

Rodzina w obliczu choroby raka piersi. Nowy podział obowiązków

Rodzina, naturalne środowisko człowieka, często istotnie przyczynia się do przywrócenia lub utrzymania równowagi psychicznej. Zwiększa motywację do walki z chorobą i stanowi dla pacjentki z rakiem piersi źródło siły. Z drugiej strony rodzina zagubiona, bezradna, która nie radzi sobie z sytuacją, stanowi dla chorej dodatkowy poważny stres. Należy podkreślić, że rodzina pacjentki ma prawo do przeżywania silnych emocji a w związku z tym do szukania wsparcia dla siebie.

Głównym zadaniem rodziny jest udzielenie wsparcia chorej, w zależności od jej potrzeb i konkretnej sytuacji. Kobieta, która zmaga się z chorobą – nie traci swojej autonomii! Niejednokrotnie rodzina z tak wielkiej chęci pomocy zatracą się w pomaganiu i traktuje chorą jak bezradne dziecko. A przecież to są dorosłe kobiety, które czują, myślą i stanowią o sobie. Przede wszystkim nie tracą żadnych praw. Należy uszanować, że pacjentka ma własną wolę i potrzebę chorowania na własnych warunkach.

Nikt nie potrzebuje nadopiekuńczości. W tym słowie skrywa się kontrola, której pacjentka w chorobie absolutnie nie potrzebuje. Czymś innym jest opiekuńczość. To troska, serdeczność, współdziałanie oraz przedstawienie propozycji chorej z uwzględnieniem tego, że zawsze może odmówić.

Kobieta z rakiem piersi potrzebuje wsparcia rzeczowo-organizacyjnego. Choroba wymusza zastanowienie się nad nowym podziałem obowiązków, zastąpienie chorej w dotychczas pełnionych rolach, realizację opieki, pomoc finansową. Każde działanie powinno być precyzyjnie określone i zaplanowane we wspólnym kalendarzu. Należy w niego wpisywać spotkanie chorej z lekarzem, psychoonkologiem, wizytę u fizykoterapeuty, dietetyka czy w grupie wsparcia. Chorą mamę, siostrę, czy żonę najlepiej jest odwiedzać w sposób zorganizowany, tak aby dać jej poczucie roztoczonej nad nią opieki i uczestnictwa w chorobie a jednocześnie nie zakłócać jej spokoju i nie zaskakiwać.

Zadaniem rodziny jest również dbanie o zapewnienie chorej odpowiedniej diety. Osoby chore na nowotwory prawie zawsze mają problemy z jedzeniem. Skarżą się na brak apetytu lub mają czysto fizyczną trudność ze spożywaniem posiłków. Już w momencie pojawienia się diagnozy opiekunowie muszą dowiedzieć się jak najwięcej na temat zaleceń dietetycznych dla osoby chorej w tym żywienia medycznego.

Rodzina powinna też systematycznie i w sposób zorganizowany poszerzać swoją wiedzę na temat rodzaju raka piersi z jakim zmaga się chora i dostępnych terapii.

Znacznie trudniejsze, bo wymagające dojrzałości psychicznej opiekuna, jest wsparcie emocjonalne. To wsparcie musi być bardzo zindywidualizowane i dostosowane do potrzeb pacjentki. Bycie dobrym wsparciem to gotowość i odwaga towarzyszenia pacjentce na każdym etapie leczenia. Nie bagatelizowanie i minimalizowanie zagrożenia lub następstw choroby oraz leczenia. Taki sposób zachowania nie zmniejsza napięcia i lęku. W rzeczywistości wywołuje żal i poczucie krzywdy. Pacjentka potrzebuje przede wszystkim autentyczności, szczerości i umiejętności rozmowy na tematy trudne.

Zmaganie z chorobą nowotworową to wspólny wysiłek całej rodziny. Dobrze zgrany zespół bliskich sobie osób okazuje się bardzo często najważniejszym elementem całego procesu terapii.