**BreastFit - w zdrowy sposób o raku piersi**

**Rozpoczął się różowy październik, miesiąc świadomości raka piersi, w którym kobiety na różne sposoby od reklam, akcji profilaktycznych, kampanii edukacyjnych, eventów a nawet szkoleń w pracy są namawiane do zbadania swoich piersi. Inicjatywa genialna, jednak należy przypomnieć, że badamy piersi nie tylko w październiku!!**

Nie możemy zapominać o np. comiesięcznym samobadaniu piersi, w szczególności, że statystyki są alarmujące. Rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem u kobiet, a u 5-10% z nich nowotwór rozpoznawany jest od razu w zaawansowanym stadium. Nie będę się rozwijać na temat statystyk, w myśl przekonania, że kobiety właśnie są za bardzo „straszone” rakiem i często już nie słyszą ważnego przekazu, że rak wcześnie wykryty jest w 100% wyleczalny a u kobiet, u których zdiagnozowano zaawansowanego raka piersi, dzięki dostępowi do nowoczesnych form terapeutycznych, choroba nie jest już wyrokiem, tylko chorobą przewlekłą! To kobiety, które mimo zaawansowanego raka piersi żyją normalnie, są aktywne społecznie i zawodowo! Żyją, czują się dobrze i mają apetyt na więcej!! To dlaczego wciąż postrzegamy w społeczeństwie pacjentkę z rakiem piersi, jako tą : chudą, łysą i bez szans??

**O raku piersi w mediach**

Nieustannie, pomimo rosnącego zainteresowania mediów tematyką raka piersi, napotykamy na błędne kreowanie obrazu pacjentki i samej choroby w publikowanych materiałach tekstowych czy wideo. Dotyczy to wszystkich rodzajów środków masowego przekazu w tym prasy, stron internetowych, radia, jak i telewizji. I budzi to we mnie z jednej strony radość, że wyjęliśmy raka z strefy tabu a jednak ogromny sprzeciw, bo ten kreowany obraz choroby jest błędny a przede wszystkim krzywdzący dla kobiet, które każdego dnia otrzymują diagnozę raka piersi. Jak pokazuje analiza medialna przedstawiona w raporcie „Zaawansowany rak piers. Analiza medialna 2012 – 2022”wykonanym przez Press Service na zlecenie Novartis w ramach kampanii „BreastFit. Kobiecy biust, męska sprawa” na przestrzeni ostatnich dziesięciu lat liczba publikacji na temat raka piersi przekroczyła 3000 i publikacje te dotarły do około 55 milionów ludzi. Dane zebrano z ponad 1000 tytułów prasowych, 5 mln polskojęzycznych portali internetowych oraz 100 stacji radiowych i telewizyjnych. Ich odbiór pokazuje jednak, że treści te potrafią przynosić skutki odmienne do tych zamierzonych, czyli na przykład potęgować w kobietach lęk czy zniechęcać do wykonywania badań profilaktycznych w obawie przed usłyszeniem diagnozy. To pokazuje, że mimo dobrych intencji wizerunek w mediach czy też błędne mówienie o raku nie jest spójne z tą pozytywną zmianą, która nastąpiła w leczeniu pacjentek z rakiem piersi.

**Rola semantyki**

Pacjentki w obliczu choroby najbardziej potrzebują dostępu do treści, które są dla nich wzmocnieniem pozytywnym. Tymczasem, jak widać na podstawie analizy, semantyka dotycząca zaawansowanego raka piersi w mediach jest w większości przypadków negatywna i buduje obraz choroby jako przeszkody nie do pokonania. Gdy myślimy o chorobie onkologicznej, automatycznie przychodzą nam do głowy takie słowa jak: śmierć, hospicjum, wyrok, walka. I tutaj trzeba zadać sobie pytanie, skąd bierze się taki schemat postrzegania choroby i dlaczego jest tak powszechny? Oczywiście odpowiedź brzmi: z mediów, internetu do których pacjenci sięgają często ze względu na chęć otrzymania szybkiej odpowiedzi na nurtujące pytania. Problem ten wynika między innymi z braków kadrowych pośród lekarzy (2,4 na 1000 pacjentów). Trudno się dziwić, że pacjenci zmuszeni do długiego okresu oczekiwania na wizytę w celu zadania pojedynczych pytań kierują swoje pytania do wyszukiwarek internetowych. Jak widać na podstawie analizy, zapotrzebowanie na wiedzę i wsparcie w mediach istnieje, jednak sam obraz choroby w niej przedstawiany nie jest współmierny z rzeczywistością.

