



VIJESTI I SAVJETI

## Žene se više boje promjena na tijelu, nego boli, mučnina i povraćanja

Dražena Lejo, 10. October 2025.

Svaka povezanost s rakom izaziva brojne strahove kod ljudi, posebno oboljelih, a liječnici najviše ističu strah od nepoznatog, strah od pojedinih vrsta liječenja, poput kemoterapije ili njenih nuspojava i, vjerojatno, onaj najgori – strah od smrti. Kada se ljudi suoče s dijagnozom maligne bolesti, jedan od većih strahova odnosi se i na spomenute terapije. Neki pacijenti izdvajaju, primjerice, najveći strah od crvenog vraga, kako nazivaju vrstu kemoterapije, koja je svoje ime dobila po boji, ali i po posljedicama koje ostavlja na tijelo i psihu oboljelih. Upravo su za primanje te terapije neki oboljeli pronašli u sebi posebnu vrstu hrabrosti, okrenuli život naglavačke i prkosili joj, poput članice udruge Nismo same Irene Čurčić, koja je o njoj napisala i **vlastito svjedočanstvo**. Irenin primjer nije osamljen.

„Početna faza spoznaje o samom postojanju bolesti jest stanje svojevrsnog šoka. Oboljela osoba je izgubljena, preplašena i uzbuđena. Kod nekih to uzbuđenje može biti u vidu pozitivne euforije, dok kod drugih izaziva zastrašujući osjećaj da je njihovom dosadašnjem životu došao kraj, osjećaj da nisu u stanju proći težak put koji ih čeka i želja za bijegom od situacije u kojoj su se našli“, tumači psihijatrica Maja Vukoja, koja je, osim specijalizacije iz psihijatrije, završila i subspecijalizaciju iz psihoterapije te u Dnevnoj bolnici za afektivne poremećaje KBC-a Zagreb vodi i grupne psihoterapije.

Kako pomoći oboljelima da u takvim trenucima pronađu snagu za liječenje, umjesto straha od nuspojava?

„U tim trenucima potičemo pacijente da verbaliziraju sve što im se događa, s naglaskom na misli i osjećaje, želje i strahove, bez potiskivanja. Pokušavamo i naglasiti da biti jak u našem društvu često predstavlja krivu percepciju, pa se osoba koja se razboli i kojoj je teško, često osjeća slabo i poraženo. A istina je daleko od toga“, kaže psihijatrica Vukoja.

I američki onkolozi u svojim znanstvenim radovima ističu da su svi strahovi oboljelih potpuno prirodni i razumljivi te da je najvažnije imati povjerenje u svojeg liječnika i otvoreno mu reći sve što oboljela osoba proživljava i fizički i emocionalno. Jedino tako liječnici mogu pomoći i otkloniti sve sumnje oboljeloga i uputiti ga kako se najbolje nositi i sa strahovima i s liječenjem.

Nije neuobičajeno da mnoge žene, naviknute na svoje uloge u društvu, smatraju da moraju biti jake i same se nositi s brojnim strahovima tijekom liječenja. Stoga postoje i primjeri, poput pacijentice oboljele od karcinoma dojke koja je bila uvjeren da njezina terapija ne djeluje jer joj kosa još uvijek nije otpala. Međutim, njezina terapija nije prouzročila gubitak kose, a njezin onkolog nije znao da je to brine pa je oboljela žena mjesecima živjela u strahu, pitajući se zašto njezino liječenje ne djeluje. Zato i sami liječnici potiču da se sva pitanja postavljaju odmah i bez odgode jer nema toga što njih više može iznenaditi.

Nerijetko se poseže i za drugim izvorima informiranja, osobito na internetu ili u različitim grupama, kako bi se izbjeglo klasično liječenje jer mnogi strahuju od gubitka kose, ili, primjerice, mogućnosti ostvarivanja majčinstva.

