

Καρκίνος. Έ και;

Επιμέλεια: Χρυσάνθη Νικολαΐδου-Περίσογλου
Τεχνολόγος Πολιτικός Μηχανικός – Λογοτέχνης



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ

Γραμματεία: Εγνατία 65, 1ος όρ. • Θεσσαλονίκη (546 31) • τηλ. 2310/241911 - fax 2310/221211
Εντευκτήριο: Αγ. Δημητρίου 96, 1ος όρ. • <http://www.uom.gr/skmth> • e-mail: skmth@uom.gr

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2008

Καρκίνος. Είναι;

Επιμέλεια

Χρυσάνθη Νικολαΐδου-Περίσογλου

Τεχνολόγος Πολιτικός Μηχανικός – Λογοτέχνης



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ

Γραμματεία: Εγνατία 65, 1ος όρ. • Θεσσαλονίκη (546 31) • τηλ. 2310/241911 - fax 2310/221211

Εντευκτήριο: Αγ. Δημητρίου 96, 1ος όρ. • <http://www.uom.gr/skmth> • e-mail: skmth@uom.gr

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2008

Για όποιον θέλει να βοηθήσει στο έργο του Σ.Κ.Μ.Θ. έχει ανοιχθεί λογαριασμός στην Εθνική Τράπεζα της Ελλάδος υπ' αριθμ. 223/296210-19, στην Τράπεζα Εργασίας 0026.0232.57.0100310655, στην Τράπεζα Πειραιώς 5216-017164-768.

“Καρκίνος. Ε και;”

Επιμέλεια κειμένων:

Χρυσάνθη Νικολαΐδου-Περίσογλου

Τεχνολόγος Πολιτικός Μηχανικός – Λογοτέχνης

Επιμέλεια έκδοσης:

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ

Εγγατία 65 - Θεσσαλονίκη (546 31)

Τηλ. (2310) 241911 - Fax 221211

Η μερική ή ολική ανατύπωση είτε η καθ' οιονδήποτε τρόπον αναπαραγωγή του βιβλίου, καθώς και η φωτοτύπηση τμήματος ή ολόκληρου του βιβλίου, χωρίς την έγγραφη άδεια του εκδότη, τιμωρείται από το νόμο.

Στοιχειοθεσία - Εκτύπωση:

UNIVERSITY STUDIO PRESS A.E.

Αρμενοπούλου 32 - Θεσσαλονίκη (546 35)

Τηλ. (2310) 209637, 209837 - Fax 216647

Α' έκδοση 2008

Θεσσαλονίκη 2008

«Το να αποδεχθείς και να ξεπεράσεις το πρόβλημά σου είναι γενναιότητα, το να ενισχύσεις το συνάνθρωπό σου να ξεπεράσει και εκείνος το πρόβλημά του είναι ηρωισμός και το να αγωνίζεσαι να μη συμβεί σε άλλους ό,τι σε σένα είναι θείο».

Γεώργιος Μπλάτζας

Αν. Καθ. Χειρ. Α.Π.Θ.

*Διευθ. Α' Χειρ./Ογκολογικού
Τμήματος "Θεαγενείου" Α.Ν.Θ.*

*«Η αλήθεια είναι σαν φάρμακο
κι έχει τη δική της συνταγή»*

«Το δικαίωμα ενημέρωσης του ασθενή»

Θεσσαλονίκη 1994

Π. Μήττα

Μετά από χρόνια εμπειρίας και συνεργασίας ασθενών με καρκίνο, από το πρωί έως το βράδυ, βοηθώντας και βοηθούμενοι, μαζεύοντας το υλικό, ήρθε η ώρα να εκδώσουμε το φυλλάδιο "Καρκίνος. Ε και;". Μικρές ιστορίες που φιλοδοξούμε ότι θα βοηθήσουν ανθρώπους που βρίσκονται στην αρχή του προβλήματός τους, τον καθένα ξεχωριστά, να παραδειγματιστεί και να προχωρήσει στη ζωή με δύναμη και αισιοδοξία, παίρνοντας τα στοιχεία που χρειάζεται, διαβάζοντας για το δικό του πρόβλημα. Εμείς θα είμαστε στο πλάι του εάν ο ίδιος το θέλει, στηρίζοντάς τον σε ό,τι χρειαστεί.

Π. Μήττα

«ΚΑΡΚΙΝΟΣ, Ε ΚΑΙ;»

Λέμε στο **Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας - Θράκης** (Σ.Κ.Μ.Θ.) με φυσικό και ανεπιτήδευτο τρόπο στο άκουσμα της νόσου. Δίχως να παραβλέπουμε τη σπουδαιότητα της κατάστασης αντιμετωπίζουμε τον καρκίνο με πολύ ρεαλισμό και υπομονή, δίχως φοβίες, προκαταλήψεις και παράπονα, όπως ακριβώς θ' αντιμετωπίζαμε μια αναιμία, ένα διαβήτη ή μια οποιαδήποτε άλλη ασθένεια.

Τα μονοπάτια της νόσου ίσως είναι δαιδαλώδη· γίνονται όμως πολύ πιο δύσκολα με την παρασιώπηση της αλήθειας είτε από γιατρούς είτε από το συγγενικό περιβάλλον. Αυτό που σκοτώνει κυριολεκτικά είναι το **ψέμα**. Ενώ η **αλήθεια**, η πλήρης δηλαδή επίγνωση της κατάστασης από τον ασθενή, δίνει το θάρρος και τη δύναμη στην αντιμετώπιση της νόσου διασφαλίζοντας ταυτόχρονα μια σωστή επικοινωνία με το κοινωνικό περιβάλλον.

Την αλήθεια αυτή βοούν τα μέλη του Σ.Κ.Μ.Θ προς κάθε κατεύθυνση ήδη από το έτος της ίδρυσης του Συλλόγου (1991). Η προσπάθεια δείχνει να ευδοκιμεί. Το «κατεστημένο» του καρκίνου –όλη η προκατάληψη που συνοδεύει τη νόσο– είναι ο μεγάλος αντίπαλος του Συλλόγου. Ο Σύλλογος φιλοδοξεί να συντελέσει στην κατάρριψή του.

Ένας ακόμη βασικός στόχος του Συλλόγου είναι η βελτίωση των συνθηκών υγείας στις Ογκολογικές Κλινικές των Νοσοκομείων της πόλης σε συνεργασία πάντα με όλους τους διαθέσιμους φορείς. Η έλλειψη ενός **Ξενώνα**, που θα φιλοξενεί τους ασθενείς-καρκινοπαθείς καθώς και τους συνοδούς τους που προέρχονται από την επαρχία στα δύο μεγάλα αστικά κέντρα της χώρας (Θεσσαλονίκη, Αθήνα), εντοπίστηκε πρώτα από το Σ.Κ.Μ.Θ. Από τότε ξεκίνησε με πρωτοβουλία του Συλλόγου ένας μαραθώνιος. Έγιναν κοινοποιήσεις προς την πολιτεία, την Πανελλήνια Αντικαρκινική Εταιρεία και άλλους φορείς με στόχο την ίδρυση ενός ξενώνα. Έτσι το 1994 τέθηκε ο θεμέλιος λίθος του πρώτου ξενώνα καρκινοπαθών της Ελλάδας στη Θεσσαλονίκη. Το έργο βέβαια δεν άρχισε ακόμη· πιστεύουμε, όμως, στη σύντομη αποπεράτωσή του.

Από την άλλη, ο ίδιος ο ασθενής-καρκινοπαθής έχει μεγάλη ανάγκη ψυχολογικής στήριξης. (Είναι επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι η καλή ψυχολογική κατάσταση του ασθενή επηρεάζει πολύ θετικά τη συνολική εξέλιξη της νόσου σε όλα τα στάδια). Για το λόγο αυτό, ο Σύλλο-

γος προνόησε τη δημιουργία ομάδων «Ψυχολογικής Στήριξης», για τις οποίες και καταβάλλει ιδιαίτερη μέριμνα. Λειτουργήσαν για πρώτη φορά το 1994 με τη συμμετοχή ειδικευμένων ψυχολόγων καθώς επίσης και μελών του Συλλόγου. Οι ομάδες αυτές είχαν μεγάλη επιτυχία. Ευχής έργο είναι να συνεχιστούν με μεγαλύτερη συμμετοχή και στο χώρο των Νοσοκομείων.

Ο Σ.Κ.Μ.Θ., τέλος, δίνει μεγάλη βαρύτητα στην αξία της ενημέρωσης γύρω από τη νόσο του καρκίνου. Κι αυτό γιατί η **ενημέρωση, η πρόληψη και η ποιότητα ζωής** είναι έννοιες αλληλοεξαρτώμενες. Από αυτό παρακινούμενα τα μέλη του Συλλόγου συμμετέχουν σε Συνέδρια με θέμα τον καρκίνο εντός και εκτός της Ελλάδος. Διοργανώνουν ομιλίες-διαλέξεις σε συνεργασία με ειδικούς γιατρούς σε διάφορους χώρους και από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης. Διανέμουν δωρεάν φυλλάδια με πληροφορίες γύρω από κάθε μορφή καρκίνου. Στο πλαίσιο αυτό της ενημέρωσης εντάσσεται και η προσπάθεια συνεργασίας με ειδικούς γιατρούς στα σχολεία της πόλης με απώτερο στόχο την πληροφόρηση των μαθητών –από πρώτο χέρι– σε θέματα που αφορούν την υγεία και την πρόληψη, π.χ. τους κινδύνους που επιφέρει το κάπνισμα, καθώς επίσης και την αναγκαιότητα της επαγγελματικής συνείδησης. Έχουν γίνει αρκετές κρούσεις τόσο στο Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων, Διευθύνσεις των ΟΛΜΕ και ΕΛΜΕ όσο και στο Δήμο Θεσσαλονίκης. Τα αποτελέσματα δεν ήταν ωστόσο θεαματικά. Ο Σύλλογος παρ' όλα αυτά θα συνεχίσει τις προσπάθειές του.

Οι δραστηριότητες του Συλλόγου δε σταματούν εδώ. Υπάρχουν και άλλες βασισμένες σε Ευρωπαϊκά και Αμερικανικά πρότυπα, που αποσκοπούν στην άμβλυνση του πόνου του ασθενή-καρκινοπαθή και τα οποία θα εφαρμόζονται καθ' οδόν.

Κι όλα αυτά γιατί;

Γιατί ο Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης **αγαπά, πονά και συμπάσχει** με τον ασθενή-καρκινοπαθή, αφού και τα δικά του μέλη είναι ασθενείς (καρκινοπαθείς) που δραστηριοποιούνται ίσως περισσότερο και από υγιείς. Το έργο μας δε θα σταματήσει, παρά μόνο όταν ο ασθενής ακόμα και του πιο απόμακρου χωριού της Μακεδονίας, της Θράκης ή οποιουδήποτε άλλου σημείου της Ελλάδας γίνει επίκεντρο της προσοχής όλων στο σύστημα υγείας, όταν το χαμόγελό του γίνει μια πραγματικότητα στα χείλη και... στην καρδιά του!

Περσεφόνη Μήττα

Ποταμοί συναισθημάτων (Τράχηλος μήτρας)

Είναι πολύ δύσκολο, σχεδόν ακατόρθωτο, να μεταφέρεις συναισθήματα. Φοβούμαι πως δεν θα κατορθώσω να μεταφέρω με λόγια αυτά που ένιωσα και που έχουν νιώσει χιλιάδες γυναίκες σαν εμένα.

Συναισθήματα ποταμούς.

Πολλές από εμάς τα κρατούν ερμητικά κλεισμένα στην καρδιά τους. Όμως αυτός ο πλούτος των συναισθημάτων είναι ό,τι καλό αποκόμισα από την περιπέτεια αυτής της δοκιμασίας.

Έμαθα να χαίρομαι με το παραμικρό.

Με την ανατολή του ήλιου, με τη μέρα που αρχίζει ή τελειώνει, με όλα τα καθημερινά ασήμαντα θαύματα που συμβαίνουν γύρω μας.

Έμαθα να αντιμετωπίζω με ευθυμία προβλήματα και καταστάσεις που άλλοτε θα με συνέτριβαν. Είναι στιγμές που αναρωτιέμαι μήπως τα 'χω χαμένα...

Γνώρισα καλύτερα, πολύ καλύτερα, τους γύρω μου. Έπιασα το νόημα της ζωής! Το νόημα που κρύβεται τις περισσότερες φορές πίσω από την ανοησία της καθημερινότητας, πίσω από ό,τι μας κάνει να μην εκτιμούμε όσο πρέπει τα συναισθήματά μας, τα συναισθήματα των δικών μας, τα συναισθήματα των άλλων ανθρώπων. Γιατί θα πρέπει να συνειδητοποιούμε το νόημα της ζωής μόνο αντίστροφα, δηλαδή μόνο μέσα από την προοπτική του τέλους!

Όλα είναι μια απλή επέμβαση. Και μετά; Μετά όλα αλλάζουν. Η ζωή σου, η ζωή της οικογένειάς σου... Βλέπεις αγαπημένα σου πρόσωπα να συντρίβονται. Σύζυγος, παιδιά, γονείς, αδέρφια. Ποιος τελικά πονά περισσότερο. Οι γύρω μας ή εμείς; Τι τελικά πονά περισσότερο; Η δική σου πληγή ή των αγαπημένων σου;

Η πιο κρίσιμη στιγμή είναι η στιγμή της αλήθειας. Θα πρέπει να μαθαίνουμε τι πραγματικά μας συμβαίνει; Και πώς; Νομίζω πως η απάντηση είναι αυτονόητη. Σε καμιά περίπτωση δεν θα ήθελα να μην ξέρω την αλήθεια. Πάντοτε είχα καλές σχέσεις μαζί της. Πάντα θα πρέπει, όσο σκληρή και αν είναι, να την αντιμετωπίζουμε κατάματα. Δεν θα ξεχάσω ποτέ τη στιγμή που έμαθα πως έχω καρκίνο... Το ότι

το έμαθα από έναν άνθρωπο που τον αγαπώ και που είναι κοντά μου πολλά χρόνια, ίσως να ήταν και ο πιο βασικός λόγος που με βοήθησε να αποδεχθώ το γεγονός. Μαζί περπατήσαμε τη δύσκολη διαδρομή. Η αγάπη κάνει τα πάντα να υποφέρονται.

