

Jaké to asi je být matka samoživitelka a v rozsahu dvou let slyšet dvakrát diagnózu „rakovina prsu“? Jaké to je v důsledku chemoterapií přestat chodit, téměř ztratit rozum a ani si nepamátovat kroužky svého malého syna? Jaké to je neradovat se, nebo i nerozčilovat se, nad úspěchy a neúspěchy svého dítěte v první třídě?

Tak o tom všem jsem si pro vás povídala s jednou mladou silnou ženou, kterou rakovina doslova a do písmena dostala do kolen.

Moniko, proč jste se rozhodla sdílet svůj příběh?

Těch důvodů je vlastně více. Během období nemoci jsem si postupně uvědomovala, že toto onemocnění s sebou nese spoustu dalších témat, se kterými se musí lidé poprat. Zmínila bych třeba finance, komunikace a vztahy s okolím, vztah sama k sobě, komunikace s lékaři, otázky kolem ozařování a chemoterapie, jaké jsou další možnosti, můžu pro sebe taky něco udělat nad rámec léčby, jak přežít celé období, strachy kolem smrti atd. Bylo toho fakt moc. Ráda bych aby to co mě tato nemoc dala dobrého či zlého, to co jsem se za ty roky naučila, poznala a uvědomila, aby bylo prospěšné dalším lidem, kteří se ocitnou v podobné situaci nebo mají někoho blízkého s touto nemocí. Možná také zrušit takové to tabu a přinést uvědomění, že tato nemoc je tak rozšířená, že by se o ní mělo mluvit nahlas a ne jen šuškat. Jen tak se může podle mě něco změnit.

Ono něco jiného je číst příručku z nemocnice, koukat na film, nebo často zkreslené informace v televizních pořadech na toto téma a úplně něco jiného je poslechnout si autentický příběh.

Kdy jste se poprvé dozvěděla diagnózu rakovina prsu? Co tomu všechno předcházelo?

Bylo to v září 2014, ale o bulce jsem už věděla od května a tak nějak jsem tušila, že to může být rakovina. Na začátku toho roku mi moje maminka sdělila, že má rakovinu prsu a že se chystá na operaci a ozařování. Byl to šok a musím, říct, že jsem to nesla dost špatně. Od prvního dne, kdy mi moje maminka oznámila o své rakovině, jsem začala shromažďovat informace o této nemoci, o všech způsobech léčení. Četla jsem články o klasické léčbě, výsledky, statistiky, zkušenosti lidí a popravdě to co jsem našla mě děsilo. Výpovědi žen o tom jak zle se po léčbě cítí, jak roky bojují s vedlejšími účinky léčby. Ty byly jak fyzické, jako poškozené klouby, plíce po ozařování, tak psychické, díky následné hormonální léčbě, tyto informace mě opravdu děsily. Měla jsem o ni obrovský strach, když jsem ji viděla zničenou a zhroucenou po léčbě a hledala jsem způsoby jak jí odlehčit a pomoc.

Jinak v mém životě jsem udělala zásadní krok, odešla jsem ze zaměstnání účetní a otevřela jsem si masérské studio. Začátky byli složité, hodně výdajů a zatím malá klientela. Přesto, že jsem se špatně vyrovnávala se stálou finanční nejistotou, tak byly dny a bylo jich čím dál více, kdy jsem byla opravdu šťastná, konečně jsem dělala to co

mi jde přirozeně snadno a přináší užitek nejen mě, ale i dalším lidem. Pár dnů v měsíci, jsem jezdila pracovat i do Prahy, do studia mé učitelky celostních masáží.

Poznala jsem tam další super ženy masérky, které jsem si zamilovala. Konečně jsem měla pocit, že se mi život dává do pořádku a jsem na správné cestě. Vždy jsem toužila pracovat sama na sebe a žít se tím, co mě baví. Až nyní jsem to našla, to ono, co je jen moje. Měla jsem dobrý pocit, že mám světu a lidem co dát.

Když mi v září potvrdily, že jde o zhoubný nádor, jedna z prvních myšlenek byla a teď to má skončit? Proč mi život nedopřeje, abych byla šťastná déle? Proč mi stále hází klacky pod nohy? Odmítla jsem se s tím smířit, já se svého života nevzdám, ne, teď rozhodně ne.

