




# BROŠURA O REPRODUKTIVNOM ZDRAVLJU

Rano otkrivanje i prevencija karcinoma  
dojke i karcinoma grlića materice



*Nadi vremena. Spriječi. Živi.*



Pojam **reproduktivnog zdravlja** žena odnosi se na funkcionalnost reproduktivnog sistema, koji čine ženski polni organi koji omogućuju: začeće, razvoj ploda, porođajni proces, kao i ishranu ploda nakon porođaja. U tom smislu, zaštita reproduktivnog zdravlja obuhvata, kako edukaciju o seksualnosti i reprodukciji, tako i prevenciju, dijagnostiku i liječenje različitih bolesti i poremećaja u tom domenu.

**RANO  
OTKRIVANJE  
SPASAVA  
ŽIVOT**

Najopasniji zdravstveni izazovi koji se odnose na reproduktivno zdravlje žena, kako u svijetu tako i na našim prostorima, jesu karcinom dojke i karcinom grlića materice. Statistika je alarmantna i neumoljiva, ali ono što jeste važno je da u slučaju obje vrste malignih oboljenja možete preventivno djelovati i tako postići veoma dobre šanse za potpuno i trajno izlječenje. **Ključ vašeg zdravlja držite u svojim rukama.**

Ova brošura će vam pružiti informacije o karcinomima dojke i grlića materice, mogućim uzrocima, faktorima rizika, navikama koje možete usvojiti da biste smanjili šanse za pojavu ovih oboljenja, načinima za rano otkrivanje, simptomima, kao i kontakt informacije zdravstvenih institucija u Crnoj Gori radi zakazivanja preventivnih i drugih pregleda.



## **RANO OTKRIVANJE BOLESTI MOŽE VAS VRATITI NA PUT DOBROG ZDRAVLJA I DUGOG ŽIVOTA**

Ne čekajući da uočite simptome bolesti, vodite **zdrav način života**. Poznato je da se manje od 10% svih slučajeva karcinoma dojke povezuju sa genetskim predispozicijama dok je ostatak od oko 90% uzrokovan spoljnim faktorima, dakle, onim na koje možete uticati u većoj ili manjoj mjeri. Njegujući kulturu odgovornog ponašanja, vi već gradite prvu borbenu liniju za očuvanje zdravlja. Jačate je **urednom ishranom** (smanjujući unos šećera, a značajno povećavajući konzumaciju voća i povrća, sa optimalnim unosom vitamina D i A), **normalnom tjelesnom težinom**, redovnom fizičkom aktivnošću, kao i izbjegavanjem: cigareta, zadirjenih prostorija, alkohola i toksičnih higijenskih sredstava i drugih hemikalija u domaćinstvu, trudeći se da ove proizvode zamijenite onim organskog porijekla.

Drugu odbrambenu liniju očuvanja vašeg zdravlja čine redovni **preventivni ljekarski pregledi**. Važno je shvatiti da je neophodno vršiti preventivne preglede prije pojave bilo kakvih tegoba, jer se radi o oboljenjima koja često uznapreduju prije pojave simptoma.

**Redovni preventivni pregledi su pouzdan i efikasan način za očuvanje zdravlja!**

## KARCINOM DOJKE

U 2018. u Crnoj Gori je bilo 420 novooboljelih osoba od karcinoma dojke, sa 130 smrtnih ishoda, prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije. Karcinom dojke je jedno od najozbiljnijih, najtežih i najčešćih oboljenja žena širom svijeta. Sa ovom bolešću suočavaju se i muškarci, ali žene obolijevaju mnogo češće, čak 100 puta više. Rizik obolijevanja značajno raste poslije 40. godine života, ali se bolest može javiti i ranije. Iako se radi o bolesti koja se ne može spriječiti, zajedničkim naporima možemo učiniti da je **otkrijete na vrijeme i uspješno liječite.**

