

Tabuk, tévhitek, nehézségek – avagy szakemberek a hospice-ról

3. rész

Interjú Markó Máriával, a budapesti Hospice Ház önkéntes szociális munkásával, gyászterapeutával

Összefoglalás ♦ *Háromrészes interjúsorozatomban során a hospice ellátás különböző területein évek, évtizedek óta dolgozó szakemberekkel beszélgettem a szolgáltatás jelenlegi helyzetéről, a fennálló problémákról, nehézségekről, valamint a társadalom hozzáállásáról. Az interjúk célja az volt, hogy interjúalanyaim meglátásait és véleményeit összevethessem egymással, s így átfogó képet kapjak a hospice ellátás jelenlegi helyzetéről, megítéléséről – a szakemberek nézőpontjából. A beszélgetések során különös hangsúlyt fektettem a mind a mai napig nagyon erőteljesen jelen levő tabuk és tévhitek kérdésére. Harmadik interjúalanyom, Markó Mária a budapesti Hospice Ház önkéntes szociális munkása, gyászterapeuta. Polcz Alaine munkatársaként a Napfogyatkozás Egyesület munkájában is aktívan részt vett. Jelenleg nyugdíja mellett a Budai Irgalmasrendi Kórház szociális munkása. Új kezdeményezésként a szociális területen dolgozók számára tartott gyászképzések részeként mozgás önismereti foglalkozásokat tart. Interjú sorozatom harmadik, egyben befejező részében a hospice ellátásban szerzett tapasztalatairól, munkájáról szóló beszélgetésünket olvashatják.*

Hogyan kerültél kapcsolatba és pontosan mióta foglalkozol a hospice ellátással?

1991-ben találkoztam először a hospice ellátással. A hospice alapképzés elvégzése után, diplomamunkám konzulenseként sikerült megnyernem magamnak Polcz Alaine-t. Témaként az idősek magányos halálának kérdését jártam körbe.

Mennyire tabutéma mindez napjainkban?

Még mindig az, bár tapasztalatom szerint már sokat javult a helyzet az utóbbi időben, a médiának és változó értékrendnek köszönhetően. Úgy gondolom, hogy a téma elfogadtatásában nagy szerepe van a Magyar Hospice Alapítványnak, mellyel összefüggésben szeretném kiemelni a Nárcisz Program fontosságát.

Mi segíthet bennünket abban, hogy a halál témájáról nyíltabban tudjunk beszélni?

Ahhoz, hogy a halál témájával nyíltabban tudjunk foglalkozni, elsősorban a saját halálunkhoz való viszonyunkat kell megvizsgálni. A halálhoz való viszonyunk nagymértékben függ a gyermekkori tapasztalatoktól: látunk-e megfelelő mintát arra vonatkozóan, hogyan lehet optimálisan kezelni ezt a kérdést. Nagyon fontos, hogy a gyerekek mellett legyen olyan, helyes mintát adó személy, aki kellőképpen át tudja adni a dolog természetességét, hiszen a halál a gyermekek világában is ott van, akár a médiában, akár a mesékben.

Számos tévhit él a köztudatban a hospice ellátással kapcsolatban. E tévhitek jelenlétét mennyire tapasztalod a munkád során?

A tévhitek jelenlétét a hétköznapi életben és az egészségügyi ellátásban is nagyon erőteljesen tapasztalom. Szeretném felhívni a figyelmet arra, hogy ahol jó a családorvosokkal a kapcsolat, ott a tévhit is kevesebb és a folyamat is gördülékenyebb. Ahol viszont ez nincs meg, ott nagyon gyakori a háritás és az az elképzelés, hogy a hospice-ba csak halni mennek az emberek, illetve hogy ott minden a halálról szól. Én nem így érzem, már csak azért sem, mert – bár a hospice a gyógyíthatatlan betegekkel foglalkozik –, a sokoldalú figyelemnek köszönhetően a betegek és hozzátartozóik életminősége egyaránt jelentősen javul. A hospice-ban tehát pontosan az élet kiteljesedéséről szól az ellátás: hogy még egy ilyen helyzetben is azt tűzi ki elsődleges céljaként, hogy a megfelelő életminőség és méltóság a legmesszebbmenőkig biztosítva legyen.

Ezek a tévhitek vajon miből fakadhatnak?

Ezeknek a tévhiteknek az alapja a saját félelmeink és a rögzült előzetes feltételezéseink. A félelem kisebb-nagyobb mértékben mindenkiben jelen van, legyen az beteg, hozzátartozó vagy egészségügyi dolgozó. Az egészségügyi dolgozó, akinek ebben a tekintetben nincs rendben a lelke, nem szívesen megy be a haldoklóhoz: ha orvos, csak átfut a viziten, és nem

időz túl sokáig a beteg mellett. Aki viszont helyén tudja kezelni a kérdést, minden körülmények között szán időt a páciensre, a hozzátartozókra. Ugyanígy van a családban is: ahol haldokló beteg van, ott a család viszonyulása is kétféleképp történhet. Egyrészt maximális odafordulással megtehet mindent, amit csak lehet ebben a helyzetben, másrészt, ha a félelmek dominálnak, akkor következik a hamis kommunikációból fakadó játszmák sokasága a családtagok között, amely végül a beteg elszigetelődéséhez, fájdalmas meg nem értésekhez vezet.

