

MAŁGORZATA KRAJEWSKA¹, IZABELA CZEKAŁSKA²

Rola psychoonkologii w leczeniu chorób nowotworowych piersi

Psycho-Oncology Role in the Breast Cancer Treatment

¹ Studentka kierunku zdrowia publicznego, Akademia Medyczna im. Piastów Śląskich we Wrocławiu

² Zakład Humanistycznych Nauk Społecznych, Akademia Medyczna im. Piastów Śląskich we Wrocławiu

Streszczenie

Dane statystyczne wskazują, że w Polsce najczęstszą przyczyną zgonów kobiet przed 62. r.ż. są nowotwory – głównie rak piersi. Rozwój medycyny pozwala na coraz lepsze wyniki leczenia chorób nowotworowych. Myśląc o terapii onkologicznej, należy brać pod uwagę również procesy psychiczne pacjenta związane z chorobą. Pozwala to na lepsze jego zrozumienie i udoskonalenie kontaktu zachodzącego między personelem medycznym a chorym, co ułatwia leczenie. Podspecjalizacją onkologii, która bada specyficzne zachowania chorego i jego rodziny w tak trudnych okresach życia, jakimi są diagnoza i leczenie nowotworu, jest psychoonkologia. Obejmuje działania prewencyjne i terapeutyczne oraz udziela niezbędnego wsparcia osobom chorym i ich rodzinom. Ogromną rolę w procesie adaptacji pacjenta do choroby odgrywa rodzina i bliscy chorego, nie zawsze jednak są w stanie udźwignąć ogrom przeżywanych emocji, ponieważ sami zmagają się z własnymi odczuciami związanymi z wystąpieniem nowotworu w najbliższym otoczeniu. Wtedy pomoc i wsparcie przynoszą wszelkiego rodzaju organizacje samopomocy. Służą fachową opieką i dostarczaniem niezbędnych informacji. Pomagają zmniejszyć lęk i poprawić jakość życia w chorobie. Udzielą wsparcia nie tylko chorym, ale także całym rodzinom. Dzięki takim organizacjom rośnie wrażliwość społeczna odnośnie do chorób nowotworowych, dzięki temu proces powrotu do „normalnego” funkcjonowania jest o wiele łatwiejszy, a zaakceptowanie siebie po zabiegu, np. mastektomii, przychodzi z mniejszym wysiłkiem. Do czołowych organizacji w tematyce raka piersi należy zaliczyć „Amazonki”, które swoją działalnością pomogły niejednej kobiecie (Piel. Zdr. Publ. 2011, 1, 2, 149–154).

Słowa kluczowe: psychoonkologia, leczenie choroby nowotworowej, organizacje wspierające.

Abstract

Statistically the most common cause of death in women, up to 62 years of age, is breast cancer. Well-developed medical technologies allow better and more effective cancer treatment. There are important mental processes associated with oncological therapy that should be considered. This allows a good and co-operative contact between medical personnel and the patient, what results in more efficient outcomes of the treatment. The study of specific behaviors, that both the patient and his family tend to have, is a subspecialty of Oncology called Psycho-oncology. Psycho-oncology includes a range of therapeutic and preventive actions that provide a necessary support to the patient and his family. Family and friends of the patient play an important role in his adaptation to the sickness. However, sometimes the enormity of the emotions associated with this is too hard to be handled by them. If the patient and his family struggle with those sorts of problems they should seek for support in special self-help organizations. These organizations offer a professional care and are an excellent source of information that helps to decrease anxiety and improve quality of life of the patient and his family. Also, these organizations improve social sensitivity for cancer. For example, patients after mastectomy (or other treatments leaving permanent scars) feel commonly accepted. This helps cancer's victims to get their normal life back again. The main organization operating in Poland is "Amazonki". The activity of the organization helped many women suffering from breast cancer (Piel. Zdr. Publ. 2011, 1, 2, 149–154).

Key words: psycho-oncology, cancer treatment, support organizations.