### FAKTORI RIZIKA

Ne postoje pouzdani podaci šta uzrokuje karcinom dojke, ali medicina navodi da **nerotkinje**, žene koje su **kasnije rodile prvo dijete** - poslije 35. godine života, žene koje **nijesu dojile djecu**, kao i žene koje su **već operisale karcinom jedne dojke** (sa većim rizikom obolijevanja druge dojke čak do 5 puta) imaju značajno povećan rizik obolijevanja od ove bolesti. Ostali faktori koji povećavaju rizik su:

- godine starosti - najčešće obolijevaju žene iznad 50. godine života,
- genetska predispozicija – ako je kod bliskih srodnika bilo slučajeva obolijevanja od karcinoma dojke,

- ranije dijagnostikovane dobroćudne promjene na dojci,
- rano dobijanje prve menstruacije - prije 12. godine,
- kasni prolazak kroz menopauzu - poslije 50. godine,
- stres,
- nezdrav način života - nepravilna ishrana, prekomjerna tjelesna težina, neumjereno konzumiranje alkohola, pušenje, nedovoljna fizička aktivnost i sl.

### SIMPTOMI

Karcinom dojke je u početnom stadijumu bez simptoma. Ključ za njegovo uspješno liječenje je **u što ranijem otkrivanju putem redovnih preventivnih pregleda.** Neophodno je da se HITNO obratite ljekaru ukoliko uočite:

- promjenu u veličini jedne dojke,
- promjenu boje i izgleda kože dojke, naročito ako je slična izgledu pomorandžine kore,
- bilo kakvu tečnost iz bradavice koja se pojavi bez stiskanja,
- uvučenu bradavicu,
- otok u dojnama, pazuhu ili predjelu oko ključne kosti,
- prisustvo čvorića u dojci ili pazuhu,
- iznenadni bol u dojci ili pazušnoj jami koji ne prolazi.



## SAMOPREGLED

Svaka ženska osoba starija od 20 godina trebalo bi, jednom mjesečno, u trajanju od desetak minuta, da vrši samopregled dojki. Preporuka je da postupak obavlja krajem menstrualnog ciklusa (od trećeg do petog dana nakon završetka menstruacije). Žene u menopauzi pregled bi trebalo da obavljaju uvijek istog datuma u mjesecu.

### Kako detaljno pregledati dojke?

#### 1. INSPEKCIJA

Stanite ispred ogledala. Pažljivo posmatrajte grudi u ogledalu. Da li primjećujete bilo kakvo odstupanje u izgledu u odnosu na ranije samopreglede ili sada dok mijenjate položaj ruku?

Ruke su prvo ispružene niz tijelo. Zatim dlanove postavljate na struk, u bočnom dijelu tijela, potom ih ispružite, zategnete i polako podignete u ramenoj visini i na kraju podignete u uspravan položaj iznad glave. Nastojte da uočite **bilo šta neobično** u izgledu kože ili strukture dojke (asimetriju, crvenilo, udubljenje, neobično zatezanje, guranje, potiskivanje kože preko određenog nabora i sl).



## 2. PALPACIJA

Sljedeći korak odnosi se na **kontrolu kože i strukture dojke** jagodicama prstiju, a može se vršiti u stojećem i ležećem položaju. Prilikom pregleda desne dojke desna ruka je podignuta iznad glave, dok lijevom rukom ispitujete dojku, i obrnuto, za lijevu dojku lijeva ruka je podignuta iznad glave dok je ispitujete pokretima desne ruke. Kružnim pritiscima u smjeru kretanja kazaljke na satu jagodicama triju prstiju ispitujete dio po dio strukture dojke. Obratite pažnju da li primjećujete bilo kakav iscjedak. Pojava tečnosti bez stiskanja, van perioda dojenja, signal je za obaveznu ljekarsku kontrolu.

Nakon toga, kratkim pritiscima/dodirima jagodica prstiju i tapkanjem, trebalo bi prekontrolisati cio rameni, vratni dio i dio oko ključnih kostiju.

## 3. PAZUŠNE JAME

U sljedećem koraku pritiskanjem kože vrhovima prstiju pažljivo ispitate pazušne jame, čime kontrolišete limfne čvorove.

