

Jsme uprostřed cesty

Prosbě redakce Řepské sedmnáctky odolávala MUDr. Marie Svatošová, zakladatelka hospicového hnutí u nás, téměř dva roky. Následující rozhovor je tedy jakýmsi naším malým vítězstvím. ☺

Proč odmítáte medializaci?

V roce 1990, bezprostředně „po sametu“, jsem zamkla dveře ordinace a pustila se do zakládání hospiců. Od začátku jsem medializaci odmítala. Pak jsem ale zjistila, že když chci něco prosadit, tak se jí neubráním. Ale vadí mi, když mi je připisována nějaká zásluha, protože jsem přesvědčena, že v plném rozsahu platí věta: „Když na něco stačíme, je to od Boha.“

Kdy vás napadlo, že u nás chybí zařízení typu hospiců?

Asi v roce 1988 jsem se o existenci hospiců v Anglii dočetla v samizdatové literatuře. Tiše jsem jim to záviděla. Ale tady se tehdy nedalo nic takového dělat. A když se pak dalo, hned jsem se do toho pustila. Měla jsem dva silné motivy - jednak jsem se celý život jako praktická lékařka setkávala s rodinami, které upřímně chtěly svým blízkým dosloužit a z nějakého důvodu to nemohly zvládnout - odborně, psychicky... Těm bylo potřeba pomoci. A pak mě už tenkrát strašilo, že jednoho dne může někdo vystartovat s nápadem, že potřebujeme euthanazii a starých nemocných lidí se zbavovat. Říkala jsem si, že musíme nabídnout jinou alternativu - postarat se o lidi, aby umírali v klidu, smíření, bez bolesti.

Jak vnímáte současnou situaci?

Od začátku mi šlo o to, aby hospicové hnutí fungovalo i beze mne, snažila jsem se vychovat spolupracovníky a následovníky. Dnes máme po republice 14 lůžkových hospiců a snažíme se do legislativy probojovat domácí hospicovou péči, která by měla být základem. Řekla bych, že jsme uprostřed cesty - mnohé se podařilo, mnohé je ještě před námi.

Můžete vysvětlit, co je hospicová péče?

Ve chvíli, kdy lékaři přiznají, že vyčerpalí všechny možnosti léčby směřující k uzdravení - většinou se jedná o pokročilá nádorová onemocnění - a konec života je neodvratný, tak nemá smysl pokračovat v aktivní a pacienta často zatěžující léčbě. Je potřeba to přiznat a tuto agresivní léčbu nahradit léčbou úlevnou, paliativní. Znamená to zbavit pacienta pokud možno všech obtíží. Ale to je málo. Je potřeba se postarat o všechny jeho potřeby - nejen tělesné, ale i duševní, sociální a také duchovní.

Člověk v této situaci mnohdy velmi psychicky strádá, zvláště když nemá zaopatřenou rodinu. Velmi často se stává, že člověk na smrtelné posteli nepocituje jako nejhorší svou nemoc, ale narušené vztahy v rodině, třeba to, že nekomunikuje se svými dětmi, nebo že jeho děti mezi sebou mají nějaké sváry. To nemocného tíží daleko víc než rakovina, protože na fyzickou bolest máme účinné opiáty. Pokud se sestřičce podaří

spojit rodinu dohromady a oni si plácnou „odpusťte si, co jsme si“, to je pak slyšet až nahlas, jak jim spadne kámen ze srdcí! Usmíření je duchovní potřebou. Potřebné je také to, aby si člověk uvědomil, že jeho život měl smysl. To je většinou v našem zdravotnictví zanedbáváno. Při vizitě se zeptají, jaká byla teplota a zda byla stolice... V hospici je klientem nejen nemocný, ale i jeho rodina. I ta trpí.

Pomáháte pozůstalým?