Laikus emberek között talán természetesebb, de hivatásos segítő foglalkozású szakemberek között is nagyon gyakran előfordul a téma hártása, aminek negatív következményeit az egyébként is nehéz helyzetben lévő érintettek kénytelenek viselni. Mi a véleményed erről a jelenségről?

Ezért őket sem szabad hibáztatni, hiszen a legfőbb probléma az, hogy a szakembereknek sincs lehetőségük arra, hogy problémáikat megfelelő fórumokon meg tudják beszélni. Nincs idejük meggyászolni azokat a betegeket, akik közel kerültek hozzájuk. Ha egy nehéz kommunikációs helyzet adódik, pl. a hozzátartozók, a beteg vagy az egészségügyi dolgozók között, akkor ez a dolgozóknak okozhat lelkiismeret-furdalást, azt érezhetik, hogy nem tudtak hatékonyan segíteni. Nincs lehetőségük esetmegbeszélésre vagy szupervízióra. Ennek a problémakörnek az lenne a megoldása, hogy erre lehetőséget kapjanak, akár egyéni, akár csoportos formában.

Mit gondolsz arról, hogy egyesek úgy gondolják: a halál, a gyász és a hospice ellátás kérdéskörével csak azoknak kell behatóbban foglalkozniuk, akik közvetlenül – például a szakmájuk, vagy személyes ügyük miatt – érintettek?

Úgy gondolom, hogy előbb-utóbb mindenkinek kell ezzel a kérdéssel foglalkoznia, hiszen valamilyen módon érintett lesz. Az lenne a cél, hogy a halál ugyanolyan természetes része legyen az életnek, mint a születés. Mikor valaki megszületik, mindenki ott van a kismama és a kisbaba körül, és szeretettel veszik körül. Ugyanígy kellene viszonyulnunk azokhoz is, akik távozóban vannak. Ebben példát lehetne venni a cigányoktól, akik számára íratlan törvény, hogy a beteg, a haldokló körül ott van az egész család.

A szociális szakma kellőképp jelen van a hospice-ban?

Véleményem szerint egyre inkább jelen van, nem csak a hivatalos ügyintézéseket tekintve, hanem a mentális segítségnyújtásban, a közösségformálásban, a hozzátartozók lelki

támogatásában is. Szociális munkásként pozitív tapasztalat számomra, hogy a hospice szóra az emberek felemelik fejüket, és nagyon segítőkészen viszonyulnak a problémák megoldásához - legyenek akár az önkormányzat vagy bármilyen más egyéb szervezet dolgozói. Úgy látom, hogy az emberekben ott van a segítő szándék, amely akkor válik nehézkessé, ha a haldoklók közvetlen közelségébe kerülnek. Talán azért, mert senki sem szeret ilyen módon a saját halandóságával szembesülni.

Jelen van a hospice kellőképp a felsőoktatásban?

Úgy gondolom, hogy vannak már jó lehetőségek a tanulásra azok számára, akik érdeklődnek ez iránt a terület iránt. Aki valóban motivált a kérdésben, az megtalálja a megfelelő csatornákat a képzésekre. Azonban erőltetni nem szabad, mert nem biztos, hogy mindenki kész rá.

A hospice filozófiájával való találkozás megváltoztatja a halál kérdéséhez való viszonyulásunkat?

A hospice filozófiával való találkozás megérint és megváltoztathatja a halálhoz, a haldoklás kérdéséhez való viszonyulásunkat. Segíthet, ha aktívan – például egy team tagjaként, akár önkéntesként – részt veszünk az ellátásban, hiszen a betegektől nagyon sok „kincset” kapunk, ami bennünket is alakít; nagyon sokat tanulhatunk életről, halálról. Fontos, hogy tartsuk tiszteletben mindig önmagunk és mások teherbíró képességét. Fontos, hogy megfelelő támogatást kapjunk ebben a munkában.

Véleményed szerint melyek most a hospice ellátásban tapasztalható legfőbb problémák és vajon hogyan lehetne azokat orvosolni?

Elsősorban a félelem és a bizalom hiánya. Ezt a félelmet az egészségügyi dolgozók esetében éppúgy, mint a hozzátartozóknál és a betegeknél sok-sok beszélgetéssel, a kérdéseikre adott türelmes válaszokkal lehet csökkenteni. Lehetséges fórum erre a média, a kisközösségek, vallási közösségek, de éppígy az egészségügyi intézmények is. Ennek a nyílt kommunikációnak sarkalatos pontja a jövő generációinak megfelelő felkészítése.

Tóth Tímea

szociálpedagógus

timea-toth@freemail.hu