Sve ove postupke možete obavljati i tokom tuširanja, jer će vam cio proces olakšati sapunica. **Jako je bitno da ispitate dojke u više različitih položaja** (stojeći i ležeći), jer se promjena može napipati u jednom položaju, a da u drugom nije bila primjetna. Samopregled treba da bude redovan. **Svaku novootkrivenu promjenu u strukturi dojke ili na njenoj koži morate hitno prijaviti ljekaru i na odgovarajući način prpratiti sa specijalistom uz adekvatan pregled.**

**BOLEST NE BIRA  
GODINE, PORIJEKLO  
I OBRAZOVANJE.  
MOŽE SE DESITI  
BILO KOME.**



Za samopregled dojki se ne morate opterećivati specijalnim tehnikama. Najvažnije je da odvojite vrijeme da upoznate normalan izgled i strukturu svojih grudi - npr. dok se bavite nekim rutinskim stvarima poput tuširanja, oblačenja, gledanja u ogledalo i sl. To će vam pomoći da uočite novine, neobične promjene i simptome.

**ZNAJTE DA VEĆINA  
PROMJENA KOJE OSJETITE  
SAMOPREGLEDOM NIJE  
KARCINOM. ALI, ZBOG  
OPASNOSTI PO ŽIVOT, KOJU  
OVA BOLEST SA SOBOM NOSI,  
VAŽNO JE BITI OPREZAN I BILO  
KAKVU UOČENU PROMJENU,  
BEZ ODLAGANJA PRIJAVITI  
LJEKARU.**



## KLINIČKI PREGLED

Klinički pregled obavlja ljekar. Uz dobru anamnezu, palpacija dojki i pazuha otkriva veliki procenat karcinoma dojki. Veoma je važno da svaka **žena nakon 30. godine života obavezno makar jedanput godišnje** obavi klinički pregled dojki.

## MAMOGRAFIJA

Mamografija, kao dijagnostička metoda, služi za rano otkrivanje karcinoma dojki prevashodno kod žena koje imaju povećan rizik obolijevanja (kada postoji ili je postojala bolest kod srodnika, ako je osoba ranije liječena od karcinoma i slično), kao i kod žena starijih od 40 godina. Na ovaj način je moguće dijagnostikovati pojavu karcinoma do dvije godine prije nego postane dovoljno veliki da bi se mogao napipati. U pitanju je **rendgenski snimak** strukture dojke koji otkriva sitne i još uvijek neprimjetne promjene na dojci, koje se ne mogu otkriti nijednom drugom metodom.

Većina abnormalnosti koje pokaže mamograf nije karcinom dojke. Dodatni pregledi u većini slučajeva pokazu da su promjene zapravo normalno ili dobroćudno tkivo dojki. Ako naknadni pregledi potvrde nove sumnjive promjene





u dojkama vjerovatno će se raditi biopsija tkiva koje se ispituje pod mikroskopom.

## ULTRAZVUČNI PREGLED

Ultrazvučni pregled dojki predstavlja dopunsku metodu kada su mamografski nalazi nejasni ili kod žena mlađih od 40 godina, zbog gušće strukture tkiva dojke kod mlađe populacije, kao i kod trudnica. U pitanju je potpuno neškodljiva dijagnostička metoda.

## BIOPSIJA

Ukoliko je bilo kojom od navedenih metoda uočena anomalija, biopsijom se utvrđuje **da li se radi o zloćudnoj ili dobroćudnoj promjeni**. Biopsija je postupak uzimanja čitavog čvora ili uzorka tečnosti iz čvora koji se dalje šalje na analizu.

## TUMOR MARKERI

Tumor markeri u početku napredovanja bolesti nijesu pouzdani, ali imaju veoma važnu ulogu u **planiranju i praćenju uspješnosti terapije**.