Θεωρώ πως υπήρξα τυχερή. Σε καμιά στιγμή δεν στερήθηκα την αγάπη. Απεναντίας τη χόρτασα. Αυτό και μόνο επηρεάζει θετικά την πορεία της υγείας μας. Αυτό σου δίνει κουράγιο και θέληση να συνεχίσεις τη μάχη σου για τη ζωή. Γιατί πραγματικά δίνεις καθημερινά σκληρή μάχη...

Επιστροφή από τις θεραπείες.

Βουβή μακρινή διαδρομή.

Στην πόρτα σε περιμένουν μάτια γεμάτα προσμονή. «Πώς είσαι;», «Είσαι καλά;». Και μόνο «ναι» μπορείς να απαντήσεις. Γαντζώνονται πάνω σου. Μην τους φύγεις. Πόνος. Ράγισμα καρδιάς. Απομόνωση. Να μην καταλάβουν πως υποφέρεις. Πρέπει να φανείς δυνατή. Δεν είσαι. Δεν είσαι όπως ήσουν πριν. Πρέπει να αποδεχτείς το σώμα σου. Να το αγαπήσεις από την αρχή. Να πείσεις το σύντροφό σου να το αποδεχτεί. Να σε αγαπήσει από την αρχή.

Δεν θέλεις να σε λυπούνται. Θέλεις να σε αποδεχτούν όπως είσαι. Γι' αυτό που είσαι. Χρειάζεσαι στήριγμα. Στηρίζεσαι στην οικογένειά σου. Εκείνοι όμως πού θα στηριχτούν; Ελπίζεις πως η απάντηση βρίσκεται στη δύναμη της σχέσης, στην αγάπη, στο Θεό. Με την ελπίδα αυτή πρέπει να συνεχίσεις...

Βικτωρία Κωφίδου

25-6-2004

Κάποιος σας σφίγγει το χέρι (Μαστός)

Ονομάζομαι Δανάη Τριγωνάκη, είμαι 47 χρονών και είχα καρκίνο στον αριστερό μαστό. Όταν έμαθα ότι αρρώστησα από καρκίνο ο κόσμος χάθηκε για μένα. Δεν θυμάμαι να έχει πονέσει η ψυχή μου πιο πολύ από την ημέρα εκείνη που επισκέφθηκα με την κόρη μου τον γιατρό και μου ανακοίνωσε ότι είχα καρκίνο. Προσπαθούσα να δώσω κουράγιο στην κόρη μου και προσποιούμουν τη δυνατή αλλά φοβόμουν τόσο πολύ. Ένωσα ξαφνικά ότι υπάρχω κι εγώ, ότι έχω κορμί που έχει ανάγκες, που μπορεί να αρρωσταίνει χωρίς τη θέλησή μου.

Είναι γεγονός ότι στο πέρασμα του χρόνου με τόσα πράγματα να με απασχολούν με είχα ξεχάσει. Είχα ξεχάσει ότι υπάρχω κι εγώ και είχα στρέψει την προσοχή μου μόνο στους άλλους. Ήμουν κλεισμένη στον εαυτό μου και είχα μια βαθιά θλίψη. Το σώμα μου πέθαινε και εγώ δεν ήμουν εκεί να το καταλάβω.

Η αρρώστια μου ήταν το πιο γερό χαστούκι που μου έδωσε η ζωή και το ευχαριστήθηκα όσο τίποτα. Ακούγεται τρελό αλλά μέσα από τον καρκίνο βρήκα τη δύναμη να αγαπήσω τον ξεχασμένο εαυτό μου, να δω τις ανάγκες μου, να με φροντίσω, γιατί ήθελα να ζήσω, θέλω να ζήσω μέχρι τα βαθιά μου γεράματα, θέλω να γελάω και να χαίρομαι με τους ανθρώπους που αγαπώ.

Βγήκα λαβωμένη από αυτήν την ιστορία, με ένα νούμερο μικρότερο στο ένα μου στήθος αλλά σίγουρα πιο δυνατή. Έμαθα πολλά. Έμαθα να στηρίζομαι στα πόδια μου και να δίνω τη μάχη μου γιατί ο καρκίνος είναι μια πολύ προσωπική υπόθεση. Έμαθα να αγαπώ τους ανθρώπους και να τους συμπονώ. Έμαθα να προσφέρω τη βοήθειά μου, γιατί μου πρόσφεραν βοήθεια άνθρωποι με το ίδιο πρόβλημα και συνειδητοποίησα πόσο σημαντική είναι.

Διαπίστωσα ότι δεν είμαι μόνη μου αλλά ότι είμαι μέλος μιας μεγάλης οικογένειας που έχουμε κάτι κοινό. Σ' αυτό βοήθησε η συμμετοχή μου στο Σύλλογο Καρκινοπαθών Θεσσαλονίκης που αποφάσισα να συμμετέχω.

Κι επειδή διαπίστωσα πόσο ευεργετικό ήταν για μένα να ανήκω σε μια ομάδα με τις ίδιες ιδιαιτερότητες και τις ίδιες ανάγκες αποφά-

σισα να βάλω κι εγώ το λιθαράκι μου στη μάχη υπέρ της ζωής. Έτσι θέλησα να συμβάλλω κάνοντας ένα σύλλογο καρκινοπαθών στην Έδεσσα για να βοηθηθούν και οι καρκινοπαθείς της επαρχίας γιατί πιστεύω ότι όταν δεν φοβάσαι κάτι τότε δυναμώνεις και το νικάς και όταν κάποιος σου σφίγγει το χέρι και σου λέει ότι όλα θα περάσουν, γιατί του έχει τύχει και στον ίδιο, τότε παίρνεις κουράγιο.

Σας ζητώ λοιπόν τη βοήθειά σας για να βοηθήσουμε κι άλλους ανθρώπους, που δίνουν τη δική τους μάχη. Και σας ευχαριστώ εκ των προτέρων, γιατί ξέρω ότι δεν θα μου το αρνηθείτε.

*Δανάη Τριγωνάκη
4-4-2004*

ΑΜΑΖΟΝΕΣ ΤΟΥ 2008



*Η ζωή είναι στα χέρια μας
ας ξεκινήσουμε τώρα την πρόληψη
για τον καρκίνο του Μαστού*

Τριαντ. Μίττα

Κόμπλεξ με την περούκα μου (Μαστός)

Ονομάζομαι Έφη Μέρμηγκα, είμαι ταμίας του Συλλόγου Καρκινοπαθών Σερρών και θα αναφερθώ στην προσωπική μου εμπειρία.

Ήταν Αύγουστος του 2001. Βρισκόμουν διακοπές με τα παιδιά μου και καλούς φίλους. Όλα ήταν υπέροχα με γέλια και χαρές. Ποτέ δεν φανταζόμουν ότι εκείνο το ηλιόλουστο πρωινό θα ανακάλυπτα αυτό το οποίο θα σημάδευε την υπόλοιπη ζωή μου.

Πάντοτε έψαχνα το στήθος μου και έκανα όλες τις εξετάσεις που έπρεπε. Και όλα αυτά καθαρά προληπτικά. Εκείνο το πρωί ανοίγοντας τα μάτια μου έκανα την συνηθισμένη κίνηση της ψηλάφησης. Αυτό που αισθάνθηκα ήταν πανικός. Ένα τεράστιο πρήξιμο στο στήθος. Η λέξη καρκίνος δεν υπήρχε στο μυαλό μου και αυτό γιατί δεν είχα ούτε ένα σύμπτωμα. Όλα ήρθαν ξαφνικά. Αγωνία: πού θα πάω, τί θα κάνω; Τί γιατρό θα επισκεφτώ; Πρώτη σκέψη δεν πρέπει να το πω σε κανέναν ούτε στα παιδιά μου ούτε στους γονείς μου.

Τέλος οι διακοπές και από εκεί και πέρα αρχίζει ο μεγάλος Γολγοθάς. Επιλογή γιατρού, εξετάσεις, μαστογραφία, αποτελέσματα. Επέγυσα χημειοθεραπεία και εγχείρηση-μαστεκτομή. Η λέξη καρκίνος για μένα ήταν η θανατική μου ποινή. Δεν γνώριζα σχεδόν τίποτα για την καταραμένη επάρατη νόσο. Το μεγάλο μου ερώτημα γιατί σε μένα; Γιατί να πεθάνω στα 33 μου χρόνια; Σκέψεις που υπήρχαν κάθε λεπτό στο πονεμένο μου μυαλό. Σκέψεις και αντιδράσεις άσχημες γεμάτες πόνο και μίσος συγχρόνως με αποτέλεσμα να κάνω κακό στον εαυτό μου και στους ανθρώπους που ήταν κοντά μου. Η λέξη χημειοθεραπεία και μαστεκτομή με τρέλαιναν. Θεωρούσα ότι όλοι με λυπούνται.

Είχα φοβερό κόμπλεξ με την περούκα μου και πάνω απ' όλα αισθανόμουν ότι δεν είμαι πλέον γυναίκα. Σιχαινόμουν να κοιτάξω τον εαυτό μου στον καθρέφτη. Συναισθήματα που καθημερινά υπήρχαν στο μυαλό μου. Ένιωθα να χάνεται η γη κάτω από τα πόδια μου.

Ψυχολογική υποστήριξη δεν είχα από το περιβάλλον του σπιτιού μου και αυτό γιατί δεν το ήξεραν. Πάντοτε υπήρχε ο φόβος της λέξης «καρκίνος».

Καθημερινά παρακαλούσα τον Θεό να μου δώσει δύναμη για να μπορέσω να νικήσω τον καρκίνο και όχι να με νικήσει αυτός. Έπρεπε να πολεμήσω, μπορούσα, είχα δύναμη ψυχής και πολύ θέληση για ζωή. Όλα πλέον για μένα ήταν εγκεφαλικά. Άρχισα να σκέφτομαι μόνο θετικά και πάνω απ' όλα να διώχνω τον φόβο που είχα για τον καρκίνο. Η σκέψη μου: «καλύτερα να αρχίσει να με φοβάται αυτός, γιατί εγώ θα τον νικήσω». Ο αγώνας που έκανα ήταν πολύ μεγάλος. Σ' αυτό τον αγώνα είχα τρεις συμπαραστάστες: πρώτα τον Θεό, και δύο σημαντικούς γιατρούς που πάνω απ' όλα ήταν άνθρωποι.

Γι' αυτό θέλω να ευχαριστήσω τον γιατρό μου, ο οποίος εκτός από την χειρουργική επέμβαση που μου έκανε, μου πρόσφερε και ψυχολογική στήριξη. Χάρη σ' αυτόν απέκτησα τόση δύναμη. Επίσης να ευχαριστήσω την γιατρό κυτταρολόγο που είναι ξαδέρφη μου που ήταν κοντά μου στις καλές και κακές στιγμές. Όλο το προσωπικό του νοσοκομείου. Με την βοήθειά τους κατάφερα να είμαι σήμερα εδώ και να μπορώ να φωνάζω σε όλους:

«Νίκησα τον καρκίνο»!!!

Έφη Μέριμηκα

Δε με σταματάει τίποτα (Μαστός)

Όταν μια γυναίκα ακούει από το γιατρό της διάγνωση «καρκίνος μαστού» τότε νιώθει το έδαφος να χάνεται κάτω από τα πόδια της. Αυτό που δεν μπορεί να σκεφτεί εκείνη την ώρα είναι ότι η νόσος πλέον αντιμετωπίζεται αποτελεσματικά, ότι μπορεί να περάσει. Και σιγά σιγά, η προοπτική της ζωής ανοίγεται ξανά μπροστά της. Είναι ίσως και καλύτερη. Οδηγεί σε ένα νέο τρόπο ζωής.

Πέρασα μια σκληρή δοκιμασία όταν τυχαία πριν επτά χρόνια εντόπισα έναν όγκο στο δεξιό μαστό. Πριν χειρουργηθώ κάνοντας παρακέντηση ήξερα ότι ήταν καρκίνος.

Ήταν Φεβρουάριος δεν είχα κλείσει ακόμη τα 32 μου χρόνια, θα τα έκλεινα τον Απρίλη. Η ζωή μου ήταν πολύ άσχημη. Έκανα μεγάλη υπομονή γιατί αγαπούσα πολύ τον άντρα που παντρεύτηκα αλλά δεν πήγαινε άλλο και πήρα την απόφαση να χωρίσω. Ήμουν πολύ πληγωμένη, χαμένη στο διάστημα. Είχαν περάσει δύο χρόνια και δεν το είχα ξεπεράσει.

Μετά ήρθε και η δεύτερη σκληρή δοκιμασία, η ασθένειά μου. Το πρώτο που είπα ήταν γιατί Θεέ μου αυτό σε μένα, τι θα απογίνουν τα παιδιά μου. Αμέσως χειρουργήθηκα κάνοντας τμηματοεκτομή και στη συνέχεια χημειοθεραπεία και ακτινοθεραπεία, στο στήθος. Όλη η δοκιμασία διήρκεσε 9 μήνες. Από το συγγενικό μου περιβάλλον μόνο τις ημέρες που ήμουν στο νοσοκομείο είδα ενδιαφέρον. Δεν είδαν με σοβαρότητα την κατάσταση, με αντιμετώπισαν με αδιαφορία. Οι θεραπείες με είχαν εξαντλήσει, η ψυχολογία μου ηττημένη. Δεν είχα και τις προϋποθέσεις να συνταξιοδοτηθώ. Ήπαιρνα για κάποιους μήνες επίδομα ασθένειας, αλλά όταν σταμάτησε θα έπρεπε, είχα δεν είχα δυνάμεις, να παλέψω, για να επιβιώσω, να βρω κάπου δουλειά γιατί είχα και τα δυο μου παιδιά που περιμέναν μόνο από μένα.