Psychoonkologia – terapia w chorobie nowotworowej

Dotychczasowe badania chorób nowotworowych dotyczą w większości metod leczenia, zapobiegania oraz wczesnego wykrywania zmian guzowych. Rozwój medycyny pozwala na coraz lepsze wyniki leczenia chorób nowotworowych. W terapii onkologicznej należy brać pod uwagę również procesy psychiczne pacjenta związane z chorobą. Szersze spojrzenie na chorobę pozwala lepiej zrozumieć pacjenta i udoskonala kontakt między lekarzem a chorym, dzięki czemu usprawnia się proces leczenia. Niejednokrotnie obraz choroby w rozumieniu pacjenta jest inny niż ten postrzegany przez personel medyczny. Wywołuje to różne reakcje emocjonalne na wiadomość o chorobie mające bezpośredni wpływ na przebieg leczenia. Dlatego konieczne jest ciągle poszerzanie wiedzy na temat aspektów psychologicznych towarzyszących chorobie nowotworowej.

Definicja i znaczenie psychoonkologii

Psychoonkologia to nauka dość nowa, ponieważ jej początki sięgają lat 80. XX w. Ma wymiar wielodyscyplinarny, obejmuje zakres działań prewencyjnych i terapeutycznych wobec osób chorych i ich rodzin. Prekursorem psychoonkologii jest dr Jimmie Holland, zarządzająca Katedrą Psychiatrii i Nauk Behawioralnych Centrum Onkologicznego im. Sloan-Kettering w Nowym Jorku [1], która stworzyła pierwszą definicję psychoonkologii. Według dr Holland psychoonkologia jest podspecjalizacją onkologii, bada specyficzne zachowania zarówno chorego, jak i jego rodziny w tak trudnych okresach życia, jakimi są diagnoza i leczenie nowotworu. Głównym zadaniem tej wielodyscyplinarnej dziedziny nauki jest ciągła poprawa jakości życia chorego na nowotwór i jego najbliższych. W przebiegu choroby bardzo istotną rolę odgrywa personel medyczny, który stanowi ważny punkt badań psychoonkologicznych [2]. Obejmuje ponadto wszelkie starania o włączenie w programy nauczania zagadnień psychoonkologicznych w kształceniu personelu medycznego.

Psychoonkologia zajmuje się trzema obszarami: promocją zdrowia, czyli szerzeniem zachowań zapobiegających powstawaniu nowotworów, profilaktyką z naciskiem na wczesne wykrywanie oraz leczenie chorób nowotworowych; łagodzeniem lub usuwaniem psychologicznych skutków diagnozy i poszczególnych etapów choroby u pacjenta i jego rodziny. Dotyczy to również personelu medycznego towarzyszącego choremu w całym procesie

leczenia. Niezmiernie ważne jest wypracowanie dobrego kontaktu między lekarzem a pacjentem oraz umiejętne informowanie o rozpoznaniu, rokowaniach i postępach w leczeniu. Potrzebne są rozmowy z chorym oraz duże wsparcie całego personelu medycznego i bliskich. Psychoonkologia zajmuje się także działaniami psychoprophylaktycznymi skierowanymi do personelu medycznego pracującego na oddziałach onkologicznych. Działania te to nabywanie umiejętności dobrej współpracy z pacjentem, która jest niezbędna przy tak ciężkich chorobach oraz zwrócenie uwagi lekarzy na okazywanie większego zainteresowania pacjentem, zachęcanie ich do rozmów o chorobie i swoich odczuciach [3].

Rozwój psychoonkologii można zauważyć w działalności psychologów na niektórych oddziałach onkologicznych. Tworzą oni wsparcie dla chorych na nowotwory. Choć w dalszym ciągu takich specjalistów jest za mało na tego typu oddziałach, to niezbędne jest informowanie chorego o możliwości podjęcia terapii lub konsultacji u specjalisty z zakresu psychoonkologii. Niekiedy rodziny chorego same na własną rękę korzystają z wszelkiego rodzaju terapii w przeróżnych ośrodkach. Na wykwalifikowaną pomoc chorzy i ich bliscy mogą także liczyć w specjalistycznych organizacjach pozarządowych (które zostały omówione w dalszej części artykułu).

