

Botimi Nr. 6  
Shkurt 2020



**KANCERI**  
DHE TRAUMA  
PSIKOLOGJIKE

**DIAGNOZA**  
TRIPLE  
NEGATIVE

**ANXHELA, JEDA DHE  
ANXHI**

Historia e tre vajzave  
që rritën flokët për t'i  
dhuruar


**EUROPA DONNA**  
NË KOMISIONIN EUROPIAN



# Përmbajtja

Ky është një botim informues për kancerin e gjirit nga **Europa Donna Albania** dhe shpërndahet falas në të gjithë Shqipërinë.

Përmbledhje .....	3
Diagnoza “Triple Negative” .....	4
Dhurimi i flokëve, një dhuratë më personale sesa dërgimi i një çeku.....	6
Europa Donna në Komisionin Evropian për konsultimin e planit “Europe’s Beating Cancer” .....	8
Kanceri dhe trauma psikologjike që përjeton individit dhe familjarët.....	11
Aktivitete, fushata, programe edukuese dhe takime me gratë me kancer gjiri .....	13



# Përmbledhje

## Kontribuo edhe ti për gratë me kancer gjiri

**K**anceri i gjirit është kanceri më i shpeshtë tek gratë, duke prekur 2.1 milion gra çdo vit, dhe gjithashtu shkakton numrin më të madh të vdekjeve të lidhura me kancerin midis grave. Në 2018, vlerësohet se 627,000 gra vdiqën nga kanceri i gjirit - kjo është afërsisht 15% e të gjitha vdekjeve nga kanceri midis grave. Ndërsa nivelet e kancerit të gjirit janë më të larta tek gratë në rajone më të zhvilluara, normat po rriten në pothuajse çdo rajon globalisht. Kanceri është një ndër shkaqet kryesore të vdekjeve në Shqipëri.

EDA përfaqëson interesat e grave shqiptare lidhur me parandalimin dhe mbrojtjen nga kanceri i gjirit përballë institucioneve shëndetësore dhe autoriteteve publike të cilat e kanë për detyrë ta realizojnë këtë

### ***Si mund të kontribuoni edhe ju ndaj kësaj kauze?***

EDA zhvillon projekte edukuese, fushata të ndryshme dhe seminare praktike dhe është përfaqësuar në konferenca ndërkombëtare dhe kongrese si dhe konferenca bashkëpunuese me organizata të tjera në gjithë botën. Duke qenë pjesë e Koalicionit Evropian të Kancerit të Gjirit-EUROPA DONNA, ne jemi të përfaqësuar deri në Komisionin Evropian.

Mundësia e mbijetesës nuk është vetëm në mënyrë të konsiderueshme më e mirë në disa vende

evropiane sesa në të tjera, ekziston gjithashtu një ndryshim i jashtëzakonshëm në rajone brenda disa vendeve dhe nga spitali në spital. Prandaj, kontributi juaj është shumë i rëndësishëm në një prej kauzave më të rëndësishme që prek vajzë, motrën, bashkëshorten, bijën a mbesën tuaj.

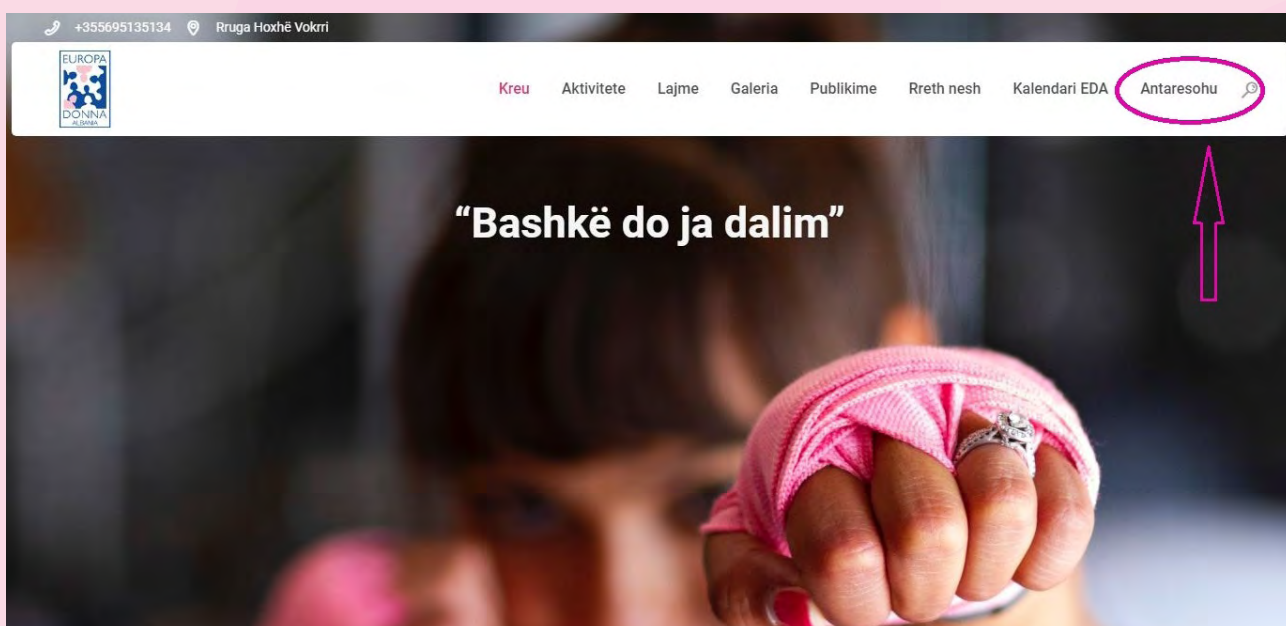
Hapi i parë që mund të bëni është të bëheni **anëtar i organizatës sonë**. Gjë të cilën mund ta bëni pranë zyrave tona, aktiviteteve dhe në website-n tonë po ashtu:

Mund të angazhoheni në projektet, aktivitetet dhe fushatat që organizata Europa Donna Albania organizon në kuadër të “Programit Rozë”, program i cili synon t'i japë zë grave me kancer gjiri dhe t'i fuqizojë ato.