## PREVENCIJA

**Nakon 20. godine svaka ženska osoba treba da vrši redovan mjesečni samopregled dojki.**

**Od 30. do 40. godine obavezan je klinički pregled dojki jednom godišnje.**

**Po preporuci ljekara raditi i ultrazvučni pregled dojki.**

**Sa 40 i više godina obavezan je mamografski pregled jednom u dvije godine.**

## LIJEČENJE

Za bolji ishod veoma je važno na vrijeme otkriti bolest i započeti odgovarajuće liječenje, o čemu odlučuje konzilijum ljekara.

# KARCINOM GRLIĆA MATERICE

## ZNAČAJ PREVENTIVNOG DJELOVANJA

**RANO  
OTKRIVANJE  
BOLESTI JE  
KLJUČ  
ZAŠTITE**

Karcinom grlića materice je drugi najčešći karcinom kod žena, nakon karcinoma dojke. U pitanju je zloćudni tumor koji nastaje na dijelu materice okrenutom prema vagini pa se zato može dijagnostikovati jednostavnim i bezbolnim metodama. U svijetu od ove bolesti oboli oko 500.000 žena godišnje, u Evropi oko 60.000 od čega svaka druga izgubi život. Statistika ne bi bila ovako poražavajuća kada bi žene redovnije išle na ginekološke preglede, jer se ovaj **karcinom veoma lako otkriva i veoma uspješno liječi, pod uslovom da se dijagnostikuje u ranoj fazi**, prije nego što bolest uznapreduje. Isto tako, važno je imati u vidu da se u većini slučajeva ovaj karcinom razvija veoma sporo, promjene najčešće traju veoma dugo (8-10 godina) **što vam ostavlja prostor da reagujete na vrijeme.**

**BLAGOVREMENIM PREVENTIVNIM  
PREGLEDOM MOŽETE ČAK I SPRIJEČITI  
POJAVU OVOG KARCINOMA.**

## UZROCI

Većinu karcinoma grlića materice uzrokuje humani papiloma virus (HPV). Ovaj virus se prenosi seksualnim putem sa osobe koja je već zaražena. Najbolji način da smanjite rizik dobijanja ove infekcije je da praktikujete sigurne odnose, uz korišćenje kondoma, odnosno mehaničke barijerne metode kontracepcije. Većina žena zaraženih HPV-om prođe bez ikakvih posljedica. Ozdrave u periodu od 6 do 24 mjeseca, a da i ne znaju da su imale infekciju. To zapravo znači da sama infekcija ovim virusom ne daje nikakve simptome. Virus može ostati u vašem tijelu u latentnom obliku i tek nakon više godina boravka u organizmu dovesti do razvoja tumora. Zato je veoma važno da redovno radite Papanikolau

**Stvarno ne zvuči zabavno  
čekati na preventivni pregled.**

**Ali, zamislite osobu koja sada već ima  
dijagnozu karcinoma – kad bi mogla da vrati  
vrijeme i uradi preventivni pregled koji bi joj  
značajno povećao šanse za izlječenje ili čak  
omogućio da spriječi pojavu karcinoma - koliko bi  
bila spremna da čeka na pregled?**

**Da li bi našla vremena za to?**

**Ne čekajte da se nađete u toj situaciji. Neko bi  
dao sve na svijetu za šansu koju Vi imate.**

test. **Ovaj test otkriva promjene prije nego što se one pretvore u karcinom.** Ako adekvatnom i blagovremenom terapijom tretirate te promjene, poznatije kao „ranice“, možete spriječiti pojavu karcinoma grlića materice.

## FAKTORI RIZIKA

Najvažniji faktori koji doprinose nastanku bolesti su slabost imunog sistema, pušenje, druge polno prenosive infekcije, primjena hormonske kontracepcije, loši socijalno-ekonomski uslovi i seksualne navike. Pod tim se najviše podrazumijevaju rano stupanje u polne odnose, veliki broj partnera, kao i veliki broj partnerovih veza, odnosno sve ono što doprinosi prenošenju HPV infekcije.

