

TŘIADVACET DIALOGŮ O RAKOVINĚ

PAVEL VODVÁŘKA

Strastiplná cesta po dlouhém, úzkém mostě aneb jak překonat rakovinu. Galén 2001, 337 str., ISBN 80-7262-086-X

Autor určil tuto knihu všem, kteří onemocněli zhoubným nádorem a taky těm, kterým onemocněl někdo blízký. I když zhoubných nádorů neustále přibývá, všichni podvědomě věříme, že nás se to netýká. A když pak jednou ano, hledáme pomoc a informace. Již v úvodu bych ráda doplnila, že tato kniha je podle mého názoru určena nejen nemocným a jejich rodinám. Bude velmi cenná také pro nás, zdravotníky, kteří mají péči o tyto nemocné a jejich rodiny v popisu práce. V každém knihupectví je možno koupit mnoho knih nejrůznější úrovně o rakovině. Knih, nabízejících zaručené metody, jak nádory léčit, jak je vyléčit. Tato kniha chce pomoci zorientovat se a vyrovnat se s skutečností, že nás TO potkalo. Čteme věty, které jsme slyšeli mnohokrát. Mnohokrát jsme na ně odpovídali. Denně na ně odpovídá mnoho lékařů. Denně na ně hledá odpověď řada pacientů. Autor ve fiktivním rozhovoru se svým spolužákem reaguje na různé otázky, jiné otázky aktivně vyvolává, upozorňuje na problémy a nabízí řešení, možnosti, pomoc, vysvětlení.

Z třiadvaceti setkání je převážná část určena jednoznačně a nebo převážně pacientům a jejich rodinám: V prvním setkání vysvětluje, co je to zhoubný nádor, v pátém setkání pojednává o pravdě a naději, vysvětluje různé fáze prožívání nemocí (E. Kubler-Rossová), sedmé setkání probírá složitou kapitolu o euthanasii, v devátém setkání píše o patientských skupinách, klubech. Desáté setkání přináší velmi vyhraněný přehled alternativní medicíny, s řadou konkrétních a objektivních informací. V jedenáctém setkání probírá práva pacientů a deontologické kodexy. Dvanácté setkání pojednává o adaptaci na nemoc. Patnácté setkání vysvětluje, proč nemocný přichází k lékaři často pozdě - oddálení, zpoždění. V šestnáctém setkání se zamýšlí nad reakcí po stanovení diagnózy, v dalším setkání vysvětluje, co je to zdravotnický tým. Osmnácté setkání probírá, čeho se nemocní bojí (odcizení, mutilace, mortalita, zranitelnost). V devatenáctém setkání mluví o operaci a jejím vlivu na psychiku. Dvacátá kapitola je o ozáření, obavách nemocných a podává praktické rady. V jednadvacátém setkání informuje o chemoterapii. Ve dvacáté druhé kapitole rozebírá strachy a obavy, s nimiž nemocní po léčbě žijí. Poslední kapitola mluví o kontinuální péči po onkologické léčbě.

Následující kapitoly mne zaujaly natolik, že bych je ráda zmínila podrobněji. Věřím, že stejně zaujmou další zdravotníky, nejen lékaře, ale i sestry. Ne proto, že by se dověděli něco absolutně nového, ale pro ten specifický, zasvěcený a evidentně zažitý vhled, porozumění, s nímž nám je autor podává.

Setkání druhé. Jak to udělat, aby zdravotníci vydrželi psychický nápor, na čem mohou lidé, kteří pomáhají jiným lidem stavět: Autor si vybral Frankovu logoterapii, a to nejen jako „filozofický“ názor na existenci člověka, ale také jako terapeutickou techniku. Stručně, ale rozhodně ne povrchně seznamuje čtenáře s logoterapií jako prostředkem pro pochopení člověka v nouzi a současně i prostředkem, jak pomoci. Nic člověku nepomůže více přežít, než poznání smyslu života. Hledání smyslu nevede k niterné rovnováze, ale spíše ke vzniku napětí. A toto napětí je nezbytnou podmínkou duševního zdraví. Lépe možná pomůže tento smysl pochopit Nietzscheho věta: Kdo má PROČ žít, může vydržet téměř každé JAK. Čtenář možná tuto kapitolu z počátku přeskóčí, zvláště ten, kdo hledá „jednoduché a rychlé“ návody, ale myslím, že stojí za to se k ní vrátit ještě jednou.

Setkání třetí. Čím může být nemoc pro člověka, aneb co všechno má na svědomí psychika. Přiznám se, že při čtení mi bylo úzko. Předstávala jsem si, že si jako pacient přečtu těchto hutných 15 stran. Již název podkapitol je provokující: Nemoc se může stát vyřešením psychického konfliktu. Nemoc může sloužit jako nástroj sebepotrestání. Nemoc se může stát zdrojem moci. Nemoc může sloužit jako zdroj primárních zisků. Nemoc přináší i sekundární zisky. Kapitola je hluboká sonda, zabývající se člověkem jako mnohohdimenzionální entitou. Dimenze biologická, psychická, duchovní a sociální jsou ve zdraví v určité rovnováze a jednotlivé dimenze nemusí být patrné. Nemocí

se však rovnovážný stav naruší. Kapitola pojednává o tom, jak se s narušením vyrovnat. Upozorňuje, co všechno je ve hře, co má význam a na co všechno musíme myslet. A zvláště v onkologii, oboru řady specializací.