Mund të kontribuoni duke dhuruar flokë për gratë me kancer gjiri. Flokët duhet të jenë të pakten 25 cm të gjata dhe natyrale, të cilat më pas bëhen paruke.

Mund të mbështesni financiarisht përpunimin e parukeve për gratë me kancer gjiri dhe aktivitete e fushatat e Europa Donna Albania.

Për më shumë informacion mund të na ndiqni në faqen tonë zyrtare: [www.europadonna.al](http://www.europadonna.al) dhe në të gjitha rrjetet sociale, me të njëjtin emër: Europa Donna Albania.

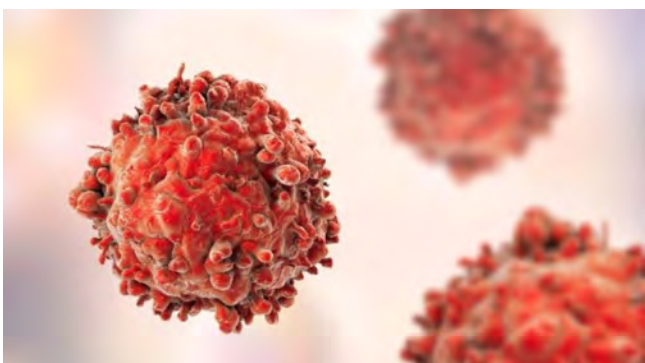




**Besmira Malaj**  
Mjeko Onkologe, Spitali Rajonal Korçë

## Diagnoza “Triple Negative”

**E**dhe pse përbëjnë më pak se 20% të të gjithë tumoreve të gjirit, kanceri i gjirit triple-negativ është përgjegjës për një numër jo proporcional të rasteve dhe vdekjeve midis grave të reja. Statistika të tilla bëjnë shumë gra që diagnostikohen me këtë sëmundje të ndjehen pashpresë. Megjithatë, studimet në dekadën e fundit kanë demonstruar se pacientët me sëmundje triple-negativ kanë një reagim thellësisht më të mirë ndaj kimioterapisë konvencionale se sa gratë me lloje të tjera të kancerit të gjirit. Shumë shpesh këto të dhëna anashkalohej ose keqkuptohen nga pacientët. Prandaj, informacioni dhe edukimi i pacientëve janë shumë të rëndësishëm.



Kanceri “triple-negativ” i gjirit (TNBC) është një term që historikisht është përdorur për kancer-et që kanë shprehje të ulët, më pak se 1%, të receptorit të estrogjenit (ER), receptorit progesteron (PR) dhe faktorit të rritjes epidermale të njeriut 2 (HER2),

ose mungesën e shprehjes së këtyre receptorëve. Kanceri i gjirit triple-negativ ka tendencën të jetë më agresiv krahasuar me tipet e tjera të kancerit të gjirit. Ai përbën rreth 20% të kancerit të gjirit duke numëruar rreth 200'000 raste të reja në vit në të gjithë botën. TNBC është diagnostikuar më shpesh në gratë më të reja se 40 vjeç në krahasim me kancerin e gjirit hormon-pozitiv.

Disa nga faktorët e riskut që lidhen me diagnozën e TNBC janë:

- Prania e mutacionit BRCA, veçanërisht BRCA1.
- Raca – Haset më shpesh në popullatën e grave Afro- Amerikane.
- Statusi menopauzant - Ka incidencë më të lartë në femrat premenopauzante.
- Faktorë që lidhen me mëmësinë – Kryerja e më shumë se 3 lindjeve, mosha e re në shtatzëninë e parë, mosushqyerja e fëmijëve me gji.
- Obeziteti

Studimet kanë treguar se kanceri i gjirit triple-negativ paraqitet klinikisht me rritje më të shpejtë. Karakteristikat histopatologjike të këtij kanceri janë grada e lartë e diferencimit dhe mbizotëron tipi histologjik i karcinomës duktales invazive. Diagnostikimi dhe stadifikimi i TNBC është i njëjtë si nën-tipet e tjera të kancerit të gjirit.

Parimet për menaxhimin kirurgjikal dhe opsionet e radioterapisë për kancerin e gjirit aplikohen në mënyrë të ngjashme në të gjithë nën-tipet e tij. Përveç kësaj, opsionet e trajtimit sistematik si neoadjuvant ose adjuvant për pacientët me TNBC janë të ngjashme me ato të përdorura në nën tipet e tjerë të kancerit të gjirit.

Kimioterapia adjuvante rekomandohet për gratë me TNBC  $\geq 0.5$  cm ose me limfonoduj metastatik, pavarësisht nga madhësia e tumorit. Pacientët me TNBC kanë përfitim më të madh ndaj kimioterapisë adjuvante krahasuar me ata hormon- pozitiv. Këta pacientë kanë risk më të lartë të relapsit në krahasim me tipet e tjera të kancerit të gjirit dhe nuk janë kandidatë për forma të tjera të terapisë adjuvante, si terapia endokrine apo target terapia. Megjithëse nuk ekziston një regjim standart i kimioterapisë që vlen në mënyrë specifike për gratë me TNBC, regjimet e kimioterapisë të bazuara në antraciklina, alkaline dhe taksane mbeten më shpesh të përdorurat, veçanërisht pasi taksanet kanë aktivitet të rëndësishëm në trajtimin e TNBC.

