

# זמנים בריאים

חדש סרטן השד



## ד"ר, האם אני צריכה לדאוג?

האם הממצא הזה מסוכן? האם צריך לזרוז את הטיפול? האם מותר לקחת מולטי ויטמין בזמן הכימותרפיה? בכל יום מקבלת ד"ר תמי קרני עשרות שאלות על ידי נשים מודאגות שלקו בסרטן השד. הנה כמה דוגמאות נפוצות

### נלחצת מגורמי הסיכון

סיבן שואלת: "אמי הלחה במסרן. יש אני בת 43 אחרי ניתוח הקטנת שר האם אני צריכה לעבור ממנופרטין, ואם כן מתי? יש לי עודף משקל ומסרנת סוג 2."

ד"ר קרני: "נודעו סיכון אינם נודעו למחלה. אלו הם סוגיה של רבים אשר נמצא קשר סטטיסטי בינם לבין חולת מסרן. יש אשה עם כמה נודעו סיכון לא נמצאת בהרבה מסרן נגדה יותר לחולה מסרן. הנה נודעו הסיכון:  
א. סיפור מסרן של לקרובת. מספרה מודרנה ראשונה פעלה הסיכון לחולה מסרן של במהלך החיים.  
ב. הסגנת יתר מעלה גם היא את הסיכון.  
ג. ככל שהאשה מבוגרת יותר, כך הסיכון לחולה מסרן של עולה.  
ה. גיל לידה ראשונה – ככל שהיאשה יולדת בגיל מבוגר יותר, כך הסיכון עולה.  
ה. וסת ראשונה בגיל צעיר מאוד חסרת אחרונה בגיל מבוגר מאוד מעלת סיכון לטרטן של.  
ג. סיפוס בורמונים חליפיים בגיל העברית לאורי הפסקת המי חוד החודים."

### האם אני צריכה למהר

בני שואלת: "למני טבעו קיבלתי תשובה של יוספיה חזית – יש לי סרטן הסה. קבעתי תור ל-MRI בעוד יומיים, אני מחכה לתור ל-PET-CT ועדיין אין תור מניחה עם אונקולוג לקביעת סוג הניתוח. כעתיים יש לי כל מיני תחושות בגוף, וכאב חלש של ימין וסחור. מה עלי לעשות? יש לי התחשה

אל ד"ר תמי קרני מותו יש יום עשרות נשים מריאות וחולות. תן מדרגות בגלל אבחנה שקיבלה, תוהה לגבי הטיפול שיתואם לה. או מקפידת חוות דעת נוספת על מרנו השד שבו לוק. הנה כמה המסאלות האמיתיות שנשלחו אליה ברשת.

### האם אני יכולה להיות רגועה

ורדה שואלת: "בכריכה ממנופרטין נמצא כשר הורמני טוס 0.6 מ"ג, BIIRADS 3, מסבא שניה מלושת לימפה התיקה, לא נראו התיירות הריקמה הפירובולוגיות התיקה. הוצאה התיירות אמה שהגוש ספיר הורן מה לראג, ויש לחזור לכי ריקה ריבת ביטאר 2013. האם אני יכולה לחיות רגועה או שיש צורך בכריכה טופסי?"  
ד"ר קרני: "בגוף השאלה שלך נמצאת התשובה הרגיעה. א. המסבא נקט מאד, 4 מ"ג, הנאמר עליו ספיה. כולמר איתו מרנו ולא חשוד לחות. ב. בשפה 'מפועלת' בפרוי כי אין התיירות הריקמה תקי. ג. 'פירובולוגיות' נמצע כמו מחלה, אך זה התארז הלטיני להטבה של בלוטות ריקמת חזיה. ו. העגנה הנורמלי והתקין של השה.  
ג. גם הוצאה התיירות איתה שהכל במרד. BIIRADS, אבג, היא סוסת ריזוג אשר נועדה לציין את מס' קנה הרזפה הרנגולוג, ריזויים 1 ו 2 אומרים כי הריקה לא מראה תקלה. 3 ו 4 מרזוסים סימול לחות שרעה מסבא חשוד לרטקן וצריך לעשות ביופסיה כדי לברר מה הבעיה. 5 מרזוסים שזה נבזאה לא מסרן אך ראי לעקוב אחר המסבא."