Μόνη μου σιγά σιγά έγινα εμψυχωτής του εαυτού μου. Μέσα από τον πόνο ανακάλυψα δυνάμεις που δεν ήξερα ότι είχα. Τώρα που έχω συνειδητοποιήσει τη σημασία του, έχω την υγεία μου, όλα μου φαίνονται δυνατά.

Γύρισα σελίδα στη ζωή μου μετά τον καρκίνο. Τώρα έχω άλλους

στόχους, άλλες προτεραιότητες. Δεν ασχολούμαι με ανούσια πράγματα, επιλέγω τους ανθρώπους με τους οποίους θέλω να συναναστραφώ. Έχω μάθει να λέω όχι. Να σέβομαι τον εαυτό μου και τα θέλω μου. Να μην συμβιβάζομαι εύκολα. Συνειδητοποίησα ότι τίποτα δεν είναι δεδομένο στη ζωή. Νιώθω πιο δυνατή και πάντα σκέφτομαι ότι η ζωή είναι πάνω από όλα.

Οι πληγές, βέβαια, έχουν περάσει μετά από τόσο καιρό, οι ουλές όμως μένουν.

Αυτό που θα έλεγα τώρα σε μια γυναίκα που τώρα περνάει μια παρόμοια κατάσταση είναι κουράγιο, υπομονή και δύναμη. Αν θέλει μπορεί να ζητήσει ψυχολογική υποστήριξη, στην πόλη όπου βρίσκεται, από ένα Σύλλογο Καρκινοπαθών. Τις δύσκολες στιγμές στηρίχθηκα από τον Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης. Η θέλησή μου να βρω το εαυτό μου με έκανε κάθε βδομάδα να τα παρατώ όλα και να βρίσκομαι στην ομάδα ψυχολογίας – αυτογνωσίας.

Είμαι περήφανη που γνώρισα την κυρία Περσεφόνη Μήττα, την πρόεδρο του συλλόγου. Ποτέ δεν θαύμασα άνθρωπο τόσο όσο αυτήν την κυρία. Και μόνο που μιλούσες μαζί της έπαιρνες δύναμη. Την ευχαριστώ για όλα όσα έκανε για μένα. Την αγαπώ, την εκτιμώ και τη σέβομαι. Ήθελα να γίνω δυνατή και να ακολουθήσω τα βήματά της. Τα πάντα θέλουν τον χρόνο τους.

Τα κατάφερα! Αισθάνομαι δημιουργική προσφέροντας με τον εθελοντισμό την ελπίδα και την αγάπη στους καρκινοπαθείς. Με την βοήθεια της κυρίας Μήττα το όνειρό μου έγινε πραγματικότητα. Ιδρύθηκε Σύλλογος Καρκινοπαθών στις Σέρρες και τον εκπροσωπώ εγώ, και είμαι πολύ χαρούμενη. Θέλω να προσφέρω αγάπη, θα κάνω ό,τι μπορώ.

Έχω μπει σε μια διαδικασία να φιλοσοφήσω γύρω από το θάνατο. Σκέφτομαι πως ότι είναι να γίνει θα γίνει. Δεν φοβάμαι. Ζω το τώρα. Νοιώθω ότι δε με σταματάει τίποτα!

Βενετία Ζλάτκου

Είμαι 25 χρόνων! STOP! (Λέμφωμα)

Το όνομά μου είναι Νικόλαος Κολέντης και γεννήθηκα στις 26 Φεβρουαρίου 1982 στη Θεσσαλονίκη όπου και ζω. Το ιστορικό της υγείας μου ξεκίνησε πριν από τέσσερα χρόνια.

Μετά το τέλος της στρατιωτικής μου θητείας, γύρισα από το Νευροκόπι Δράμας στη Θεσσαλονίκη, όπου ξεκίνησα να εργάζομαι σε κατάσταση κατασκευών φωτεινών επιγραφών.

Ένα μήνα μετά, παρουσιάστηκαν οι πρώτες ενδείξεις της αρρώστειας μου, αλλά εγώ δεν έδωσα σημασία, νομίζοντας πως είναι κάτι ασήμαντο.

Θα σας κουράσω, μα δόξα το Θεό, τελικά προχωρώ καλά.

Παρουσιάστηκαν πρηξίματα στο κρανίο και στο λαιμό, τα οποία με το πέρασμα των ημερών άρχισαν να μεγαλώνουν όλο και περισσότερο, μέχρι που άρχισα να ανησυχώ. Έτσι επισκέφτηκα μετά από προτροπή της οικογένειάς μου τα εξωτερικά ιατρεία του νοσοκομείου όπου με κράτησαν για εξετάσεις. Κατά τη διάρκεια της παραμονής μου στο νοσοκομείο, τα αποτελέσματα των εξετάσεων δεν έδειχναν κάτι το ανησυχητικό.

Μετά από μία εβδομάδα περίπου και ενώ ήμουν ακόμα στο νοσοκομείο, μετά από ένα πρωινό ξύπνημα παρατήρησα ότι το στόμα μου είχε πάρει κλίση προς τα δεξιά και ότι δε μπορούσα να κλείσω το αριστερό μου μάτι (**Πάρηση Προσωπικού Δ.Ε.**). Μετά τη λήψη κορτιζόνης για τέσσερις ημέρες το πρόσωπό μου επανήλθε στην κανονική του μορφή. Έπειτα έγινε βιοψία σε δείγμα που πάρθηκε από τα πρηξίματα που είχαν παρουσιασθεί στους λεμφαδένες του λαιμού.

Όταν βγήκαν τα αποτελέσματα της βιοψίας, φάνηκε ότι το πρόβλημά μου ήταν αιματολογικό και κρίθηκε αναγκαίο να μετακομιστώ σε άλλο Νοσοκομείο.

Πριν ξεκινήσει η θεραπευτική αγωγή παρουσιάστηκε για ακόμη μια φορά πάρηση προσωπικού Δ.Ε. η οποία αντιμετωπίστηκε πάλι με κορτιζόνη. Περίπου μια εβδομάδα μετά ξεκίνησαν οι χημειοθεραπείες και φάνηκε ότι η νόσος (**Non Hodgkin Λέμφωμα**) βρισκόταν ήδη σε πολύ προχωρημένο στάδιο μέχρι που προσβλήθηκε από τη νόσο

ζωτικό όργανο, τα νεφρά (νεφρική ανεπάρκεια). Παράλληλα η νόσος προσέβαλε το κεντρικό νευρικό σύστημα (**Διήθηση Κεντρικού Νευρικού Συστήματος**).

Για την αντιμετώπιση της νεφρικής ανεπάρκειας κρίθηκε αναγκαίο να γίνουν αιμοκαθάρσεις για τέσσερις ημέρες. Κατόπιν ακολούθησαν διάφορες εξετάσεις όπως παρακεντήσεις και μυελογράμματα. Οι συγκεκριμένες εξετάσεις είναι επίπονες.

Μετά από τέσσερις κύκλους χημειοθεραπειών αποφασίστηκε να γίνει μεταμόσχευση του μυελού των οστών από συμβατό δότη αφού πραγματοποιηθούν ακτινοβολίες στο Κεντρικό Νευρικό Σύστημα. Ήμουν όμως τυχερός στην ατυχία μου γιατί τα αποτελέσματα της ιστοσυμβατότητας έδειξαν ότι τα δυο μου αδέρφια ήταν συμβατά.

Μετά από περίπου πέντε μήνες παραμονής στο νοσοκομείο μεταφέρθηκα στο κέντρο Μεταμόσχευσης Μυελού των Οστών. Εκεί με συγκεκριμένη θεραπεία έγινε προσπάθεια να εκμηδενιστεί η άμυνα του οργανισμού έτσι ώστε να γίνει αποδεκτό το μόσχευμα της δότηρας (αδερφής μου) από τον οργανισμό μου (**Μεταμόσχευση αιμοποιητικών κυτταρών**). Ο θάλαμος διατηρούνταν σε συνθήκες πλήρους αποστείρωσης και απαγορευόταν η είσοδος των αγαπημένων μου προσώπων μέσα στο θάλαμο.

Στις 29 Ιανουαρίου 2003 δέχτηκα το μόσχευμα με απόλυτη επιτυχία. Στις 14 Φεβρουαρίου πήρα εξιτήριο από τη μονάδα.

Μετά από μερικούς μήνες διαπιστώθηκε ότι παρά τη συμβατότητα του μοσχεύματος, ο οργανισμός αντιδρούσε σ' αυτό γιατί το θεωρούσε ξένο (**χρόνια νόσος του μοσχεύματος κατά του ξενιστή – G.V.H.D.-νόσος του ξενοκυττάρου**). Η παρουσία όμως της νόσου αυτής, έχει και την θετική πλευρά διότι δεν επιτρέπει να εμφανισθεί ξανά το Λέμφωμα.

Αυτή η νόσος παρακολουθείται κατά τακτά χρονικά διαστήματα από τους γιατρούς του Κέντρου.

Στις 18 Απριλίου 2004 καθώς επέστρεφα στο σπίτι μετά από νυχτερινή διασκέδαση είχα ένα αυτοκινητιστικό ατύχημα μαζί με τρεις φίλους μου. Το αποτέλεσμα ήταν να υποστώ κατάγματα στο πρόσωπο και στο αριστερό μου χέρι.

Έξι ημέρες μετά υποβλήθηκα σε χειρουργική επέμβαση κατά την οποία μου τοποθετήθηκαν λάμες τιτανίου στο πρόσωπο και στο χέρι.

Μετά από δεκαέξι ημέρες πήρα εξιτήριο και επέστρεψα σπίτι μου.

Στη συνέχεια παρουσιάστηκαν κάποια επιπρόσθετα προβλήματα.

Πριν από περίπου ενάμιση χρόνο παρουσιάστηκε ξηροφθαλμία και στους δύο οφθαλμούς μου. Η ξηροφθαλμία οφείλεται σε G.V.H.D. Υπέφερα από αφόρητο τσούξιμο λόγω έλλειψης δακρύων. Η καταπολέμηση έγινε με κολλύρια τεχνητών δακρύων και κορτιζόνη.

Από την μακροχρόνια χρήση κορτιζόνης αλλοιώθηκαν κάποια οστά και πιο συγκεκριμένα τα ισχία (**Νέκρωση Κεφαλής Μηριαίων Ισχίων**). Εξαιτίας του αφόρητου πόνου και της δυσκολίας που αντιμετώπιζα να περπατήσω αποφασίστηκε από το Ορθοπαιδικό τμήμα του Νοσοκομείου να γίνει επέμβαση στα ισχία και τοποθετήθηκαν **βίδες Τανταλίου**.

Μετά από αυτή την επέμβαση η κατάστασή μου σταδιακά βελτιώθηκε και εδώ και κάποιους μήνες έχω αρχίσει να γυμνάζομαι.

Παράλληλα περίπου πριν από ένα χρόνο έχω αρχίσει φωτοθεραπεία η οποία συντηρεί το G.V.H.D. σε επιθυμητά επίπεδα. Η φωτοθεραπεία ξεκίνησε με πυκνή συχνότητα (2 φορές την εβδομάδα) και σταδιακά έπεσε σε μια φορά το μήνα).

Κατά την διάρκεια αυτών των ετών και παρά των πολλών προβλημάτων υγείας που αντιμετώπισα, η ψυχολογική μου κατάσταση βρισκόταν σε πολύ καλό επίπεδο πράγμα που όπως ομολογούνε και οι ίδιοι οι γιατροί με βοήθησε πάρα πολύ. Πολύ σημαντικό ρόλο για να αντιμετωπίσω όλα αυτά τα προβλήματα έπαιξε η πίστη μου στο Θεό, η βοήθεια των γιατρών και η υποστήριξη του οικογενειακού και φιλικού μου περιβάλλοντος.

Όλη αυτή η περιπέτεια με την υγεία μου με έκανε να βλέπω και να αντιλαμβάνομαι διαφορετικά τα πράγματα που συμβαίνουν γύρω μου, ακόμα και την ίδια τη ζωή.

«Κατά τη διάρκεια της παραμονής μου στο νοσοκομείο δεν πέρασε το “κακό” ούτε σαν σκέψη από το μυαλό μου».

Νικόλαος Κολέντης

Η ζωή είναι ωραία (Πόδι)

«Όλα είναι μια δοκιμασία στη ζωή, ποτέ όμως δεν πρέπει να σε καταβάλουν τα προβλήματα».

«Ό,τι κι' αν σου βγει μπροστά,
Ό,τι κι' αν συναντήσεις
Ποτέ σου, κάτω μην το βάλεις!
Και με θάρρος και κουράγιο μπροστά προχώρα».

Τελικά όλα τα καλούδια του κόσμου να έχεις στην κατοχή σου και πάλι το πιο πολύτιμο αγαθό δεν θα πάψει να είναι η ΥΓΕΙΑ.

Αυτό είπα στον εαυτό μου όταν μετά από έντονους πόνους στο πόδι μου μια μέρα αποφάσισα να πάω στον γιατρό για να με εξετάσει.

ΕΓΧΕΙΡΗΣΗ, μου λέει με μια απλότητα, λες και ήταν κάτι τόσο φυσικό. Ίσως βέβαια, μετά από πολύ σκέψη, να ήταν αυτό που συνέβαλε στο ότι δεν αγχώθηκα καθόλου και το πήρα πολύ άνετα.

«Άντε να μπω να τελειώνω έλεγα στους γονείς μου,
Γιατρέ ποτέ βάζουμε μπρος, θέλω να μην πονάω άλλο».

Από εκεί και πέρα περάσανε δύο εγχειρήσεις, μια περίοδος πολύ επίπονη και κουραστική για μένα και για όλους τους δικούς μου ανθρώπους αλλά εγώ το μόνο που περιμένα ήταν να πάω και πάλι στο σπίτι μου δυνατός και υγιής. Το κουράγιο, η Θέληση για ζωή, η αποφασιστικότητα και το θάρρος που έδειξα παρόλη την δυσκολία και την σοβαρότητα της επέμβασης με βγάλανε νικητή στο τέλος.

Θυμάμαι τον γιατρό να αναφέρει: «Αυτός είναι που δίνει κουράγιο στους γονείς του, είναι δυνατός, δεν έχει ανάγκη».

