

# Rózsaszín szalagunk körbeérte az országot!

A mellrák elleni küzdelem jegyében indított „rózsaszín séta” mozgalmat 2002-ben Nancy Goodman Brinker akkori amerikai nagykövet asszony hazánkban azzal a céllal, hogy felhívja a figyelmet ennek a betegségnek a gyakoriságára, a szűrések fontosságára és a halálozási arány csökkentésére. Az adatok még ma is riasztóak. Hazánkban évente 7000 új mellrákot diagnosztizálnak és 2000-2500 nőt, édesanyát, nagymamát veszünk el a betegség következtében. Rengeteg a tenni való az önvizsgálat tanításban, a szűrések hangsúlyozásában, a betegek segítésében és rehabilitációban, ezért már a kezdetekben csatlakozott a mozgalomhoz a Magyar Rákellenes Liga is.

2012-ben a Lánchídi, központi rendezvény jelképe az ország leghosszabb rózsaszín szalagja volt, amelynek a tekerseit a szervezők nagyon sok helyre eljuttatták, hogy ezen üzenjenek egymásnak a nők, az egészségmegőrzés, a szűrések, önmaguk és szeretteikre való odafigyelés kapcsán. Igaz, végül a szalag nem érte végig a Lánchidat, de a rajta megfogalmazott üzenet reméljük nagyon sok nőtársunkhoz jutott el.

## Az időben felfedezett mellrák, jó eséllyel gyógyítható!

A Magyar Rákellenes Liga idén is, az előző évekhez hasonlóan, komoly aktivitást mutatott a „rózsaszín séták” terén. 21 alapszervezetünknel tartottak, előadásokat, orvos-beteg találkozót, figyelemfelkeltő sétát, vagy csak egyszerűen egy vidám napot az ország különböző pontjain, kisebb-nagyobb településeken (**Apc, Berettyóújfalu, Borsodnád, Budakalász, Debrecen, Eger, Encs, Hajdúszoboszló, Hatvan, Kerekharaszt, Mezőberény, Nagyatád, Nagyszénás, Pécs, Petőfibánya, Rózsaszentmárton, Salgótarján, Siófok, Szombathely, Tab, Tiszafüred**).



Az előzőekből is jól látszik, hogy

**a mellrák elleni küzdelem  
rózsaszín szalagja  
a Liga révén  
szimbolikusan  
körbeérte az országot!**

Képes beszámolók következnek az októberi rendezvényekről.

**Október 5.**

## Hatvan

A Magyar Rákellenes Liga Hatvani Alapszervezeténél már negyedik éve kerül megrendezésre a Mellrák Elleni Figyelemfelhívó séta. A programot Prof. Dr. Simon Tamás a Magyar Rákellenes Liga elnöke nyitotta meg.

Szabó Zsolt polgármester úr Hatvan város nevében köszöntötte a résztvevőket. Ünnepségnünk első műsorszáma a Szociális Gyermejkölési és Egészségügyi Szolgálat gondozottjainak megható előadása volt, meg majd a Rózsaszentmártoni KENGU táncsoport következett. A Naplemente Nyugdíjasklub táncosai mókás TENGHERÉSZ-TÁNCUKKAL nagy sikert arattak. Befejezésül Bordásné Katika szavalatát hallgattuk meg a barátságáról.

Ezt követően rózsaszín léggömbökkel a kezünkben indult el a figyelemfelkeltő séta, amelyen 180 regisztrált vendég volt, de többen még az úton csatlakoztak hozzánk. Köszönettel tartozunk a Grassalkovich Művelődési Ház vezetőjének és munkatársainak a sok segítségért, és hogy lehetővé tették számunkra, hogy méltó helyen rendezhettük meg ünnepségnünket.

**Lazányi Jánosné**



Október 5.

# Salgótarján

Október 5-én, a mellrák elleni küzdelem világnapja alkalmából a MRL Salgótarjáni Alapszervezete a Nógrád Megyei Kormányhivatal Népegészségügyi Szakigazgatási Szervével együtt figyelemfelkeltő sétát szervezett, melyen 353 fő regisztrálta magát. Külön öröm volt, hogy a Kanizsai Dorottya Tagintézmény 100 fiatal középiskolás tanulója is velünk tartott a város Fő terétől a Balassi Bálint Megyei Könyvtárig, ahol a nap jelentőségéről, üzenetéről, az emlőrák korai felismerésének fontosságáról beszélt Kreicsi Mária, kihangsúlyozva, hogy bár a mellrák leküzdhetetlen, halálos kimenetelű kórként írta be magát a köztudatba, szerencsére ma már az időben felismert betegség jó eséllyel tünetmentessé tehető. Ehhez azonban mindannyiunk felelősségteljes, együttműködő viselkedése is szükséges. Ne feledjük a szlogent:

