

KUGLER ALEXANDRA

Egy út, amely kétfelé ágazik – születés és halál –, avagy miért lettem segítő?

Összefoglalás ♦ *A hospice ellátásban és a szüléseknél önkéntesként segédkező szerző önvallomása azokról a folyamatokról, élményekről szól, amelyek arra az elhatározásra juttatták, hogy részt vegyen az élet kezdeténél és végénél szolgálatot teljesítők munkájában, s ezt hivatásként fogadja el. Ő is – szinte gyerekként – megtapasztalta, hogy min megy keresztül az, aki egy betegség révén közel kerül a halálhoz, halálközeli élményt él át, és az orvosok burkolt kommunikációja miatt tehetetlen kétségbeesésben tapogatózik. Ez a mérföldkő, ami az elmúlás érzésével való találkozást jelentette életében, vezette el oda, hogy a mai napig segítő szolgálatot teljesít a hospice ellátásban. Egy másik élmény, egy szülésnél való segédkezés gyönyörű érzése pedig eljuttatta oda, hogy felismerje az élet két legfontosabb eseménye közötti hasonlóságot, s arra az elhatározásra sarkalta, hogy a szüléseknél is kísérő hivatást vállaljon.*

Születés és halál. Dúla* és hospice önkéntes. Mit is jelent számomra ez a két szó? Gyönyörűséget, örömet, nehézséget, gyengédséget. Amikor beteg lettem, akkor kezdődött ez a folyamat bennem.

1999

Ez az év rosszul kezdődött számomra, mert nagyon sok ismerősöm halt meg rosszindulatú daganatos betegségben.

Azt kérdeztem: miért sújt engem a sors, milyen oka van, talán próbára akar tenni?

Huszonkét éves voltam. Augusztusban, egy gyönyörű napon elmentünk a családommal Egerbe, ahol strandolni szoktunk. Mindig is szerettem a gyógyvizeket, és aznap nagyon sokat fürödtem a radioaktív vízben, ahol az állt a táblán, hogy egyes betegségekkel nem lehet benne

* A dúla szó görög eredetű, jelentése: 'szolgálatában'. A gyakorlatban úgynevezett "asszonytársi segítő" takar. A szülésre vonatkoztatva: olyan szülési tapasztalattal rendelkező nő, aki folyamatos fizikai, érzelmi és informatív segítséget nyújt az anyának a szülés előtt, alatt és után. (A szerk.)

tartózkodni. Mikor elindultunk hazafelé, éreztem, hogy nem vagyok jól. Este már erősen szenvedtem, olyan nagy fájdalmam volt nyakamban. Nem szívesen ugyan, de szóltam az anyumnak, hogy van egy dudor a nyakamon, ami nagyon fáj, nem tudok aludni. Kaptam gyógyszert, és valamennyire csökkent a nyomás. Másnap – mivel a házi orvosom szabadságon volt – egyenesen a kórházba rohantam, a sebészetre. A sebész rögtön nekem akart esni – ez amolyan munkaártalom náluk –, de az asszisztensnő rászólt, hogy talán ki kellene előbb vizsgálni. Kaptam beutalót a gégeészetre és a szájsebészetre. A szájsebészetet még valahogy kibírtam, de a gégeészet, az maga volt a katasztrófa, amikor a hangszálaimat vizsgálták. Utána vérvétel, tüdőszűrés, és így tovább...

Egy hét múlva kellett visszamenni a gégeészhez. Nagyon féltem, hogy kiderül valami, de csak tapogatóztunk a sötétben továbbra is. Mikor már minden vizsgálaton túl voltam, a doktornő felvetette a pungálás lehetőségét, így kaptam beutalót. Mivel már nagylánynak gondoltam magamat, egyedül mentem el. A váróterem rideg volt, ijesztő, viszont a doki annál szimpatikusabb. Nem volt semmi bajom, amíg meg nem láttam azt a hatalmas fecskendőt és a tűt! Megtörtént a punkció. Az orvos kérésére egy pár percig még feküdtem, majd megpróbáltam felkelni, de összerogytam. Pihentem egy kicsit, majd megegyeztünk, hogy egy hét múlva érdeklődöm a gégeésznél, amikor már meglesz az eredmény.

