

Dać tych *parę dni* szczęścia

JESTEM FIZJOTERAPEUTĄ PRACUJĄCYM W HOSPICJUM. MOI PACJENCI NIE ZOSTANĄ WYLECZENI. NIE SPRAWIĘ, ŻE ICH DOLEGLIWOŚCI NA STAŁE USTĄPIĄ. NIE POLECAJ MNIĘ W PRZYSZŁOŚCI SWOIM ZNAJOMYM. NIE WYPISZĘ ICH DO DOMU Z ZALECENIAMI. MOI PACJENCI UMIERAJĄ!

Ich cele nie liczą się w latach, miesiącach. Dla nich ważne jest „tu i teraz”. Wiem, że pomimo niekorzystnego rokowania mogę

im dać dużo dobra, pomóc zapomnieć o chorobie, na nowo uwierzyć w siebie i swoje możliwości, choćby na krótko... na

tych parę dni szczęścia, bardzo ważnych dni.

Do naszego hospicjum trafiają przeróżni ludzie, każdy z nich wiódł inne życie. Jeden był z zawodu budowlanцем, inny nauczycielem, a jeszcze inny wykładowcą na wyższej uczelni. Wszystkich połączył wspólny los – rozpoznanie nieuleczalnej choroby i cały szereg następstw: chemio i radioterapia, zabiegi operacyjne, silne leki i przede wszystkim długie miesiące na szpitalnych oddziałach.

Straszne miesiące, bo wyobraźmy sobie jeden dzień, który musimy przeleżeć w obcym miejscu, wśród obcych ludzi, bez większej możliwości wyrwania się z łóżka, zrywając od odwiedzin do odwiedzin, o ile mamy szczęście i jest ktoś, kto do nas przyjdzie. Następnie pomnożmy to wszystko razy kilkadziesiąt oraz dodajmy fakt, iż nasze ciało poddane agresywnej terapii, pozbawione ruchu powoli zaczyna słabnąć i odmawia nam posłuszeństwa.

Do niedawna samowystarczalni, teraz wymagamy stałej opieki osób trzecich w coraz to liczniejszych czynnościach. W pewnym momencie pęka ostatnia granica i odarci z intymności nie potrafimy sobie samodzielnie poradzić nawet z czynnościami fizjologicznymi. Coraz bardziej dają się we znaki



Adam Lechtański podczas rehabilitacji w licheńskim hospicjum

PREKURSORKA RUCHU HOSPICYJNEGO

Jesteś ważny dlatego, że jesteś sobą; a więc zrobimy wszystko co można, nie tylko by pomóc ci umrzeć w pokoju, ale także byś mógł żyć aż do chwili śmierci. Istotą hospicjum jest ŻYCIE, a w nim wszystko, co ludzie mogą zrobić i czym mogą się dzielić w ostatnim okresie swojego życia, który może okazać się okresem najważniejszym.

Cicely Saunders

powikłania związane z bezruchem, choćby takie, jak choćby zaburzenia perystaltyki jelit, zalegania w płucach, upośledzenie funkcji układu krążenia, obrzęki, zanik mięśni uniemożliwiający samodzielną zmianę pozycji i w końcu odleżyny. Pewnego dnia przychodzi lekarz i poważnym głosem oznajmia, że dalsze leczenie nic już nie pomoże i proponuje pobyt w hospicjum. Czy to już mój koniec?

Nie! To jeszcze nie koniec, to tylko początek ostatniego rozdziału. Podobnie jak w wielu książkach, ostatni rozdział bywa najważniejszy, więc przeżyjemy go wspólnie najlepiej jak to tylko możliwe.

Nie jest to proste zadanie. Podstawowa opieka nad ciężko chorym pacjentem sama w sobie jest wyzwaniem. Cicely Saunders, prekursorka ruchu hospicyjnego w piękny i wymowny sposób określiła zasady i idee, które powinny przyświecać pracownikom hospicjum i poszła o krok dalej: mamy pacjentowi dać życie – na tyle na ile jest to możliwe. I nie ma tutaj miejsca na kompromisy!

Jednym z najważniejszych czynników wpływających na jakość życia pacjenta jest sam fakt przykucia do łóżka i konieczność spędzania całych dni patrząc w sufit, sam na sam ze swoimi myślami, skazany na

laskę lub nielaskę innych. I tutaj na scenie pojawia się fizjoterapeuta, proponuje mi wyjście z łóżka! Jak to? Przecież ja nie mam nawet sił żeby odwrócić się na drugi bok, a on mi sugeruje wyjście do ludzi? Okazuje się jednak, że z odrobiną chęci nie jeden mur można zburzyć, że ten dzień nie musi być taki zły, można go spędzić aktywnie, spróbować trochę pożyć. Taką właśnie rolę w hospicjum spełnia fizjoterapia – ma dawać ludziom życie!

Wszyscy pacjenci przebywający w licheńskim hospicjum, wobec których lekarz nie stwierdza przeciwwskazań, poddawani są rehabilitacji pięć dni w tygodniu. Realizując program usprawniania staramy się maksymalnie aktywizować naszych podopiecznych. Pacjenci zabierani są na salę ćwiczeń, gdzie każdy ma ustalony indywidualny plan rehabilitacji. Głównym celem, jaki sobie stawiamy jest poprawa jakości życia pacjentów. Pierwszym czynnikiem mającym bezpośrednie przełożenie na jakość pobytu w naszym ho-

spicjum jest sam fakt wyjścia z łóżka i spędzenie nierzadko całego przedpołudnia w otoczeniu przepelnionym życiem, gdzie cały czas coś się dzieje, gdzie człowiek zapomina o swojej chorobie i koncentruje się na ćwiczeniach. Również osoby słabsze, których stan ogólny nie pozwala na czynną fizjoterapię, zabierane są wózkami na salę rehabilitacji, choćby po to, aby wnieść w ich codzienność nieco odmienny rytm, żeby mogli posiedzieć poza swoim łóżkiem, napić się herbaty i poobserwować otoczenie, w którym zwyczajnie coś się dzieje, aby nie musieli całymi dniami leżeć beczynnym w swojej sali. Wielu pacjentów uczestniczących w ćwiczeniach odczuwa poprawę stanu zdrowia. Stają się mniej zależni od osób trzecich. Zaczynają samodzielnie zmieniać pozycje w łóżku. Spożywać posiłki. Niekiedy nawet stają o własnych siłach na nogi.

Poprawa nie jest wieczna, śmiertelna choroba zawsze w końcu wygrywa, ale pogorszenie stanu ogólnego następuje znacznie później, z mniejszymi dolegliwościami niż w przypadku braku fizjoterapii a okres poprawy funkcji motorycznych, który został przez pacjentów wypracowany jest dla każdego z nich czymś bardzo ważnym, dającym wiele radości i niewątpliwie wartym całej pracy włożonej w rehabilitację!

Adam Lechtański

MOŻESZ WSPOMÓC HOSPICYJUM

- 1% podatku
- Rundacja SPDM DONARE – KRS 0000300810
- wpłaty
- konto: Bank Pocztowy oddział Konin
- 32 1320 1010 2700 2700 2000 0001