## לא יכולים לישון? זה אולי בגלל ה-iPad

האור שמסקין ממאכלים עלול להרד ישנה מקינים. כך עולה ממחקר שנערך ב-Renselaer Polytechnic Institute ובניו יורק ופרסם במכתב Applied Ergonomics. האור הבהיר שפילה הממאכלים עלול לרזב את ייצור הורמון 'המל' טינול שארוא' על השער הביולוגי של הגוף וצורח לחות את החודר ריות של השנה והתעוררות. מס' ברה מרס מריאה פינירו שממרה בראה התקה. החקרים גילו כי שימוש בטאב"ד



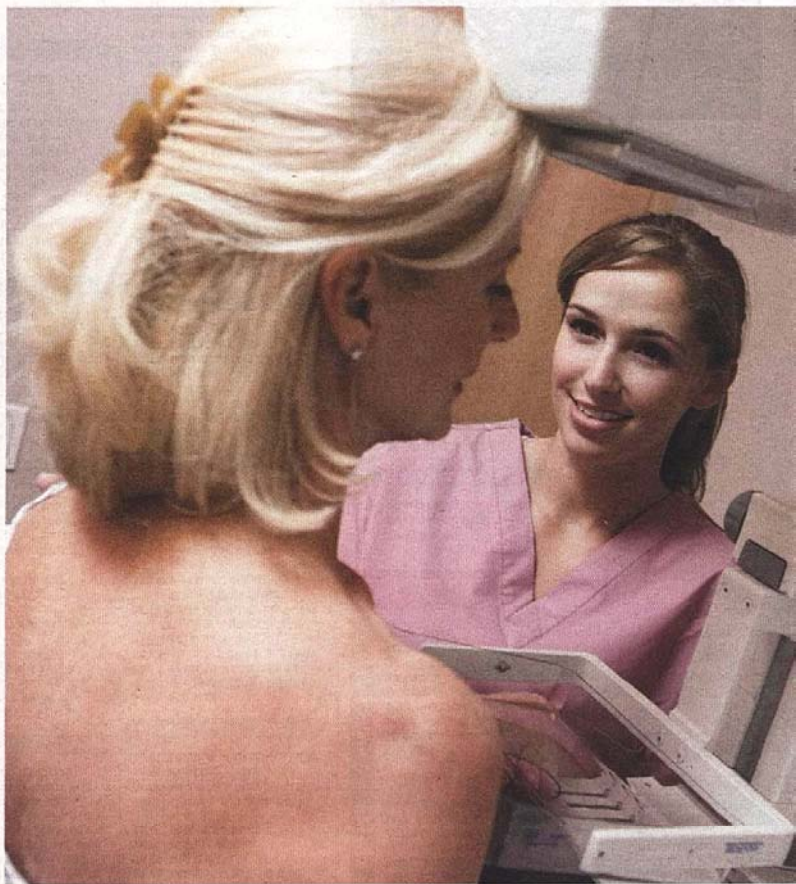
## ויטמין ס לא מונע הצטננויות

ניטום אבן, ויטמין א, ויטמין D וסרן עדי כיר לנטעט הנכונותו מרזים באוניברסיטה אבנו בניו יורק קבעו כי על ויטמין D האם ודואק יוליים לחות. החוקר הוריס קעב אורי 322 אנשים בריאים שקיבלו באופן אקר ראי ויטמין D או פולטב במשך 16 חודשים וצופים. המבנה שקיבלה הוספת של ויטמין D במלה 200 אקלי חירות בינלאומית ככל אחר משני הור' רשים הוויטמינים, ולאחר מכן דורה ל-100% אקלי חירות בודים עד סוף החוקר, כלומר לא יותר מ-3,000

## מתמכרים גם משתגרות ליום

בני נוער יסחורילים לעסו משלים את עצמם אם הם חושבים שיכולו להספיק כולות. מחקר שנעשה להמנה באוניברסיטת קלורניה מן גרטיסופי נבלו עיטשו של שני מיויות נבלו בינם בטפיק כדי לנודע לילדים בני 11-13 לתלמדי לניקוטין. 'על הורים לזהב את ילדיהם מעישו נבשל מוריס ככל האפשר עד בבת הסבר 'הסורד', מיצ'ן מתאם חרובה, מוחות לחתה ריות של האנהרה להפסי יוליים וצפיעים נטרמיה. 'בני נוער חושבים שרורים גי' חולים, הוא טבע.