W 2009 r. swój 10. jubileusz obchodziło Polskie Towarzystwo Psychoonkologiczne. Powodu powstania Towarzystwa należy szukać u podstaw psychoonkologii, ponieważ jednym z nadrzędnych celów jest ciągle prowadzenie badań nad poprawą jakości życia chorych na nowotwory i wpływu choroby na personel medyczny, rodzinę i samego pacjenta. Przykładem aktywnej i coraz szerszej działalności Towarzystwa mogą być coroczne konferencje cieszące się ogromną popularnością. Pod skrzydłami Polskiego Towarzystwa Psychoonkologicznego powstała również w 2005 r. Krajowa Szkoła Psychoonkologii [4], która dzięki pomocy finansowej Fundacji PZU przygotowała program edukacyjny skierowany do personelu medycznego pracującego z pacjentami leczonymi onkologicznie. Ponieważ zadaniem psychoonkologii jest łagodzenie następstw choroby nowotworowej u pacjentów leczonych onkologicznie i ich rodzin, większość tego zadania spada bezpośrednio na barki zespołu medycznego przeprowadzającego leczenie. Niestety brak fundamentalnej wiedzy na temat procesów psychologicznych zachodzących podczas tak poważnej choroby u pacjenta uniemożliwia najczęściej realizację tego celu. Dlatego właśnie została powołana szkoła psychoonkologii, aby przez edukację personelu medycznego poprawić relację lekarz–pacjent, usprawnić proces leczenia i poprawić jakość życia chorych na nowotwory.

Psychoedukacja

Jedną z form poprawiających relację lekarz–pacjent jest psychoedukacja – forma pomocy i wsparcia udzielana chorym na nowotwory i ich rodzinom. Polega na wyjaśnianiu poszczególnych etapów przebiegu choroby i leczenia oraz pogłębianiu wiedzy o samej chorobie. Może się to odbywać za pomocą broszur napisanych przez specjalistów lub zajęć warsztatowych. W przypadku informacji drukowanej ważne jest to, aby zawarte tam informacje mogły być konsultowane z lekarzem prowadzącym w celu rozwiania wszelkich wątpliwości. Wzbudza to poczucie zaufania pacjenta w stosunku do lekarza.

Zajęcia w formie warsztatowej są prowadzone przez lekarzy onkologów lub psychologów z odpowiednim przeszkoleniem lub wiedzą na temat onkologii. Najczęściej odbywają się w grupach liczących do 12 osób, zaleca się konstrukcję grupy otwartej, aby w każdej chwili mógł ktoś dołączyć bądź zrezygnować. Grupy powinny być konstruowane w sposób uwzględniający rodzaj choroby nowotworowej oraz stadium leczenia. Zajęcia są prowadzone tak, aby każdy pacjent mógł świadomie podchodzić do własnego leczenia, dzięki faktycznym informacjom, jakie uzyskuje od specjalistów. Przekazywane w ten sposób fakty dotyczące choroby przyczyniają się do wzbogacenia wiedzy pacjentów na temat własnego stanu, metod leczenia, rokowań. Współpraca z chorym posiadającym rzetelną wiedzę na temat swojego stanu jest o wiele łatwiejsza i dużo bardziej skuteczna [5].

