

Zrnka pozitiv v náročných prožitcích

Onkologická léčba s sebou v mnoha případech přináší i nevyhnutelné negativní účinky. Zažívám to pravidelně s klienty, kteří za mnou přicházejí. Zažíval jsem to i se svými blízkými ve vlastní rodině. Sám nemám vlastní a osobní zkušenost s onkologickou léčbou, a mám tedy hluboký respekt před všemi pacienty, kteří jí prošli.

Právě o jejich zkušenosti a společné rozhovory bych se zde rád opřel. Na začátku ledna tohoto roku jsem pořádal seminář o zvládání nemoci a léčby pro pacienty po léčbě. Měl jsem možnost položit jim tuto otázku: *Přestože vám nemoc a léčba přinesla náročné okamžiky, tak když se zpětně ohlédnete, vidíte v této životní zkušenosti také něco pozitivního?* Nechci přebarvovat rakovinu a její léčbu jako něco příjemného a pozitivního. Přesto byl hlas posluchačů mého semináře poměrně jednotný v následující odpovědi: *„Přes negativní prožitky spojené s léčbou, přes všechno to, co nám nemoc vzala, jsme schopni také říci, co nám naopak přinesla.“*

Není to matematická rovnice, zda nám více dala či vzala. Takto se to „počítat“ nedá, říkájí. Tato událost není dobrá ve své podstatě, je to

nemoc a její léčba je často velmi náročná. Přesto jsou mnozí lidé schopni najít přínosy, které pro ně tento nechtěný životní střet měl.

V rámci semináře jsme mluvili o nových přátelstvích a uspořádání si životních hodnot; o vážení si obyčejného a užívání si života; o posílení víry ve své schopnosti a o opoře blízkých. Jistě, každý z nich by byl určitě schopen vyjmenovat prožité útrapy a náročné okamžiky spojené s nemocí a léčbou. Přesto byli mnozí schopni mluvit o tom, čím je tento životní prožitek posílil.

Rakovina není dobrem a výše uvedené na tom nic nemění. Ze své praxe znám i jiné příběhy, kdy nemoc bere vše. Zním to i z vlastní rodiny. Na straně druhé, setkání s lidmi, kteří jsou schopni vidět i to pozitivní, působí povzbudivě. Nemyslím, že je to nasazování „pomyslných“ růžových brýlí. Prožitek léčby rakoviny je nepřenositelná zkušenost a svědectví těch, kteří jsou v takto náročné životní události schopni vidět byt jen malá zrnka pozitiv, nám mohou být inspirací. Že tuto schopnost máme, ukazují také následující citace. Jsou od našich nejmenších, jejichž věty zní po náročné léčbě o to přesvědčivěji (převzato z brožury s názvem *To dáš!*, obsahující soubor

dopisů pacientů z FN Motol v Praze, adresovaných těm, které léčba teprve čeká):

„I když bych dnes (20 let) nejradši řekla, že to byl nejhorší rok mého života, tak to opravdu nebyl. I přes to všechno špatný jsem poznala spoustu skvělých lidí, ať už sestřičky či personál, nebo nové přátele, bez kterých si už život neumím představit. Stejně tak se změnil přístup lidí kolem mě asi i k lepšímu.“

Kateřina, diagnóza osteosarkom v 15 letech

„Určitě se člověku změní a poměrně ujasní žebříček hodnot a všeobecně tak nějak duševně vyspěje. Jsem rád za všechno, co jsem si kdy prožil, ať už dobrého či zlého, a za to kým jsem teď (22 let). Určitě bych s nikým neměnil.“

Jaroslav, diagnóza leukémie ve 14 letech

„Dneska (22 let) si života užívám opravdu naplno a to, co mám za sebou, mi dalo do života opravdu hodně. Jsem za tuto zkušenost nesmírně ráda a dnes se už opravdu ničeho takového nebojím.“

Daniela, diagnóza osteosarkom v 17 letech

PhDr. Ing. Martin Pospíchal
Katedra psychologie UK v Praze

TIRÁŽ

Jak zvládnout onkologickou léčbu

Vychází jako supplementum C časopisu **Onkologie**

Onkologie 2020; 14(Suppl. C)

Vydavatelství a nakladatelství:

SOLEN, s. r. o., Lazebká 297/51, 779 00 Olomouc, IČ 25553933

Redakce: Mgr. Eva Kultánová, kultanova@solen.cz

Obchodní oddělení: PhDr. Marie Brandejsová, Ph.D., brandejsova@solen.cz

Grafická úprava a sazba: Lucie Šilberská, silberska@solen.cz

Distribuce: SOLEN, s. r. o., 2020

Vydal: Solen, s. r. o., IČ 25553933

ISBN 978-80-7471-308-8

Vydavatel nenese odpovědnost za údaje a názory autorů jednotlivých článků či inzerátů.

Reprodukce obsahu je povolena jen s přímým souhlasem redakce.

Nejnovější informace o našich publikacích naleznete v e-shopu na webových stránkách **www.solen.cz**



SOLEN
MEDICAL EDUCATION