



## Pocity jednoho z dobrovolníků ...

Den před návštěvou onkologického oddělení jsem si na internetu přečetl článek o dobrovolnictví v nemocnici v Novém Jičíně. Zaujal mě tento úryvek:

...Zdravotní stav většiny z nich je vážný a často potřebují někoho, s kým se dá popovídat, zahrát si hru nebo se i v těžké životní situaci normálně zasmát. I pouhá hodina vašeho času například jednou týdně pacientům pomůže a uvítají ji i zdravotníci.

Marie Jurošková, hlavní sestra: *"Dobrovolnictví je veliký dar pro nemocnici i pro pacienty. Dokáží nahradit tu lidskou část, kterou zdravotníci rutinně nemůžou dát. Ne, že by nechtěli, ale prostě nemají na to čas."*

Iveta Kociánová, staniční sestra, lůžková onkologie: *"I pokud je to zdravý člověk a přijde na něj nějaké onemocnění, natož nádorové, tak psychicky je na tom velmi špatně, takže tito pacienti potřebují mít v blízkosti někoho nejbližšího nebo někoho, s kým si mohou popovídat."*

<http://www.infoportaly.cz/novojicinsko/novy-jicin/12146-nemocnice-v-novem-jicine-hleda-dobrovolniky-na-onkologii>

Do areálu nemocnice jsem v úterý 4. 2. 2014 přišel 10 minut před 13. hod. Radši se ptám jedné paní doktorky, kterou jsem potkal cestou, kde má kancelář manažerka kvality. Ředitelství – 2. patro, napravo od schodů, poslední dveře vlevo. Děkuji, takže mohu v klidu za pět minut být v její kanceláři.

Půjčil jsem si knihu od amerického spisovatele Roberta Fulghuma „Všechno, co opravdu potřebuju znát, jsem se naučil v mateřské školce“. Nevím, zda ji mají také...mají. A 5 dalších od stejného autora. Super. Po chvíli povídání s manažerkou kvality se vydáváme na cestu. Všimám si, že se často usmívá, má příjemné vystupování a občas se zasměje, cesta proto „rychle utíká“. Z budovy ředitelství jdeme spojovací chodbou na internu a z ní ven do budovy „B“ – oddělení onkologie.

Oddělení radiační a klinické onkologie se nachází v nenápadné – bíle omítnuté přízemní budově. Oddělení má kapacitu 20 lůžek. Pacienti zde leží většinou s maligními tumory, často metastazovanými. Manažerka kvality mě seznamuje s vedením oddělení, panem primářem MUDr. Jiří Förestrem a vrchní sestrou, paní Ilonou Jeníkovou.

S panem primářem se bavím o onkologii – léčbě rakoviny. Většinu pojmů znám, nebo jsem je někde slyšel. Takže mi nedělají problém slova: neoadjuvantní, adjuvantní, kurativní a paliativní systémová léčba, cytostatika, metastázy, atd. Vypráví mi o psychosomatice a jejím vlivu na onemocnění slinivky břišní, což mě velice zajímá...

Lékaři a sestry nemají čas si povídat s tolika pacienty, jsou vytížení prací a doktoři mají ještě k tomu vizity, konzilia, porady, píší lékařské zprávy, aj. Jen při častějších návštěvách pacientů mají lékaři možnost se o nich více dozvědět... Pan primář vítá návštěvu dobrovolníka, chápe vliv psychiky na onemocnění člověka. Mohu se pohybovat po oddělení, kromě malého omezení. „Pacienti vás budou mít rádi a my také,“ dovidám se.

Loučím se s manažerkou kvality. Paní vrchní sestra mi vytipovala pacienta na popovídání. V nemocničním pokoji mě v krátkosti představí... Nechávám toho člověka mluvit, nepřerušuji. Uvědomuji si, že bychom neměli léčit jenom tělo, ale i duši. Pokud si nemáme s kým popovídat o svých zálibách a koníčcích, cítíme se pak osamělí a nepochopení, i když je všude okolo plno lidí... A stačí tak málo – poslouchat!

Někdo nemá zájem si povídat, je *ve svém světě*. Čte si, hraje si s mobilem, *čeká na konečné na autobus*. Myslím, že je důležité vyhledat ty, co mají zájem. Toho, kdo si chce povídat. Spolubydlící na pokoji se pak přidají. Nejprve jenom špicují uši, ale... Je to metoda domina. Pokud jsme schopni docílit toho, aby pacient komunikoval, není to s ním ještě tak zlé. Dokáže odpoutat mysl od problému, na chvíli zapomenout na své obtíže, zasmát se. Používá totiž mozek – řečové, zrakové, sluchové centrum, aj. Nervový systém považuji za základní kámen v boji s nemocí. Může zvrátit, nebo zmírnit její průběh.

Arabové mají zajímavé přísloví: „Nejspolehlivější lék proti nemoci je nevnímat si ji a tvářit se, jako by nebyla“. Ve skutečnosti nemůžeme dělat, že nemoc není. Můžeme ale usměrnit mysl tak, aby myslela na něco jiného. V tom je ten fígl.

Úporně mě bolí hlava, hodina je pryč. Odcházím z oddělení a nechávám na sesterně visačku dobrovolníka. Ještě jednou se loučím s jedním pacientem...

Víte, někdy si lidé dělají starosti - zbytečné starosti. V tomto případě se je snažme utěšit, povzbudit. Hezké vzpomínky zůstanou. Nedějí se jenom špatné věci, ale i dobré. Někdy blízcí nemají čas na návštěvy (jsou zaneprázdnění, nemocní, mrtví). Důležité je člověka povzbudit na duchu (naděje umírá poslední). Případně pohladit, vzít za ruku. Usměrnit v pozitivním slova smyslu, když je mu smutno.

Doma jsem se vyspal (mozek si utřídil nové informace), koupil si čokoládu a přečetl si Fulghuma. No jo, psychosomatika – vliv duševních pochodů na fyzické.

*Jde o to, že se třeba můžete stavět na hlavu, ale 30 – 60 procent všemožných neduhů se vyléčí samo – stačí jim dát čas a pozitivně myslet. Trochu jako neztrácet dobrou náladu a nechat tělo, ať si dělá svoje.*

*Víte, oni doktoři vlastně něco svedou jen asi v 15 procentech všech možných ochorení. A vaše tělo se postará o ten zbytek... Dočetl jsem se, že úspěšnost návštěvy u lékaře je z 90 procent dána tím, že nás vyslechne a my mu důvěřujeme. (Robert Fulghum, Všechno, co opravdu potřebuju znát, jsem se naučil v mateřské školce, str. 96 – 97, nakladatelství Argo, Praha 3, rok 2007)*