Περνώντας τα χρόνια ποτέ μου δεν φοβήθηκα τον καρκίνο και γελούσα στ' όνομά του, εγώ τον νίκησα! Με καμάρι έλεγα, κοιτώ μπροστά και συνεχίζω τη ζωή, γιατί η ζωή είναι ωραία.

Πολλές ευχαριστίες στους γιατρούς μου για την τεράστια συμβολή και βοήθειά τους, δεν πρόκειται να τους ξεχάσω ποτέ.

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ!

Κωνσταντίνος Δαλάκας

Θα παλέψω (Μαστός)

Δεκέμβρη 2002. Νιώθω σουβλιές στο αριστερό στήθος. Κλείνω ραντεβού για μαστογραφία.

Παίρνοντας την απάντηση, ρωτώ την υπεύθυνη για την διάγνωση. Η απάντηση ξερηή. (Θα σας πει ο γιατρός σας). Τα πόδια μου κόβονται. Δεν λέω τίποτε σε κανέναν, ούτε στον άνδρα μου που είναι μαζί μου, γιατί ξέρω τον χαρακτήρα του, ούτε στα παιδιά μου που είναι μακριά και τα δύο, ούτε στον αδελφό μου που είναι το στήριγμά μου.

Κάνω την θαραλλέα. Πρέπει να κάνω υπέρηχο, και η διάγνωση πάλι ύποπτη. Παίρνω τη γνώμη δύο χειρουργών μαστού και καταλήγω στο νοσοκομείο.

Δεν ξέρω πως, αλλά ετοιμάζομαι για το χειρουργείο με πολύ ψυχραιμία. Δημιουργήθηκε πανικός στον περιγύρο μου, στον άνδρα μου, στα παιδιά μου, των οποίων η αγωνία είναι μεγαλύτερη επειδή ήταν μακριά. Δίπλα μου πολύ κοντά μου ο αδελφός μου, ο οποίος έπαιξε τον ρόλο του ψυχολόγου έχοντας τις γνώσεις, φοβερή ηρεμία, ένιωθα μεγάλη σιγουριά κοντά του. Η ταχυβιοψία δείχνει κακοήθη καρκίνο. Οκτώ μέρες μετά το χειρουργείο έκανα την πρώτη χημειοθεραπεία.

Η πρώτη αίσθηση απαίσια αλλά με το στήριγμα που έχω από τα παιδιά μου που ήταν έξω από το χειρουργείο, τον αδελφό μου, τον άνδρα μου και όλους, σφίγγω τη γροθιά μου και λέω θα παλέψω τον εχθρό.

Μετά από τις πρώτες χημειοθεραπείες γράφτηκα στο Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης. Με στήριξαν οι ψυχολόγοι του συλλόγου, η κ. Μήττα με την φοβερή αισιοδοξία και πίστη για τη ζωή και όλοι οι συνασθενείς μου.

Ξεπέρασα το πρόβλημά μου και βλέπω τη ζωή με άλλη ματιά στα 71 χρόνια.

Όταν τελείωσαν οι χημειοθεραπείες οι οποίες με παίδεψαν όπως όλους, έκανα και τριάντα ακτινοβολίες.

Ο αγώνας συνεχίζεται με αισιοδοξία για καλύτερες μέρες. Βλέπω μόνο μπροστά, και έμαθα πως πρέπει να βλέπω πρώτα τον εαυτό μου και μετά τους άλλους, για να μην τους δημιουργώ προβλήματα.

Πηγαίνω στο τμήμα χορωδίας – Ιστορίας – ψυχολογίας – αυτογνωσίας.

Στο χρόνο επάνω κάνω δεύτερο χειρουργείο (ολική υστερεκτομή) πάει πέρα και αυτό.

Το μήνυμά μου είναι: Πρέπει να συγχωρήσω τον εαυτό μου για την αδιαφορία που του έδειξα, να τον αγαπήσω και να του δώσω ότι του στέρησα τόσα χρόνια. Και από το περίσσειμα της αγάπης να δώσω στους άλλους. Ο σύλλογος είναι μεγάλο στήριγμα για όλους, είναι η καταφυγή μας.

Αλίκη Τανακίδου-Κλειδοπούλου

5-4-2005



Ποτέ δεν έτυχε να πάω σε γιατρό (Μαστός)

Με αφορμή την σημερινή ημέρα θέλησα να γράψω για τη δική μου ιστορία. Γιατί σας το λέω; Σήμερα επισκεφθήκαμε ξανά το «Κέντρο πνευματικής και κοινωνικής συμπαράστασης».

Ήταν 15-3-2003. Ένα πρωινό ανέβηκα στο χωριό για να ψωνίσω και στην πόρτα του καταστήματος διάβασα μία ανακοίνωση για τον πολιτιστικό σύλλογο του χωριού «Ο ΦΑΡΟΣ» ότι διοργανώνει εκδρομή στην Ορμύλια, σ' ένα μοναστήρι για προληπτικό έλεγχο καρκίνου του μαστού και του τραχήλου της μήτρας.

Το όνομά μου είναι Σαββατούλα Χατζησαββίδου, κατοικώ μόνιμα στο Αγγελοχώρι Θεσσαλονίκης, έχω δύο παιδιά, το κορίτσι μου η Μαγδαληνή είναι 17 ετών και ο γιος μου ο Νικόλαος 15. Είμαι χωρισμένη εδώ και 14 χρόνια. Μια ζωή που θυμάμαι τον εαυτό μου δούλευα για να τα μεγαλώσω και να μην τους λείπει τίποτε. Έκανα 3 δουλειές και ποτέ δεν έτυχε να πάω σε γιατρό για την υγεία μου. Ήμουν 39 ετών και δεν είχα κάνει ποτέ τεστ ΠΑΠ, έτσι αποφάσισα να μιλήσω στην προϊσταμένη μου για να πάρω άδεια. Όλη την εβδομάδα είχα ρεπό και την ημέρα εκείνη δούλευα, αλλά ο Θεός είναι μεγάλος και βρέθηκε μια κοπέλα από το τμήμα μου και αλλάξαμε ημέρες.

Στις 18-3-2003 επισκεφθήκαμε το πνευματικό κέντρο, μας πήρανε το βιογραφικό σ' εμάς στις καινούργιες κοπέλες και μας έκαναν καρτέλα. Όταν ήρθε η σειρά μου στάθηκα τυχερή γιατί η υπεύθυνη που μου μιλούσε, μου είπε ότι αφού ήρθες από μακριά είσαι και στο όριο της ηλικίας έπρεπε να κάνω και μαστογραφία. Περίμενα τη σειρά μου και με φώναξαν. Μπήκα έκανα την εξέταση και βγήκα να περιμένω την γυναικολόγο, σε μια στιγμή ξαναφωνάζουν το όνομά μου. Πηγαίνω και ξανακάνω στον δεξιό μαστό ξανά. Τελειώνουμε όλες οι κοπέλες και επιστρέφουμε στο χωριό.

Με παίρνουν τηλέφωνο στα τέλη Μαρτίου για να με ειδοποιήσουν, δεν με βρίσκουν και αφήνουν μηνύματα στον τηλεφωνητή τα οποία δεν ξέρω να τα ακούω. Μετά από πολλές προσπάθειες βρίσκουν το γιο μου και τους λέει ότι θα με βρουν 12 η ώρα το βράδυ που

σχολώ από τη δουλειά. Ξημέρωνε Τρίτη 1 Απριλίου, χτυπά το τηλέφωνο και το σηκώνω. Ήταν η Αδερφή από το κέντρο και μου λέει όσο μπορούσε πιο μαλακά ότι πρέπει να επισκεφθώ το νοσοκομείο και να βρω τον γιατρό. Τον επισκέφθηκα, με εξέτασε και μου είπε ότι χρειάζεται χειρουργείο. Μου έδωσε παραπεμπτικό για κάποιες προεγχειρητικές εξετάσεις και κλείσαμε για εισαγωγή Παρασκευή 11-4-2003 και χειρουργείο 14-4-2003. Έγιναν όλα τόσο γρήγορα και ξαφνικά που δεν κατάλαβα τι γινόταν. Λόγω της δουλειάς έγιναν κανονικά όλα. Πήρα άδεια, αλλά ως την ημέρα που μπήκα στο Νοσοκομείο εργαζόμουν. Την Κυριακή το απόγευμα πήγα στο νοσοκομείο και ήταν όλα έτοιμα. Το πρωί χειρουργήθηκα και θυμάμαι τα τελευταία λόγια του αναισθησιολόγου «είδες τι κάνουν τα μοναστήρια δεν είναι μόνο για προσευχές».

Έυπνησα και το πρώτο πράγμα που έκανα ήταν να πιάσω το στήθος και είπα: «Έχω ακόμα βυζί».

Έγινε μερική μαστεκτομή και καθαρισμός λεμφαδένων.

Σαββατούλα Χατζησαββίδου
28-2-2005

**Ζητήστε βοήθεια από τον Θεό και
από τους ανθρώπους συμπαράσταση
(Μαστός)**

«**Α**λλάξε η ζωή μου. Δεν τελειώσε». Ένα μήνυμα αισιοδοξίας
θάρρα να στείλω, σε εσάς όλους που πονέσατε, κλάψατε, φοβη-
θήκατε πολύ, απ' τις γρήγορες αλλαγές στο σώμα σας.

Κάντε κουράγιο κι όλα θα περάσουν.

Ζητήστε βοήθεια απ' τον Θεό και από τους ανθρώπους που αγα-
πάτε ηθική συμπαράσταση.

Σφιξίτε τα δόντια και προχωρήστε. Παλέψτε το. Μη χάνετε τις ελ-
πίδες σας. Στην αρχή θα μπουσουλήσουμε. Θα γδαρθούμε, θα ματώ-
σουμε, αλλά δεν πρέπει να παραιτηθούμε, απ' την προσπάθεια να
σταθούμε και πάλι γερά στα πόδια μας, και να δώσουμε την μάχη μας
για να ζήσουμε.

Σας μιλάω εκ πείρας.

Όταν πριν 2 χρόνια ξεκίνησε η δική μου περιπέτεια υγείας,
ήμουν φοβισμένη, χωρίς ελπίδα, χωρίς κουράγιο. Ένοιωθα ότι έπρε-
πε να παραιτηθώ απ' την ζωή και από όσα όνειρα είχα κάνει.

Ότι δεν είχε νόημα να προσπαθήσω, να αγωνισθώ.

Αλλά η πίστη μου στον Θεό και το κουράγιο που πήρα απ' τους
ανθρώπους που με αγαπάνε και με συμπαραστάθηκαν πάρα πολύ,
ενίσχυσε την επιθυμία μου να ζήσω, με έδωσε τη δύναμη να αντέξω
την ταλαιπωρία 3 χειρουργίων σε 1 χρόνο, χημειοθεραπείες, ακτινο-
βολίες, να χάσω τα μαλλιά μου, να βλέπω αλλαγές στο σώμα μου, αλ-
λά να συνεχίζω να προσπαθώ.

Τελικά όλη αυτή η δοκιμασία με έκανε να ανακαλύψω ότι είχα
μέσα μου κρυμμένα μεγάλα αποθέματα δύναμης και κουράγιου.

Αναθεώρησα πολλά πράγματα στη ζωή μου.

Εκτίμησα πρόσωπα και καταστάσεις διαφορετικά. Άλλαξα προ-
τεραιότητες, γνώμη για πολλά πράγματα και κυρίως άλλαξα στάση
ζωής.

Έδωσα προτεραιότητα στα καταπιεσμένα μου θέλω, και προ-
σπαθώ ακόμη και τώρα να βάλω στην άκρη τα πρέπει που με ταλαι-
πωρούν.

Μπήκα στην μεγάλη Οικογένεια του συλλόγου καρδιοπαθών που με βοήθησαν και με στήριξαν ψυχολογικά, με αληθινό ενδιαφέρον, γιατί είναι όλοι άνθρωποι που ένοιωσαν τον πόνο.

Ευχαριστώ από καρδιάς την Πρόεδρό μας, την Φόνη μας (την μάνα όλων των μελών του συλλόγου μας) επειδή την βλέπω πάντα να νοιάζεται με το χαμόγελο για όλους και στα νοσοκομεία και στις εκδηλώσεις μας. Ευχαριστώ τα μέλη του συλλόγου που τα νοιώθω σαν δικούς μου ανθρώπους, που χαίρομαι με την πρόοδο της υγείας τους, και πολλές φορές με στήριξαν με το ενδιαφέρον τους για την υγεία μου.

Ευχαριστώ και τις ψυχολόγους που μας στηρίζουν, μας βοηθούν να ανεβαίνει το ηθικό μας μετά από κάθε συνεδρία.

Είπα πολλές φορές στον εαυτό μου, τους τελευταίους μήνες ότι άξιζε τον κόπο να παλέψω για να ζήσω, γιατί μαζί με τον πόνο και τα δάκρυα αυτά τα 2 χρόνια γεύτηκα «δόξα τω Θεώ» πολλές οικογενειακές χαρές και πολλές προσωπικές στιγμές ευτυχίας.

Πραγματικά το νοιώθω ότι άξιζε τελικά να παλέψω.

Έτσι να σκέφτεστε, έτσι να συνεχίζετε να ζείτε.

Πρώτα για εσάς που φοβηθήκατε πολύ, πονέσατε πολύ, κλάψατε πολύ.

Για εσάς πρώτα να ζήσετε και ύστερα για τους άλλους.

Μη χάσετε ποτέ την ελπίδα σας, μη χάσετε την πίστη σας για ένα καλύτερο αύριο.

Όσο θα περνούν τα χρόνια θα γιατρεύεται το σώμα και η ψυχή θα πονάει λιγότερο και πάντα, μα πάντα να σκέφτεστε «Άλλαξε η ζωή μου. Δεν τέλειωσε».

Κυριακή Βλασάκη

Μήνυμα αισιοδοξίας (Μαστός)

Όταν μου ζήτησε η πρόεδρος του συλλόγου μας να γράψω για την ιστορία μου με τον καρκίνο ήμουν λίγο διστακτική, για δύο λόγους.

