

Novartis usub, et

## ÜHISELT JA PÜHENDUNULT TEGUTSEDES



## ON VÕIMALIK TOETADA KAUGELEARENENUD RINNAVÄHIGA NAISI, VÕIMALDADES NEILE:

- tasakaalustatud ja tõenduspõhist informatsiooni
- uusi ravi- ja tugiteenuseid
- igakülgset psühhosotsiaalset ja majanduslikku tuge
- üldist mõistmist

## KAUGLEARENENUD RINNAVÄHIGA NAISED SOOVIVAD OLLA VÄÄRTUSTATUD. MÕISTETUD. MÄRGATUD.



SIA Novartis Baltics Eesti filiaal  
Pärnu mnt. 141, Tallinn 11314  
Kontakttelefon +372 663 0810

# Metastaatilise rinnavähist patsiendi kogemuste põhjal

**Metastaatiline rinnavähk (MRV) on haigus, millest eriti ei taheta kõnelda.**

See on kena roosa lindi varjatud pool. See on tuju rikkuv teema, suur hall elevand roosas toas. On ka mitmeid teisi haigusi, millest ei ole võimalik tervistuda, saab pakkuda vaid progressiooni ohjes hoidvat ravi, kuid MRV tundub isegi selliste omataoliste kõrval tabuteema. **Meid ümbritsevas edukultuse ühiskonnas on justkui häbiväärne olla mittevõitja, kui varakult avastatud rinnavähiga patsientidest räägitakse kui võitjatest, kes seljatavad vähi.**

### Kaisa Sein

Patsient ja MTÜ Meeta asutaja

**K**es siis on MRV-patsiendid? Kaotajad? Mitmed metastaatilise rinnavähiga seotud internetilehed räägivad MRV-patsientidest kui nähtamatutest naistest. Kuid seda võib vaadata ka nii, et hoopis haigus on see, mis on teistele nähtamatu. Eriti kui progressioon on aeglane või olematu. Räägitakse, et osad inimesed teesklevad, et olla haiged. Sarnaselt mitme kroonilise haiguse põdejatega teesklevad ka MRV-patsiendid, et on terved. Teesklevad endale ja vähemalt püüavad elada normaalselt elu. Teesklevad teistele – „Oh, mul on kõik hästi, ei ole häda midagi“ –, sest tõde oleks liiga karm. Olime hiljuti paari patsiendiga koos, tähistasime metastaatilise rinnavähi (teadvustamise) päeva ja tegime tähelepaneku, et kui teised inimesed ütlevad „Eks aeg näitab!“, siis MRV-patsiendid ütlevad „Eks kompuuter näitab!“.

### 90% rinnavähi surmajuhtumitest on MRV-patsiendid

Metastaseerunud rinnavähi teadlikustamise päeva (13. oktoober) hakati maailmas esimest korda ära märkima alles 2009. aastal USA-s. Euroopas on samuti hakatud seda päeva tasapisi tähistama. Oktoober on

tuntud kui rinnavähist rääkimise kuu (roosa oktoober), enamasti keskendutakse söeluureringus osalemise ja varajase avastamise tähtsusele. Muidugi on see oluline, isegi väga, aga rinnavähk ei ole alati ravitav. Olen lugenud statistikat, et 90% rinnavähi surmajuhtumitest on olnud MRV-patsiendid.

Euroopa rinnavähikoalitsioon Europa Donna, mis on juba 17 aastat koolitanud varase rinnavähi teemal eestkõnelejaid,

### „Kui teised inimesed ütlevad „Eks aeg näitab!“, siis MRV-patsiendid ütlevad „Eks kompuuter näitab!“.

on oma pilgud paaril viimasel aastal suunanud ka metastaseerunud rinnavähki põdevatele (enamasti) naistele ja tänavu septembris toimus Milanos esimene spetsiaalselt MRV-patsientidele ja eestkõnelejatele korraldatud koolitus. Ka siinkirjutajal õnnestus sellest osa võtta. Koolitus oli väga inspireeriv, räägiti erinevatest ravivõtetest, patsientide sotsiaalsest heaolust, Europa Donna MRV-teemalisest kodulehest (mbc.europadonna.org). Osalejad said ka

suurepärase kommunikatsioonikoolituse, spetsialistid Londonist tegid praktilisi harjutusi, mille abil viia oma sõnum soovitud sihtgruppi. Vast isegi kõige olulisem oli, et patsiendid Euroopa eri paigust said omavahel suhelda, kogemusi ja kontakte jagada.

Meie Eestis asutasime 3. märtsil 2018. aastal üle-eestilise MTÜ Meeta (meeta.ee), mille eesmärgid on kauglearenenud ehk metastaseerunud rinnavähiga patsientidele parima võimaliku elukvaliteedi ja toimetuleku tagamine ning MRV-patsientide esindamine, neile omavahelise suhtlemisvõimaluse pakkumine. Samuti on oluline osa teadlikkuse suurendamisel – nii avalikkuse kui ka meditsiinitöötajate (eriti peremeditsiini) seas.

MTÜ Meeta üks olulisemaid ettevõtmisi on seni olnud koos olemise päev, mille käigus keskendusime patsientide pereliikmetele ja lähedastele teraapia pakkumisele. Peame seda väga oluliseks – patsient on see, kellega meditsiinitöötajad tegelevad ja kõik keerleb tema ümber. Pere ja lähedased annavad väga suure panuse, kuid jäävad sealjuures ise ilma hooleta. Lisaks psühholoogiga rääkimisele on neile oluline näha, et nende pere ei ole ainuke, kes elab koos selle ravimatu haigusega. Omavahelise suhtlemise soodustamine aitab kindlasti pingelist olukorda leevendada. ●