Vybavilo se mi jak dopadla mamka po léčbě, jak dlouho se prala s vedlejšími účinky léčby a vlastně stále ani půl roku po léčbě nebyla v pohodě. Měla jsem strach. Ne z rakoviny, tu jsem vůbec necítila jako zlo ale z léčby, léčba o které jsem věděla snad už vše. To byla moje největší noční můra, odmítala jsem přijat takový způsob léčení a v hlavě mi běželo, že to musím dokázat nějak sama, bez této tělo devastující léčby.

Nakonec jsem překonala svůj strach z léčby a nechala se lékaři přemluvit na operaci a ozařování. Jenže po 5 dávkách ozařování jsem měla dýchací problémy, které se stupňovali až tak, že jsem asi v půlce musela od léčby ustoupit.

Jak to pak bylo podruhé? Skolilo vás to víc nebo už jste byla „zvyklá“?

Co zvyklá? Tak to fakt ne. Naopak jsem věděla, že je to průšvih a že se rakovina jen tak nevzdá. Na místě kde byl jeden malý nádor, jich byla po do půl roku sedm nových a ještě agresivnějších. Ta nejhorší noční můra, kterou jsem měla, se stala skutečností. Bylo to mnohem horší i v tom, že už jsem věděla jaké to je když se řeže do těla, jak dlouho trvalo než jsem se zotavila po operaci. Teď jsem byla nucená se skutečně zastavit a udělat zásadní rozhodnutí. Buď se vydat klasickou léčbou, přijít o celé prso a podstoupit chemoterapii. Nebo se vydat důkladnou alternativní cestou, kde zůstanu celá a nezatížím tělo dalšími jedy. Obě cesty měli jedno společné, nejistý výsledek.

Začala jsem s lékaři bojovat o získání času abych zjistila co se nabízí mimo stěny nemocnice. Nabízela se zajímavá alternativní cesta, ale nakonec to nedopadlo. A já jsem po několika měsících hledání všeho alternativního a té džungle často lživých informací byla tak unavená, že jsem prostě rezignovala a rozhodla se pro to co bylo momentálně nejdostupnější a to byla chemoterapie.

Co vaše psychika při druhém relapsu choroby? Jaké jste měla pocity?

Měla jsem pocit že mi končí můj život tak jak jsem ho znala. Asi poprvé mě přepadl desivý strach o to co a jak bude dál. Stále mi v hlavě zněla slova zástupkyně primáře na onkologii, která mi u prvního nádoru říkala, že chemoterapie na tento druh nádorů téměř nepůsobí, že by mi museli dát hodně agresivní chemoterapii, která by mi více ublížila než pomohla. Proto mi ji při prvním nálezu nedoporučila.

A já jsem byla zrovna v situaci, kdy mám rakovinu zpět, na ozařování už nemůžu a lékaři mají jen chemoterapii, která má účinnost méně než 40%. Byla jsem s rozumem v háji. Po tom celým maratonu hledání a praktikování mnoha alternativních směrů jsem cítila hlavně psychickou únavu, bezmoc a pocit, že jsem selhala, že jsem to nedokázala tak jak jsem si přála. To bylo moje silné ego, které vše vnímalo jako podraz, že se děje něco co se vymyká kontrole. A do toho mě všichni lékaři přesvědčují, že mi jde o život. Zvláštní ale bylo, že jsem po celou dobu neměla pocit, že by ta rakovina byla zlá. Nesnášela jsem ty články a řeči o tom, že rakovina je zlý vetřelec a musíme ho rychle zabít, já jsem to vnímala spíš jako že mi onemocněly buňky, které už neměly jinou možnost na přežití než to udělat takhle a že potřebuji spíše abych jim naslouchala a byla k nim laskavější. Ale i přes to jsem měla obrovský respekt a také strach. Nebyl to ale strach ze smrti ale z toho jakým způsobem a jak dlouho bych umírala. Tyto myšlenky mě honí stále.

Při své cestě zpátky za zdravím jste zjistila, že stejně vždycky je nejdůležitější psychika. Jak jste se s tím vším vyrovnávala? Pomohla vám antidepresiva nebo jste šla cestou přírodnější? A dá se to vůbec bez antidepresiv zvládnout?