„Kod mnogih oboljelih osoba se javlja otpor prema liječenju, koje uključuje kemoterapiju i to je potpuno razumljivo. Žene se češće boje promjena, koje se mogu dogoditi njihovom tijelu i promjeni percepcije same sebe, nego li samih simptoma, poput boli, mučnine i povraćanja. Svi mi, uz unutarnju osobnost, imamo i tjelesnu percepciju sebe, a koja se počinje razvijati u najranijoj dobi. Ona ne uključuje samo vanjski izgled, već i snagu i druge tjelesne sposobnosti. Tu dolazimo i do socijalnih, ali i vlastitih očekivanja da ostvarimo svoju i emocionalnu i biološku svrhu, stvaranje potomaka i realiziranje uloge žene kao majke. Zato je u tom razdoblju najvažnija empatija i otklon od bilo kojeg oblika osude jer jedino razumijevanjem možemo doprijeti do druge osobe i ostvariti kvalitetan terapijski odnos“, objavljuje psihijatrica Maja Vukoja. Napominje kako je uvijek važno, u suradnji s nadležnim onkologom, procijeniti samu korist i štetu kemoterapije.

” **Psihijatrica Maja Vukoja: “I najteži oblici liječenja se lakše podnose, ako nismo sami i ako imamo svrhu.”**



„To zvuči vrlo rigidno i pomalo matematički posloženo, ali prva stavka nam je očuvanje života i njegove zadovoljavajuće kvalitete. Na tom putovanju prolazimo kroz brojne poteškoće i žrtvovanja, zbog čega moramo postaviti prioritete, a oni se, kad se razbolimo, itekako mijenjaju. Bolestan čovjek samo želi ozdraviti“, kaže Vukoja.

Tijekom samog liječenja mnogima upravo gubitak kose najteže pada i žene to jako teško podnose, a psihijatri ističu kako je kosa važan aspekt našeg tjelesnog identiteta te da kosa predstavlja osobnost, ljepotu i snagu.

I zato je jako važno birati kome u tim najtežim trenucima vjerovati.

„Osoba bez kose i u nama samima, ali i u drugima, automatski budi asocijacije na bolest, nemoć i smrt. A ono što je najgore, izaziva sram i nelagodu. Poželimo se sakriti jer gubitak kose je kao da smo ogolili naše tjelesno stanje i slabosti, a i ono najteže, naše unutarnje boli. Zato uvijek iznova naglašavamo da o tome treba glasno govoriti, osloniti se na one ljude iz okoline na koje možemo računati, potražiti pomoć psihoterapeuta, provesti psihofarmakološko liječenje i što konstruktivnije provoditi vrijeme, ispuniti ga hobijima i povratkom talentima koje smo, možda, na putu kroz život zapostavili. I najteži oblici liječenja se lakše podnose, ako nismo sami i ako imamo svrhu“, smatra psihijatrica Vukoja.

Dodaje i da je u vremenu napredne tehnologije nemoguće nekoga spriječiti u proučavanju vlastite bolesti i mimo onoga što mu kaže liječnik te da je tada bitno prepoznati što je zaista važno i možda iskoristiti neke nove spoznaje, ali nikako ne prekidati liječenje.

„Kod svakog oblika liječenja, bez obzira na nuspojave, moramo sebi naglasiti zašto to činimo, koji nam je glavni i konačan cilj i bismo li se tog cilja odrekli zbog popratnih simptoma. Ljudski je i posustati i osjetiti da snaga i moral u nama padaju, ali je upravo tada važan dobar odnos s liječnikom i podržavajućom okolinom, koju čine obitelji i prijatelji“, zaključuje psihijatrica Maja Vukoja.

**\* Tekst je objavljen uz novčanu potporu Agencije za elektroničke medije iz Programa poticanja novinarske izvrsnosti.**

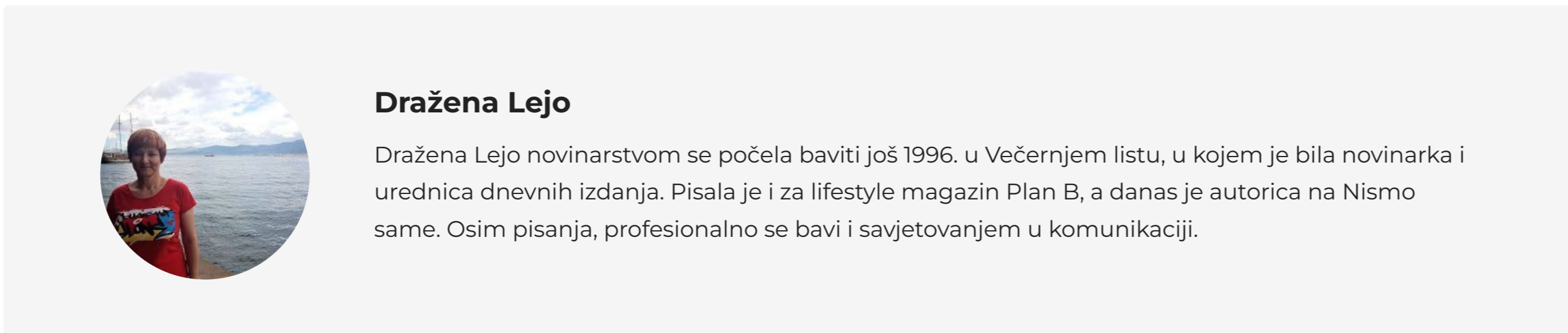
TIKES #MAJA VUKOJA: MALICNA BOLEST, NISMO SAME