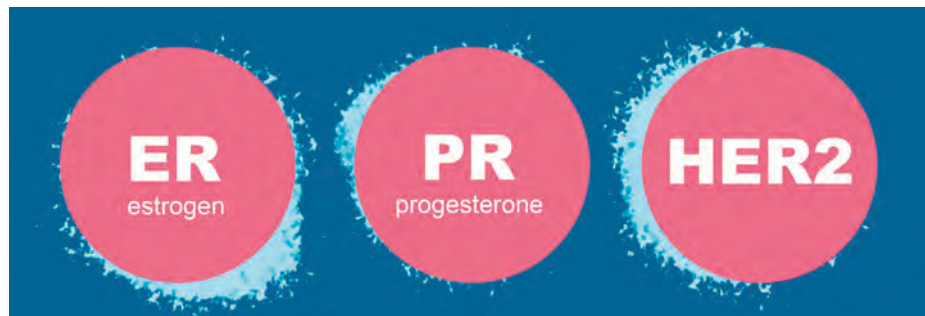
Për gratë me TNBC, kimioterapia neoadjuvante është alternativë e arsyeshme krahas kimioterapisë adjuvante (postoperative). Kjo është mënyra e preferuar e trajtimit në pacientët me kancer gjiri lokalisht të avancuar, të cilët nuk konsiderohen të operueshëm ose që nuk janë kandidatë për ruajtjen e gjirit në momentin e diagnostikimit. Për këta pacientë, përgjigja e plotë patologjike lidhet me përmirësimin e mbijetesës së lirë nga sëmundja (DFS). Në pacientët me sëmundje reziduale pas kimioterapisë neoadjuvante, një studim i randomizuar i fazës III zbuloi se DFS dhe mbijetesë e përgjithshme rritet nga terapia adjuvante me Capecitabine në këta pacientë me risk të lartë.

Pacientët me TNBC kanë prognozë më të keqe krahasuar me pacientët me nën tipe të tjera të kancerit të gjirit. Ata kanë mbijetesë specifike të kancerit të gjirit dhe mbijetesë të përgjithshme më të ulët, por gjithashtu edhe risku i rekurencës së vonshme është i ulët.

Nuk ka udhëzime specifike të ndjekjes pas trajtimit për pacientët me TNBC. Sipas Shoqërisë Amerikane të Onkologjisë Klinike (ASCO) pacientët me kancer gjiri duhet t'i nënshtrohen një rutine të ngjashme

të ndjekjes pas trajtimit, pavarësisht nga nëntipi I kancerit të gjirit. Kjo duhet të përfshijë anamnezën dhe ekzaminimin fizik të plotë çdo tre muaj për tre vitet e para, pastaj çdo 6 deri në 12 muaj.

Rreziku i metastazimit në distancë dhe vdekjes nga TNBC mbizotëron rreth tre vjet pas diagnozës dhe zvogëlohet shpejt pas kësaj. TNBC karakterizohet nga përqindje më e lartë metastazimi krahasuar me kancerin e gjirit hormon- pozitiv, duke përfshirë një risk të lartë të përsëritjes lokoregjonale dhe metastazave në mushkëri dhe në tru, por ka më pak gjasa të metastazojë në kockë. Kimioterapia është trajtimi kryesor për TNBC. Megjithatë, studimet kanë treguar se TNBC është më imunogjenik krahasuar me nën tipet e tjera të kancerit të gjirit. Kështu, ai përgjigjet më mirë ndaj trajtimit me imunoterapi. Në pacientët metastatik, shtimi i antitropit PD-L1 (Atezolizumab) në terapinë me taksane ka treguar përmirësim të përgjigjes ndaj trajtimit, veçanërisht në tumoret PD-L1 pozitiv. Megjithatë, testimi i PD-L1 nuk është as rutinë, as standartizuar në kancerin e gjirit, dhe të dhëna të mëtejshme janë të nevojshme përpara se kjo të bëhet një qasje standarde.



Kështu, kancer gjiri triple-negative është informacion, nuk do të thotë as mirë as keq. Për shembull, nëse një paciente me sëmundje triple-negativ është përgjigjur ndaj trajtimit, ajo ka përfunduar me trajtimin. Në të kundërt, një pacient me kancer gjiri hormon-pozitiv potencialisht duhet të marrë terapinë hormonale për të paktën 5 vjet dhe kohët e fundit janë bërë studime për vazhdimin e trajtimit deri në 10 dhe 15 vjet për shkak të rrezikut për rekurencat e mëvonshme. Pra, ekzistojnë përfitime të fshehura për pacientët me TNBC.

Kanceri i gjirit triple-negativ është me të vërtetë një sëmundje që mund t'a trajtojmë dhe mendoj se po e trajtojmë atë gjithnjë e më shumë në mënyrë efektive.

# Dhurimi i flokëve, një dhuratë më personale sesa dërgimi i një çeku

**G**ërshërët teksa bashkohen bëjnë një tingull të çuditshëm e të paqartë dhe një gjatësi prej thujse 35 cm, që ishte arritur prej më shumë se një viti “u zhduk”.

Por jo sa për të rënë në tokë, e për t'i hedhur pastaj.

Flokët e Jedës dhe dy Anxhela-ve, kanë shkuar për një kauzë shumë të rëndësishme siç është ajo e grave me kancer gjiri. Të treja vajzat që kanë dhuruar flokët e tyre pranë Europa Donna Albania e përshkruajnë si një ndjesi që rrallë mund të gesh fjalët e duhura për ta përshkruar.



**Jedrita Llapi** ishte vetëm 17-vjeçe kur dhuroi flokët e saja. Studentja e “Inxhinierisë dhe Telekomunikacionit”, tregon për EDA, se të ndihmojë të tjerët është diçka që e bën të ndihet e lumtur. Jeda që në fillim, rritjen e flokëve e kishte qëllim: për t'i dhuruar.

