

Татьяна БАНЦЕР, 50 лет:

"Теперь я по-настоящему ценю жизнь"

"Рак груди — не приговор, — утверждает наша героиня. — Я излечилась, хотя спустя десятилетие и борюсь с последствиями операции".

Татьяна Банцер долго не хотела делиться своей историей, так как заглядывать в прошлое до сих пор больно. Но именно благодаря болезни, она нашла свое призвание, стала крепче духом и начала по-настоящему ценить жизнь.

Уже более десяти лет назад случайная маммограмма показала наличие опухоли в молочной железе. "Были боли, были какие-то уплотнения, но когда я услышала диагноз "рак молочной железы", испытала неопиcуемый шок, — делится Татьяна. — Я, как и все, думала, что от этого умирают. Врачи сказали как можно быстрее оперировать часть левой груди. И я моментально приняла решение". Быстро пришлось искать нитки для "красивого" шва, а лежа на операционном столе, все просила врачей перепроверить в карточке ту ли грудь удалять собрались.

Есть вопросы о проблеме заболевания раком груди? Позвоните по телефону горячей линии **0-800-50-50-90**

Полный перечень контактов областных центров онкодиспансеров в любом регионе, а также много полезной информации на сайте www.avonprotyraku.org.ua

"У меня была очень красивая грудь. И лишиться ее для меня — настоящая трагедия. Это же наша женственность, сексуальная привлекательность. Даже в 65 женщины переживают очень сильно, что станут непривлекательными для мужчин".

После хирургии были лучевая и химиотерапии, которые сильно подорвали иммунитет. Прошло десять лет. Но до сих пор Татьяна ощущает на себе последствия операционного вмешательства. Бесконечные миллилитры лекарств, которые капались в вену и глотались килограммами, здоровья не добавляли и "выматывали" кошелек. "Один укол, который нужно делать ежемесячно, мог стоить 300 долларов, и таких мне ставили много, очень много. Два препарата я принимала по рецепту, третий нужен был, чтобы снять последствия первых двух, и так по кругу", — вспоминает Татьяна. *И однажды женщина решительно разорвала нескончаемую цепочку — просто отказалась от лекарств. Полностью.* "Это же прямой путь к инвалидности. После удаления груди всем предлагают "группу" и мне постоянно приходилось доказывать, что я не инвалид. А лекарства лишь подрывали здоровье.

Кроме того, начались проблемы с подвижностью руки. Виной тому удаленный лимфоузел подмышкой. Рука была отекая как бревно. Я могла от злости скрутить фигу, но дотянуться до носа — нет! Несколько лет массажами и упражнениями, испытывая жуткую боль, я потихоньку разрабатывала руку. И кстати, помог мне именно ФитКервс. Сейчас я могу поднимать левую руку вровень с правой. Этого десять лет не было".

В клубе ФитКервс Татьяна вспомнила, что когда-то занималась греблей на байдарках. Тренажер для косых мышц повторяет движения при гребле: когда руки зафиксированы, а работает только

корпус. "Для меня ФитКервс стал настоящим открытием, — делится Татьяна. — Нет "обязаловки" по времени, пришла — молодец, поленилась — себе же хуже сделала. И очень вдохновляло — я могу сама?! Интересным мобилизирующим моментом были небольшие интервалы для работы на тренажерах, всего за 30 секунд нужно успеть все! А девушки какие доброжелательные. Я, когда пришла, переживала, что всем будет заметна моя проблема. Но, как оказалось, очень зря".

Татьяна подтянула мышцы, уменьшилась в объемах, начала потихоньку терять лишние 15 килограммов. Стало лучше работать сердце и уже на пятый этаж по лестнице подняться без одышки гораздо легче.

Кроме спорта, оправиться от последствий операции помогли психотерапевты. "Долгое время я не могла спокойно смотреть на свое отражение — шрам через все туловище, недостающая часть, это было ужасно. Я носила безобразную одежду, которая вообще скрывала у меня наличие груди. Годы психологической реабилитации помогли мне понять, что я привлекательна как и раньше".

Татьяна уверена, что после операции жить можно абсолютно нормально. Внося, конечно же, определенные коррективы. Нужно привыкнуть к новому виду тела, понять, что ты не так вынослив как раньше, тебя часто без причины бросает в пот и может подскочить давление. Питаться нужно исключительно низкокалорийно, не забывать, что тебе категорически запрещено бывать на солнце и нужно вести систематический контроль за здоровьем. А в целом, все хорошо! Ведь именно пережитое дало возможность Татьяне открыть в себе новые творческие грани. В ее удивительных украшениях из натуральных камней вся женственность, нежность и любовь, то, что живет в нашей груди вечно.

10 років в Україні соціальна програма

AVON

РАЗОМ ПРОТИ РАКУ ГРУДЕЙ

БЛАГОДІЙНИЙ ПОХІД

24 вересня 2011 року

КІЇВ МИХАЙЛІВСЬКА ПЛОЩА

Реєстрація з 10:00 до 12:00

Залучаються кошти на фінансування 3-ї Школи сучасної маммографії

Організатор: Благодійний Фонд "Здоров'я жінки і планування сім'ї"

Генеральний ТВ-партнер: НОВИЙ канал

Партнер: FitCurves. Сила удивить тебе!

Постійні партнери програми та походу: Uninvest Print, НАДІГА, BONAQUA, NESTEA

Освіжаючі партнери: Головний радіопартнер: efm

www.avonprotyraku.org.ua