**„Hívunk jöjj, mert késve késő!” JÖJJ, HOGY NE LEGYEN KÉSŐ!  
Kezünkben a megoldás kulcsa: ÉLJÜNK VELE!**

A rózsaszín lufik felengedése után a rózsaszínbe öltöztetett könyvtárban szakmai és kulturális program következett:

- Székyné Dr. Sztrémi Melinda polgármester ünnepélyes megnyitója
- Dr. Demeter Jolán a MRL elnökhelyettese figyelemfelkeltő gondolatait ismertette velünk
- Dr. Surján Orsolya megyei tiszti főorvos tájékoztatója térségünk szűrési mutatóiról tájékoztatott
- Szvorák Katalin Liszt és alternatív Kossuth díjas előadóművész adott elő csodás dalokat
- A Százszorszép Hastáncklub tagjai Szalai Márta vezetésével, még a hallgatóságot is megtáncoltatták

A program kötetlen beszélgetésekkel és a lelkes önkéntesek által készített finomságok elfogyasztásával zárult.

## Kreicsi Mária



Október 1-5.

## Mezőberény

A Magyar Rákellenes Liga Mezőberényi Alapszervezete először az idei évben csatlakozott a mellrák elleni küzdelem, figyelem felkeltő programjaihoz.

Október 1-én csendes megemlékezést szerveztek a mellrák elleni küzdelem világnapja alkalmából dr. Bak Mihály szülész-nőgyógyász szobránál, hogy emlékezzenek egy köztisztelőben álló orvosra, aki nagyon sokat tett a városlakók egészségéért, a megelőzésért és a szűrések bevezetéséért. Az emlékezést Dr. Sziráczki Magdolna házi gyermek-főorvos indította. Szavai híven tükrözték azt a tiszteletet, elismerést, amelyet mindenki Miska bácsija, mint ember, majd később, mint orvosi példakép jelentett számára. Kiszely Zsuzsanna gyermekkori gyógyulásának történetével érzékeltette azt a hihetetlen odafigyelést, melyet életét megmentő orvosi beavatkozásként őriz emlékeiben. A szakmai és személyes gondolatok, amelyeket a felszólalók megosztott velünk, egyszerre könnyeket és mosolyt is csaltak a jelenlévők arcára. Először a Liga és a város képviselői helyezték el a megemlékezés koszorúját a 2000-ben felállított szoborhoz, majd a megjelentek rótták le tiszteletüket virágaikkal. A helyi szervezet a Spar előterében kiállítást szervezett szűrésre buzdító és egészségre nevelő plakatokból és elhelyezte az „**Üzenj az egészségnek**” egészségládát, melybe a mottóval kapcsolatos gondolatokat lehetett bedobni.

Október 5-én a Kulturális Központban Dr. Nédó Erika előadásával, majd Dr. Szurovecz Csilla, szülész-nőgyógyász rezidens előadásával folytatódott a program. Ezután a jelképes rózsaszín szalagokkal, a rózsaszín léggömbökkel indult el a séta Dr. Sziráczki Magdolna vezetésével a Városi Liget, Madarak Háza épületéig. Megható pillanatok voltak, amikor Siklósi István polgármester és Kovács Edina képviselő szavai után a jelenlévők apró rózsaszín szalagokat kötöttek össze és engedték a levegőbe a közel 150 léggömböt.

### Olejné Mertz Judit



Október 6.

## Zagyvaszántó

A Zagyva völgyében elterülő 2000 fős kistelepülésen, Zagyvaszántón is fontosnak tartottuk a mellrák elleni figyelemfelhívó séta megrendezését, annál is inkább, mert az itt élő nők számára még több szervezést igényel egy-egy szűrővizsgálatra való eljutás, mint a nagyvárosokban élő társaiknak.

A közel egy órát tartó, rózsaszín lufikkal színesített sétához Alapszervezetünk tagjain kívül, civilek és gyermekeiket sétáltató anyukák is csatlakoztak, így örömeinkre a felvonuláson 37-en vettünk részt.