Kur flokët e saj kishin arritur gjatësinë e duhur, Jeda tregon se po kërkonte për vendin e duhur për t'i dhuruar dhe “Europa Donna Albania” ishte organizata të cilën vendosi t'i besojë gjestin e saj human.

Për Jedën, gjesti i dhurimit të flokëve, më shumë se sa ndihmë për vajzat dhe gratë me kancer gjiri, i ka dhënë dhe një ndjesi të veçantë që vetë studentja e përshkruan “pjekuri emocionale”.

*“Nuk e kisha menduar kurrë se duke u përpjekur të ndihmoja dikë tjetër do të ndihmoja veten time. Emocionet që më përshkuan në momentin që mora*

*flokët e mi në dorë ishin të pashpjegueshme. Nuk isha ndjerë kurrë më e lumtur dhe më e plotësuar në jetën time.”*

E ndërsa për **Anxhela Celibashin**, historia e dhurimit të flokëve është shumë e veçantë. Gazetare pranë Ora News, sfida e përditshme e Celibashit është të gjejë tema sociale. Përmes Facebook-ut, Anxhela, si shumë vajza të tjera që kanë dhuruar flokët, është njohur me nismën e EDA-s.



Anxhela e kishte mundësinë të gjente një personazh që mund të dhuronte flokët dhe të bënte temën e radhës për televizionin ku punon, por siç shprehet dhe vetë ajo: *“Më shumë se këdo tjetër, në vend të atij personazhi shikoja veten time”.*

Anxhela bëri një sakrificë pak më të madhe, pasi flokët e saj nuk ishin shumë të gjata që t'i ngelnin dhe për vete:

*“Megjithëse flokët e mija nuk kishin gjatësinë e duhur për t'u prerë e për të më mbetur një gjatësi e konsiderueshme për vete, nuk u mendova dy here, u thash gocave të organizatës: “merrni aq sa duhen”. Në momentin që dëgjova zhurmën e gërshërëve mbi flokët e mia u përfshiva në emocione të pashpjegueshme, pozitive dhe shumë të veçanta. Flokët e mia ngelën shumë të shkurtra, ndoshta dhe nuk ngajaja aspak bukur, por të gjithë më thonin të kundërtën, sot e kuptoj, se më shumë më ka zbukuruar gjesti se modeli i ri i flokëve.”*



**Anxhela Myftiu**  
Menaxhere në  
“Defacto Retail”

**Anxhela Myftiu**, menaxhere në “Defacto Retail”, ka pasur gjithmonë flokë të gjatë, por shumë të gjata dhe ishin pika e dobët e studentes së Inxhinierisë e cila është menaxhere në “Defacto Retail”. Edhe pse kishte që e vogël më flokë të gjata, bukuria e saj identifikohet prej flokëve, për Anxhelën që e kishte

marrë si vendim, rëndësi kishte momenti final: dhurimi i tyre.

*“Qëllimi im ishte të gjeja vendin e duhur dhe për kauzën e duhur. Europa Donna Albania ishte pikërisht ajo që doja, ne vajzat dhe gratë, të bashkuara dhe pranë njëra-tjetrës në momente të vështira. Kështu që dhurova flokët e mi duke falur një buzëqeshje e duke marrë një ndjenjë të mirë në shpirt.”*

Anxhela, kur ka dhuruar flokët ka përjetuar shumë emocione, aq sa është përlotur dhe ky ka qenë një nga momentet kulminante të aktivitetit të dhurimit të flokëve në tetor gjatë “Muajit Rozë”.

Flokët e dhuruara do të përdoren nga gra që i kanë humbur për shkak të trajtimit që bëjnë dhe në eksperiencën e shumë vajzave që kanë dhënë nga vetja për këtë kauzë, dhurimi i flokëve është një dhuratë më personale se sa dhurimi i një çeku. Ju dërgoni një pjesë të vetes për një vajzë të re apo një grua që po lufton me këtë sëmundje.



# Europa Donna në Komisionin Evropian për konsultimin e planit “Europe’s Beating Cancer”



Komisioni Evropian ka lançuar në **Ditën Kombëtare të Kancerit (4 shkurt)**, konsultimin publik në mbarë BE-në mbi planin planin “Europe’s Beating Cancer Plan”. Ky konsultim do të ndihmojë në formimin e “Planit”, identifikimin e fushave kryesore dhe eksplorimin e veprimeve për të ardhmen.

Sidoqoftë, me deri në 40% të rasteve të kancerit që i atribuohen shkaqeve të parandalueshme, hapësira për veprim dhe potenciali për të zvogëluar numrin e rasteve në BE është i madh. Siç është njoftuar nga Presidentja von der Leyen në “Udhëzimet Politike” të saja, dhe të përcaktuara në letrën e misionit të Komisioneres për **“Shëndetin dhe Sigurinë**

**e Ushqimit”**, Stella Kyriakides, Komisioni do të paraqesë një plan Evropian për të zvogëluar vuajtjet e shkaktuara nga sëmundja dhe mbështetjen e Shteteve Anëtare për të përmirësuar kontrollin dhe kujdesin ndaj kancerit.

Çdo vit, 3.5 milion persona diagnostikohen me kancer në Bashkimin Evropian dhe kanceri është shkak i dytë kryesor i vdekjes në të gjithë botën. Kjo është një çështje serioze shëndetësore që do të prekë drejtpërdrejt 40% të qytetarëve të BE-së me ndikime të rëndësishme në sistemet dhe ekonominë evropiane shëndetësore.