Teltek a napok, hetek, és én egyre idegesebb lettem! A gégeészetten hiába érdeklődtem, nem jött meg az eredmény. Három hét múlva már a tetőfokára hágott a szorongásom, ezért felhívtam az onkológiai osztályt. Az asszisztensnő azzal fogadott, hogy éppen keresni próbáltak, azonnal menjek, mert az orvos beszélni akar velem. Több sem kellett, azonnal indultam!

Az orvosra nem kellett várnom, mert már ő várt:

- Nővér, most bemegyünk az orvosi szobába, ne kapcsoljon senkit telefonon, és ne zavarjon senki! – Elkezdtem zuhanni a mélység felé.
- Mi a baj doktor úr? Kérem, hogy őszintén magyarázza el!
- Először a jó, vagy a rossz hírt szeretné hallani? – kérdezte.
- Ahogy gondolja! – feleltem.
- Na, jó! A rossz hír, hogy találtunk rákos sejtet, a jó hír, hogy nem osztódik – válaszolta.

Azt sem tudtam, hogy fiú vagyok vagy lány!

Beutalót kaptam ultrahangra.

A kis ablakhoz odaérve beadtam a beutalót, amelyen rajta volt a vizsgálatkérés indoka. A fiatal leányzó nézte, nézte, végül közölte, hogy három hét múlva lesz egy üres időpont.

Három hét, amikor én versenyt futok az idővel! Szerencse, hogy ott volt egy idősebb hölgy is, aki az indokot elolvasva becsúsztatott egy korábbi időpontra.

Rémálom a röntgen osztályon

A diagnózis közlése óta valahogy úgy éreztem, mintha szétváltam volna, és nem is a testemben lettem volna, hanem valahol nagyon-nagyon messze!

Már hét órára odamentem a kórházba, hogy biztosan én legyek az első a vizsgálaton. A doktornő alaposan megvizsgálta a szerveimet, majd amikor odaért a kismedencémhez, nem mondott semmit, csak az arcán láttam elváltozást, majd újra és újra végigpásztázta ezt a területet.

- Valami baj van? – kérdeztem.
- Nem, semmi baj, egy kis türelmet kérek! – válaszolta, és felvette a telefont.
- Azonnal kérek egy nőgyógyászt!

Ezzel a mondattal kiküldött, hogy várjak kint!

Nincs semmi baj, de azonnal hívni kell egy szakorvost!

Eltelt egy óra, közben a doktornő tovább vizsgálta a betegeket, mert persze miattam nem állhat meg az élet. Eltelt még két óra, és én még mindig ott álltam a sarokban, hogy senki ne lássa a zokogásomat! Megtörtént, amitől félttem: összeestem! Miután a betegek összeszedtek és bekopogtak, hogy csináljanak valamit, a doktornő maga vitt át a nőgyógyászhoz, aki felháborodva fogadott: *kinek képzeli magát ez az orvos?*

A nőgyógyásznál kezdődött minden előlről. Amikor az ultrahang vizsgálatához értünk, először örültem, hogy én is látom, amit az orvos, mivel az ágy fölött van egy monitor. Talán mégsem volt jó ötlet örülni?! Megláttam a nagy hatalmas fekete semmit. A daganatban nem volt folyadék. Össze-vissza nyomkodta a hasamat, azt hittem, hogy helyben szétnyomja! De a legidegesítőbb az volt, hogy még mindig nem mondott nekem senki semmit!

Majd végre megszólalt:

- Ne menjen sehova, holnap megoperálom, minden női szervet ki kell venni! – kezdte mondani.
- Nem szeretném, ha ön, vagy bárki ebben a kórházban hozzám nyúlna! – válaszoltam.
- Nekem mindegy, de ha nem operáljuk meg, akkor két nap, és meghal! – volt a válasza.
- *Meghalni, meg fogok halni?* Engem akkor sem fognak itt megoperálni! – válaszoltam, és ezzel kimenetem a kórházból.

Persze a zokogás nem maradt el, és amíg haza nem érkeztem, nem is hagytam abba! Délután elmentem a házi orvosomhoz, hogy segítsen. Szerencsémre még általános iskolából ismert egy nagyszerű orvost, és rögtön felhívta, hogy fogadjon. Az orvos egy kongresszus miatt csak három nappal későbbre tudott időpontot adni.

Nagyon nehezen eltelt a három nap, szörnyű lelkiállapotban.

Mikor megláttam az orvost nagyon-nagy bizalmat éreztem iránta. Miután elmeséltem a történetet, megvizsgált. A daganat néhány nap alatt 8 cm-t nőtt!

