



Avtor slike:
Mario Mesa, Social Fire (Družbeni ogenj)

Janssen Pharmaceutica NV
Turnhoutseweg 30
2340 Beerse
Belgija
www.janssen-emea.com

Ko sem **bolnik...**



Živo se spominjam trenutka, ko sem izvedel, da sem bolan. Peljal sem se z avtobusom in zazvonil je telefon. Bila je zdravnica. Povedala mi je, da je dobila izvide preiskav, ki sem jih opravil, in da novice niso dobre. Telo mi je otrpnilo. Nisem več čutil nog in čas se je preprosto ustavil. Čeprav nisem mogel predvideti vseh posledic potrjene bolezni, sem se dobro zavedal, kaj to pomeni – moje življenje se bo za vedno spremenilo.

Prvih nekaj dni sem bil jezen, zagrenjen in prestrašen. Iznenada sem postal bolnik, ki se mora soočiti z boleznijo, jo spoznati in se nekako sprijazniti z njo. Počutil sem se odtujenega. Vse mi je bilo tako novo, tuje, da nisem zmogel razložiti niti samemu sebi, kaj šele drugim.

Bolnik ne postaneš po svoji izbiri in ljubše bi mi bilo, da me ne bi nagovarjali tako. Sam se nimam za bolnika. Nočem, da moj odnos z bolnišnicami in zdravniki opredeljuje, kdo sem. In navsezadnje nisem vedno bolnik. Kadar nimam nobenih pregledov, preiskav ali terapij, pravzaprav nisem dosti drugačen od povprečnega mimoidočega na ulici. V vlogi bolnika se vidim samo takrat, ko obiščem zdravstveno ustanovo. Gledano iz tega zornega kota pa smo vsi kdaj bolniki, mar ne?

Zdi se mi, da če bi preveč razmišljal o sebi kot o bolniku, bi na neki način sčasoma postal eno s svojo boleznijo in bolezen bi se me polastila. Status bolnika bi me poleg tega postavil v ranljiv položaj in položaj večnega čakanja. Čakanja na zdravniške preglede, na izvide preiskav in včasih kljub zavedanju, da to ni najboljša odločitev, čakanja na nova zdravila ali nove oblike zdravljenja.



Nerodna reč pri kronični bolezni je, da se v ničemer ne kaže navzven. Ljudje mislijo, da si zdrav, sam pa se dejansko počutiš slabše kot kadarkoli doslej v življenju. Telefonirajo prijatelji in vabijo, da se jim pridružiš pri teku ali brcanju žoge, sam pa se s skrajnimi naperi komaj privlečeš do vrha stopnic ali odpraviš v trgovino po nekaj osnovnih živil.

Zdi se mi, da nekateri ljudje nagonsko razumejo moj položaj, kar mi je ljubo. To pomeni, da se mi ni treba tako močno truditi, da bi pridobil podporo ljudi, ker je to zelo težko. Nočeš jim biti v breme, nočeš jih prizadeti in nočeš jih dolgočasiti z nenehnim pripovedovanjem o svoji bolezni. A vendar potrebuješ njihovo podporo.

Včasih se kot neželen učinek moje bolezni pojavijo telesne bolečine, ki so kdaj pa kdaj tako hude, da niti zdravila proti bolečinam ne pomagajo. Najbrž vsi bolniki občutijo takšne ali drugačne vrste bolečin. Te so lahko telesne, kot pri meni, ali pa duševne, ko se vedno znova zaveš bremena, ki ga pomeni bolezen v tvojem vsakdanjem življenju. So trenutki, ko mi ni toliko mar za bolezen samo, ampak si najbolj od vsega želim samo to, da bi bolečina izginila.

Vsak človek razvije obrambne mehanizme, s katerimi poskuša obvladovati krizne življenjske dogodke, ne glede na to, ali so ti povezani z zdravjem ali s čim drugim. Na življenjske dogodke se posamezniki odzivamo različno, razvijamo svoje lastne filozofije, religije ali strategije obvladovanja. Vsak razvija svoja orodja. Smo ljudje, zato to zmoremo. Vsak zmore. Tako pač je.



Mislím, da pride vsak posameznik, ne glede na to, ali je bolnik ali ne, v nekem trenutku svojega življenja do prelomnice. Meni se je to zgodilo pred nekaj leti. V svojem 'bolništvu' sem se počutil popolnoma ujetega. Izgubil sem voljo za uresničevanje sanj in ciljev in zdelo se mi je, kot da sem prišel do roba življenja. Nato se je tehničnica prevesila! Dobil sem službo in danes delam s čudovitimi ljudmi. Zanje se želim še posebej potruditi in jim s tem izkazati hvaležnost. K lažjemu prenašanju moje kronične bolezni je pomembno prispevalo tudi to, da mi je uspelo razviti alternativni odnos, lahko bi ga imenoval tudi duhovni, do življenja in vseh drobnih stvari. Naučil sem se, da se ne smem obremenjevati z malenkostmi, temveč moram sprejeti stvari take, kot so, in živeti čim bolj polno. Prepričan sem, da sem postal boljši, sočutnejši človek, ki globoko ceni življenje kot tako in vse, kar to ponuja. Eden od pomembnih mejnikov zame je bilo spoznanje, da z jezo ne dosežeš ničesar.

Še vedno imam veliko načrtov za prihodnost. Kljub temu je strah še naprej prisoten. Strah pred negotovo prihodnostjo in tem, kaj mi v njej pripravlja moja bolezen. Ne razumite me napak. Ta boljši, drugačen človek nisem postal prostovoljno. Veliko raje bi bil zdrav, imel dobro službo in počel razburljive reči, na primer smučal ali hodil v hribe. Toda to, žal, ni mogoče in s tem sem se sprijaznil, ko sem opazoval druge ljudi in videl, da imajo težave, precej večje od mojih. Tako sem postal hvaležen, da imam "samo" to, kar imam. Skrivnost tiči v večji empatiji in sočutju, razporejanju energije, večji potrpežljivosti, manjšem obsojanju in, to je najpomembneje, hvaležnosti za vsak dan, ki nam je podarjen.