Setkání čtvrté – O naslouchání a také o komunikaci. O naslouchání jako o podstatné dovednosti z onkologické praxe. A o zdroji informací pro všechny odborníky. Je rozdíl mezi SLYŠET a NASLOUCHAT. Ráda bych upozornila na text v knize na str. 71 (Nasloucháš mi, když:...)

Setkání páté: O pravdě, o nemoci v nemoci, že není vůbec jednoduché říkat pravdu, že se to musí umět, dále o tom, co pacient prožívá, když se doví pravdu, jak se s tím vyrovnává. Nakonec také o naději, která je klíčem ke všemu. Tak tady si to autor sám vyjmenoval. A zase čerpá s E. Kubler – Rossovou. Závěrem podává výčet faktů při sdělování diagnózy.

Šestá kapitola je O bolesti, jejím měření a ovlivňování. Je podána hodně odborně, ale je to potřeba. Bolesti se nemocní s nádory hodně bojí. A je třeba, aby věděli, že není důvod se bát.

Osmé setkání je o Hospicích a terminální péči. Taky o tom, kdo by v nich měl pracovat. Je také o úzkostech a obavách. Nejen pacienta, ale také zdravotníka. O způsobech obrany. O procesu umírání. Taky o tom, že společnost, zaměřená na úspěch, vyučuje své lékaře tak, že smrt považují za neúspěch. V centru pozornosti má být pacient, ne nemoc. Zdravotník má nemocného provázet, komunikovat s ním. Hospic je filosofie péče o pacienta, ne místo umírání. Nejdůležitějším prvkem péče o nemocného je doprovázení. Pracovat v hospici nevydrží každý. Pacient pozná, kdo výkon provádí rád, práce musí člověka těšit. Tato péče se nikde nevyučuje. Mladí zdravotníci, zaměření na léčebný úspěch neumí jednat s umírajícími, jejich rodinami. Citelně tady chybí shrnující zkušenost, která by určovala správný medicínský postup. Nebezpečný je i syndrom „vyhoření“.

Čtrnácté setkání je o tom, Co je to životní cyklus, o tom, co člověk prožívá v různých etapách. Na konkrétních příbežích ukazuje autor, jak prožívá nemoc mladý nemocný, osoba středního věku a starší pacient. K vysvětlení nabízí model, vypracovaný Erikem Eriksonem (osm stadií vývoje od raného dětství do starého věku) Jinak na nemoc reaguje mladý nemocný, na začátku kariéry, jinak starý člověk, kde se nové problémy s nádorem sdružují s dalšími problémy příslušného věku.

V šestnáctém setkání se jedná o stanovení diagnózy a jak na to nemocní reagují. Taky se mluví o tom, jak nemocní reagují na sdělení pravdy. Zdravotníci by měli vědět, že tempo diskuse udává pacient.

Osmnácté setkání je o tom, jak posuzovat reakce nemocných na rakovinu, z čeho pramení strach a jak je možno jej překonávat. Nemocní se nejvíce ze všeho bojí opuštěnosti, izolace. To může být zdrojem deprese více, než strach z recidivy. Autor se opírá o výsledky klinických studií. Nemocní reagují na lidi ve svém okolí, hovoří o sobě jako o novodobých malomocných. Mnoho příbuzných se dokonce domnívá, že rakovina je nakažlivá. Kromě odcizení se nemocní bojí a musí se vyrovnávat s mutilací, ztrátou orgánu, části těla. Pacient se nevyhne konfrontaci s vlastní smrtelností. Smrt přestává být abstrakcí. Další strach, kterému musí nemocný čelit, je zranitelnost a ztráta sebekontroly.

Kniha zajímavou a čtivou formou připomíná témata, která známe i neznáme. Vychází z vlastní praxe a jde pod povrch. Citlivě se dotýká některých palčivých problémů, o kterých víme, ale někdy je vědomě odsouváme. Možná pomůže pacientům, určitě pomůže jejich blízkým. Rozhodně bych ji však doporučila zdravotníkům, kteří si vybrali obor klinická onkologie. Jsem přesvědčena, že pro lidi, kteří si vybrali tento nelehký obor, ledasco připomene, možná bude motivací k dalšímu studiu. Třeba jim pomůže nejen slyšet, ale naslouchat. Nebo jim pomůže uvědomit si, že nestačí perfektně odvedená práce lege artis. Je potřeba ji dělat s láskou, pacient to pozná. A tato práce jej obohatí.

MUDr. Božena Augustinová, Csc
664 34 Kufim, Jungmannova 906
bozena.augustinova@bms.com