Psychoedukacja jest formą wsparcia chorych i ich rodzin przez poszerzanie ich wiedzy na temat choroby nowotworowej. Dlatego istotnym elementem jest dobrowolne uczestnictwo w zajęciach, które pozwala na świadome zgłębianie wiedzy na temat własnego stanu zdrowia i szczegółów choroby. Zajęcia są prowadzone w celu zmniejszenia poczucia lęku i strachu przed nieznanym, w tym wypadku przed przebiegiem choroby. Tematy, które powinny być poruszane na zajęciach to np.: informacje na temat pomocy psychologicznej, przyczyny powstania choroby, alternatywne formy leczenia, objawy niepożądane podczas leczenia i ich łagodzenie, informacje na temat ośrodków psychologicznych, onkologicznych oraz miejsc, gdzie można otrzymać pomoc psychologa [5].

Znaczenie organizacji w leczeniu choroby nowotworowej piersi

Zmaganie się z chorobą nowotworową jest najtrudniejszym i najbardziej obciążającym psychikę czasem w życiu chorego. Rozpoznanie raka

wiąże się z rozpoczęciem długotrwałego leczenia, hospitalizacji, a później z prowadzeniem mozolnej rehabilitacji. Nie zdajemy sobie jednak sprawy, że zderzenie z chorobą obciąża nie tylko samego pacjenta, ale również jego rodzinę. Bliscy odgrywają niemałą rolę w procesie leczenia. Powinni być oparciem dla osoby chorej, nieczęsto jednak tak się dzieje. Spowodowane jest to głównie tym, że każdy członek rodziny z osobna boryka się z wystąpieniem choroby nowotworowej. Najczęściej skutkuje to odizolowaniem osoby chorej, co często pogłębia poczucie alienacji i odrzucenia. Nasilają się wtedy wszystkie reakcje emocjonalne, zwiększa się stres i poczucie lęku. Dodatkowo chory zmagają się wówczas z wszechobecnym poczuciem winy oraz bycia ciężarem dla najbliższych. Są to bardzo negatywne emocje, które przy długotrwałym nasileniu mogą przerodzić się w depresję [6].

W takich przypadkach chory potrzebuje ogromnego wsparcia i informacji na temat swojego stanu. Poszukuje więc różnych źródeł pomocy. Można tu wyróżnić organizujące się wśród pacjentów z tą samą chorobą grupy samopomocy. Są to osoby zmagające się z rakiem lub pacjenci, którzy zostali wyleczeni. Działają na zasadzie wolontariatu i dostarczają niezbędnych informacji na temat choroby nowotworowej oraz wsparcia w najtrudniejszych chwilach leczenia. Celem grup samopomocy jest przede wszystkim zapewnienie wsparcia i niesienie pomocy w radzeniu sobie z chorobą nowotworową. Wpływają również na lepsze funkcjonowanie psychospołeczne w skomplikowanych sytuacjach, jaką jest m.in. choroba nowotworowa. Tworzenie takich grup jest efektem wspólnej potrzeby pacjentów, a nie uznaniem czyjś autorytetu. Oczywiście istnieje możliwość współpracy ze specjalistami, w większości jednak są to wysiłki, wiedza i umiejętności samych chorych. W grupie wszyscy są sobie równi i każdy ma takie samo prawo do korzystania ze wsparcia oraz udzielania pomocy innym. Nad poprawnym funkcjonowaniem grupy czuwają sami członkowie, oczywiście istnieje również możliwość korzystania ze wsparcia lekarzy specjalistów. Takie organizacje samopomocy niosą zatem wsparcie przy zmaganiu się z codziennymi problemami dotyczącymi choroby. Fundamentami budowanego zaufania wobec siebie są podobne doświadczenia przeżywane przez wszystkich członków [7].

Dynamiczny rozwój grup samopomocy wyodrębnił cztery obszary działania. Na pierwszym miejscu należy wymienić wszechobecną pomoc w zaistniałych trudnych sytuacjach związanych z przeżywaną chorobą, a także wspomaganie w osamotnieniu i odrzuceniu spowodowanym brakiem zrozumienia. Kolejnym obszarem działań jest dostarczanie wszechstronnej wiedzy na temat stanu chorego, leczenia i samej choroby oraz sze-

roka współpraca ze specjalistami i organizacja rehabilitacji. Do następnego obszaru działalności zalicza się edukację i samoedukację. Oczywiście musi być ona dostosowana do indywidualnych potrzeb pacjentów. Dotyczy to również społeczności środowiska lokalnego. Ostatnim zakresem działania jest organizacja grup społecznego nacisku [7].