*Europa Donna - Koalicioni Evropian i Kancerit të Gjirit (anëtare e së cilës është dhe Shqipëria me Europa Donna Albania) merr pjesë në takimin e sotëm të Komisionit Evropian në lançimin e planit të “Europe’s Beating Cancer Plan”*

Europa Donna, e cila përfaqësohet sot në Komisionin Evropian nga Drejtuesja e Përgjithshme, Susan Knox dhe anëtarja e bordit të ED-së, Vesna Rmaljak, po advokojnë që të përfshihen në këtë plan dhe këto pika:

- Regjistër për kancerin e gjirit të hershëm dhe të avancuar
- Kapërcimi i pabarazive
- Skrini i mamografisë sipas popullatës në të gjitha vendet evropiane
- Qasje në njësitë speciale multidisiplinare të gjirit për të gjithë pacientët evropianë
- Rritja e investimeve në studimin e kancerit të gjirit

#WorldCancerDay #EUCancerPlan

EUROPA DONNA mezi pret të punojë me Stella Kyriakides për këtë plan. Stella Kyriakides është Komisionerja Evropiane për Shëndetin, e cila ka marrë këtë detyrë në dhjetor të 2019-ës. Stella është ish-presidentja e EUROPA DONNA - Koalicioni Evropian për Kancerin e Gjirit.



**Ursula von der Leyen**, Presidentja e Komisionit Evropian, tha:

*“Të gjithë kanë një mik, një koleg ose një të afërm që e ka kaluar këtë. Të gjithë kanë përjetuar të njëjtin sens trishtimi dhe pafuqie. Por ka diçka që mund të bëjmë - individualisht dhe kolektivisht. Në nivelin e Shtetit Anëtar dhe përmes Bashkimit tonë Evropian. Sigurisht, ne nuk fillojmë nga e para. Por ka shumë më tepër që mund të bëjmë sesa po bëjmë aktualisht. Sot, në Ditën Botërore të Kancerit, ne fillojmë një rrugë të përbashkët që do të çojë në “Europe’s Beating Cancer Action Plan”. Së bashku mund të bëjmë një ndryshim: me parandalimin dhe hulumtimin, me një strategji të re të të dhënave dhe barazinë në trajtim në të gjithë Evropën.”*



**Stella Kyriakides**, Komisionerja për Shëndetin dhe Sigurinë e Ushqimit, tha:

*“Kanceri është një zonë ku qytetarët e BE-së presin që ne të ndërmarrim veprime vendimtare. Një Evropë që përpiqet për më shumë është një Evropë që dëgjon qytetarët e saj, që kujdeset për mirëqenien e tyre. Kjo është ajo që ka të bëjë me “Europe’s Beating Cancer Action Plan”, - duke bërë një ndryshim për qytetarët e Evropës, pacientët dhe sistemet shëndetësore. Suksesi i Planit do të varet nga angazhimi i plotë i qytetarëve, pacientëve me kancer, palëve të interesit dhe aktorëve në nivele evropiane, kombëtare dhe lokale. I ftoj të gjithë të marrin pjesë dhe ta bëjnë këtë plan sa më ambicioz dhe efikas. Së bashku mund të bëjmë një ndryshim.”*

“Europe’s Beating Cancer Plan” i cili do të prezantohet para fundit të këtij viti, do të propozojë veprime në çdo fazë kryesore të sëmundjes:

**Masat parandaluese:** Parandalimi është mënyra më e lehtë dhe më efektive për të zvogëluar kancerin në BE. Masat për parandalimin mund të përfshijnë përmirësimin e qasjes në dieta të shëndetshme dhe mbulimin e vaksinave; masa për të zvogëluar faktorët e rrezikut mjedisor siç janë ndotja dhe ekspozimi ndaj kimikateve; hulumtimi dhe ndërgjegjësimi.

**Zbulimi i hershëm dhe diagnoza:** Masat për të përmirësuar mundësinë e një rezultati më të mirë shëndetësor përmes diagnostikimit të hershëm mund të përfshijnë rritjen e mbulimit të popullatës së synuar për kontrollimin e kancerit; përdorimi i shtuar i zgjidhjeve dixhitale dhe mbështetja teknike për Shtetet Anëtare.

**Trajtimi dhe kujdesi:** Masat për të përmirësuar rezultatet e kujdesit dhe trajtimit të kancerit mund të përfshijnë përmirësimin e qasjes në trajtim me cilësi të lartë dhe marrjen e terapive të reja; masa për të siguruar disponueshmërinë dhe përballueshmërinë e ilaçeve thelbësore; risi dhe kërkime.

**Cilësia e jetës:** Masat për të siguruar cilësinë më të mirë të jetës për pacientët me kancer, të mbijetuarit dhe kujdestarët mund të përfshijnë masa për të përmirësuar ri-integrimin profesional; parandalimi i diskriminimit; sigurimi i kujdesit paliativ dhe transferimet e praktikave më të mira.

Komisioni ka filluar sot konsultimin publik në “Europe’s Beating Cancer Plan: Le të përpiqemi për më shumë” në Parlamentin Evropian. Konsultim ky që u hap nga Presidentja e Komisionit Ursula von der Leyen, ngjarja bashkon qytetarë, pacientë me kancer dhe të mbijetuar për të ndarë dëshmitë e tyre personale, si dhe një gamë të gjerë të palëve të interesuara, nga drejtuesit politikë, deri tek profesionistët e shëndetit dhe OJQ-të.

## Hapat e ardhshëm

Qëllimi i konsultimit publik është të lejojë qytetarët evropianë dhe palët e interesuara të kontribuojnë dhe shprehin mendimin e tyre për mënyrat më të mira për të adresuar këtë çështje në BE. Rezultatet e konsultimit do të futen në skicën e këtij plani, dhe të ndihmojnë në identifikimin e fushave dhe fushëveprimi i veprimeve që do të ndërmerren në të ardhmen. Konsultimi do të zgjasë për dymbëdhjetë javë. Përveç konsultimit publik, Komisioni sot po fillon edhe një konsultim mbi “Udhërrëfyesin” për Planin, që zgjat për katër javë.