Πρώτον πίστευα πως η ιστορία μου έμοιαζε με την ιστορία χιλιάδων γυναικών στον κόσμο, και δεύτερον, πως θα μπορούσα να χωρέσω μέσα σε λίγες σελίδες την περιπέτειά του κορμιού μου, περισσότερο της ψυχή μου;

Αφού λοιπόν το σκέφθηκα μερικές ημέρες, αποφάσισα να γράψω και ίσως μέσα από την δική μου ιστορία κάποια άλλη γυναίκα ή άνδρας με καρκίνο, να πάρουν ένα μήνυμα αισιοδοξίας και να δουν τη ζωή διαφορετικά, όπως εγώ.

Η ιστορία μου άρχισε πριν πολλά χρόνια όταν ήμουν παιδί σχεδόν δεκατεσσέρων χρονών το 1962.

Ήμουν στην ηλικία της ανάπτυξης και το στήθος μου είχε σχεδόν σχηματισθεί.

Και εγώ καμάριωνα σαν όλες τις έφηβες για την μεταμόρφωσή μου από παιδί σε γυναίκα. Ξαφνικά ανακάλυψα στον αριστερό μου μαστό ένα ρεβιθάκι, μα δεν το είπα πουθενά, ήταν το μυστικό μου, και το ρεβιθάκι μεγάλωσε και έγινε σαν ένα μεγάλο καρύδι, αλλά εγώ σιωπούσα.

Για καλή μου όμως τύχη μία γρίπη με έριξε στο κρεβάτι με υψηλό πυρετό και έτσι έφθασε στο σπίτι ο γιατρός, και μόλις έβαλε το στήθοσκόπιο στο στήθος ανακάλυψε το μυστικό μου.

Πανικόβλητος ο πατέρας μου, γιατί είχαμε χάσει την μητέρα μου πριν μερικά χρόνια από Hodgkin, με πήγε στους καλύτερους για την εποχή εκείνη χειρουργούς και αποφάσισαν πως έπρεπε να κάνω μερική μαστεκτομή, όπως και έγινε.

Η βιοψία ήταν αρνητική και εγώ απέκτησα την πρώτη μου εμπειρία, με μία τομή περίπου επτά εκ. στον αριστερό μου μαστό.

Τα χρόνια πέρασαν, παντρεύτηκα έναν καλό σύντροφο και αποκτήσαμε δύο πολύ καλά παιδιά. Όταν έμπαινα στην κλιμακτήριο, άρχισαν να δημιουργούνται κύστες στους μαστούς μου και τις αφαιρούσα με παρακέντηση.

Έτσι από τα σαράντα μου χρόνια έκανα κάθε χρόνο μαστογραφία.

Στα πενήντα δύο πιάνω κάτι στον δεξιό μου μαστό, κάνω μαστογραφία και μου λένε πάλι πως είναι κύστη, όμως έκαναν λάθος.

Ήσυχη εγώ το αφήνω περίπου ενάμισι χρόνο οπότε κάνω πάλι μαστογραφία και μου ανακοινώνουν πως πρέπει οπωσδήποτε να χειρουργηθώ γιατί έχω καρκίνο.

Δεν μπορώ να περιγράψω πως αισθάνθηκα εκείνη την ώρα.

Οι σκέψεις χοροπηδούσαν στο μυαλό μου, το πάτωμα έφευγε από τα πόδια μου και αναρωτιόμουν γιατί έτυχε σ' εμένα;

Όταν όμως γύρισα και αντίκρισα τα θλιμμένα μάτια του συντρόφου και των παιδιών μου τότε σκέφθηκα καλύτερα σε εμένα παρά στα πρόσωπα που αγαπούσα τόσο! Τους ζήτησα (όπως και στον γιατρό μου) πως δεν θέλω ποτέ να μου κρύβουν κάτι, πως θα δεχτώ όλες τις εξελίξεις με αξιοπρέπεια και αισιοδοξία, πώς χρειάζομαι την στήριξη και την αγάπη τους, όχι όμως την λύπη τους. Βέβαια το βράδυ όταν όλοι κοιμήθηκαν, δεν το κρύβω πως καυτά δάκρυα πλημμύρισαν τα μάτια μου, ήμουν όμως αποφασισμένη να παλέψω και να νικήσω.

Έκανα λοιπόν μερική μαστεκτομή και στον δεξιό μαστό, και ακολούθησαν χημειοθεραπείες και ακτινοθεραπείες.

Στο νοσοκομείο που έκανα τις ακτινοθεραπείες, στην αίθουσα αναμονής υπήρχε στον τοίχο μία αφίσα που τράβηξε την προσοχή μου. Υπήρχαν ζωγραφισμένα πολλά πουλάκια μαζεμένα και το κάθε ένα τιτίβιζε μία λέξη. Αγαπώ – Στηρίζω – Παραστέκομαι – Μαθαίνω – Ζω – Ενεργώ, και κάτω έγραφε Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης.

Κράτησα το νούμερο του τηλεφώνου.

Πέρασαν δύο χρόνια, οι θεραπείες μου τελείωσαν και κάθε μέρα ανακάλυπτα πως ο καρκίνος με έκανε να δω διαφορετικά τη ζωή, έγινα πιο σοφή. Σκεφτόμουν πως μέχρι τώρα στη ζωή μου είχαν προτεραιότητα τα παιδιά μου, ο σύντροφός μου, η δουλειά μου, και είχα αφήσει στην άκρη εμένα, και πως αυτό έπρεπε να αλλάξει. Οι αποφάσεις μου ήταν ριζικές. Σταμάτησα την δουλειά μου, συνταξιοδοτήθηκα και ξέθαψα το τηλέφωνο του συλλόγου. Και τότε έγινε το θαύμα, γράφθηκα στον σύλλογο, και ένιωσα ξανά νέα, δυνατή, υγιής, γεμάτη

αγάπη για τους ανθρώπους. Βρήκα από τους συνασθενείς μου κατανόηση, αγάπη και αισιοδοξία για τη ζωή.

Λειτουργούν στο σύλλογο τόσες ομάδες που μπορώ να μάθω και να κάνω πράγματα που ήθελα μα δεν είχα χρόνο να πραγματοποιήσω. Μπήκα σε ομάδα εθελοντισμού σε νοσοκομεία όπου ο σύλλογος στέκεται δίπλα στους ασθενείς με απέραντη αγάπη και συμπαράσταση. Είμαι στην ομάδα χορωδίας, θεατρικού παιχνιδιού, ψυχολογικής υποστήριξης. Συμμετέχω σε παρά πολλές εκδηλώσεις, εκδρομές, ταξίδια ενημέρωσης σε συνέδρια ογκολογικά στο εσωτερικό και εξωτερικό.

Για μένα ο σύλλογος είναι το δεύτερο σπίτι μου και αρκετά από τα μέλη του που γνώρισα οι καλύτεροι φίλοι και φίλες. Θα ήταν όμως μεγάλη παράλειψη να μην αναφέρω ότι όλα αυτά κατά την ταπεινή μου γνώμη οφείλονται στην ακούραστη και αγαπημένη μας πρόεδρο κ. Περσεφόνη Μήττα που είναι η ψυχή του συλλόγου, ο οποίος είναι δικό της δημιούργημα, τον ξεκίνησε με λίγα πουλάκια σαν αυτά της αφίσας και τώρα έχει σκεπάσει με πουλιά σχεδόν όλο τον ουρανό της Μακεδονίας-Θράκης.

Εύχομαι να είναι πάντα καλά, χαρούμενη και δυνατή για να συνεχίσει το θαυμάσιο έργο της.

Σε όλους τους συνασθενείς μου που ίσως διαβάσουν αυτές τις γραμμές, εύχομαι να είναι υγιείς, αισιόδοξοι, δυνατοί, να κοιτούν μπροστά, και να θυμούνται πως ο καρκίνος είναι μία ασθένεια σαν αρκετές άλλες, ότι σήμερα αντιμετωπίζεται, και δεν είναι πάντα θηλειά στο λαιμό.

*Με αγάπη
Ιωάννα Χριστοφοράτου*

Το θαύμα δεν άργησε (Σπονδυλική στήλη – Λέμφωμα)

Ήμουν μόλις 29 ετών, όταν διαγνώστηκε ότι υπήρχε όγκος στη Σπονδυλική στήλη.

Την επόμενη μέρα, έπρεπε να υποβληθώ σε επέμβαση αφαίρεσης του όγκου. Η βιοψία έδειξε ότι πρόκειται για τη νόσο «Λέμφωμα – Non Hodgkin». Θα έπρεπε να υποβληθώ σε εξαήμενη χημειοθεραπεία.

Δεν κρύβω πως η απογοήτευσή μου ήταν μεγάλη, αλλά βαθιά μέσα μου, πίστευσα πως θα το αντιμετωπίσω. Είχα άλλωστε δύο μικρά παιδιά, το ένα 5 ετών και το άλλο μόλις 6 μηνών.

Μετά το εξάμηνο ήρθε η εγκατάλειψη του συζύγου μου. Το ηθικό μου κατέρρευσε. Δεν άργησε να γίνει μετάσταση στο κεφάλι με 3 όγκους υψηλού βαθμού κακοήθειας. Κατά τη διάρκεια της πολύμηνης νοσηλείας μου, οι όγκοι φύτρωναν σ' όλα τα όργανα του σώματος. Ο εγκέφαλος δεν έδινε εντολές και παρέμεινα ακίνητη παράλυτη, απ' το κεφάλι ως τις πατούσες.

Υποβλήθηκα σε πολλά σχήματα χημειοθεραπείας, εκ των οποίων καμμία δεν απαντούσε. Από τους φοβερούς πόνους που είχα (όλοι οι όγκοι είχαν πιάσει νεύρα του σώματος), έχασα για κάποιο διάστημα την ομιλία και τα λογικά μου.

Οι γιατροί μετά τις ακτινοβολίες στο κεφάλι, αποφάνθηκαν πως τα περιθώρια ζωής μου στενεύουν.

Με την πολλή πίστη που είχα πάντα και θέλοντας να ζήσω για τα παιδιά μου, με δύναμη ψυχής, είπα στους γιατρούς πως δεν επρόκειτο να πεθάνω.

Το θαύμα δεν άργησε. Στον ένατο μήνα της νοσηλείας μου (σημειωτέον ότι νοσηλεύτηκα 15 μήνες), μετά τις μεταστάσεις, μια αξονική τομογραφία, έδειξε πως δεν υπήρχε τίποτα.

Μετάπειτα παρόλο τις παρενέργειες που ακολούθησαν (υποβλήθηκα και στα δύο πόδια σε ολική αρθροπλαστική μηριαίου οστού), λειτουργώ πάντα με καλή ψυχολογία σε ό,τι και να μου συμβεί.

Ευχαριστώ το Θεό και τους γιατρούς του Νοσοκομείου, για τις προσπάθειες που έκαναν, ούτως ώστε σήμερα, να χαίρομαι τη ζωή με τα παιδιά μου.

Ελένη Δήμου

Ζητώ συγγνώμη από τον Θεό (Παχύ έντερο)

Μου ζήτησαν να γράψω λίγα λόγια για το πρόβλημα υγείας που μου παρουσιάστηκε πριν από 20 χρόνια. Θα μου πείτε είκοσι χρόνια και ακόμη το θυμάστε. Το θυμάμαι γιατί δεν σταμάτησε να μου χτυπάει καθημερινά την πόρτα.

Μου είπαν οι γιατροί ότι αυτή την πάθηση μόνο με παραγγελία θα την αποκτούσα. Είμαι πολύ τυχερή γιατί δεν πρόκειται να πεθάνω αλλά θα με ταλαιπωρεί συνεχώς. Γίναμε αυτοκόλλητοι, λοιπόν, και συμβιώνουμε μαζί.

Από παιδί, λοιπόν, είχα πάρα πολλά προβλήματα υγείας αλλά με άλλες παθήσεις. Είχα τρία ατυχήματα τροχαία που τα ξεπέρασα. Είχα κάτσει δύο χρόνια στο νοσοκομείο από μεγάλο πρόβλημα στα πνευμόνια μου, εγχειρίστηκε και βγήκα, ήμουν δώδεκα χρονών και βγήκα δεκατέσσερα. Το ξεπέρασα κι αυτό.

Μόλις βγήκα από το νοσοκομείο είχα μία τρομερή εμπειρία που πέρασαν πολλά χρόνια για να την ξεπεράσω. Βιάστηκα από δύο άνδρες, ήταν ό,τι χειρότερο στην φάση που βρισκόμουν.

Άρχισα να έχω αιμορραγίες από την μήτρα για πολλά χρόνια χωρίς να βρίσκουν κάτι παθολογικό.

Μετά από ένα χρόνο παντρεύτηκα γιατί νόμιζα ότι θα έβρισκα αγάπη σ' αυτόν τον άνθρωπο. Ξύλο, ταπείνωση και εγκατάλειψη. Μόνο ερείπια υπήρχαν και εγώ χαμένη σ' αυτά. Άρχισα να καταρρέω, να μην βλέπω ούτε καν λίγο φως. Άρχισα να θέλω να φύγω απ' αυτή τη ζωή που μόνο λύπες μου πρόσφερε, είχα πάρει και φωτιά, εγκαύματα δευτέρου και τρίτου βαθμού. Αυτό ήταν το κερασάκι στην τούρτα. Άδικα παρακαλούσα το Θεό να σταματήσει να με χτυπάει. Ήθελα να ξεφύγω και βρήκα το θάρρος να δώσω εγώ το τέλος.

Έπαιρνα παρά πολλά ηρεμιστικά και χανόμουν για πολλές ώρες. Ήθελα να κοιμάμαι για να μην καταλαβαίνω, να μην πονάω, ώσπου μια μέρα πήρα περισσότερα και δεν ξυπνούσα. Ξύπνησα στο νοσοκομείο σε άθλια κατάσταση. Όμως και πάλι έζησα. Δεν ήμουν χαρούμενη, δεν ήθελα να ζήσω. Μου φέρανε ψυχίατρο και άρχισα να κάνω ψυχοθεραπεία.