Tworzenie grup samopomocy jest bardzo istotnym zjawiskiem. Dzięki zachowaniu dyskrecji i wytworzeniu poczucia intymności w społecznościach tych powstaje poczucie komfortu psychicznego, co sprzyja otworzeniu się osób chorych na otoczenie. Ważnym czynnikiem jest to, aby pacjent czuł się bezpiecznie, chciał rozmawiać o swoich doświadczeniach i emocjach. Sprzyja to poprawie leczenia, ponieważ niweluje negatywne reakcje emocjonalne oraz poszerza zakres wiedzy samego chorego na temat własnego stanu zdrowia. Nowa osoba dzięki obecności innych chorych wyzbywa się poczucia samotności, alienacji przez wymianę bolesnych odczuć z osobami w podobnym stanie. Ma to ogromny wpływ na akceptację zarówno choroby, jak i siebie po skończonym leczeniu. Pomaga w odnalezieniu na nowo własnej roli w życiu społecznym oraz jest niezbędne, aby poprawić jakość życia pacjenta podczas choroby [8].

Wybrane organizacje wspierające leczenie raka piersi

Amazonki

Pełna nazwa organizacji to Federacja Polskich Klubów Kobiet po Mastektomii „Amazonki”. Początki inicjatywy sięgają 1993 r. i wtedy właśnie odbyło się pierwsze zebranie założycielskie. Fundamentalną podstawą tej organizacji są wolontariuszki – kobiety po mastektomii, które po odbyciu rehabilitacji i powrocie do zdrowia zostają przeszkolone, aby wspierać oraz nieść pomoc innym chorującym kobietom [8].

Organizacja prężnie się rozwija, obecnie zrzesza ponad sto klubów założonych w różnych miastach. Działa bardzo wiele wolontariuszek. Do głównych celów działalności „Amazonek” należą: wielowymiarowe działania na rzecz kobiet z nowotworem, tworzenie grup sprzyjających wzajemnemu wsparciu, a także pomoc finansowa udzielana pacjentkom oraz rozpowszechnianie materiałów edukacyjnych, np. w postaci broszur. Działania, które podejmują skupiają się przede wszystkim na pomocy kobietom chorym. Można do nich zaliczyć np. wszelakie działania podejmowane w kierunku zachęcenia kobiet do badań diagno-

stycznych (na przykład mammobusy, w których można bezpłatnie wykonać badania piersi) oraz szeroko pojętą edukację nie tylko pacjentów, ale również społeczeństwa, która wyczula na zaistniały problem choroby nowotworowej piersi oraz pomaga w akceptacji i powrocie do „normalnego” funkcjonowania chorej po wyleczeniu. „Amazonki” skupiają się również na rehabilitacji kobiet po mastektomii przez organizację wszelkiego rodzaju wyjazdów oraz dostarczanie materiałów instruktażowych. Podejmują też działania ukierunkowane na podjęcie współpracy z innymi organizacjami, stowarzyszeniami i fundacjami [10].

Badania Kanadyjskiego Towarzystwa Onkologicznego „Reach to Recovery” oraz Regionalnego Centrum Raka w Ontario wykazały, że kobiety uczestniczące w stowarzyszeniach samopomocy miały o wiele większy wskaźnik akceptacji choroby oraz radzenia sobie z nią. Grupy wzajemnego wsparcia wspomagały ponadto proces przystosowawczy chorych do „normalnego” funkcjonowania w społeczeństwie po wyleczeniu [7].