## SIMPTOMI

Iako nema jasnih simptoma, tijelo šalje pojedine signale da se u njemu razvija opasan tumor. Nažalost, ove signale žene često zanemaruju i smatraju bezazlenim stanjima, a baš takav stav može ih koštati života. Simptomi koji uglavnom ukazuju na rak grlića materice su vaginalno krvarenje, iako je menstrualni ciklus završen, bolovi u stomaku, uporan sukrvičav sekret, krv u urinu i sl. Takođe, na ovu bolest ukazuju i bol u kostima, bolovi u donjem dijelu leđa, oticanje nogu, gubitak apetita, naglo mršavljenje, osjećaj pospanosti, nervoze i sl.

**Redovan skrining povećava šanse da se bolest otkrije u što ranijem stadijumu. Blagovremeno liječenje je lakše i uspješnije nego ono koje počne kasnije.**

## DIJAGNOSTIKA

Dijagnostičke metode za rano otkrivanje bolesti su veoma precizne, jednostavne i daju brze i pouzdane rezultate. U primjeni je kombinacija dvije vrste pregleda: kolposkopski pregled i Papanikolau test koji zajedno ostvaruju pouzdanost podataka do 98%. Kako biste se zaštitili od ove bolesti najvažnije je da obavljate redovne godišnje ginekološke preglede, preventivno, ne čekajući bilo kakve simptome, jer sa pojavom simptoma liječenje već postaje otežano i neizvjesno.

## PAPANIKOLAU TEST

Papanikolau test (PAPA test) je **kratki i bezbolni ginekološki pregled** tokom kojeg se uzima bris sa grlića materice, koji se šalje u laboratoriju gdje se analizira pod mikroskopom u potrazi za ćelijama koje su izmijenjene i kao takve mogu dovesti do karcinoma. Optimalni period za uzimanje uzorka je sredina menstrualnog ciklusa (10-20 dana nakon prvog dana posljednje menstruacije). Ova metoda skoro uvijek, ako se radi jednom godišnje, pokaže promjene prije nego što se razviju u karcinom. Pravovremenim testiranjem identifikuju se promjene na ćelijama grlića tako da praćenje i terapija mogu početi i prije nego što se te promjene razviju u tumor. **Na taj način je moguće izbjeći karcinom grlića materice.** Sve žene od 25. do 65. godine trebalo bi da rade **PAPA test jedanput godišnje**, osim ako ginekolog ne procijeni drugačije - ukoliko su dva uzastopna godišnja PAPA testa normalna ovaj pregled je dovoljno ponoviti nakon tri do pet godina.

Rezultati PAPA testa mogu biti normalni ili označavati stepen prisustva infekcije.

Rezultat **I** i **II** je znak da postoji blaga ili srednje teška displazija koja može da nestane spontano, bez liječenja.

Rezultat **III** pokazuje stanje umjerene ili ozbiljne displazije, koja ukazuje na pojavu infekcije i postojanje premalignih

promjena na ćelijama. Ako se ne liječe, takve promjene mogu da pređu u karcinom grlića materice.

Rezultat testa **IV** i **V** ukazuje na prisustvo ćelija karcinoma u brisu, nakon čega slijede dodatna ispitivanja: kolposkopski pregled, biopsija i sl.



## LBC TEST I HPV TEST

**LBC** (*Liquid based cytology*) **test** je, zapravo, unaprijeđena verzija PAPA testa – takozvani PAPA test na tečnoj podlozi koji se od klasičnog PAPA testa razlikuje po metodologiji smještanja i otpremanja brisa u laboratoriju, čime je značajno unaprijeđena pouzdanost rezultata ovog testa i smanjen broj lažno negativnih rezultata. Ovim testom je omogućena naknadna analiza istog uzorka brisa koja kod klasičnog PAPA testa nije bila moguća, zatim obrada HPV testa iz istog brisa i sl. Ako je LBC test pozitivan žena se upućuje na kolposkopiju i eventualnu biopsiju grlića materice.


**HPV** test analizira prisustvo **humanog papiloma virusa**. Pozitivan rezultat HPV testa ne znači obavezno da već imate karcinom ili da ćete ga dobiti. Navedeni rezultat samo potvrđuje da imate infekciju HPV-om, a u zavisnosti od tipa virusa da ste možda izloženi povećanom riziku od razvoja prekanceroznog stanja i karcinoma grlića materice. U zavisnosti od rezultata HPV testa ginekolog ženu upućuje na dalje preglede koji mogu uključivati ponavljanje HPV testa, PAPA test i kolposkopiju.