Deri në korrik, elementët specifikë të Planit do të diskutohen me Shtetet Anëtare, si dhe konsultimet e synuara me palët e interesuara. Plani i Kancerit të Rrahjes në Evropë do të paraqitet para fundit të këtij viti. Deri në korrik, elementët specifikë të Planit do të diskutohen me Shtetet Anëtare, si dhe konsultimet e synuara me palët e interesuara. “Europe’s Beating Cancer Plan” do të paraqitet para fundit të këtij viti.

## Informacion shtesë:

Trajtimi i kancerit është i një rëndësie themelore për të ardhmen e Evropës. Një rast i ri me kancer diagnostikohet në BE çdo 9 sekonda. Kanceri është shkaku i dytë kryesor i vdekshmërisë pas sëmundjes kardiovaskulare. Për më tepër, incidenca e kancerit vendos një barrë masive në sistemin shëndetësor dhe shoqëror, bën presion mbi buxhetet qeveritare dhe ndikon negativisht në produktivitetin dhe rritjen e ekonomisë, përfshirë shëndetin e fuqisë punëtore të BE-së. Është një sëmundje komplekse e shkaktuar nga një kombinim i faktorëve të shumtë, duke përfshirë predispozicionin gjenetik, ndikimet mjedisore ose jetese dhe agjentët infektivë. Deri në vitin 2035, rastet e kancerit mund të dyfishohen dhe pa veprime të mëtejshme, ajo mund të bëhet shkaku kryesor i vdekjes në Bashkimin Evropian. Sidoqoftë, 40% e të gjitha rasteve të kancerit mund të parandalohen nëse zbatohen rekomandimet për të zvogëluar rrezikun - siç specifikohet në Kodin Evropian Kundër Kancerit.





## Kanceri dhe trauma psikologjike që përjeton individi dhe familjarët

**Mimoza Dosti**

*Psikologe pranë Qendrës Spitalore Universitare 'Nënë Tereza'*

Një nga interpretimet e Traumës psikologjike është “plagë e shpirtit”, diçka që thyen dhe ndërhyr në jetën e një personi duke tronditur dhe mënyrën e të përjetuarit. Ekzistojnë forma të ndryshme të eksperiencave traumatike. Në rastin e njohjes dhe diagnostikimit me kancerin, individi dhe familjarët e tij përjetojnë një eksperience traumatike të madhe “T”.

Situata në të cilën ndodhet individi paraqitet e bashkëshoqëruar me një diagnozë e cila kërcënon integritetin fizik, psikologjik dhe social të personit. Njëkohësisht kjo diagnozë prek drejtpërdrejt në aspektin psiko-emocional dhe familjarët, të cilët bëhen njëkohësisht mbështetës të familjarit të tyre por dhe bashkëvuajtës jo në aspektin e vuajtjes fizike, por të asaj psiko-traumatike si pasojë e gjendjes shëndetësore ku ndodhet familjari i tyre. Përjetimi i procesit traumatik duhet theksuar që është Individual dhe merr forma të ndryshme përjetimi nga persona të ndryshëm. Në bazë të përjetimit të traumës, lënë gjurmë dhe pasojat e saj, të cilat mund të jenë të lehta, mesatare dhe të rënda, me shtrirje në kohë përkatësisht afatshkurtër, afatmesme, afatgjatë.

Njohja dhe pranimi i kësaj diagnoze është një nga fazat më të vështira për individin. Nën efektin e traumës ndodh që individi tashmë (pacient) të mos e pranojë këtë diagnoze. Mohimi është një nga fazat e përpunimit të traumës. Kjo fazë kthehet në një problematikë serioze për pacientin, sa më e gjatë të jetë periudha e mohimit të diagnozës akoma më e vështirë bëhet marrja e trajtimit të nevojshëm për pacientin. Kanceri është një

diagnoze e cila sjell jo vetëm problematika fizike por dhe problematika psiko-traumatik të cilat i ndryshojnë rrjedhën e jetës individit.

Kjo lloj traume e çorienton individin në drejtim të të menduarit, të përjetuarit dhe të sjelljes. Ky përjetim nuk e ndihmon aspak situatën shëndetësore ku ndodhet personi. Në këtë gjendje të rënduar fizike, psikologjike dhe emocionale individi mund të përjetojë mendime të errëta për shëndetin dhe jetën e tij, humbje shprese, pasiguri, frikë nga simptomat e sëmundjes, frikë nga trajtimi i saj, frikë nga vdekja, stres, gjendje ankthi, tension, pagjumësi, humbje oreksi, trishtim, mpirje emocionale, nervozizëm, mungesë përqendrimi, mungesë interesi, vështirësi për t'u përshtatur me sëmundjen, vështirësi për t'u përshtatur me të tjerët etj.

Përveç këtyre ajo çka i mundon më së shumti personat e traumatizuar nga sëmundja e kancerit është dhe pyetja “PSE”?, e cila ka të bëjë me përpunimin e ngjarjes traumatike, me mos gatishmërinë si dhe me paaftësinë e personit për ta pranuar atë që po i ndodh. Ky proces vështirësohet si pasojë e mos-integritetit të diagnozës brenda historisë së vet. Personi në mënyrë të pavetëdijëshme e ngadalëson këtë proces dhe favorizon shfaqjen e disa fazave të tjera si faza e stresit akut, faza e stresit post traumatik. Në situata të tilla individi, tashmë pacient, duhet të ndihmohet jo vetëm në drejtim të mirëqenies së shëndetit fizik por dhe në drejtim të mirëqenies së shëndetit psikologjik. Në këto kushte pacientit i vijnë në ndihmë mjekët, të cilët



përmes protokolleve mjekësore kujdesen për shëndetin fizik të pacientit.

Gjithashtu, figurë e rëndësishme janë edhe psikologët, psikoterapeutët që ju ofrojnë ndihmë për te pranuar dhe përpunuar përjetimin e këtij momenti te veçantë. Kjo realizohet duke treguar përkujdesjen e tyre profesionale në mbështetjen, këshillimin individual dhe familjar.