Akademia Walki z Rakiem

Poznański oddział Akademii Walki z Rakiem jest miejscem, do którego mogą udać się chorzy i ich bliscy. Otrzymają tam niezbędne wsparcie w trudnych chwilach i będą mogli zaczerpnąć niezbędnych informacji dotyczących stanu osoby leczonej onkologicznie. Akademia skupia swoją działalność na prowadzeniu grup psychoedukacyjnych, które uczą lepszego radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych, trudnych, takich jak zachorowanie na raka [11].

Naczelnym psychologiem Akademii Walki z Rakiem jest Joanna Zapła, która jest także dyrektorem „Centrum Psychoterapii Integralnej”. Akademia rozpoczęła swoją działalność w 2005 r., pierwsze grupy zostały stworzone rok później i działały w ścisłej współpracy ze specjalistami z psychologii i psychoonkologii. W 2007 r. zawiązała się partnerska współpraca między Polskim Towarzystwem Psychoonkologicznym a Fundacją „Światło” w ramach programu Akademii Walki z Rakiem. Misją poznańskiego oddziału Akademii jest przede wszystkim podniesienie poziomu świadomości społeczeństwa na temat chorób onkologicznych. Szeroko pojęta edukacja skupia się głównie na profilaktyce, leczeniu oraz przyczynach powstawania choroby. W tym celu są organizowane różnego rodzaju akcje społeczne pod szyldem „Zwrotnik Raka”. Przeprowadzane w ramach przedsięwzięć kulturalnych spotkania i wykłady w towarzystwie specjalistów, przedstawicieli organizacji pozarządowych, farmaceutycznych oraz władz uczą lepszego rozumienia stanu

oraz potrzeb ludzi chorych leczonych onkologicznie. „Zwrotnik Raka” tworzony przez Akademię Walki z Rakiem przeprowadza swoje kampanie we współpracy z Centrum Psychoterapii Integralnej. Nadrzędnym celem wyżej wymienionych akcji społecznych jest poprawa jakości życia chorych na nowotwory oraz pomoc w radzeniu sobie z trudnościami związanymi z chorobą [11].

Jedną z ostatnich akcji społecznych przeprowadzonych przez „Zwrotnik Raka” jest wystawa zdjęć zatytułowana „Niejedna z Jedną”. Są to kobiece akty z pozoru nieróżniące się niczym od normalnych fotografii, uwagę przykuwa jednak brak jednej piersi. Na pracach zostały ukazane modelki do 34. r.ż. po przebytej mastektomii. Celem tej akcji jest ukazanie, że każda kobieta może zachorować w nieznanym dla siebie czasie. Dlatego ważna jest profilaktyka, dbanie o własne piersi i samobadanie. Wystawa ma również na celu pokazanie, że rak i skutki jego leczenia wcale nie muszą być powodem odebrania radości życia, a kobiety z jedną piersią są także atrakcyjne, kobiece i przede wszystkim piękne [12].

Centrum Psychoonkologii

Kolejnym stowarzyszeniem jest nowo powstałe Centrum Psychoonkologii w placówce UNICORNU w Krakowie. Swoją działalność rozpoczęło w 2009 r. Celem działania organizacji jest rehabilitacja, edukacja i poprawa komfortu emocjonalnego pacjentów. Pozwala to na uzyskanie lepszych skutków leczenia i poprawia jakość życia chorego lezonego onkologicznie. Centrum zapewnia wsparcie również rodzinie pacjenta. Placówka zapewnia pomoc psychoonkologiczną, umożliwia kontakty ze specjalistami, czyli onkologami, dietetykami i innymi. Swoje zajęcia skupia na treningach psychologicznych oraz terapiach grupowych. Zajmuje się ponadto udzielaniem niezbędnych informacji oraz oferuje zajęcia ruchowe i relaksacyjne [13].

Poprzez wiele proponowanych terapii Centrum próbuje skierować uwagę chorego na pozostałe aspekty życia, o których często zapomina się w obliczu choroby nowotworowej. Szeroko pojęte wsparcie udzielane chorym i jego bliskim jest priorytetem działalności Centrum. Organizacja funkcjonuje dzięki wsparciu finansowemu województwa małopolskiego oraz Urzędu Miasta Krakowa.

