

Megküzdeni a rákkal (11.)

Érdekes most nekem, Húsvét idején megélni ezt az állapotot. Anyám mellrákban halt meg, épp Húsvéthétfőn. Mindegy, hogy ez naptár szerint mikorra esik, nekem a Húsvéthétfőhöz kötődik. Azóta ezt a napot nem itthon töltjük, mert olyan tartalommal töltődött meg, ami merőben más, mint az azt megelőzőek voltak.

Most, hogy én is érintett lettem, furcsa érzés... Persze tudom, az azóta eltelt több mint 30 év nekem az orvostudományban más esélyeket adott. Neki nem sikerült, a több mint tíz év után kiújuló rákkal és az áttétekkel, már nem ment.

Azért kezdtem el írni róla, mert azt tapasztaltam, sokaknál tabutéma... és úgy érzem, sokat segít, ha felvállaljuk. Persze ez egy nem egyszerű folyamat, de nekem segít megérteni önmagam és a környezetemet is...és talán így el tudok gondolkodtatni másokat is.

Persze ez csak az én utam. Mindenkié más. Nincs olyan, hogy jó, vagy rossz. Mindenki maga dönt. De gondolkodni róla, akár együtt, akár magányosan, szerintem mindenképp hasznos.

Most a tanácsok sokféleségéről írok, melyeket olyanoktól kaptam, akik maguk is benne vannak, voltak. És amelyek között eligazodni, abban a kétségbeesett lelki állapotban, amiben voltam, nem volt egyszerű.

A műtét tényével nem volt gond, bár sokan javasolták, hogy csak a Kékgolyó jöhet számításba a gyógyuláshoz, az Országos Onkológiai Intézet, a vidéki kórházak a faszorban sincsenek. Aztán beszéltem olyannal, akik próbálta ott is, de visszajött Debrecenbe. Más állította, hogy a legjobb debreceni orvosok is átmentek a fővárosba, de volt, aki azt mondta, ő biztos forrásból tudja, hogy épp a fővárosból jönnek ide az orvosok a Debreceni Klinikára, mert ott már nem lehet normálisan dolgozni...

Ez volt az első pont, hogy hol induljak el? Aztán úgy döntöttem, mivel a protokoll mindenhol azonos, és az otthon közelsége ebben a nem rövid folyamatban számomra fontos volt, hogy maradok itt. Persze azt is tudom, hogy a technológiai fejlődés is fontos, épp nemrég írt nekem valaki, akit egy különleges hangvezérelt technikával műtöttek, ami pontosabb daganateltávolítást tett lehetővé, de a robottechnika gyorsan teret hódít mindenhol.... Láttam a feliratokat a Klinikán, hogy itt is foglalkoznak már vele.

A műtétet követő kezelésekkkel kapcsolatban is sokan mondták el a tapasztalataikat. „Ne engedd a kemoterápiát-javasolta valaki- az tönkreteszi a szervezeted”. „Ne engedd a sugarat, az rettenetes, én nem engedtem, csak a kemoterápiát.”-mondta más. Én kellően be voltam parázva mindkettőtől, ugyanakkor tudtam, el fogom fogadni az onkoteam döntését, bármi is legyen, nincs tudásom arra, hogy felülbíráljam őket, meg kell bíznom bennük.

Persze félttem. A kemoterápiától leginkább a hajhullás miatt. Pedig talán ez a legkevesebb... Igazából nem tudom, mi volt az, ami miatt ettől rettegettem. Talán az, hogy

minden nap így, ezzel a drasztikusan más képpel kell szembenéznem a tükörben? Vagy inkább az, hogy mindegy, parókával, kendővel, sapkával fedem el e fejem, és így megyek emberek közé, mindenki azonnal leveszi, mi a helyzet? De hát magam is felvállalom... akkor miért félek ettől? Aztán az is frusztrált, hogy mi lesz, ha így látnak majd az unokáim? Még kicsik...és nem értik ezt az egészet. Ne találkozzak velük addig? Nem, ezt nem bírnám...

Próbáltam úgy rágondolni, mint a többi szakaszra, hogy elkerülhetetlen, túl kell esni rajta, de el fog telni ez az idő is, és utána rendbe jön majd ez is. Próbáltam barátkozni a lehetőséggel, hogy ne omoljak össze, ha ez lesz a döntés, de nehezen ment. De tudtam, ha ezt mondják, akkor ezen az úton megyünk tovább.

Amikor aztán kiderült, hogy a kemoterápiát megúszom, megkönnyebbültem. Akkor mondta el a férjem, aki nagyon sokat segített az egésznek a megélésében, arra gondolt, hogyha erre került volna a sor, ő is leborotválta volna a haját... hogy együtt könnyebben viseljük el. Hiszem, hogy meg is tette volna, de szerencsés voltam, mert nem volt rá szükség. De akkor megéreztem, hogy minden áldozatra képes azért, hogy támogasson, hogy megoszthassa velem a terhet, és ez nagyon fontos volt nekem.

Bár az idén lesz 46 éve, hogy házasok vagyunk, de azt hiszem, ebben a küzdelemben mi is sokkal közelebb kerültünk egymáshoz. A mindennapok rohanásában az ember bele sem gondol, hogy elveszítheti a másikat...

És persze volt olyan is, aki azt javasolta, hogy keressek más, alternatív utat, ne engedjem egyik kezelést sem, de nem akartam elkezdni valami olyat, amivel sosem foglalkoztam, nincs elég tudásom rá, és szerettem volna túl esni mihamarabb az egészen.

A biztos út, még ha túl sokan kritikával illették is, számomra megnyugtatóbb és rövidebb volt, mint a bizonytalan.

De el tudom fogadni azt is, hogy amikor a biztos utak nem adnak, nem tudnak reményt adni, akkor keresni kell a bizonytalanat is, még akkor is, ha csak pár százalék esélyt ad a túlélésre. Mert semmi sem számít... csak az, hogy éljünk.

Hogy túléljük a legnehezebb szakaszt, majd alakítsuk ki azt az életmódváltást, amivel mérsékelni tudjuk a kiújulás kockázatát, amennyire csak lehet.

Mert erre biztosan szükség van. Már én is változtattam sok mindenen, tanulom ezt is.... hiszen a legtöbbet mi magunk tehetjük az egészségünkért. Nem tudom, hol hallottam azt, hogy az ember az élete első felében nem törődik az egészségével, a második felét pedig azzal tölti, hogy próbálja helyrehozni, ami elromlott... Van benne igazság.

Valaki meg azt mondta nekem, ha már rák, akkor örüljek, hogy ezt a típust kaptam, mert ez a lehető legjobb, ha lehet ilyet mondani. Mert a gyógyulás esélye sokkal biztosabb, mint más típusúnál. Igen, ebben is szerencsém volt.

Úgyhogy, bár szívesen kihagytam volna, én ezt egy figyelmeztetésnek fogtam fel. Figyelmeztetésnek, hogy eddig nem jól éltem, és ha nem változtatok, baj lesz. És persze nem akarok nagyobb bajt. Ezért tanulok belőle... és amin tudok, változtatok.

Próbálok kialakítani egy olyan életet, amibe másképp fér bele minden, amit fontosnak tartok. És már tudom, hogy nem minden fontos.... és azt is, hogy vannak eddig mellőzött fontosságok az életben. Talán ez a legnagyobb tanulás ebben. Megélni és megérteni, mi a fontos.