Mbështetja që i ofrohet këtyre personave është vetë përpunimi i traumës. Ky bashkpunim dhe kjo përkujdesje ndihmon që rrjedha e përpunimit të traumës të jete sa më e përshtatshme për personin. Duke qenë e tillë dhe pritshmëria për një shëndet sa më të qëndrueshëm fizik dhe psikologjik do të ishte sa më e lartë. Pacienti pa konflikt psikologjik dhe në gjendje paqeje me diagnozën përcjell tek të afërmit besimin dhe shpresën për të ardhmen.



# Aktivite, fushata, programe edukuese dhe takime me gratë me kancer gjiri

## Takim dhe bisedim me gratë e shtruara në Onkologjik

“Dhoma Zen” tek Onkologjiku, QSUT; është kthyer tashmë në veodin ku organizohen takime të shumta të grave paciente me përfaqësues të organizatës Europa Donna Albania, me psikologët dhe me stafin mjekësor që punojnë në këtë pavion.

Në një prej këtyre takimeve, përveçse është diskutuar dhe biseduar duke shkëmbyer përvojat personale, identifikimin e problematikave dhe mënyrën për t'i zgjidhur, janë prezantuar dhe të dhënat e rezultateve të “Sondazhit për pacientët me kancer gjiri në Rajonin e Evropës Qendrore dhe Lindore.

Sondazh ky që është plotësuar nga vetë pacientët dhe ku në një ndër problematikave e hasura në rezultatet e sondazhit është se 76.74 % e të diagnostikuarve me kancer, kanë shkuar tek mjeku pasi janë përballur me një problematikë shëndetësore. Kjo, shton nevojën e edukimit dhe ndërgjegjësimin e popullatës.

Takime të tilla kanë rezultuar gjithnjë efektive për të qenë më pranë problematikave të pacientëve dhe për t'i adresuar në rrugën e duhur për të pasur një zgjidhje konkrete.



## “Ju tregoj historinë time”, gratë paciente ndajnë përjetimet e tyre për “tetorin rozë”

Në ambientet e Onkologjikut, dyer të cilat presin e përcjellin ata të cilët meritojnë vëmendje jo vetëm në tetor por gjatë gjithë vitit, është zhvilluar aktiviteti me tematikë “Ju tregoj historinë time” me 8 tetor, në kuadër të “Tetorit Rozë”.

Ky aktivitet u organizua nga Europa Donna Albania, në bashkëpunim me QSUT (Qendra Spitalore Universitare ‘Nënë Tereza’), me gratë paciente me kancer gjiri dhe me mjekët e këtij shërbimi.

Historia e një prej pacienteve të Onkologjikut, e cila mbushte 5 vite nga diagnostikimi, ishte kryetema e takimit, e cila frymëzoi gra të tjera të ngjashme si ajo, për të cilat ajo përkujdeset edhe me këshilla psikologjike pasi M.D është dhe psikologe.

Dr. Helidon Nina, Drejtor mjekësor i Spitalit Onkologjik ishte i pranishëm në këtë aktivitet, i cili theksoi edhe njëherë rëndësinë e kujdesit që gratë duhet të kenë ndaj vetes si dhe bashkëpunimi i vazhdueshëm që duhet bërë përmes instancave që janë përgjegjëse për një shërbim më të mirë ndaj pacientëve.

Dr. Nina theksoi se donacionet për gratë me kancer gjiri të parukeve dhe protezave do të vazhdonin si dhe vuri theksin edhe tek bashkëpunimi me Europa Donna Albania, e cila vazhdimisht bën takime dhe terapi grupi në dhomën “Zen” tek Onkologjiku për gratë me kancer gjiri. Takime në të cilat asistojnë dhe psikologët e këtij pavioni.

Ndërsa Shefja e Shërbimit të Onkologjikut, Silvana Çeliku, iu drejtua grave si nënë, si motër e si grua, ku bëri sërish thirrje të jenë më të ndërgjegjshme ndaj shëndetit të tyre. Të bëjnë më shumë vizita dhe të mos lënë veten pas dore. Dhe jo vetëm për kancerin e gjirit por për çdo patologji.

Tetori është “Muaji Ndërkombëtar i Kancerit të Gjirit” dhe organizata të ndryshme, nisma dhe lëvizje, në gjithë botën, ndërmarrin aktivitete sensibilizuese dhe ndërgjegjësuese për të shpërndarë sa më shumë informacion dhe për të vetëdijësuar vajzat dhe gratë.



## Edukimi fillon nga vajzat e reja

Çfarë është kanceri i gjirit, faktorët e riskut, vetëdiagnostikimi dhe pse kanë rëndësi vizitat e vazhdueshme. Në kuadër të “Tetorit Rozë”, Europa Donna Albania ka qenë po ashtu e pranshme për të ndarë informacionin e nevojshëm me gjimnazistet e “Shkollës Profesionale Kamëz” dhe mamave të tyre.

Një orë model e organizuar nga zyshat dhe psikologia dhe nxënësit e kësaj shkollë, përkonte me atë për të cilën “Europa Donna Albania” po lufton çdo ditë ta arrijë: Edukimin e vajzave të reja për shëndetin e gjirit.



Të pranishme ishin dhe mamatë e vajzave që ishin nxënëse në atë klasë ku edhe njëherë iu shpjegua se pse duhet të ndërjegjësohen për shëndetin e tyre. Një nga nxënëset, para pasqyrës, demonstroi se si çdo vajzë dhe grua mund të vetë-ekzaminohet. Nën kujdesin e zyshave dhe psikologes së shkollës, nxënësit arritën të përçojnë informacion të saktë përmes prezantimeve dhe përgatitjeve dhe punimeve që kishin bërë.

