



Po pierwsze - profilaktyka

2021-12-07

Droga kobieto, czy robiłaś ostatnio badania kontrolne w kierunku raka piersi? Drogi mężczyzno, czy zachęcałeś swoją mamę, żonę, córkę do profilaktyki? Zdrowie. Każdy niby zdaje sobie sprawę, że jest to rzecz najważniejsza, ale nie każdy naprawdę o nie dba. A życie pisze różne scenariusze i czasami potrafi mocno nas zaskoczyć.

Za nami październik, czyli miesiąc świadomości raka piersi – nowotworu najczęściej diagnozowanego wśród kobiet i niestety najczęściej ze wszystkich kobiecych chorób nowotworowych przynoszącego śmierć. Z tych właśnie powodów najważniejszym dla nas pytaniem powinno być, jak temu zapobiegać. Bo zapobiec można – jeżeli nie samej chorobie, to na pewno śmierci z jej powodu. Po pierwsze – profilaktyka. Samobadanie, USG piersi, badania kontrolne. Po drugie – wsparcie. Rak piersi najczęściej dotyka kobiet (choć zdarzają się również rzadkie przypadki u płci przeciwnej), ale my mężczyźni możemy przypominać o badaniach i wspierać nasze mamy, żony, siostry, przyjaciółki w profilaktyce. Jestem szczęśliwym mężem i tatą dwóch córek. Czego najbardziej pragnę? Żeby były zdrowe i dbały o swoje zdrowie. Chciałbym, aby wiedziały, że profilaktyka może uratować im życie, że warto się badać. Chciałbym je w tym wspierać i uczyć dobrych nawyków. Dlatego 31 października pobiegłem w Biegu Kobiet „Zawsze PierWsi”, który ma na celu promowanie profilaktyki raka piersi, a także zbiórkę funduszy na badania USG oraz pomoc kobietom już chorym. O regularnych badaniach należy mówić najczęściej, jak się da, a jeżeli dodatkowo można zrobić to w aktywny, zdrowy sposób? Brawa dla Fundacji „W biegu” za świetną inicjatywę! Bo nie ma nic ważniejszego niż zdrowie... nasze własne i naszych bliskich. Dbajmy o siebie.

Rafał Komarewicz, wiceprzewodniczący Rady Miasta Krakowa