

## Pozytywna historia pacjentki

W swojej praktyce psychoonkologa spotkałam się z setkami kobiet, które chorują bądź chorowały na raka piersi. Towarzyszę im w trakcie diagnostyki choroby, procesu leczenia a także czasem po jego zakończeniu. Rozmawiam z nimi w szpitalu, podczas indywidualnych konsultacji czy grup wsparcia lub w sytuacjach czasem zupełnie przypadkowych, gdy przychodzą na kontrolną wizytę lekarską. Każde spotkanie z drugim człowiekiem, to inna historia, inna sytuacja choroby i inne jej postrzeganie. Są historie, które na długo zapadają w pamięć i są ludzie, których się nie zapomina.

To, jak kobieta zareaguje na sytuację choroby nowotworowej jest indywidualne, zależne od życiowych doświadczeń a także cech osobowości. Są kobiety, które dowiadując się o diagnozie będą ją wypierać, inna grupa pacjentek potraktuje raka piersi jak przeszkodę nie do pokonania. Jeszcze inne pacjentki będą traktować nowotwór jak intruza – są pełne gniewu i wrogości. Bywają pacjentki, które traktują chorobę jak karę. Niczego dla siebie nie oczekują, bo wiedzą dlaczego zachorowały i znają tajemnicę swoich win. Są też pacjentki, które potraktują raka piersi jako trudność i już na początku będą przekonane, że są ją w stanie pokonać. Takie osoby będą szukały sposobów rozwiązania problemów. Nie czekają, aż coś stanie się samo. Od najbliższych będą oczekiwały wsparcia, wysłuchania i gotowości do niesienia pomocy.

Nie da się zaprzeczyć, że rak piersi jest jednym z trudniejszych doświadczeń w życiu kobiety. Przynosi strach i lęk o przyszłość. Diagnoza zdecydowanie wymusza podjęcie nowych działań. Dotychczasowe życie ulega modyfikacji, a przede wszystkim przeformułowaniu priorytetów. To, co do tej pory było ważne, zarówno w wymiarze prywatnym, jak i zawodowym, ulega naturalnemu przewartościowaniu.

Dla niektórych osób choroba jest wstrząsem, ale i mobilizacją do zadbania o siebie. W konfrontacji z czymś tak trudnym, jak lęk przed śmiercią, pojawia się myślenie – Nie mam nic do stracenia, muszę działać! Rozpoczyna się walka o zdrowie, o siebie, o relacje z najbliższymi. Choroba wydobywa z pacjentek czasami ogromne siły, które pchają je w kierunku zmian. Zmusza do postawienia sobie pytań, o to jak wyglądało moje życie? Co w nim zrobiłam? Czy zrealizowałam swoje marzenia? Czy jestem szczęśliwa? I najważniejsze - co jest ważniejsze niż ja?

W sytuacji diagnozy choroby nowotworowej nie można sobie pozwolić na nieszczerłość z samym sobą. Jeżeli wtedy się na nią nie zdobędziemy, to kiedy? Kobiety chore na raka poddają ewaluacji swoje życie i zaczynają tak naprawdę wreszcie przejmować nad nim kontrolę. Zmiany dotyczą spraw pojedynczych, a czasem rzeczy niezauważalnych dla innych. Wielokrotnie są rewolucyjne.

Choroba nowotworowa wiele zabiera, ale może też wiele dać. Pacjentki, które zderzyły się z nowotworem piersi podróżują, odkrywają nowe pasje, zmieniają pracę, przeprowadzają się na inny kontynent, odzywają się do ludzi, których nie widziały dziesiątki lat, wracają na studia, poznają na nowo swoją seksualność, rozwodzą się i poznają nowych partnerów. Nawiązują nowe przyjaźnie, po prostu korzystają z życia.

Ogromna część kobiet, które spotykam po latach od ich pierwszej wizyty tylko z wyglądu przypomina siebie same z dnia otrzymania diagnozy. To kobiety, które tak radykalnie zmieniły swoje życie, że mogłoby to stać się scenariuszem filmu. To osoby, które wyznaczyły sobie w życiu jeden bardzo konkretny cel – Chcą być szczęśliwe!

NPS/LINIA4/AMOB/20/03/001