Το ογδόντα πέντε εκεί που είχα αρχίσει να συνέρχομαι, είχα σταματήσει και τα ψυχοφάρμακα, άρχισα να έχω πόνους στην κοιλιά. Έχανα κιλά, έκανα εμετούς και πυρετό. Πήγα σε διάφορους γιατρούς και ο ένας απ' όλους μου είπε ότι έχω καρκίνο και ότι δεν ξέρουν σε τι στάδιο ήταν. Έπρεπε να με εγχειρήσουν στο παχύ έντερο. Εκεί ήταν το πρόβλημα.

Όταν το άκουσα, νόμιζα ότι θα σωριαστώ κάτω. Δεν πίστευα ότι θα το πάθαινα κι αυτό. Είχα αρχίσει να θέλω πάλι να επανέρχομαι στη ζωή, να σκέφτομαι θετικά για τη ζωή. Τί ειρωνεία, Θεέ μου! Τώρα ήθελα να ζήσω αλλά εσύ πια με τιμωρείς. Τώρα με κρατάς στο χέρι. Κάποτε ήθελα εγώ να αποφασίσω για τη ζωή μου. Τώρα αποφασίζεις εσύ. Πέρασαν πέντε βασανιστικά χρόνια για να ξεφύγω απ' το δύσκολο στάδιο.

Το 2000 μου παρουσιάστηκε μια άλλη πάθηση που λέγεται νευρο-ενδοκρινικός όγκος. Αυτό προέρχεται από μια αυξημένη ορμόνη που την δημιουργεί το άγχος. Όλα αυτά τα δυσάρεστα προβλήματα που είχα, είχαν ξεσπάσει πια και χτυπούσαν όπου είχα ευαισθησία σε όλη την κοιλιά.

Όμως, παρόλα αυτά, εγώ το πολεμούσα. Δεν το έβαζα κάτω όσο κι αν σας φαίνεται περίεργο. Εγώ τώρα θα ήθελα να ζήσω και ζητώ συνώμηση απ' το Θεό που ήθελα να αφαιρέσω τη ζωή που μου έδωσε αυτός.

Τώρα έχω συμφιλιωθεί με τον εαυτό μου και με το προβληματάκι μου. Τα πάμε πολύ καλά οι δυο μας. Με προσέχει και το προσέχω. Κάθε μέρα που ξυπνώ λέω ευχαριστώ Θεέ μου που μου χαρίζεις άλλη μια μέρα. Εδώ και λίγα χρόνια έχω ανακαλύψει ότι έχω καλούς φίλους δίπλα μου που μ' αγαπούν και κάνουν τα πάντα να με βλέπουν χαρούμενη. Νιώθω ευτυχημένη τώρα πια.

Υπάρχω, ζω και αναπνέω χάρις στην ασθένειά μου. Είναι κουντό αυτό, αλλά είναι αληθινό. Εξάλλου έχω δύο υπέροχα μεγάλα παιδιά, που τ' αγαπώ πολύ. Δεν αξίζει να ζήσω για την αγάπη τους;

Διάβασα κάπου αυτό...

Νιώσε, ζήσε τη ζωή σου
σαν νάναι πως θα πεθάνεις αύριο!
Αγωνίσου, δημιούργησε στη ζωή σου
σαν νάναι πως θα ζήσεις αιώνια

Κι εγώ αυτό κάνω, γιατί τώρα πια θέλω να ζω.

Στέλλα Γαλάνη

Δυνάμωσε η πίστη μου προς τον Θεό (Μεθάνωμα)

1 1984, μια ελιά εμφανίζεται στον αριστερό μου μηρό σε μέγεθος τελείας. 1985, η ελιά αρχίζει να μεγαλώνει και εγώ επισκέπτομαι Δερματολόγο. Η απάντηση του γιατρού: «Να μην ασχολείσαι με την ελιά». 1987, η ελιά συνεχίζει να μεγαλώνει. Πηγαίνω πάλι σε άλλο Δερματολόγο. Η απάντηση του γιατρού: «Δεν έχεις με τι να ασχοληθείς». 1990, επίσκεψη σε Δερματολογικό Κέντρο. «Η αφαίρεση γίνεται μόνο για καλοπιστικούς λόγους» είναι η απάντηση του γιατρού. Η ελιά μεγαλώνει και εγώ επιμένω... 1992, ραντεβού στο νοσοκομείο. Ο γιατρός που βλέπει την ελιά κλείνει αμέσως χειρουργείο. ΑΦΑΙΡΕΣΗ ΜΕΛΑΝΩΜΑΤΟΣ. Ποτέ δεν θα μπορούσα να φανταστώ ότι μια ελιά θα άλλαζε τη ζωή μου.

Μετά την αφαίρεση της ελιάς το πόδι μου πρήστηκε τόσο πολύ που άρχισε να σπάει το δέρμα. Έκαιγε και πόναγε τόσο πολύ που νομίζω πως αν υπήρχε τρόπος να μετρηθεί ο πόνος εγώ θα έπαιρνα βραβείο. Από λάθος γιατρών που δεν αφαίρεσαν την ελιά μόλις εμφανίστηκε μου δόθηκε η ευκαιρία να δοκιμάσω μορφίνη. Από λάθος γιατρών που δεν θεώρησαν μια ελιά σημαντική γνώρισα τον σωματικό πόνο και ζω σήμερα σαν άτομο με ειδικές ανάγκες. Από λάθος γιατρών όμως αγάπησα περισσότερο τους ανθρώπους που βρίσκονται γύρω μου, την οικογένειά μου και τους φίλους μου, γιατί στάθηκαν δίπλα μου και μου έδωσαν δύναμη και κουράγιο.

Από λάθος γιατρών γνώρισα πραγματικούς γιατρούς που με βοήθησαν και με στήριξαν για να παλεύω με το πρόβλημά μου. Θέλω να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ στους γιατρούς του νοσοκομείου. Από λάθος γιατρών γνώρισα τον Σ.Κ.Μ.Θ. και έκανα καινούριους φίλους.

Από λάθος γιατρών δυνάμωσε η πίστη μου στο Θεό, η ζωή μου άλλαξε, κουράστηκα πολύ για να συμβιαστώ με την αναπηρία μου, δούλεψα πολύ το σώμα και την ψυχή μου για να συνεχίσω να ζω με ένα πόδι πιο κοντό και ατροφικό. Από λάθος γιατρών ανέβηκα τον δικό μου Γολγοθά που στην κορυφή του είδα πολλούς ανθρώπους να κουβαλούν καθένας τον δικό του Σταυρό.

Εγώ στάθηκα τυχερή μέσα στην ατυχία μου γιατί είχα δίπλα μου

οικογένεια και φίλους που κρατούσαν το χέρι μου και δεν τους ένοιαζε αν είχα ένα πόδι λιγότερο. Τους αρκούσε που ζούσα δίπλα τους.

Μια ελιά σε μέγεθος δαχτυλιδιού με έκανε να γνωρίσω γιατρούς τσαρλατάνους, αλλά γνώρισα και γιατρούς με ήθος και ανθρωπιά. Μια ελιά μου έμαθε να παλεύω και να κερδίζω τη ζωή γι' αυτούς που με αγαπούν αλλά και για «μένα». Για να χαίρομαι και να ζω το τώρα και το σήμερα.

«Λάθος γιατρού, εντολή Θεού» μου είπαν μια μέρα.

Όχι.

Ο Θεός έκανε τον άνθρωπο, οι άνθρωποι κάνουν λάθη. Αλίμονο μόνο, αν οι άνθρωποι αυτοί είναι γιατροί.

Υγεία σε όλους...

Αννέτα Ματάκου

ΕΘΕΛΗΟΝΤΙΣΜΟΣ – ΑΓΑΠΗ ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΉΣ (Μαστός)

Όταν ο καρκίνος ήρθε, ήμουν 53 χρονών. Τότε ήταν σταθμός για μένα στη ζωή μου. Τώρα όμως δεν είναι το κέντρο, αλλά ένα μέρος.

Μια μέρα ανακάλυψα, πως όταν σήκωνα το αριστερό μου χέρι, η θηλή του αντίστοιχου μαστού έμπαινε μέσα. Είχα διαβάσει κάπου πως είναι κακό, γι' αυτό πήγα αμέσως στο γιατρό. Ήταν καρκίνος που δεν είχε όμως προχωρήσει στους λεμφαδένες.

Χειρουργήθηκα επειγόντως στην κλινική, κάνοντας ριζική μαστεκτομή.

Έχουν περάσει 18 μήνες κι αισθάνομαι περίφημα.

Εδώ θα πρέπει να σταθώ, για να πω πως εξελίχθηκαν τα γεγονότα, πώς αισθάνθηκα στο άκουσμα της φράσης «έχεις καρκίνο».

Τέσσερα χρόνια πριν, είχα υποβληθεί σε υστερεκτομή, γιατί μια κύστη στην μία ωοθήκη μεγάλωνε συνεχώς. Επιπλέον είχα αιμορραγίες από την μήτρα γιατί είχε αρχίσει η κλιμακτήριος. Επειδή διακόπηκε απότομα η περίοδος, έπρεπε να πάρω οιστρογόνα. Πήρα ορμόνες για τέσσερα χρόνια που μου δημιούργησαν όμως τον όγκο. Ήταν λάθος του γυναικολόγου που μου έδωσε τέσσερα χρόνια ορμόνες, ήταν του ακτινολόγου που δεν κατάλαβε στη μαστογραφία και στον υπέρηχο τον όγκο; Δεν ξέρω. Δεν θα ξεχάσω ποτέ όμως πως ένιωσα όταν διαπιστώθηκε ο καρκίνος.

Όταν ο γιατρός μ' εξέτασε και με παρέπεμψε σε περαιτέρω έρευνα, δεν μου εξήγησε ορισμένα πράγματα κι έτσι βρέθηκα την επομένη κιόλας στο κρεβάτι της κλινικής. Εκεί λίγο πριν μπω στο χειρουργείο μου είπε επί λέξει. «Μπορώ ν' αφαιρέσω ένα τμήμα του μαστού, αλλά επειδή θα είμαστε σίγουροι μόνο όταν αφαιρεθεί ολόκληρος, θα ήθελα και τη δική σου συναίνεση». Τι άλλο θα μπορούσα ν' απαντήσω εκείνη τη στιγμή, παρά μόνο «δεν μ' ενδιαφέρει ο μαστός, να σωθώ με νοιάζει». Όταν όμως βγήκα από το χειρουργείο κι άρχισα να συνέροχομαι, πέρασα το χέρι μου πάνω από τον αριστερό μαστό και με πίκρα διαπίστωσα πως δεν υπήρχε.

Η μεγαλύτερη αγωνία μου ήταν όταν πέντε μέρες μετά θα έβγαι-

ναν τ' αποτελέσματα της ιστολογικής εξέτασης. Είχα ένα σφιξιμο στο στομάχι από το πρωί και το απόγευμα όταν άρχισαν να έρχονται η οικογένειά μου και οι συγγενείς μου, η αγωνία μου κορυφώθηκε. Αισθανόμουν ένα κενό, οι σκέψεις είχαν φύγει από το μυαλό μου και κυριαρχούσαν μόνο, «γιατί ο ακτινολόγος δεν διέγνωσε εγκαίρως, τι έχω; Κι αν είναι κάτι το σοβαρό, γιατί να πεθάνω;». Δεν έκλαιγα εκείνη την ημέρα αλλά ήμουν παγωμένη, είχα την αίσθηση ότι γκρεμιζόμουν σ' ένα βάραθρο. Όσπου ήρθαν τ' αποτελέσματα. Τα ανήψια μου που είχαν αναλάβει να τα φέρουν μου είπαν τη διάγνωση: ναι μεν ήταν καρκίνος, αλλά δεν είχε προχωρήσει στους λεμφαδένες. Κι ότι ο κυτταρολόγος τους είχε πει ότι θα ζήσω, θα πεθάνω από άλλη αιτία, όχι όμως από καρκίνο. Περισσότερο να πω τι έγινε μεταξύ μας. Μ' αγκαλιάζαν και με φιλούσαν όλοι καθώς κλαίγαμε.

Όταν γύρισα σπίτι μου είχα γίνει ράκος, παρ' όλο που η περιπέτειά μου είχε αίσιο αποτέλεσμα. Αισθανόμουν σαν γριά εκατό χρόνων, υπήρχε ένα κενό μέσα μου, η ζωή μου δεν είχε κανένα νόημα. Έκλαιγα ασταμάτητα γιατί είχαν κλονιστεί τα νεύρα μου.

Τα συναισθήματα εναλλάσσονταν από αγωνία, απελπισία, θυμό. Ούτε η οικογένειά μου, ούτε οι συγγενείς και φίλοι μπορούσαν να με βοηθήσουν παρ' ότι έκαναν ό,τι ήταν δυνατό. Το κενό που ένιωθα ήταν έντονο, δεν μ' ευχαριστούσε τίποτα και τα έβλεπα όλα μαύρα. Όσπου πολύ τυχερή και πάλι, δύο μήνες μετά την μαστεκτομή μπήκα στον Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης.

Εκεί έζησα από κοντά τον ανθρώπινο πόνο, αλλά και την ανθρώπινη δύναμη, το κουράγιο και τον πόθο για ζωή. Υπάρχουν άτομα που η θέλησή τους και ο αγώνας τους για επιβίωση δημιουργεί ένα θαύμα. Όταν ακούω «δεν είμαστε ασθενείς, θα ζήσουμε με τον καρκίνο μέχρι τα βαθειά γεράματα», πώς να μην δακρύζω και να μην νιώθω δυνατή και νικήτρια; Οι ομάδες ψυχολογικής υποστήριξης βοηθούν, εμπνεύχουν και σε κάνουν να πιστεύεις ότι θα τα καταφέρεις, ότι δεν είσαι μόνη. Οι δύο ώρες ξένοιαστης και ανέμελης ενασχόλησης στην ομάδα, με κάνουν να ξεχνώ το πρόβλημά μου, καθώς και άλλα οικογενειακά, προσωπικά προβλήματα. Οι συναντήσεις, οι εκδρομές, οι δραστηριότητες του συλλόγου δημιουργούν ένα κλίμα αλληλεγγύης, μια συλλογική προσπάθεια και προσέγγιση της ανθρώπινης ψυχής.