Piśmiennictwo

- [1] **Stroński M.**: Psychoonkologia jako dziedzina medycyny. Serwisy medyczne: psychoonkologia dla lekarza. dok. elektr.: <http://www.psychoonkologia.info.pl/index.php?dzial=&mid=27&parent=1>, data dostępu 24.04.2010 r.
- [2] **Kosowicz M.**: Psychoonkologia. Centrum Onkologii, Razem pokonamy raka. dok. elektr.: <http://pokonamyraka.pl/psychoonkologia/10860-Wstep>, data dostępu 24.04.2010 r.
- [3] **de Walden-Gałuszko K.**: Słowniczek Psychoonkologiczny. Polskie Towarzystwo Psychoonkologiczne. dok. elektr.: http://www.ptpo.org.pl/index/index.php?option=com_content&task=blogcategory&id=22&Itemid=34, data dostępu 24.04.2010 r.
- [4] Polskie Towarzystwo Psychoonkologiczne: Krajowa Szkoła Psychoonkologii. dok. elektr.: http://www.ptpo.org.pl/index/index.php?option=com_content&task=view&id=67&Itemid=31, data dostępu 20.05.2010 r.
- [5] **Stroński M.**: Psychoedukacja dla pacjentów z chorobami nowotworowymi. Serwisy medyczne: psychoonkologia dla lekarza. dok. elektr.: <http://www.psychoonkologia.info.pl/index.php?dzial=&mid=44&parent=1>, data dostępu 24.04.2010 r.
- [6] **Baum M., Saunders C., Meredith S.**: Rak piersi. Poradnik dla kobiet i lekarzy. Springer PWN, Warszawa 1995.
- [7] **Adamczak M.**: Rola stowarzyszeń samopomocy pacjentów z chorobą nowotworową. [W:] Psychoonkologia. Red.: de Walden-Gałuszko K., Komitet Redakcyjno-Wydawniczy Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego, Kraków 2000, 117–122.
- [8] **de Walden-Gałuszko K.**: Psychospołeczne aspekty raka sutka. [W:] Rak sutka. Red.: Jassema J.: Springer PWN, Warszawa 1998, 377–400.
- [9] **Wechmann K.**: Historia. Federacja stowarzyszeń „Amazonki”. Dok. elektr.: http://www.amazonkifederacja.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=46&Itemid=54, data dostępu 24.04.2010 r.
- [10] Centrum Informacji Obywatelskiej. Dok. elektr.: <http://www.cinfo.org.pl/pl,bazaPPB,organizacja,87.html>, data dostępu 24.04.2010 r.
- [11] Akademia Walki z Rakiem oddział w Poznaniu: Jesteśmy po to, aby Ci pomóc. Dok. elektr.: http://www.swiatlo.org/akademia/~poznan/czytaj_jestesmy_po_to_aby_ci_pomoc-102.htm, data dostępu 24.04.2010 r.
- [12] Centrum Psychoterapii Integralnej: Zwrotnik Raka. dok. elektr.: http://www.cpi.poznan.pl/index2.php?s=psycho-terapia_w_onkologii, data dostępu 24.04.2010 r.
- [13] Centrum Psychoonkologii. Dok. elektr.: <http://www.centrumpsychoonkologii.pl/>, data dostępu 24.04.2010 r.

Adres do korespondencji:

Izabela Czekalska
Wydział Nauk o Zdrowiu
Akademia Medyczna im. Piastów Śląskich
ul. Bartla 5
51-618 Wrocław
tel.: 502 067 240
e-mail: cze_ska@wp.pl

Konflikt interesów: nie występuje

Praca wpłynęła do Redakcji: 17.11.2010 r.

Po recenzji: 14.12.2010 r.

Zaakceptowano do druku: 4.05.2011 r.

Received: 17.11.2010

Revised: 14.12.2010

Accepted: 4.05.2011