Megbeszéltük hogy két hét múlva operál, de megnyugtató, hogy kibírja a szervezetem. Közben megcsináltathatom a kötelező vizsgálatokat.

Kórházi emlékek

Akkora lett a hasam, mintha kismama lettem volna. Az operáció előtti éjszaka nem tudtam aludni. Másnap reggel az anyukámmal mentem be a kórházba. Semmi nem úgy sikerült, ahogy elterveztük, és minden közlekedési eszköz csigalassúnak tűnt! Megjött az orvosom is, aki akkor nem vizsgált meg, mert rohant egy szülésre. Megbeszéltük, hogy mivel ügyeletes, majd délután beszélgetünk. Nagyon nehezen telt a nap, az anyukám pedig még nálam is idegesebb volt, ami számomra már teher volt. Nem mertem szólni, de a nővér megtette helyettem. Egész nap olyan nyugtalan voltam, hogy remegtem és fáztam.

Késő délután tényleg leültünk a dokival, és megbeszéltünk mindent.

- Mennyit szeretne tudni? – kérdezte.
- Mindent! – válaszoltam kicsit idegesen.
- Nem tudom, mennyire terjedt el a daganat. Lehet, hogy ki kell vennem mindent!
- Nekem az életem sokkal fontosabb, ezért ahogy jónak látja, úgy tegyen! – válaszoltam halkán.

Volt még egy figyelemreméltó beszélgetés az aneszteziológussal is:

- Valamire allergiás?
- Azt nem tudom, de az anyukám a Dormicumra allergiás, és neki azt mondta az orvos, hogy szóljunk, mert ez örökletes lehet – mondtam kicsit félénken.
- Az hülyeség, ilyen nincs!

Felírt gyógyszert éjszakára, majd lezárta a beszélgetést.

Ezt követően kicsit beszélgettem a betegtársaimmal, akik nagyon sajnáltak. Elmesélték, hogy milyen rossz a beöntés és a katéterezés. Jött a nővér, hogy menjek vele a kezelőbe, ahol kiderült, nem is annyira rossz, mint ahogyan társaim lefestették, és a nővér betartotta az

intimitás szabályait is. Később sok gondolkodás után bevettem a gyógyszert, aminek következtében igen zaklatott éjszakám lett.

A műtét napja

Mivel nem aludtam, sőt a gyógyszertől csak idegesebb lettem – állítólag zavart is, de erre nem emlékszem – így teljesen kábultnak éreztem magamat. Elmentem fürödni, majd utána kezdődött az „élvezet”, a katéterezés.

Szörnyű volt. Teljesen görcsben voltam, így az első siker után nem jött a vizelet, és a doki kihúzta. Ezután semmire nem ment velem! Elkezdett velem másról beszélgetni, és ez segített!

Megnézte még egyszer a hasamat, és én határozottan nyugtalannak láttam.

Utána pihentem az ágyamban, amikor hozták az utálatos szurit!

Mivel időben csúszás volt egy császárműtét miatt, így én is később kerültem sorra. Az a várakozás volt a legrosszabb, legalábbis akkor még azt hittem. Jött a szokásos vérnyomásmérés, aminél már látszott, hogy valami nem stimmel! Még véletlenül „örömömré” ráültem a katéterre, majd végre nagy nehezen beértem a műtőbe. Nagyon ijesztőnek és ridegnek tűnt számomra.

Elkezdődött a műveletsor, és én úgy éreztem, hogy csak egy bábú vagyok a sok zöld ruhás ember és a gépek között!

Az első próbálkozásnál felébresztettek, mert az aneszteziológus úgy ítélte meg, hogy nem vagyok olyan állapotban, hogy altassanak. Nem volt ugyanis vérnyomásom! Az orvosom viszont ragaszkodott az altatáshoz, és aláírta az altatóorvos helyett, így újra elaltattak. Az orvosom állítólag végig imádkozott, és nagyon félt, amire jó oka volt.

Életem csodája

Csak arra emlékszem, hogy a nagy semmiben, sötétségben egyszer csak megláttam valami elképesztően nagy gyönyörűséget!

Egy nagy réten voltam, ahol rengeteg virág és két út volt látható, mely fényesen sárga volt. Nem láttam senkit, csak valami nagy fény felé fordultam, amely ekkor megszólalt:

- Választhatsz, hogy melyik útra lépsz! Az első rövid, és semmi baj, probléma nincs rajta, a másik nagyon hosszú, és rengeteg akadály van rajta, de egyben gyönyörű feladatok várnak rád!