Μ' έχει συγκινήσει βαθύτατα ο εθελοντισμός. Μια λέξη απλή που όμως λέει πολλά. Δεν ένιωσα ποτέ μέχρι τώρα στη ζωή μου αυτή την προσφορά, την αγάπη την ανιδιοτελή προς τον συνάνθρωπο και μάλιστα προς τον πάσχοντα άνθρωπο. Υπάρχουν άνθρωποι, που δεν είναι καρκινοπαθείς και αφιλοκερδώς προσφέρουν τις γνώσεις τους, την υπομονή τους και την αγάπη τους στις διάφορες ομάδες. Μου κάνει εντύπωση η ενημέρωση και η κατατόπιση στα θέματα της ασθένειας, αλλά και των δικαιωμάτων που έχει ο ασθενής. Έμαθα πως η χαρά όταν δίνεις είναι πολύ μεγαλύτερη, απ' ότι όταν παίρνεις.

Αισθάνομαι τον σύλλογο το καταφύγιό μου, την οικογένειά μου, που ανά πάσα στιγμή θα με στηρίξει, θα μ' εμπυχώσει, θα μου δώσει κουράγιο να ζήσω και ν' αντιμετωπίσω κάθε δυσκολία που θα παρουσιαστεί.

Ελένη Χατζηχαράλαμпов
23-4-2002

Ο καρκίνος είναι παρεήθόν (Ενδομήτριο)

Στις 3/7/98 ξαφνικά, ενώ καθόμουν στο μπαλκόνι με την οικογένειά μου, μ' έπιασε μια μητρορραγία μετά από αρκετό καιρό. Ήταν συνηθισμένο για μένα, γι' αυτό και δεν τρώμαξα, αλλά αντέδρασα όπως πάντα. Τηλεφωνώ αμέσως τον 20 χρόνων γυναικολόγο μου, περιμένοντας να μου συστήσει κάποιο φάρμακο, ώστε να σταματήσει η μητρορραγία όπως συνήθως έκανε. Ποτέ όμως δεν μου σύστησε κάποια εξέταση για να δούμε από τι προέρχεται, αν και εγώ τον επισκεπτόμουν τακτικά. Μες την ατυχία μου ήμουν και τυχερή. Για καλή μου τύχη ο γυναικολόγος μου έλειπε εκτός Ελλάδας σ' ένα συνέδριο. Εκείνη τη στιγμή μ' έπιασε πανικός μη ξέροντας τι να κάνω. Δεν είχα άλλη επιλογή από το να επισκεφτώ κάποιο νοσοκομείο. Αμέσως ο άνδρας μου τηλεφώνησε στο ΕΚΑΒ το οποίο με μετέφερε στο νοσοκομείο που εφημέρευε. Αμέσως μου έκαναν εισαγωγή και την επόμενη μέρα μ' έβαλαν στο χειρουργείο και υπεβλήθηκα σε απόξεση για να διαγνωσθεί το πρόβλημά μου.

Την άλλη μέρα μου δίνουν το εξιτήριο και με πληροφορούν ότι σε 20 μέρες θα έχει βγει το αποτέλεσμα. Κάτι τέτοιο μου ήταν αρεστό γιατί τότε θα γυρνούσα από τις διακοπές που ήδη είχαμε κανονίσει. Στις 5 μέρες όμως μου τηλεφωνούν και μου λένε ότι πρέπει να πάω να πάρω τ' αποτελέσματα. Εγώ πανικοβλημένη για ποιο λόγο με ειδοποίησαν τόσο γρήγορα πηγαίνω κατευθείαν στο νοσοκομείο. Εκεί μου δίνει μια νοσοκόμα το φάκελο, με το πόρισμα. Ρωτάω αν υπάρχει κάποιο πρόβλημα και μου λέει όχι να το δείξετε στον καθηγητή που σας παρακολούθησε. Χαρούμενη εγώ πάω στο γιατρό. Ανοίγει το φάκελο, τον διαβάξει και μου δείχνει την αμηχανία του. Υποψιάζομαι ότι κάτι δεν πάει καλά. Ρωτάω τότε αν υπάρχει πρόβλημα και απαντάει διστακτικά «ναι». Μετά τον ρωτάω αν υπάρχει καρκίνος και μου απαντάει πως «ναι» υπάρχει αλλά αναρωτιέμαι ποια είναι η ασθενής. Εμένα με έπιασε πανικός κι άρχισα να τρέμω ακούγοντας τη λέξη «καρκίνος». Το πρώτο που σκέφτηκα εκείνη τη στιγμή ήταν τα παιδιά μου που ήταν μικρά και τι θα απογίνουν, αν πάθω κάτι.

Παρόλα αυτά προσπάθησα να μη δείξω τον πανικό μου και μ'

όσο θάρρος μου 'χε απομείνει του λέω πως η ασθενής είμαι «εγώ». Ο γιατρός τα 'χασε κι εκείνος με τη σειρά του. Αμέσως μου σφράγισε το φάκελο και μου λέει να περάσω με τον σύζυγό μου. Στον όροφο που είχα νοσηλευτεί ήταν προϊσταμένη μια πολύ καλή μου φίλη. Μόλις φτάνω στο σπίτι μου την τηλεφωνώ για να της πω το τι είχε γίνει. Μου είπε να ανοίξω τον φάκελο για να της γνωστοποιήσω το αποτέλεσμα. Τότε είδα ότι είχα καρκίνο του ενδομητρίου. Εκείνη γνωρίζοντας καλύτερα το πρόβλημά μου μου συστήνει να επισκεφτώ ένα άλλο νοσοκομείο. Εγώ απ' την πλευρά μου όμως, θεώρησα καλό να συμβουλευτώ πάλι το γυναικολόγο μου. Του τηλεφωνώ και τον ενημερώνω για το πρόβλημά μου. Εκείνος τότε με ψυχρή φωνή μου είπε: «μην στεναχωριέσαι δεν είναι τίποτα. Να υπολογίσεις 1.200.000-1.500.000 και έλα στην κλινική να σε χειρουργήσω». Τον αποχαιρέτησα και κλείσα με το τηλέφωνο.

Τότε συνειδητοποίησα ότι δεν πρέπει να έχεις εμπιστοσύνη σε κανέναν και ότι η ανθρωπιά σπανίζει στις μέρες μας. Η μόνη επιλογή που μου είχε απομείνει ήταν να πάω στο άλλο νοσοκομείο. Γνωρίζοντας και εκεί την προϊσταμένη της γυναικολογικής και εκείνη ως φίλη μου, μου κανονίζει την εισαγωγή. Εξετάζοντάς με ο γιατρός με απορία με ρωτάει αν έχω πάει ποτέ σε γυναικολόγο. «Σαν να έχεις κατέβει από το βουνό και πρώτη φορά έρχεσαι σε γιατρό» μου λέει. Ο γιατρός μη αρκούμενος στο πόρισμα με υποβάλλει σε μια σειρά εξετάσεων για να σιγουρευτεί για το πρόβλημα. Τη δεύτερη μέρα κιόλας της εισαγωγής μου, ζητάει από το σύζυγό μου ένα αρκετά μεγάλο ποσό για να χειρουργηθώ στις 24/7/98. Ο σύζυγός μου μες στη στενοχώρια δεν έφερε αντίρρηση γιατί το μόνο που σκεφτόταν ήταν να μη με χάσει. Έτσι χειρουργήθηκα, αφού υποβλήθηκα σε ολική υστερεκτομή. Το πρόβλημά μου ήταν στο ενδομήτριο και χάρη στην επέμβαση αφαιρέθηκε η εστία του καρκίνου. Δεν μου 'φταναν όλα αυτά, παθαίνω μόλυνση από το χειρουργείο και αναγκάστηκα να νοσηλευτώ 17 μέρες. Όλες αυτές τις μέρες κοντά μου ήταν ο άνδρας μου και τα παιδιά μου που με την αγάπη τους και την φροντίδα τους μου έδιναν κουράγιο. Βγαίνοντας από το νοσοκομείο, ο γιατρός με πληροφορεί ότι θα χρειαστούν 25 ακτινοβολίες οι οποίες θα γίνουν μόλις κλείσει η τομή την οποία μου την άνοιξαν από τη μόλυνση που έπαθα. Μόλις

άρχιζω τις ακτινοβολίες η τομή ξανανοίγει. Ολοκληρώνονται οι ακτινοβολίες, αλλά το πρόβλημά μου δεν τελειώνει εδώ.

Την τελευταία μέρα ο γιατρός μου λέει ότι πρέπει να κλείσω ραντεβού στα ισότοπα για να με υποβάλλουν σε μια άλλη θεραπεία, την βραχειοθεραπεία. Ήμουν μόνη σε ένα δωμάτιο, για 48 ώρες στα μηχανήματα, για εσωτερική ακτινοβολία. Ήμουν τόσο απογοητευμένη που προσπαθούσα να κρατηθώ μόνο για την οικογένειά μου. Νόμιζα ότι ποτέ δεν θα ξαναείμαι η Κυριακή η παλιά, η δραστήρια και γεμάτη ζωή. Είχα χάσει την αισιοδοξία μου και την όρεξη για ζωή.

Όλα αυτά συνέβαιναν μέχρι που γνώρισα τον Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης. Μέσα από τις ομάδες που υπάρχουν και τα άτομα που τις αποτελούν βοηθήθηκα παρά πολύ. Πάνω από όλα με στήριξαν με την αγάπη τους και με τη ζεστή αγκαλιά τους μου 'δωσαν να καταλάβω ότι ο καρκίνος είναι πια παρελθόν.

Τώρα πια δε με τρομάζει η λέξη καρκίνος και προσπαθώ με το δικό μου τρόπο να περάσω το μήνυμα και στους άλλους.

Κυριακή Στύλου

Ε! Καλύτερη ιατρική περίθαλψη! (Σάρκωμα οστού)

1986. Ετών 24. Κατηφόριζα την Συγγρού με την δυομισάρα Honda μου και ο πόνος που είχα στο πόδι εδώ και ενάμισι χρόνο ξεχνιόταν με την αίσθηση που μου προκαλούσε η ταχύτητα και ο αέρας της μηχανής.

1990. Ύστερα από 5 χρόνια και ύστερα από 20-25 επισκέψεις σε γιατρούς και νοσοκομεία «ανακάλυψαν» ότι το δεξί μου πόδι είχε σάρκωμα στο μηριαίο οστούν.

Κανείς γιατρός δεν με ενημέρωσε τι ήταν τι. Τι θεραπεία θα γινόταν, τις επιπτώσεις, την μετέπειτα πορεία της ζωής μου. «Έτσι αυτοσχεδιάζουμε» που λέει και ο λαός μας. Δυο φορές για χειρουργείο στο νοσοκομείο αναβάλλεται. Παραπομπή σε άλλο νοσοκομείο για χειρουργείο. 6/11/90 εισαγωγή. 7/11/90 χειρουργείο, χωρίς ενημέρωση τι είδος χειρουργείο θα κάνω. Όπως το πρόβατο επί σφαγή.

Ενδοαρτηριακή χημειοθεραπεία σε 42,5 βαθμούς Κελσίου και το πόδι μου καμμένο και 'γω ακίνητος για ένα μήνα στο κρεβάτι. Ορθοπεδικό τμήμα δεν έχει το νοσοκομείο και προφανώς συμπέραναν οι γιατροί ότι το πόδι δεν είναι αρμοδιότητα ορθοπεδικού και έτσι έκαναν ότι έκαναν, με αποτέλεσμα να υποστώ αγκύλωση της ποδοκνημικής και από τότε να βαδίζω με μπαστούνια.

Έτσι αφού με είχαν ξεγραμμένο από τη ζωή οι επιστήμονες γιατροί, μπορεί μεν να έπρεπε να γίνει αντικατάσταση του μηριαίου οστού με μεταβλητό, αλλά για να μας παραπέμψουν ή να δώσουν πληροφορίες σε ποιο νοσοκομείο γίνεται αυτό ήταν το επτασφράγιστο μυστικό. Έτσι τρέχοντας αριστερά και δεξιά η μάνα μου που με συμπαραστάθηκε όλον αυτό τον καιρό έμαθε πως τέτοιο χειρουργείο γίνεται στην Αθήνα.

Μέχρι τότε καμιά ενημέρωση για τις επιπτώσεις της χημειοθεραπείας, για την μετέπειτα ζωή μου από τους ειδικούς επιστήμονες και φυσικά τη λέξη καρκίνος δεν την θεωρούσα εξ αρχής επικίνδυνη παρ' ότι πέρασα για 8 μήνες στα ογκολογικά νοσοκομεία. Έγινε η εγχείρηση Φεβρουάριο του 1991 για την αντικατάσταση του μηριαίου οστού, στη συνέχεια χημειοθεραπείες και φυσιοθεραπείες αλλά τα

μπαστούνια λόγω της αγκύλωσης της ποδοκνημικής δεν μπορούσα να τ' αφήσω. Σχεδιάζα να κάνω μετά από ένα χρόνο το 1992 εγχείρηση στην ποδοκνημική για βελτίωση του βαδίσματός μου.

Όμως το καλοκαίρι του '92 σπάει η μεταλλική πρόθεση από τιάτσιο, έτσι από το πουθενά, και ξανά χειρουργείο για τοποθέτηση νέας μεταλλικής πρόθεσης. Ξανά παραγγελία στην Αγγλία, το πόδι σε έλξη με ένα κουβά γεμάτο από νερό στο μη ορθοπεδικό τμήμα του νοσοκομείου, εμβολή λόγω πλημμελούς ιατρικής φροντίδας μου παρ' ότι γνώριζαν ότι είχα ιστορικό εμβολής που είχα πάθει στο νοσοκομείο της Αθήνας. Και μη χειρότερα.