לבחור את הטיפול המיטבי עבור כל אישה.

"פנייה למיין לא תעזרה במיין מטפלים בחולים רחופים אשר זקוקים לעזרה רפואית בו ביום. לא זה המצב בסרטן שד בזמן האבחון. לא מאשפזים ומנתחים סרטן שד דרך חדר מיון. סרטן שד בשלב המוקדם לא כואב ולא מורגש. התחושות שג'ני מתארת מתאימות לחרדה הנלווית לאבחנת המחלה.

"בטיפול של אורלי אנו רואים את טווח הזמן הגיתן באוסטרליה. מקובל שהפרוגנוזה לא משתנה אם נמתין עד חודש או חודשיים עד תחילת הטיפול. נכון שבישראל אנו משתדלים לתת טיפול זריו יותר, וזאת מסיבה שמאוד לא נעים להישאר עם המחלה זמן ארוך ללא טיפול. יחד עם זאת אני ממליצה לנצל את הזמן לבי רר הלופות טיפול ולהגיע לטיפול בטוחות שבחרתן את הטיפול המתאים לכן ביותר. זכרו: יש זמן, לא רצים לחדר ניתוח."

### מולטי ויטמין בזמן כימותרפיה

ריקי שואלת: "אני עומדת להתחיל ארבעה טיפולי כימותרפיה חזקה או את המערכת החיסונית. כאילו כשלו, נחלשו. עדיין לא ירדע מה גרם לסרטן שד. אם היו טיפולים מתגברים המשפרים את בריאות החולות, האם היו הרופאים מסתירים זאת?

"מטרת הרופאים המטפלים והחולות משותפת והיא לרפא, להחלים מחולי, לחזור לאיכות החיים הטובה. הנלצת: אם החי לטתן לקחת טיפול כלשהו נוסף כמו תוספי מזון, שינוי תזונה, דיאטה, טיפול משלים וכו' – ספרו זאת לרופאים המטפלים בכם. שקלו יחד את היתרונות והחסרונות. לפעמים זה מפריע, לפעמים מועיל, ולפעמים זה לא משנה". ●

שאני מפספסת זמן יקר מאוד. אולי אני צריכה להגיע למיין להתאשפו, שיעשו בדיקות בהקדם ויורו את הניתוח?"

אורלי שואלת: "אני גרה באוסטרליה. בבדיקת ביופסיה התגלה אצלי גידול של 1.5 מ"מ של Invasive Cancer (סרטן חודרני). נקבע לי תור לפגישה ראשונית עם כירורג בעוד חודש ורק אז וידיעו לי מתי ינתחו אותי כדי להוציא את מה שמצא. האם המתנה של ארבעה שבועות או יותר לא עלולה להחמיר את המצב? מה יכול להיות קצב ההתרחבות של התאים באותו מילימטר וחצי? האם אני צריכה לנסות להקדים את הפגישה עם הכירורג?"

ד"ר קרני: "קיים בלבול בין גילוי מוקדם וטיפול דחוף. גילוי מוקדם פירושו לבצע בדיקות ממוגרפיה פעם בשנתיים במטרה לאתר את סרטן השד כאשר הוא קטן ולא נמצא בבלוטות הלימפה או כגוררות בשאר הגוף.

"מרגע שאותר סרטן השד יש זמן לתכנן טיפול. אין לעשות זאת מתוך בהילות שאינה מוסיפה בריאות וגם אינה מאפשרת

**"קיים בלבול בין גילוי מוקדם וטיפול דחוף. גילוי מוקדם פירושו לבצע בדיקות ממוגרפיה פעם בשנתיים במטרה לאתר את סרטן השד כאשר הוא קטן ולא נמצא בבלוטות הלימפה או כגוררות בשאר הגוף. מרגע שאותר סרטן השד יש זמן לתכנן טיפול. בהילות אינה מוסיפה בריאות וגם אינה מאפשרת לבחור את הטיפול המיטבי"**