Previous

**Konzultant Damir Ivanković: “Hrvatska troši puno na zdravstvo, a ima iznadprosječnu smrtnost od raka”**

Next

**Simpozij Sex()dijagnoza vol. 2 / Život, strast i borba protiv raka**



**Dražena Lejo**

Dražena Lejo novinarstvom se počela baviti još 1996. u Večernjem listu, u kojem je bila novinarka i urednica dnevnih izdanja. Pisala je i za lifestyle magazin Plan B, a danas je autorica na Nismo same. Osim pisanja, profesionalno se bavi i savjetovanjem u komunikaciji.

## RELATED POSTS



**Udruge pacijenata središnje i istočne Europe dogovorile zajedničko djelovanje u borbi protiv raka**

Nismo same, 2. July 2018.



**Povodom Svjetskog dana borbe protiv raka jajnika GynNova i Nismo same do kraja svibnja nude 20 posto popusta na pretragu IOTA**

Nismo same, 8. May 2023.



**Sve više žena u Americi nakon dijagnoze raka dojke odlučuje se ukloniti zdravu dojku**

Nismo same, 10. April 2017.

< >

### NOVE OBJAVE

📄 „Normalno je osjećati strah“: Vodič kroz emocije nakon dijagnoze raka  
23. November 2025.

📄 Liječenje raka ne svodi se samo na terapije i kontrole  
19. November 2025.

📄 Radionica psihijatrice Maje Vukoje: ‘Ono što nikome nisam rekla’  
18. November 2025.



Broj računa (IBAN): HR722402006100022438  
SWIFT: ESBCHR22

Izrada i održavanje web stranice:



### PREUZIMANJE SADRŽAJA

Svi sadržaji na Nismo same su autorski. Molimo sve zainteresirane za preuzimanje originalnog sadržaja da nas kontaktiraju na [info@nismosame.com](mailto:info@nismosame.com).

Ime i logotip NISMO SAME zaštićeni su i temeljem rješenja Državnog zavoda za intelektualno vlasništvo Republike Hrvatske, od 11. 10. 2022., upisani su u registar Žigova Zavoda pod brojevima: Z20220406, Z20220407, Z20220408A.

Ime i logotip NISMO SAME zaštićeni su i temeljem rješenja Instituta za intelektualno vlasništvo Bosne i Hercegovine, od 11. 3. 2024., upisani su u registar Žigova Instituta pod brojevima: BA2324867, BA2324868, BA2324869.

Ime i logotip usluge NISI SAMA – IDEŠ S NAMA! zaštićeni su i temeljem rješenja Državnog zavoda za intelektualno vlasništvo Republike Hrvatske, od 11. 10. 2022., upisani su u registar Žigova Zavoda pod brojevima Z20220409, Z20220410.

Protiv svake fizičke i pravne osobe koja bez odobrenja koristi ime i znak NISMO SAME te NISI SAMA – IDEŠ S NAMA! poduzet ćemo odgovarajuće pravne radnje.

Udruga žena oboljelih i liječenih od raka NISMO SAME je korisnica institucionalne podrške Nacionalne zaklade za razvoj civilnoga društva za stabilizaciju i/ili razvoj udruge.



Portal je upisan u Upišnik pružatelja medijskih usluga, elektroničkih publikacija i neprofitnih proizvođača audiovizualnog i radijskog programa koji vodi Vijeće za elektroničke medije.  
Broj upisa: 2179

### ISPRIJATAJ ČLANAK