## KOLPOSKOPSKI PREGLED

U slučaju ozbiljnijih promjena ili sumnje u rezultate PAPA testa radi se kolposkopija. Kolposkopski pregled se vrši pomoću posebno dizajniranog mikroskopa (kolposkopa) koji ginekologu daje mogućnost da vidi grlić materice sa uvećanjem do 40 puta i na taj način detaljnije pregleda promjene koje bi eventualno mogle postojati na njemu. Ukoliko otkrije bilo kakve anomalije, uzima male uzorke tkiva (biopsija) koji se ispituju u patohistološkoj laboratoriji.

## LIJEČENJE

Liječenje zavisi od stadijuma bolesti. **U slučajevima ranog otkrivanja uzročnika moguće je potpuno spriječiti pojavu karcinoma.** U početnoj fazi, dok se karcinom mjeri milimetarskim razmjerama, operacija je jednostavna i ne remeti normalan život i reproduktivne sposobnosti žene.



**Karcinom grlića materice je 100% izlječiv, pod uslovom da se otkrije u ranoj fazi.**

## PREPORUKA

- ✓ **Sa redovnim godišnjim ginekološkim pregledima treba započeti najkasnije 3 godine nakon započinjanja seksualnih odnosa.**
- ✓ **Uraditi, makar jedanput godišnje, PAPA test i kolposkopski pregled.**
- ✓ **Koristiti adekvatnu zaštitu pri seksualnim odnosima.**
- ✓ **Žena starosti između 25 i 69 godina trebalo bi da obavlja ginekološki pregled najmanje jednom godišnje.**

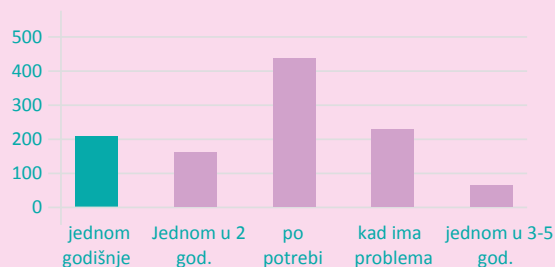
## REZULTATI ANKETE O REPRODUKTIVNOM ZDRAVLJU

FORS Montenegro je u okviru projekta CARES – *Cross-border Actions in the Reproductive Health Sector* tokom maja i juna 2019. sproveo istraživanje o reproduktivnom zdravlju u cilju dobijanja informacija o znanju ženske populacije ciljnog regiona o segmentima vezanim za reproduktivno zdravlje, svijesti o važnosti preventivnog reagovanja i navikama koje žene imaju u tom domenu. Anketa je sprovedena u devet opština u Crnoj Gori, koje čine ciljnu oblast projekta - Bijelom Polju, Beranama, Plavu, Rožajama, Mojkovcu, Kolašinu, Andrijevici, Gusinju i Petnjici, na uzorku od 1.104 ispitanice. Ispitivanje je obuhvatilo zaposlene i nezaposlene žene, pripadnice manjina, žene koje žive u seoskim i gradskim sredinama, različite starosne dobi. Uzorak je u najvećoj mjeri obuhvatio žene koje su u bračnoj zajednici i srednjeg nivoa obrazovanja.

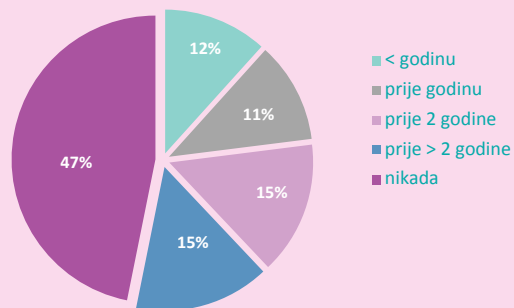
Ispitanice su pokazale da su prilično informisane o reproduktivnom zdravlju, ali da nerado vrše preventivne preglede i rijetko posjećuju ginekologa. O ovoj problematici se informišu uglavnom u domovima zdravlja ili na internetu.