Ndërkohë për prezantimin e organizatës Europa Donna Albania ishte drejtuesja e saj, Donjeta Zeqa e cila theksoi rëndësinë e diagnostikimit të hershëm dhe u bëri thirrje vajzave dhe nënave të tyre të mos e lënë shëndetin e tyre pas dore.

Aktiviteti kulmoi kur njëra nga vajzat luajti rolin e një 18-vjeçareje të diagnostikuar me kancer gjiri, e cila përmes talentit dhe emocionit, arriti të përçojë mesazhin kyç tek të pranishmit.



## Dhurimi i flokëve dhe guximi i grave që luftojnë kancerin e gjirit

Fushata e dhurimit të flokëve është një nga fushatat e Europa Donna Albania-s që shoqërohet me emocione dhe ndjesi reale.

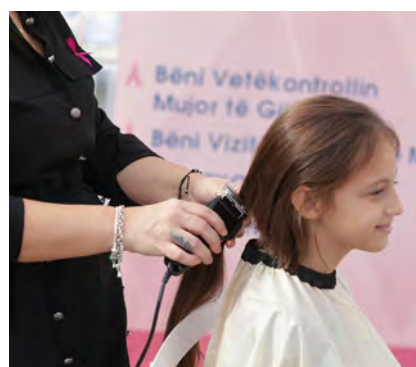
Me 19 tetor, është mbajtur eventi kulmues i kësaj fushate e cila zgjat tërë vitin. Në kuadër të Tetorit Rozë, “Dhuro flokë, fal shpresë” është event i përvitshëm, ku gra kurajoze që jetojnë me këtë sëmundje apo që kanë arritur ta mposhtin, si dhe të afërm të tyre, u bënë bashkë në këtë aktivitet, si kurrë më parë. Aktiviteti mori tjetër kuptim me solidaritetin e tyre.

Pjesëmarrës në këtë aktivitet ishin mjekë e onkolog, gra paciente, vajza të reja, psikologe, mbështetës të kauzës dhe kryefjala e ditës: “ato që dhuruan flokë”.

Ky aktivitet bëhet çdo vit në kuadër të Tetorit Rozë, por fushata e dhurimit të flokëve zgjat gjithë vitin. Në këtë event janë dhuruar flokë për vajzat dhe gratë me kancer gjiri, të cilat më pas do të përpunohen në paruke. Një event i mbushur me emocione, shprese dhe histori personale, i cili nën moderimin e Oriela Nebijajt, i dha një tjetër kuptim këtij “manifestimi për jetën”.

Moderatorja e Top Channel tregoi se edhe ajo e di shumë mirë se çfarë do të thotë kjo sëmundje pasi kishte humbur babanë e saj nga tumori.

Me bashkëpunimin e të gjithëve dhe mbështetjen e partnerëve të Europa Donna Albania-s, në këtë aktivitet u dhuruan dhe u morën shumë emocione nga të gjithë të pranishmit.





## Informim, ndërgjegjësim dhe sensibilizim

Në ambientet e kompanisë së Telemarketingut “Comdata Albania”, organizata Europa Donna Albania ishte në një takim me punonjëset për të bashkëbiseduar rreth simptomave të kancerit të gjirit dhe nevojën emergjente të informimit për këtë sëmundje.

Europa Donna Albania, ishte aty për të prezantuar punën e saj si organizatë por edhe për të diskutuar

me të pranishmet për çdo lloj problematike që vetë vajzat dhe gratë që ishin aty mund të kishin hasur dhe për të kuptuar më shumë rreth kësaj sëmundjeje.

Ky takim ishte i shoqëruar me shumë pyetje-përgjigje, shkëmbim eksperiencash e informacioni si dhe njohjen me aktivitetin e një prej organizatave të vetme të kancerit të gjirit që operon në Shqipëri, siç është Europa Donna Albania.







# Europa Donna Albania bëhet pjesë e “Think Pink Europe”, për herë të parë në Shqipëri do të zhvillohet “Race for the Cure Tirana”

Në fillim të janarit të këtij viti, Europa Donna Albania dha lajmin në rrjetet sociale dhe për anëtarët e saj, se është bërë pjesë e “Think Pink Europe” dhe këtë vit, për herë të parë, Shqipëria do të organizojë në kryeqytet “Race for the Cure Tirana”.

Në të gjithë Evropën, organizatat lokale të kancerit të gjirit, spitalet, grupet mbështetëse dhe organizatat qeveritare punojnë në mënyrë aktive në një objektivi të përbashkët: çrrënjosjen e kancerit të gjirit. Kjo sëmundje mbetet lloji më i zakonshëm i kancerit në Evropë, duke prekur veçanërisht gratë.

## “Gara për kurën: Fuqia Rozë” (The Race for the Cure: Pink Power)

Gratë e prekura nga kanceri i gjirit janë në zemër të “Garës për Kurën”®. Është një shenjë e fortë e mbështetjes. Për të përmirësuar këtë mesazh, shumë vende evropiane do të zhvillojnë “Race for the Cure” në fund të shtatorit dhe disa vende të tjera në prag të muajit tetor, që është dhe Muaji Ndërkombëtar i Kancerit të Gjirit. Fillimi i sezonit të garave është në Romë, i cili feston edicionin e 20-të.



Në të gjithë botën, një imazh mbresëlënës përmbledh “Garën për Kurën”: Të mbijetuarit që veshin një bluzë rozë, të rrethuar nga mbështetësit e tyre me bluzë të bardhë.

EUROPA



DONNA  
ALBANIA

E-mail: europadonnaalbania@hotmail.com

E-mail: info@europadonna.al

Facebook: Europa Donna Albania

Instagram: europadonnaalbania

Twitter: Europa Donna Albania (@donnaalbania)

Linkedin: Europa Donna Albania



U mbështet nga:



NOVARTIS