Ano o tom jakou sílu má psychika jsem se přesvědčila na vlastní kůži, když jsem omdlévala už v čekárně onkologie před chemoterapií. Nedávala jsem čekání na aplikaci látky, po které jsem cítila, jak mě pomalu zabíjí. Přesto jsem antidepresiva odmítla ze dvou důvodů. První byl, že jsem chtěla být stále v kontaktu se svým tělem, cítit a vnímat jak léčbu snáší. Věřila jsem, že mi dá včas signál, kdy už má dost a to se mi vyplatilo. Druhý byl velmi smutný pohled na ostatní lidi v čekárně, kdy tam seděli jak těla bez duše s nepřítomným výrazem. Takhle jsem dopadnout nechtěla. Rozhodla jsem se, že to zvládnou a přežiju bez pomoci dalších chemických léčiv, které nebyli nutné. Jediné co mi pomohlo byly přírodní prášky na spaní, po chemo se člověk moc nevyspí a nemá tak šanci načerpat energii. Ale musím přiznat, že to byl opravdu boj. Viděla jsem jak často nezvládám sebemenší problém, který se vyskytl a startovala jsem na první našlápnutí, byla jsem často z bolestí a nevolností podrážděná až zlá. Co mi dělalo dobře byla příroda, mezi chemoterapiemi jsem jezdila pryč z města, kamkoliv k lesu. Tam mi bylo vždy lépe a prostý život, kdy se za ničím nehoním mi dodával spolu s přírodou sílu a vnitřní klid. Tam jsem se cítila zdravější. Dělala jsem si občas meditace a vizualizace, často jsem se vracela k vlastním prožitkům z celostních masáží, kde jsem se cítila být součástí velkého celku života a pochopila jsem, že tento život v tomto těle je jen malá část z dlouhé pouti mé duše. Věděla jsem, že jsem víc než jen tělo a mysl a že pokud moje tělo toto období nezvládne, tak to nevadí, nic nekončí. To mě dost uklidňovalo. Ale procházka růžovým sadem to skutečně nebyla, ale byla to moje cesta, kterou jsem si zvolila.

Jak jste na tom teď? Podařilo se vám zpětně rozklíčovat příčinu choroby?

Teď je to tak, že jsem rok bez jakékoliv klasické léčby. Po skončené chemoterapii jsem dva roky dostávala hormonální injekce do břicha, které mi zastavily tvorbu hormonů,

kterými se rakovina živí. Po dvou letech co léčbu hradí pojišťovna jsem podstoupila odstranění vaječníků a vejcovodů, protože nemůžu mít klasickou hormonální léčbu, která se podává dalších 5-10 let. Taky mám genetické dispozice, testy genu BRCA2 vyšli pozitivně. Dle lékařů mám očekávat návrat rakoviny v druhém prsu a měla bych podstoupit další operaci. Zatím se na ni ale nechystám.

Nad příčinou jsem přemýšlela od samého začátku a stále přemýšlím. Těch příčin bude asi více. Myslím že jsem na mnoho z nich přišla jak za pomoci mého mamologa, který mi povídal o tom, že ženy s rakovinou prsu mají mnohé společné a jedna věc je velká péče o druhé na úkor sebe. Další možnou příčinu jsem si uvědomila díky mé životní učitelce, která mi před druhou operací řekla, že si u mě všimla zvláštní věci. Neumím vyjadřovat negativní emoce, vše zlé co ke mě přicházelo jsem si nechávala v sobě, takže na tom jsem začala pracovat. A pak jsou tu další věci, ale to by bylo na slušnou brožuru.

Co jste si z toho všeho vzala?

Moře věcí. Třeba víc přemýšlím jak naložím s časem, který tu na zemi mám, s kým ten čas budu trávit a co budu dělat. Taky mi došlo, že ten život může být krátký na to abych se zabývala jen povinnostmi a dělala si starosti z věcí, které nemůžu ovlivnit. Často dělám věci, které mi nepřinesou žádné peníze ale dělají mě radost. Taky víc poslouchám potřeby svého těla a když jsem unavená, tak se bez výčitek zavrtám pod deku a celý den koukám na filmy nebo si čtu, nepáchám na sobě násilí v žádném směru. Celkově jsem zpomalila, stejně se není za čím hnát.

Zmínila jste stav, kdy vám nefungovaly klouby (nemohla jste se postavit na nohy), kdy vám nefungovalo zažívání, kdy nefungoval mozek aj. Co na to říkali lékaři? Je to po takhle agresivní chemoterapii normální? Pomohli vám s tím nebo vám pomohlo něco jiného?