Nem tudtam választani, annyira megfogott a hely. Sajnos döntenem kellett. Arra gondoltam, hogy milyen jó lenne többet tudni! Hogy mit választottam? A hosszú, rögös, buktató, de gyönyörű utat! Nem akartam elindulni, de elküldtek!

Amikor felébredtem éreztem még azt a misztikus érzést, emlékeztem arra, amit láttam, de nem tudtam hová tenni. Csak azt tudtam, hogy nekem segíteni kell az embereknek.

Pár nap múlva már annyira erősnek éreztem a nyomást, hogy bizonytalanul, de megkérdeztem az orvost, hogy mi történt műtét közben.

– Miért kíváncsi rá? – kérdezte, de elmesélte, hogy mi történt velem.

Az egész műtét alatt ingadozó volt az állapotom, de a vége felé összeomlott a keringésem, és négy percig küzdöttem az életemért. Újra kellett indítani a szívemet.

Meglett a magyarázat a bordáim fájalmára.

A daganattal együtt – amely 35 cm volt – a bal oldali petefészket is el kellett félig távolítani.

A szövettani eredményre három hetet kellett várni, ami nagyon nyugtalanította az orvost. Bár a műtét közben elvégzett szövettani vizsgálat nem mutatott ki burjánzást, mégis nagyon féltünk az újabb eredménytől.

Végül kiderült, hogy jóindulatú a daganat, de már megjelent a burjánzás a szövet belsejében!

Utolsó pillanatban lettem megoperálva!

A következő öt évem

Elkezdtem dolgozni egy öregek otthonában, de nem találtam a helyemet. Tovább kutattam a számomra megfelelő munka után. Majdnem sikerült egy kórház onkológiai osztályán elhelyezkednem, de a vakbélgyulladásom miatt lemaradtam róla. Végül kikötöttem egy olyan osztályon, ahol zömében utolsó stádiumban lévő, illetve nagyon beteg emberek feküdtek. Eközben tartottam a kapcsolatot a nőgyógyászati osztállyal, ahol operáltak, és egyre közelebb kerültem a szülészethez is.

A második csoda az életemben: otthonszülés

Német orvos ismerősöm itthon volt egy pár napot, és meglátogattam őt a családjánál. Eközben a szomszédos lakásban egy terminuson túlhordott kismama volt, aki aznap már többször volt a kórházban a fájásai miatt, de mindig hazaküldték. Mivel jó kapcsolatban voltak, szóltak Márknak – így hívták az orvost –, hogy nézze már meg az asszonyt, mert az úgy érzi, hogy jön a baba! A vizsgálat után kiderült, már késő lenne elindulni, így otthon kell szülni!

Mint ahogy én is ismertem a kismamát, és ápolási asszisztens is vagyok, természetes volt, hogy én is segítsek. Nagyon ideges voltam, de tudtam a szabályt: nem mutatjuk ki a nyugtalanságunkat! Már akkor is arra gondoltam, milyen egyforma a születés és a halál! Az elmenőnek és az érkezőnek nyújtott támogatás is hasonló: tiszteletteljes jelenlét, testi-lelki segítségnyújtás és a család támogatása mindkét esetben.

Később gyakorlaton voltam szülőszobán, ahol azt tanácsolták, hogy menjek tanulni szülésznőnek! Azt válaszoltam, hogy én nem szeretnék szülésznő lenni.

Teltek az évek úgy, hogy én még mindig nem tudtam, melyik útra lépjek.

A sors végül eldöntötte számomra, és én elfogadtam. Emberpróbáló feladatot kaptam az élettől: egy olyan kismamát kellett kísérem az útján, aki úgy volt részese a babavárási boldogságának, hogy közben halálos betegségével folytatott – mint kiderült, sajnos reménytelen – küzdelmet. Ha tényleg úgy érzem, hogy nem sok különbség van az élet eleje és a vége között, akkor nincs min töprengjek, nem kell feltennem azt a kérdést, hogy melyik utat válasszam. Így most a hivatásom az emberek segítése az életük két legfontosabb eseményénél: ápolási asszisztensként és hospice önkéntesként a betegségükben és halálukban próbálom segíteni az embereket, dúlaként pedig a babavárási szülőket támogatom, és fogadom szeretettel az érkezőt.