**Budowanie realnego wyobrażenia na temat choroby**

Paradoksalnie, gdybyśmy zapytali same pacjentki o oczekiwania a rzeczywistość leczenia, często mówią one, że lęk przed chorobą był największy na samym początku, kiedy to nie miały własnych doświadczeń, ale opierały je na informacjach pozyskiwanych w mediach. Od razu przychodzą im do głowy nagłówki mówiące o śmierci celebrytów z doświadczeniem choroby nowotworowej, które krzyczą z pierwszych stron gazet o przegranej nierównej walce z rakiem. W gąszczu informacji negatywnych, wzbudzających kontrowersję, brakuje treści mówiących o pozytywnych historiach pacjentek, dla których diagnoza zaawansowanego raka piersi nie jest jednoznaczna z końcem życia, ale z nowym etapem życia z chorobą przewlekłą.

**Oswajanie raka zamiast walki**

Mówiąc o raku w kategoriach wyroku czy walki, budujemy raczej przekonanie,

że pacjentka z diagnozą zaawansowanego raka piersi jest od razu na przegranej pozycji i nie ma możliwości podjęcia kroków, które pozwoliłyby jej na leczenie i zadowalające życie z chorobą. Raka powinniśmy oswajać, bo pacjentki potrzebują wzmocnień pozytywnych, a nie negatywnych. Nie powinny z każdego źródła otrzymywać komunikatu, że są chore na „najgorszy” podtyp raka, że mają pecha, bo jest to zwyczajnie nieprawda. Samo słowo zaawansowany wywołuje w nich przerażenie, a potęgowanie tego subiektywną oceną trudności leczenia danego nowotworu nie pomaga.

**Akcje edukacyjne w mediach**

Analiza uwidoczniła, że pod względem profilu dostępnych dla pacjentek z zaawansowanym rakiem piersi treści, dominują te o charakterze edukacyjnym, w tym artykuły na portalach zdrowotnych i w mediach lifestylowych oraz powszechne akcje edukacyjne organizowane przez fundacje, czy stowarzyszenia. Wśród najbardziej wpływowych kampanii wywołujących ruch w sieci wyróżniamy kampanię „Breastfit. Kobiecy biust, męska sprawa” funfacji OnkoCafe, która od 2017 roku jest najczęściej wspominaną kampanią w zróżnicowanych środkach masowego przekazu. Nawołuje ona do budowania nawyków profilaktycznych, podkreśla rolę mężczyzny oraz obala mity dotyczące raka piersi.

**Są słowa, które budują i te, które rujnują**

W obliczu sytuacji kryzysowej, jakiej doświadczają pacjentki z diagnozą zaawansowanego raka piersi, powinniśmy pamiętać o tym, że słowa mają określoną wagę i moc. Ogromnie cieszy mnie fakt rosnącej liczby publikacji na ten temat w mediach, jednak mam nadzieję, że z czasem będą one bardziej nakierowane na pozytywne wzmacnianie pacjentek, pełne prawdziwych przykładów, co zaowocuje zwiększeniem motywacji do leczenia oraz poprawą stanu zdrowia psychicznego pacjentek, dla których lęk nie będzie już dominującą emocją w ich życiu. Chciałabym, żeby moje pacjentki przestały walczyć z rakiem a po prostu mogły się leczyć!