## NEKI OD REZULTATA ISTRAŽIVANJA

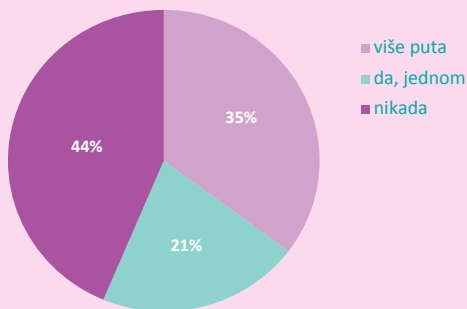
### Posjeta ginekologu



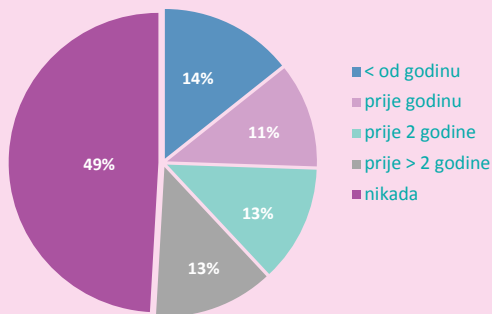
### Ultrazvučni pregled dojke



## Preventivni pregled



## PAPA test



Rezultati istraživanja nedvosmisleno ukazuju na izuzetno visok rizik po ukupno zdravlje kojem je ova populacija izložena s obzirom na to da karcinom dojke i grlića materice mogu biti znatno uspješnije liječeni ako su otkriveni u početnim stadijima, a to je šansa koju ispitanice, nažalost, ne koriste u dovoljnoj mjeri. Kada simptomi bolesti postanu primjetni, bolest je već uznapredovala i liječenje je otežano i neizvjesno.

Zato je veoma važno raditi redovne godišnje preventivne preglede koji, ako rezultati budu povoljni, po nalogu ljekara kasnije mogu biti i rjeđi.

**NAVIKE I  
UVJERENJA KOJA  
NAM NE KORISTE  
TREBA  
MIJENJATI.**

**OBEĆAJTE SEBI  
REDOVAN GODIŠNJI PREVENTIVNI  
PREGLED DOJKE I GRLIĆA  
MATERICE KAO ULAGANJE U  
DUŽU I BEZBRIŽNIJU  
BUDUĆNOST.**



## KONTAKT INFORMACIJE DOMOVA ZDRAVLJA U CRNOJ GORI

| DOM ZDRAVLJA |             | GINEKOLOŠKA AMBULANTA           |
|--------------|-------------|---------------------------------|
| Andrijevica  | 051 243 407 | 051 243 095                     |
| Bar          | 030 311 001 | 030 342 333 lok. 173            |
| Berane       | 051 233 324 | 051 235 810                     |
| Bijelo Polje | 050 432 327 | 050 431 165                     |
| Budva        | 033 427 200 | 033 427 201                     |
| Cetinje      | 041 231 198 | 041 231 379                     |
| Danilovgrad  | 020 812 106 | 020 810 306                     |
| Gusinje      | 050 432 327 | DZ Plav                         |
| Herceg Novi  | 031 343 024 | 031 343 111 lok. 125            |
| Kolašin      | 020 865 140 | 020 865 180                     |
| Kotor        | 032 334 533 | 032 334 538                     |
| Mojkovac     | 032 334 533 | 020 865 160                     |
| Nikšić       | 040 231 202 | 040 231 111                     |
| Petnjica     | 051 238 270 | DZ Berane                       |
| Plav         | 051 251 103 | 051 251 103 lok. 110            |
| Plužine      | 040 271 135 | DZ Nikšić                       |
| Pljevlja     | 052 321 193 | 067 612 591, 612 200            |
| Rožaje       | 051 271 347 | 067 219 287 (od 8 do 14 časova) |
| Šavnik       | 040 266 226 | DZ Nikšić                       |
| Tivat        | 032 671 774 | 032 671 981                     |
| Ulcinj       | 030 401 166 | 030 412 433                     |
| Žabljak      | 051 61 504  | DZ Pljevlja                     |

