



ADJ ERŐT!

pályázatunk FEME Sors kategóriájának díjazott pályaműve

Vitéz-Pataki Andrea: ÉLET a vihar után

Ha a betegségem történetét meg kellene festenem, akkor az a kép egy sötét vihar villámcsapásának áldozatául esett fát ábrázolna, mely a földre dőlt, ám a kiderült égbolt napsugarainak hatására egy új sarj fejlődik a tönkön.

Viszont megfesteni egy ilyen képet nem igazán tudnék, így inkább leírom a történetemet.

Számomra a villámcsapás 36 éves koromban következett be, amikor nagyon agresszív, hormonális mell-daganatot diagnosztizáltak a jobb mellemben. A dolog pikantériája, hogy a kialakulása is pont olyan gyorsan történt szinte, mint egy áramütés.

Egyik kedd reggelen felöltözésnél vettem észre, hogy egy szilva nagyságú „dudor” van a jobb mellem feletti részen. Naivan nem gondoltam semmi rosszra, hiszen ki halott már olyat, hogy egy éjszaka alatt kialakuljon egy effajta daganat. Mivel akkoriban elég aktívan sportoltam, így arra gondoltam, hogy biztos izomszakadás, vagy megerőltetés.....Természetesen nem bagatellizáltam el a dolgot, így péntekre csaknem 6 orvosnak mutattam meg a furcsa kitüremkedést.

Végig jártam minden szükséges kivizsgálást. Készült röntgen a kulcscsont és a váll részről, vérvétel, mammográfia, vettek mintát is melyet szövettanra küldtek.... Ám még ekkor sem sejtettem semmi rosszat.....

Aztán megjött az eredmény. Minden összeomlott! Nem tudtam, hogy sírjak? Nevessek? Ez valami rossz vicc? Mi lesz most? Meg fogok halni?....Csak bámultam a lapra fejemben egy olyasfajta káosszal, melyet nem igazán lehet leírni. Sokkot kaptam..... Úgy éreztem, padlóra kerültem.

Ültem lányaim emeletes ágyán, akik nem értették miért sír anya. Férjem szomorúan ült mellettem. Szemében látszott az aggodás, a félelem.

Így telt el jó pár óra. Szerintem a nevemet sem tudtam volna megmondani ez idő alatt...

Majd feleszméltem. Tudatosult bennem, hogy a szomorkodással nem jutok előrébb. Igyekeztem mihamarabb felállni a földről. Egy cél lebegett a szemem előtt: „meg kell gyógyulnom!” . Nincs mese!

Nem szeretem a meglepetéseket, ezért sokat tanulmányoztam a saját diagnózisomat. Böngésztem a neten különböző egyesületek, alapítványok oldalait. Fórumoka olvastam. Bátran felkerestem olyan embereket, akik már túl voltak azon az úton, aminek én még csak az elején tartottam, hiszen ki más segíthetne jobban, mint az, aki már megívott egy hasonló csatát.

Meghallgattam minden tanácsot. Viszont arra nagyon ügyeltem, hogy csak a pozitív, és a számomra megfelelő dolgokat raktározzam. Tudtam, hogy attól, hogy mással esetleg történt rossz, vagy más módszer bizonyult számára hatékonynak, nem kell egyből azonosulnom vele. Nincs egyforma két eset. Mindenki különböző.

Volt, hogy annyi tanácsot kaptam, hogy a nap végén, szédülten ültem a kanapén, és próbáltam rendbe tenni fejemben a sok infót. Persze hálás vagyok a sok segítségért, hiszen csak segíteni próbált mindenki a maga módján, ezzel is bizonyítva szeretetüket.

Tisztában voltam vele milyen rögzös út vár rám. Igyekeztem mindig csak a következő lépésre koncentrálni. Az időt visszatekerni már úgy sem lehet. Ami kialakult a testemben az már úgy is ott van. A sok idegeskedés, izgalom nem segít, hiszen azzal csak magam ellen dolgozok.



Mondják, hogy „minden fejben dől el!”... Ez igaz is!...Viszont, higgadtnak maradni, egy ilyen helyzetben embert próbáló feladat. Komoly munkát igényel, hogy magával ne rántsón a bizonytalanság, a félelem. Így megragadtam minden segítséget, ami kellett a lelkemnek, hogy ne omoljak össze.

A következő lépés a műtét volt. Persze nem ment minden egyik napról a másikra, és az idő kicsit ellenem dolgozott. A hormonjaim pedig bennem. Így a következő menstruációm után ismét estéről-reggelre egy 2 centis tojás jelent meg a hónalj alatti nyirokcsomóimban.

Amikor észrevettem azt hittem elájulok. Tudtam, hogy most már még nehezebb út áll előttem, hiszen, ha már áttét van a nyirokrészben, akkor nem kérdés, hogy kapok-e kemoterápiás kezelést is. (Addig titkon reméli az ember, hogy hátha nem lesz rá szükség).

Szerencsére ekkor már közel voltam a műtéthez, így nem csak a mellemben lévő daganatot távolították el, hanem a nyirokcsomóimat is sikeresen, ép szélekkel.

Újabb, plusz feladatokat kaptam. Melyeket nevezhetnék újabb plusz problémáknak is, de ha akkor teherként fogtam volna fel, akkor ma nem itt tartanék.

Nyirokcsomóim eltávolítása miatt, gyógytornászok tanácsára, rendszeresen kellett tornáztatnom a kezemet, hogy segítsen a nyirokkeringést, és a mai napig különösen figyelnem kell jobb kezemre. Igyekszem mindent betartani, hiszen ezek az én javamat szolgálják.

