dojazdów pacjentów do szpitali, zapewnienie im wsparcia psychoonkologicznego⁸. Co ciekawe, w tym roku bieg odbędzie się równoległe w Szczodrem (k. Wrocławia), Starachowicach, a także w zgłaszanych oddzielnych lokalizacjach.

Od samego początku entuzjastą i propagatorem Onkobiegu jest prof. dr hab. n. med. Piotr Rutkowski, który co roku bierze w nim czynny udział.

– Jestem wielkim fanem Onkobiegu – wyznaje pan profesor. – To jest taki wspaniały dzień dla Narodowego Instytutu i generalnie onkologii, choć w zasadzie my stanowimy jedynie tło i pomoc. Unikalne w tym wszystkim jest to, że Onkobieg jest organizowany przez chorych. Zainicjowały go osoby, które chorowały na mięsaki, czyli nowotwory mięśni, kości – dość rzadkie nowotwory, występujące w każdym wieku i mogące powodować niepełnosprawność. Ponieważ nie są powszechne, muszą być leczone w bardzo wyspecjalizowanych ośrodkach. W trakcie leczenia trzeba czasami usunąć duży fragment grupy mięśniowej albo kość, którą jednym razem da się zastąpić, innym zaś trzeba się uciec do amputacji kończyny. W przypadku tego typu nowotworów nie ma profilaktyki, ale za to właściwe wczesne ich rozpoznanie i leczenie w odpowiednim ośrodku sprawiają, że jesteśmy w stanie w 75% pokonać chorobę, a większość pacjentów zachowuje pełną sprawność po leczeniu – tłumaczy profesor Rutkowski. – Onkobieg jest wydarzeniem, które odczarowuje i odmitologizowuje nowotwory. To jest wspólne spotkanie (a atmosfera jest isticie rodzinna), podczas którego choroba jest traktowana jak coś normalnego. Mówi się o niej i przybliża ją ze świadomością, że każdy z nas albo z kręgu naszej rodziny, przyjaciół może przecież zachorować. Dlatego tak ważne są profilaktyka i edukacja. Przy okazji Onkobiegu podawanych jest mnóstwo informacji i o leczeniu, i o tym, jak wielu nowotworom można po prostu zapobiec. A jeśli człowiek zachoruje, a jest w dobrej formie fizycznej, to znacznie łatwiej go leczyć



prof. dr hab. n. med. Piotr Rutkowski, kierownik Kliniki Nowotworów Tkanek Miękkich, Kości i Czerniaków, pełnomocnik dyrektora ds. Narodowej Strategii Onkologicznej i Badań Klinicznych, Narodowy Instytut Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie – Państwowy Instytut Badawczy Warszawa, przewodniczący Zespołu Ministra Zdrowia ds. Narodowej Strategii Onkologicznej, przewodniczący Polskiego Towarzystwa Onkologicznego, przewodniczący Rady Agencji Badań Medycznych

i ma o wiele większą szansę, że przetrwa np. trudne leczenie onkologiczne. Na Onkobiegu jest więc wszystko: radość pomocy i uczestniczenia we wspólnej inicjatywie, edukacja, czyli informacje o zapobieganiu nowotworom, o wszystkich możliwych profilaktykach, o tym, jak się zdrowo odżywiać (rozstawiają się ze swoimi stoiskami różne stowarzyszenia i organizacje, które chętnie udzielają wszelkich informacji), a także diagnostyka – w dniu Onkobiegu obecne są bowiem też stoiska, na których można zrobić badania, np. skóry, w kierunku raka płuca czy mammografię. Jest też przygotowanie do samego biegu – uświadamianie, jak się bezpośrednio przygotować (osłona przed słońcem, nawadnianie itp.), wspólna rozgrzewka. To jest jedyne w swoim rodzaju święto i onkologów, i pacjentów, ich rodzin, przyjaciół. Naprawdę niewiele mamy takich wydarzeń, w których chorzy razem z personelem systemu opieki zdrowotnej spędzają wspólnie czas w tak wyjątkowy sposób.