Ano, po sedmé dávce chemoterapie jsem se jednou ráno probudila a chtěla vstát z postele, mě čekalo milé překvapení, zjistila jsem že moje nohy mě neudrží, nedokázala jsem je ovládat, to samé se dělo i s rukama. Lékařka mi na to řekla, že jde o neuropatii, která je po léčbě běžná a trvalá. Po této dávce a špatných krevních testech mi léčbu ukončili. Myslím že to bylo za 1 minutu 12. Mozek a výpadky paměti tak s tím jsem si užila dost legrace. Představte si, že si chcete uvařit těstoviny a nemůžete se rozhodnout co uděláte dřív. Jestli vezmete hrnec, nebo vyndáte těstoviny. I takhle snadný úkol byl pro mne tak nepřekonatelný, že se mi u toho vařil rozum, bylo toho na mě moc. Většinou tyto pokusy končily tak, že jsem se psychicky zhroutila a plakala sama nad sebou a svou neschopností. Nebo si po půl roce nepamatovat, kdy má syn kroužek, to bylo zcela normální. Zažívání je problém, který si myslím řeší všichni po chemoterapii.

Tyto a mnoho dalších zdravotních problémů které mi léčba přinesla jsem si myslela, že lékaři pomohou ale bylo mi řečeno, že musíme jen čekat, že by se vše mělo vrátit do původního stavu samo. Jediné co mi řekla, že klouby se díky nedostatku ženských

hormonů už nezpraví, spíš se to bude ještě zhoršovat. Prostě není léčba, jen je vyměnit a taky neuropatie je trvalý následek, to je taky prima záležitost, když každý krok cítíte jako došlápnutí na tisíc jehliček. Sama moje lékařka si prošla léčbou a říkala mi, že i po několika letech má sama problémy s žilami, nemůže si kleknout a otékají jí nohy. Měla jsem se s tímto stavem smířit. To jsem nemohla přijat, protože jsem potřebovala začít pracovat, byla jsem už totálně na dně. Půl roku po ukončené léčbě mi psala do správy, že můj zdravotní stav bude potřebovat dlouhodobou rekonvalescenci. Můj stav se totiž nijak nelepšil. Každý měsíc jsem se ptala, zda není nějaká cesta jak to urychlit, vitamíny, nebo něco. Bylo mi řečeno že je to vše zbytečné a jeden vtipný lékař mi dokonce řekl, že za to abych se cítila dobře a byla zdravá jim pojišťovna nezaplatí. Tak tímto mi bylo vysvětleno vše a vzdala jsem se myšlenky na jakoukoliv pomoc od lékařů.

Pomohlo mi nakonec něco jiného. Docházeli mi peníze a protože masírovat jsem nemohla, tak jsem hledala způsob jiné obživy, který bych ve svém stavu naprosté vyčerpanosti fyzické i psychické zvládla. Tak jsem se přes kamarádku dostala k jedné velmi laskavé moravské společnosti, která má krásnou vizi, pomáhat lidem ke zdraví, ryze přírodní cestou bez zbytečné chemie. Já jsem teda už zanevřela na vše alternativní, pač jsem se za ty dva roky mockrát napálila a utratila desítky tisíc za zázraky, které mi nijak nepomohly ale tak se stalo, že jsem se nechala přemluvit a dva produkty zkusila. Bylo to jako dar z nebe o který jsem tak dlouho prosila. Po pár dnech jsem cítila velkou změnu, mohla jsem se najíst bez následných křečí, lépe jsem spala a po měsíci jsem měla tolik energie, že jsem i několik hodin chodila po městě, lepšila se mi pomalu paměť a začala jsem znova pracovat. Pak jsem teprve začala zjišťovat, co že to vlastně jím a s dalšími jejich produkty jsem se za několik měsíců zbavila i bolestí kloubů, zmírnily se mi menopauzní návaly, psychicky jsem se rychle srovnala. Jediné co mě štvalo, že mi toto neproplácí pojišťovna a že to lékaři nemají v ordinaci pro lidi po chemické léčbě. Ušetřilo by nám to měsíce života v bolestech, depresích a jiných potížích.

Máte nějaký vzkaz pro čtenáře?

Ano, mám v hlavě asi tisíc věcí co bych chtěla vzkázat. Jak vybrat jednu?

Poslední dny mi běží hlavou otázka víry. Myslím že je dobré se zamyslet jak to čemu věříme pomáhá k uzdravení, dává mi to naději a přijatelné možnosti? Pokud ne, tak otevřete oči, mysl i srdce všemu co k vám přichází, cesta může být přímo před námi, ale víra nám brání jí vidět. Možností na uzdravení je mnoho, nesmiřujte se jen s jednou, hledejte tu správnou pro sebe a nevzdávejte se. Vnímejte svoje pocity, ty vás vždy správně navedou. Přeji všem ať jste zdraví a ať se vám daří přistupovat k sobě s láskou a ten život si tady užít podle své představy, nebo se jí alespoň hodně přiblížit.