**Ambasadorki Profilaktyki BreastFit wyłonione!**

**21 kobiet zrzeszonych w pięciu kołach gospodyń wiejskich zostało ambasadorkami profilaktyki raka piersi. Uczestniczki warsztatów zorganizowanych przez Fundację OnkoCafe - Razem Lepiej w ramach kampanii edukacyjnej BreastFit. Kobiecy Biust. Męska Sprawa. zostały propagatorkami zdrowego stylu życia i regularnych badań kontrolnych składających się na prewencję nowotworów piersi. Panie będą uczyć inne kobiety w swoich regionach jak właściwie dbać o zdrowie.**

Warsztaty z samobadania piersi i profilaktyki nowotworowej dla przedstawicielek pięciu kół gospodyń wiejskich zostały zorganizowane przez Fundację OnkoCafe - Razem Lepiej w ramach kampanii edukacyjnej BreastFit. Kobiecy Biust. Męska Sprawa. W cyklu spotkań szkoleniowych wzięło udział 21 kobiet w wieku od 25 do 65 lat.

Pod okiem zespołu Fundacji OnkoCafe panie uczyły się zasad zdrowego stylu życia oraz właściwej techniki badania biustu. Zajęcia praktyczne były realizowane z użyciem fantomów. Po zajęciach każde biorące udział w warsztatach koło gospodyń wiejskich otrzymało medyczny model na własność.

– *W każdym z kół, w którym odbyły się warsztaty, spotkałyśmy się z ogromnym zaangażowaniem i otwartością na wiedzę o zdrowym stylu życia i właściwych technikach samobadania piersi, które mogą pomóc zapobiegać nowotworom lub zdiagnozować ja na bardzo wczesnym etapie. Zależało nam, by działania edukacyjne nie skończyły się na jednym szkoleniu, ale by wiedza szła dalej, do innych kobiet. Stąd decyzja o podarowaniu fantomów kołom gospodyń wiejskich i zaproszenie nowo wyłonionych Ambasadorek Profilaktyki BreastFit do dalszych wspólnych działań* – mówi Anna Kupiecka, prezes Fundacji OnkoCafe - Razem Lepiej.

Uczestniczki warsztatów zostały zaproszone do wspólnej dedykowanej grupy na portalu społecznościowym. Panie mogą być ze sobą w stałym kontakcie, wymieniać się treściami edukacyjnymi i korzystać z bieżącego doradztwa Fundacji OnkoCafe. Połączenie zajęć praktycznych ze wsparciem w kanałach cyfrowych zostało przez uczestniczki przyjęte pozytywnie.

– *Zaskoczyło nas, że wiele kół gospodyń wiejskich zrzesza młode kobiety, które nigdy nie zetknęły się z edukacją w obszarze profilaktyki raka piersi, ale z drugiej strony które pozostają na tę wiedzę otarte. Co więcej, same panie wskazywały, że szkolenie kobiet to ważny krok, ale powinna iść za nim edukacja mężczyzn. Często to najbliżsi kobietom panowie są w stanie skutecznie zmotywować je do zadbania o zdrowie, przypomnieć o badaniu a nawet wyczuć pierwsze niepokojące zmiany. Wzajemne wsparcie to motyw przewodni kampanii BreastFit, dlatego od razu przyklasnęłyśmy pomysłowi, by na kolejne edycje szkoleń uczestniczki musiały przyprowadzać ze sobą mężczyznę. Tata, partner, brat – każdy może się uczyć i każdy może być dla kobiety cennym wsparciem* – przekonuje Anna Kupiecka.

Współpraca z Ambasadorkami to też platforma wymiany wiedzy. Fundacja ma możliwość monitorowania w ten sposób sytuacji w regionach, w których działają przeszkolone panie, uzyskując ta drogą informację o problemach, na jakie natrafiają kobiety w obszarze profilaktyki i diagnostyki.

Ważnym tematem poruszanym podczas warsztatów przeprowadzanych w kołach gospodyń wiejskich była diagnostyka genetyczna. Panie pytały o znaczenie mutacji w genach BRCA1/2 i dyskutowały o tym, jak można wykonać badania diagnostyczne w kierunku oznaczenia mutacji i co zrobić, jeśli wyniki potwierdzą wyższe prawdopodobieństwo do zachorowania na raka piersi i/ lub raka jajnika.

– *Temat mutacji w genach BRCA 1/2 stał się w ostatnim czasie nośny z uwagi na oświadczenie Pauliny Młynarskiej, która publicznie przyznała się do profilaktycznej mastektomii. Kobiety w naturalny sposób chcą wiedzieć, dlaczego „polska Angelina Jolie” zdecydowała się na ten krok i czy mastektomia to zawsze konieczność w przypadku potwierdzenia mutacji genowych BRCA 1/2. Podczas szkoleń rozmawiałyśmy o tym, że radyklana terapia to nie jedyna opcja – można także pozostawać pod stałą, częstszą kontrolą medyczną. Najważniejsza jest jednak wiedza – o badaniach i ich znaczeniu* – mówi Adrianna Sobol, psychoonkolog i członkini Zarządu Fundacji OnkoCafe.

Promocja wiedzy o badaniach genetycznych to zdaniem Przedstawicielek Fundacji ważny element optymalnej profilaktyki raka piersi.

*– Chcemy szerzyć wiedzę o tym, że w Polsce funkcjonuje „Program opieki nad rodzinami wysokiego dziedzicznie uwarunkowanego ryzyka zachorowania na nowotwory złośliwe, w tym na raka piersi i raka jajnika”. Warto dyskutować o jego dostępności i rewizji wskazań. Bez wątpienia jest to jednak istotne narzędzie, które tu i teraz daje szansę na wiedzę i decyzję o postepowaniu profilaktycznym. Często to szansa na decyzję na warunkach kobiety, a nie choroby* – podkreśla Anna Kupiecka.

Z ankiety przeprowadzonej przez Fundację OnkoCafe w grupie 236 kobiet; pacjentek onkologicznych i ich bliskich[[1]](#footnote-1), wynika, że zdecydowana większość (65 proc.) ankietowanych zadeklarowała przynależność do grupy wysokiego ryzyka zachorowania na raka piersi/ jajnika.

1. <https://onkocafe.pl/images/dokumenty/Ankieta_POZIOM_WIEDZY_NA_TEMAT_DOST%C4%98PNO%C5%9ACI_BADA%C5%83_GENETYCZNYCH_W_RAMACH__PROGRAMU_OPIEKI_NAD_RODZINAMI_WYSOKIEGO_RYZYKA_ZACHOROWANIA_NA_RAKA_PIERSI_I_RAKA_JAJNIKA_.pdf> [↑](#footnote-ref-1)