A séta után dr. Demeter Jolán a „Mell helyes önvizsgálatáról” szóló videó vetítését nézhették meg az érdeklődők. Majd élőszóban is felhívtuk a jelenlévő hölgyek figyelmét a rendszeres mell önvizsgálatra és a szűrővizsgálatok fontosságára, illetve a helyes táplálkozás jelentőségére.

Ezután a Béres cég által felajánlott Béres Immun Herbál multivitamin adományt osztottuk szét a tagjaink körében.

Összefoglalva, a délutáni program kellemes, sikeres és hasznos is volt mindannyiunk számára, és egy kis megvendéglés sem maradhatott el.

### Oldal Józsefné



Október 9.

## Eger

Élete során minden hetedik nő találkozik a mellrákkal ezért fontos a megelőzés minden korosztályban mondta Prof. Dr. Simon Tamás a Magyar Rákellenes Liga elnöke azon a rendezvényen, amit az Egri Alapszervezet immár hatodik alkalommal a mellrák megelőzése és korai felismerése érdekében rendezett, a város központjában lévő Bartakovics Béla Közösségi Házban.

Dr. Jakab Lajos radiológus szakorvos kiemelte az önvizsgálat és a mammográfiai szűrések fontosságát mivel Magyarországon évente több mint hétezeren betegszenek meg és a mellrák miatt 2500 nő veszíti életét.

Dr. Missz Mihály főorvos beszélt a rák diagnózis közlésének mikéntjéről a beteg és a hozzátartozók felé, valamint az orvos és a beteg közti őszinte kapcsolat fontosságáról.

Dr. Kovács Kázmer főorvos tanácsot adott a daganatos betegek életminőségének javításáról a tápláltsági állapot befolyásolásával.

Végezetül a Közösségi Házban lévő programot a Szemiramisz Virágai hastánc csoport műsora zárta.

15 órától a felvonulásra összegyűlt résztvevők, a Közösségi Háztól a Dobó térre sétáltak rózsaszín lufikkal a kezükben. Itt az önkormányzat és a civilszervezetek nevében neves szakemberek beszéltek a mellrák megelőzéséről és a szűrések fontosságáról.

A megmozduláson legalább 200-an vettek részt, mert menet közben is többen csatlakoztak a felvonuló tömeghez. Rendezvényünkön a Hatvani és a Salgótarjáni Alapszervezet képviselői is a vendégeink voltak.

Az előadásokról és a felvonulásról az egeri média is beszámolt.

**Bak Imre**



Október 7.

## Budakalász

2012-ben, csak úgy, mint az előző években igen nagyszámmal kb.100 fővel sétáltunk végig Budakalászon, hirdetve a mellrák elleni küzdelem fontosságát. Sokan rózsaszín ruhadarabokban, rózsaszín lufikkal a kezükben vettek részt a felvonuláson, amely így még látványosabbra sikeredett.

A sétát megelőzően a Faluházban gyülekeztünk, ahol először Rogán László polgármester úr köszöntötte a résztvevőket, majd a Liga elnöke Prof. Dr. Simon Tamás beszélt a rózsaszín séta hagyományának kialakulásáról és a mellrák elleni küzdelem jelentőségéről. Dr. Dömötöri Zsuzsanna radiológus előadásából a mammográfiáról és az ultrahangos vizsgálatok jelentőségéről kaptunk új ismereteket.

*Lontainé Hegyemegi Erzsébet*



Október 15.

## Borsodnádasd

Borsodnádason, ebben a Heves-borsodi Dombság területén elhelyezkedő kis községben, másodszer rendeztünk mellrák elleni sétát. Idén már kétszer annyian jöttek el a sétára, mint a tavalyi évben. Örömmel tapasztaljuk, hogy egyre többen figyelnek az egészségükre, a megfelelő életmódra, szeretik a közös megmozdulásokat. Célunk, hogy a növekvő lakossági érdeklődés mellett még több szűrést tudjunk megvalósítani és az eddiginél is jobban bevonjuk a lakosságot a rák elleni küzdelembe. Szeretnénk elérni, hogy a rák szó ne csak az iszonyatot juttassa az emberek eszébe, hanem azonnal a megelőzésére gondoljanak, ahogyan azt a Liga elnöke is mondta: **jókedvvel, mozgással, megfelelő étkezéssel, és rendszeres szűréssel – előzzük meg a rák kialakulását!**

*Cseh Istvánné*



Október 17.