A műtét utáni szövettani eredményemmel az Onkoteam elé kellett mennem, ahol elmondták, hogy 6 kemoterápia és 25 sugárkezelés vár rám.

Furcsa az emberi elme, mert bár tudtam, hogy mi vár rám mégis úgy éreztem, mintha „egy kalapáccsal fejbe vertek volna”...Le is ültettek egy székre... Erre még emlékszem... Szerencse, hogy férjem velem volt, mert a fontos információk nem igazán jutottak el az agyamig... vagyis semmi nem jutott el odáig.... Az azt követő 2 órában csak sírtam. Majd ismét magamhoz tértem, és indultam tovább gyermekeimért, magamért, szeretteimért!

Jött a következő állomás. Egy hely, ami mai napig életem része: Az Onkológia. A sors keze volt talán, hogy olyan doktor nőhöz kerültem, akiben megbíztam az első találkozásunktól kezdve, és aki nem nagyon hagyta, hogy sokat sopánkodjam.

Túl kell élnem! Csendesen tudomásul vettem sorsom és elindultam, hogy megvívjam saját csatám, és hősként térjek vissza a mindennapokba.

Nagy küzdelem ez!

Fizikailag minden erőmre, kitartásomra szükség volt, hogy legyőzzem a „szer” hatását.

Lelkileg talán még nagyobb csata.....

Látni, hogy egy 9 és egy 11 éves gyermek nem érti, hogy: anya miért lett kopasz? Most miért nem tud felkelni? Most miért nem tud velünk szaladni? Miért nem Ő jön értünk suliba? Látni szemükben a félelmet, hogy elveszíthetik anyjukat.

Férjem tekintetét, aki szeretett volna segíteni a szenvedésemben, de tehetetlen volt, és akire apai feladatai mellett, most anyai teendők is ráhárulnak.

Megküzdeni az emberek sajnálkozó pillantásaival. A „rákos” megbélyegzéssel.

Fejemen hordott kendő néha olyan zavarba ejtette az embereket, hogy a liftbe sem szálltak be mellém.

Nem tudták hogyan kezeljenek. Kérdezzék meg, hogy „Hogy vagyok?”....hiszen magukban tudják, hogy nem jól.

Bizony ezeket az eseteket nem egyszerű nekünk, betegeknek sem feldolgozni. Így minden segítséget megragadtam, hogy sikerüljön, legyen az holisztikus, vagy realisztikus segítség. Meditáció, relaxáció, színterápia, Simonton tréning, ima, és még sorolhatnám.



Az onkopszichológián remek szakemberek dolgoznak azon, hogy könnyebb legyen ezeket az időket átvészelni. Számos módszerük van önmagunk megismerésének segítésére. Mind egyéni, mind csoportterápiás kezeléseiken is bátran részt vettem.

Abban a szerencsés helyzetben vagyok, hogy nagyon sok barátom van, akik ezekben a nehéz időkben is mellettem és családom mellett voltak.

Ezekkel a segítségekkel tudtam vállalni bátran a betegségemet. Bízni magamban. Erőt meríteni. Remélni. Kitartani. Büszkén viselni a kendőm, és nem elbújni a világ elől.

Nagy erőt adott minden apró érdeklődés, kedvesség. Mai napig fejembe vésődött, ki hogy állt hozzám ezekben az időkben. És rengeteget tanultam a betegségetől! Teljesen más ember lettem.

Miután túl van az ember a kemoterápián, sugárkezelésen egy kicsit fellélegez. Felszabadul a lélek. Elvonul a vihar. Kisüt a nap. Új cél kerül előtérbe a „felépülés”.

A világ átértékelődött. Az addig csak szófordulatént használt „az egészség a legfontosabb” mondat számomra már valós értékkel bír. Minden más dolog eltölpül az életben. Hálás vagyok a mindennapokért.

Vigyáznom és oda kell figyelnem magamra. Rendszeresen eljárrok minden szűrővizsgálatra. Jelenleg is hormonkezelés alatt állok, de úgy gondolom, hogy ez is szükséges ahhoz, hogy ne üsse fel a fejét még egyszer hasonló váratlan „kór” nálam.

Nagyon fontos a lelki egyensúly is. Kerülni kell a sok stresszt, ami a mai rohanó világban nem egyszerű. Viszont az átélt események alatt megtanultam, hogy semmi nem ér annyit hogy tönkre menjünk benne. És még egyszer nem szeretnék átélni hasonló élethelyzetet. Ha mégis mélyponton találom magam, akkor továbbra is felkeresek olyan szakembert, aki egy-egy kérdéssel visszaterel a helyes útra.

Bátran beszélek a velem történekről. Igyekszem azoknak a sorstársaimnak, akik megkeresnek segíteni, erőt adni a nehéz időkben, hiszen tudom számomra is sokat jelentett a hasonló segítség.

Sorstársaimnak azt üzenném, hogy: vegyenek igénybe minden rendelkezésre álló segítséget, mely segít lelki és fizikai gyógyulásukban. Keressenek fel bátran egyesületeket, alapítványokat, szakembereket, akik annak szentelik tudásukat, hogy a kialakult nehéz helyzetekben segítő kezet nyújtsanak, támogassanak bennünket.

Ne adják fel, mert mindig van remény! Bízzanak magukban! Legyenek erősek, kitartóak, és büszkék magukra, hiszen már így is mindnyájan hősök!