Třetina pozůstalých potřebuje nějakou formu péče a pomoci. Smrt blízkého člověka je bolavá ztráta, po níž následuje období truchlení. Čím více se dva lidé měli rádi, tím je to bolavější. Říkávám, že čím hezčí manželství, tím těžší vdovství. A naopak. Truchlení je proces, první rok bývá nejtěžší, pak bolest postupně přechází ve vzpomínky. Pomáháme pozůstalým, aby jejich truchlení probíhalo fyziologicky. Neznám z hospiců případ, že by truchlení skončilo na psychiatrii. Truchlení ale patří k životu. Je dobré mít občas nějaké trápení. Člověka to učí milosrdenství, má pak větší pochopení pro bolesti lidí kolem sebe. Mně se v roce 1975 zabila sestra v autě, bylo jí 31 let. To zasáhlo do mého života hodně. Člověk si v takové situaci velice rychle přerovná žebříček hodnot.

Onemocní-li těžce náš blízký, neumíme s ním o jeho nemoci mluvit. Chlácholíme ho slovy: „To bude dobré, neboj...“

Lhaní je hrozná věc. Vhání pacienta do izolace, je to takové „spiknutí ticha“. Pacient si nemá s kým promluvit - a potřebuje to! Jsme na tom mnohem hůř, než generace našich babiček a prababiček. Protože tenkrát se běžně během života mnohokrát setkávali se smrtí. Byly epidemie, velká dětská úmrtnost, takže je to tolik neděsilo. A tenkrát se umíralo především doma! Za posledních padesát let bylo umírání vytěsněno za bílou plenu. Lidé znají smrt jen z médií, z televize, kde se neukazuje normální klidné umírání, kdy se člověk „dospívá“ ke smrti. A také se domnívám, že je na vině ateismus. I když si myslím, že většina lidí věří - otázka je, komu a čemu. Lidé se bojí neznámého. A pokud si představují, že smrt je konec, tak se jim nedívám. Já osobně se těším. Představuju si to tak, že projdu branou, a padnu Pánu Bohu rovnou do náruče...



Foto: Jolana Mašíková

MUDr. Marie Svatošová (68) uspořádala na dva tisíce přednášek na téma Hospice a umění doprovázet, vydala 12 knih, nyní organizuje kurzy Alfa.

Až budete jednou umírat, koho byste chtěla držet za ruku?

Rozhodně bych chtěla, aby to byl někdo, kdo by mě byl schopen posílovat ve víře. Jinak to neplánuju. Jak to bude, tak to bude. Doufám, že mne kolegové nenechají trpět. Prostředky ke zvládnutí bolesti dnes jsou. Podstatné je, aby měl člověk aspoň jakž takž čistý stůl, srovnané vztahy s lidmi, vztahy s Bohem, pocit, že nežil marně, že udělal, co bylo v jeho silách. Pak se umírá klidně.

Nyní jste naplnila síly jiným směrem...

Uvědomuju si, jak mnoho lidí je na prahu smrti nepřipraveno. Začala jsem se proto podílet na organizaci kurzů Alfa. Jde o osvědčenou metodu, základy křesťanství pro lidi, kteří zjišťují, že je konzum nenaplňuje, začínají se rozhlížet kolem sebe a hledají smysl svého života. Jde o takovou „ochutnávku“ křesťanství, bez nátlaku, v naprosté svobodě, na základě vztahu host a hostitel, ne žák a učitel! Během cyklu, což je dvanáct večerů, se dozví základy. Myslím, že to patří k všeobecnému vzdělání. Tady v Řepích pro kurzy máme díky boromejkám úžasné podmínky. Setkání začínají společnou večeří, hrajeme na kytaru, následují promluvy na určité téma, pak s účastníky hovoříme ve skupinkách. Jeden kurz zahajujeme teď v březnu, další budeme pořádat na podzim. Zájemci se mohou obrátit na Mgr. Davida Žofáka, tel.: 603 894 989.

Děkuji za rozhovor.
Jaroslava Šimová