## DOMOVI ZDRAVLJA U PODGORICI

|              |             |
|--------------|-------------|
| Blok V       | 020 481 910 |
| Centar       | 020 201 955 |
| Donja Gorica | 020 481 998 |
| Golubovci    | 020 603 310 |
| Konik        | 020 607 120 |
| Masline      | 020 481 979 |
| Nova Varoš   | 020 481 977 |
| Stara Varoš  | 020 481 971 |
| Tološi       | 020 481 994 |
| Tuzi         | 020 603 940 |
| Zagorič      | 020 209 161 |

## KLINIČKI CENTAR CRNE GORE

|                            |             |
|----------------------------|-------------|
| INFO CENTRALA              | 020 412 412 |
| ODJELJENJE ZA GINEKOLOGIJU | 020 412 561 |



## INFORMACIJE O PROJEKTU

Brošura je pripremljena u okviru projekta CARES - *Cross-border Actions in the Reproductive Health Sector (Prekogranične aktivnosti u sektoru reproduktivnog zdravlja)* koji ima za cilj unapređenje kvaliteta usluga u sektoru reproduktivnog zdravlja i informisanje stanovništva o značaju preventivnog djelovanja u očuvanju reproduktivnog zdravlja.

Osamnaestomjesečni projekat se realizuje u Crnoj Gori i na Kosovu\*, a glavne aktivnosti uključuju nabavku opreme za domove zdravlja, organizovanje preventivnih pregleda, kampanju podizanja nivoa svijesti o reproduktivnom zdravlju, predavanja na temu reproduktivnog zdravlja, prekograničnu konferenciju itd.

Projekat realizuje FORS Montenegro - Fondacija za razvoj sjevera Crne Gore u partnerstvu sa organizacijom Evropski centar za prava manjina sa Kosova. Mjesto realizacije obuhvata opštine Andrijevicu, Berane, Bijelo Polje, Gusinje, Petnjicu, Plav, Kolašin, Mojkovac i Rožaje u Crnoj Gori i opštine Peć, Istok, Klinu, Dečane i Đakovicu na Kosovu.

Zajedničkim naporima i projektom kakav je CARES unapređujemo medicinsku infrastrukturu za borbu sa malignim oboljenjima dojke i grlića materice uz istovremeno buđenje svijesti žena o važnosti preventivnih pregleda u domenu reproduktivnog zdravlja.

Projekat finansira Evropska unija u okviru Programa prekogranične saradnje Crna Gora – Kosovo 2014-2020, a u Crnoj Gori sufinansira Ministarstvo javne uprave.

Za više informacija o projektu možete kontaktirati:

FORS Montenegro  
Ivana Milutinovića 10  
81 400 Nikšić, Crna Gora  
Tel/fax: +382 40 212 484  
e-mail: [mailbox@forsmontenegro.org](mailto:mailbox@forsmontenegro.org)  
ili posjetiti veb-sajt  
[www.forsmontenegro.org](http://www.forsmontenegro.org)

\*Ovaj natpis ne prejudicira status Kosova i u skladu je sa Rezolucijom 1244 Savjeta bezbjednosti Ujedinjenih nacija i mišljenjem Međunarodnog suda pravde o kosovskoj deklaraciji o nezavisnosti.



Projekat finansira Evropska unija



Projekat sufinansira  
Ministarstvo javne uprave Crne Gore



*Nadi vremena. Spriječi. Živi.*

Ova brošura je izrađena uz pomoć Evropske unije i Ministarstva javne uprave Crne Gore. Sadržaj brošure isključiva je odgovornost Fondacije za razvoj sjevera Crne Gore - FORS Montenegro i ni pod kojim se uslovima ne može smatrati da odražava stavove Evropske unije i Ministarstva javne uprave Crne Gore.