## Debrecen

Debrecenben a Megyeháza impozáns Árpád termében került megrendezésre az emlőrák elleni hónap alkalmából szervezett szimpóziumra, majd a városközpontban az ezt követő figyelemfelkeltő sétára. A szervezők a Magyar Rákellenes Liga Debreceni Alapszervezete és az HBMKH NSZSZ Debreceni Kistérségi Intézet voltak.

Köszöntőt mondott Dr. Kiss Sándor, a DMJV Egészségügyi és Szociális Bizottság elnöke. Dr. Lajkó Gabriella kistérségi főorvos előadásában az emlőszűrés eredményeiről és a megelőzés fontosságáról beszélt.

Dr. Gonda Andrea a DEOEC Onkológiai Intézet adjunktusa előadásában az emlődaganatok onkológiai ellátásáról és gondozásáról beszélt.

Dr. Furka Andrea DEOEC Onkológiai Intézet Sugárterápia nem önálló tanszék adjunktusa az emlő tumorok sebészeti megoldásairól tartott előadást.

Ebben az évben emlődaganatos beteg hozzátartozójaként Dr. Kelemenné Kovács Csilla beszélt arról, hogyan éltek meg édesanyja emlődaganatát, kezelését, gyógyulását, könnyet csalva sokak szemébe.

Ezt követően a budapesti Újjászületés Rehabilitációs Táncklub műsora következett, amit vastappsal jutalmaztak a nézők.

Dr. Adamecz Zsolt, az MRL debreceni alapszervezet elnöke zárszavában hangsúlyozta a szűrésen időben való megjelenést, az önvizsgálat fontosságát, s a rendszeres kontroll vizsgálatot az áttétek megelőzése érdekében.

A szimpózium után a mellrák túlélői és a szervezetek képviselői kezükben lufikkal a Piac utcán át, a Kossuth térre sétáltak, ahol útközben többen csatlakoztak a menethez.

A debreceni résztvevők a Lánchídi sétára készülő rózsaszín szalagon üzenetükkel és aláírásukkal hozzájárultak ahhoz, hogy létrehozzák az ország leghosszabb mellrák elleni jelképét. A mellrák elleni küzdelem jelképével díszített léggömböket mintegy százan engedték a levegőbe.

**A rendezvényről a Debrecen televízió riportban számolt be, amely megtekinthető: [www.dehir.hu](http://www.dehir.hu) weboldalon**

Kozempel Zsuzsa





Október 20.

## Pécs

A Magyar Rákellenes Liga Pécsi alapszervezete az önvizsgálat és a szűrővizsgálatok fontosságát hangsúlyozó előadással, fiatal túlélővel való beszélgetéssel, könyvbemutatóval, az Anita Hungaria fehérnemű szaküzlet speciális „divatbemutatójával”, zumba tánccal várta az érdeklődőket az ÁRKÁD bevásárlóközpont aulájába, a Mellrak Elleni Világnap alkalmából. A szombati forgatagban még azok érdeklődését is felkeltették a színes programok, akik nem kimondottan a rendezvényre jöttek. Sok érdeklődő állta körül a színpadot. Szavazni lehetett a kidíszített „Anitás melltartók” versenyén. A Lánchídi rendezvényre készülő rózsaszín szalagra üzeneteket írtak a résztvevők. Ezután a város legszebb részein haladva, elindult a rózsaszín lufis felvonulás a Széchenyi tértől a Zsolnay negyedig. Közben többen csatlakoztak a felvonulókhoz, de még mindig sokan kérdezték: miért vonulunk, mit hirdetünk! Évről-évre sokakhoz jut el az üzenet a mellrák elleni küzdelemről, de

**ezt a missziót folytatni kell, mert még mindig nem tudja minden nő, hogy rajta is múlik!**

**Mészáros Kriszti**



Október 30.

## Hajdúszoboszló

Magyar Rákellenes Liga Hajdúszoboszlói Alapszervezete szakmai délutánt rendezett **„Nyílt nap rózsaszínben az emlőrákról”** címmel.

A közel ötven résztvevő előadást hallhatott az emlőműtétek sebészeti beavatkozásairól és a korrekciós lehetőségekről, az egészséges táplálkozásról, és arról, hogy mit kell tudni a generikus gyógyszerekről. A rendezvény interaktív formában zajlott, így minden kérdésre választ kaphattak a résztvevők. Csatlakoztunk a „rózsaszín szalagüzenetek” akcióhoz is, mely a Lánchídi sétához gyűjtötte a nők üzeneteit. Végül egészséges zöldségekből készített szendvicsekkel és gyógytea variációkkal kínáltuk a vendégeket.

**Miklós Jánosné**