Φθινόπωρο '92 ξανά χειρουργείο στο νοσοκομείο της Αθήνας για την αντικατάσταση σπασμένης μεταλλικής πρόθεσης, ξανά φωτοθεραπεία αλλά πλέον το πόδι ήταν σε χειρότερη κατάσταση και η αγκύλωση της ποδοκνημικής σε χειρότερη μορφή.

Μέχρι τότε καμμία ενημέρωση από κανένα ειδικό επιστήμονα και τυχαία Άνοιξη του 1993 διαβάζοντας σε ένα βιβλίο γνωστού φυσιοθεραπευτή για το οστεοσάρκωμα συνειδητοποίησα το σοβαρό της κατάστασης μου, για μετάσταση στους πνεύμονες, για το κρίσιμο της πενταετίας, για τα ποσοστά θνησιμότητας κ.ά.

Black out. Μαύρες σκέψεις αλλά ο καλύτερος γιατρός ο χρόνος μ' έκαναν να ξεχάσω σιγά-σιγά τα όσα διάβασα σκεφτόμενος ότι μπορεί να ανήκω στο ποσοστό που επιβιώνει και σε 2-3 εβδομάδες, ξέχασα όσα απαισιόδοξα διάβασα στο βιβλίο εκεί.

Έτσι, συνέχιζα τη ζωή μου, αν και συνταξιοδοτήθηκα από την εργασία μου, βρίσκοντας ενασχόληση στην κατασκευή του σπιτιού μου το 1994-1995. Περνώντας ο καιρός, έκανα τις εξετάσεις μου στο νοσοκομείο και βλέποντας πέρα από την κινητική αναπηρία που είχα, πως μπορούσα να επανέλθω στην εργασία μου. Από το 1996 έπιασα πάλι δουλειά στο γραφείο που εργαζόμουν. Το 1997 παντρεύτηκα, έκανα οικογένεια και τώρα έχω 2 παιδιά, 7 και 5 ετών με το μόνο παράπονο ότι δεν μπορώ να «τρέξω» να τα πιάσω όταν κάνουν σκανδαλιές ή να τα πιάσω και με τα δυο μου χέρια για να πάμε βόλτα, αφού τουλάχιστον στο ένα χέρι πρέπει να κρατάω το μπαστούνι!!!

Από το 1994 που είμαι μέλος του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης έχω ακούσει παρόμοια περιστατικά άλλα χειρότερα και άλλα ελαφρώς καλύτερα.

Πάντα το γιατί υπάρχει σ' όλους τους ασθενείς και σε μένα. Θα μπορούσε να υπάρχει καλύτερη ιατρική περίθαλψη, νοσηλεία, θεραπεία, εργασιακή-κοινωνική επανένταξη και δεν γίνεται, τόσο με την απουσία της πολιτείας, όσο και με την αδιαφορία ή συντεχνιακή απάθεια που διακρίνει μεγάλο μέρος του ιατρικού κόσμου...

Φυσικά το μίσος μου για τον επικεφαλής της πρώτης χειρουργικής επέμβασης παραμένει το ίδιο και εντεινόμενο να του συμβούν τα ίδια και χειρότερα και όσο βλέπω τα παιδιά μου να μεγαλώνουν και αναγκάζομαι να τα λέω ότι χτύπησα από την δυομισάρα Honda μου που έτρεχα ανέμελος...

Έτσι κλείνοντας θυμήθηκα κάτι που έγραψα το 1980 όταν οι εφηβικές ανησυχίες είναι έντονες, αλλά διαπιστώνω πως 25 χρόνια αργότερα, αισθάνομαι τον εαυτό μου το ίδιο να σκέφτεται.

Γιάννης Σαριδάκης



Τοιαντ. Μήττα

Να 'χουμε πίστη προς τον Θεό (Λεμφαδένες)

Γράφω για την ζωή μου σε όλη την διάρκεια της εφηβικής και της ενήλικης ζωής μου.

Η ζωή μου ήταν μαρτύριο από οικογενειακής και αισθηματικής πλευράς. Αυτά τα δύο πράγματα της ζωής μου ήταν μαρτύριο. Είχα γονείς που δεν μπορούσαν να με καταλάβουν, γιατί εγώ ήθελα να πάω πέντε βήματα μπροστά και όλο με μάλωναν και με χτυπούσαν, προπαντός ο πατέρας μου.

Σε ηλικία 23 χρονών έπιασα φίλο (μέχρι τα 27 μου) αλλά κι αυτή η σχέση ήταν μαρτύριο. Στην πορεία φάνηκε πως κι αυτός δεν με είχε καταλάβει. Τον θεωρούσα σαν τους γονείς μου. Αλλά η δουλειά μου τουλάχιστον πήγαινε καλά. Μετά τη δουλειά, κούραση και άγιος ο Θεός που λένε. Ώσπου μου ήρθε η μελαγχολία και η απόγνωση της ζωής. Μπρός γκρεμός και πίσω ρέμα. Και είπα μέσα μου ότι εδώ τελείωσα. Τα είχα παραδώσει στον Θεό και στον θυμό μου. Είχα πολύ θυμό μέσα μου.

Ένα πρωινό του 1987, τον Φλεβάρη, έκλεισε η φωνή μου και η αδερφή μου είπε πως κρύωσα. Πήγα στον γιατρό και μου 'δωσε ενέσεις για να ανοίξει η φωνή μου. Τις ενέσεις τις έκανε η αδερφή μου εκεί που δούλευα. Αυτό κράτησε ένα μήνα. Μετά από 'κει παρουσιάστηκε πυρετός και βήχας. Αυτό κράτησε ενάμιση μήνα. Στις 23 Απριλίου 1987 λόγω πυρετού και βήχα σταμάτησα από τη δουλειά, ημέρα Αγίου Γεωργίου. Οι γιατροί δεν μπορούσαν να με καταλάβουν.

Αλλά η καταπίεση των γονιών μου ήταν αφόρητη γιατί σταμάτησα από τη δουλειά. Δεν ήθελαν να κάθομαι στο σπίτι. Ο πατέρας μου με πλήγωνε κάθε μέρα. Ο πυρετός και ο βήχας με ταλαιπωρούσαν και η αδυναμία μου δεν είχε όρια. Ήμουν 30 χρονών και 3 μηνών και ήμουν 45 κιλά. Ώσπου ένα απόγευμα του Μαΐου, κάνοντας βόλτα, χτύπησε ο αέρας το αυτί μου και πήγα στον γιατρό τον ΩΡΛ και μου είπε πως δεν είμαι καλά, να πάω γρήγορα στο νοσοκομείο. Από 'κει ξεκίνησαν τα πάθη του Χριστού. Μέσα στην απογοήτευσή μου δεν ήθελα να δω κανέναν και διέταξα τη μαμά μου να μην πει πουθενά το δράμα όπως θεωρούσα εγώ.

Στο νοσοκομείο κάθησα ενάμιση μήνα. Όλοι αναρωτιόντουσαν στο χωριό μου που ήμουν κι έλεγε η μαμά μου πως είμαι στην αδερφή μου. Στο νοσοκομείο οι εξετάσεις ήταν απερίγραπτες. Στα τελευταία που έπρεπε να βγω να πήγαινα σε άλλο νοσοκομείο φωνάξαν τον πατέρα μου και του είπαν αν έχει άλλα παιδιά κι εκείνος απάντησε: «άλλα δύο». Ήρθε στο δωμάτιό μου που με είχαν μόνη μου και μου είπε «θα πάμε στο άλλο νοσοκομείο» κι εγώ του απάντησα: «Δεν θα πάμε στο σπίτι;». «Όχι», μου είπε. Εγώ είχα καταλάβει λίγο και στον μπαμπά μου είπα ότι είναι σαν αυτό που είχε ο αδερφός μου που πέθανε 6 χρονών από τους λεμφαδένες. Αλλά σ' αυτόν ήταν καλπάζουσα λευχαιμία. Ήταν στο τελευταίο στάδιο. Ο πατέρας μου δεν είχε τίποτα. Μόνο έκλαιγε. Πρώτη φορά είδα τον πατέρα μου να κλαίει για μένα γιατί τα πράγματα μαζί μου δεν πηγαίνουν και πολύ καλά.

Στο δεύτερο νοσοκομείο κάθησα δύο εβδομάδες. Εκεί έγιναν εξετάσεις ξανά μανά, πολύ γρήγορα γιατί ήμουν νέο άτομο και στο τέλος έπιασε την αδερφή μου και τη θεία μου και τους μίλησε ο γιατρός και τους είπε πως έχω τον Ν. Χότσκιν, ένα είδος καρκίνου, αλλά μη στεναχωριέστε, είναι στο πρώτο στάδιο και θα το πολεμήσουμε με χημειοθεραπείες δυνατές και θα γίνει καλά. Να 'χουμε πίστη προς το Θεό τους είπε. Από 'κει άρχισε το μαρτύριο. Κάθε 20, κάθε 15, κάθε 30 έκανα τη χημειοθεραπεία. Η ψυχολογία μου ήταν πεσμένη πολύ.

Τέλη Αυγούστου ήρθε η φίλη μου Ζαχαρούλα και με πήρε στην Αθήνα. Ο άντρας της είναι γιατρός. Τα συζητήσαμε από το Α έως το Ω και μου είπε να το πάρεις σαν μια γρίπη που θα περάσει με πιο δυνατά φάρμακα και ας πέσουν τα μαλλιά. Θα είσαι μια κούκλα μετά. Και η φίλη μου με πήγε στην Αγία Ειρήνη Χρυσοβαλάντου και προσκήνυσα. Εκεί τα 'δωσα όλα μπροστά στην εικόνα της, τη λύπη μου, τον θυμό μου, τα δάκρυά μου και την κούρασή μου. Δεν είχα άλλο να δώσω κι έφυγα. Έφυγα ευχαριστημένη. Η φίλη μου, μου είπε: «Αθηνά, είσαι άλλος άνθρωπος».

Κι όταν γύρισα στη Θεσσαλονίκη το ίδιο είπε και η αδερφή μου που τράβηξε μαζί μου τα πάθη του Χριστού. Ήμουν πιο ήρεμη, έκανα τις υπόλοιπες χημειοθεραπείες αλλά οι γονείς μου σ' αυτή την περίπτωση ήταν μακριά γιατί δεν ήξεραν τι θα πει ταλαιπωρία. Ήξεραν μόνο τα χωράφια τους.

Το 1988 ήταν η τελευταία χημειοθεραπεία. Ο γιατρός μου είπε: «Πάμε καλά, δεν θα κάνουμε άλλες Αθηνά. Είσαι καλά». Τον ευχαριστώ που με ανέχτηκε με την γκρίνια μου και με τις ιδιοτροπίες μου. Ήμουν πολύ κουραστική απέναντί του. Μου είπε ο γιατρός μου μέχρι που θα είμαι εδώ στο δεύτερο νοσοκομείο θα σε παρακολουθώ εγώ, να ξέρω τι μου γίνεται.

Απ' όλα αυτά τα γεγονότα βγήκε και κάτι καλό στην αναπηρία μου. Με 67% αναπηρία έχω πάρει δάνειο για κατοικία κι από 'κει έστησα το νοικοκυριό μου με τα όλα του. Οι γονείς μου το ζηλέψαν, γυρίσαν και μου είπαν δεν θα βοηθήσουν πουθενά, ούτε χρηματικά ούτε ψυχολογικά κι εγώ τους απάντησα: «Και πότε γυρίσατε να με δείτε εμένα; Εγώ δεν ήμουν παιδί σας; Γιατί σε όλη την ταλαιπωρία μου ήταν η αδερφή μου μπροστά». Ο Θεός να την έχει καλά».

Στο σπίτι μου που ήρθα ηρέμησα, είδα τον εαυτό μου. Η ψυχική μου γαλήνη επανήρθε μέχρι που είδα στην τηλεόραση την κ. Μήττα Περσεφόνη στο κανάλι του Γρηγόρη Αρναούτογλου και το χρυσό της στόμα ανακοίνωσε τον Σύλλογό μας. Και είπε: «Όποιος θέλει πίσω μου να 'ρθει». Κι εγώ την άλλη μέρα γράφτηκα. Καθόμουν και την άκουγα με προσοχή. Μου δίδαξε πολλά. Έμαθα πολλά.

Ο Σύλλογος μου άνοιξε τα μάτια από πολλές πλευρές. Τις λύπες να τις ξεπερνάμε με ηρεμία. Γνώρισα πολλούς ανθρώπους με τον πόνο τους. Κάθομαι και τους αγαπάω, με αγαπούν και ό,τι μπορώ κάνω.

Στο Σύλλογο με λίγα λόγια βρήκα μια φωλίτσα για να δώσω τις γνώμες μου, τις ιδέες μου, τα θέλω, τα πρέπει, και βρήκα τον εαυτό μου και είμαι ευχαριστημένη και ανανεωμένη.

Ευχαριστώ που θα το διαβάσετε αυτό. Λέγομαι Αθηνά Γκεμιτζή από την Επανομή αλλά μένω εδώ και 13 χρόνια στη Θεσσαλονίκη.

*Αθηνά Γκεμιτζή
16-2-2004*

Την άνοιξη έβαζα ένα λουηούδι στο στήθος (Μαστός)

Λογικό ον ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ, έτσι είπανε οι Σοφοί. Πίστεψα κι εγώ σ' αυτό και φρόντισα να το αποδείξω μ' ένα δικό μου τρόπο.

Πιστεύω μου λοιπόν, η γέννησή μου και στο μετά απ' αυτή την στιγμή, η διαδρομή μου προς το τέρας.

Ξεκινώντας, ήθελα, να μην ταξιδέψω χωρίς να δημιουργήσω πράγματα που δεν θα είχαν χάρια μου. Η δημιουργία με την εργασία και με την φιλοσοφία μου άφηναν έργα άξια επαίνων. Όμως στον αγώνα αυτό σαν άτομο πέρασα πολλές κακουχίες, αφού μεγάλωσα σε δύσκολες εποχές, μέσα σε πολέμους και σε ανέχειες. Δεν με τρώαζε τίποτα.

Και ξαφνικά ο ερχομός «ενός φίλου», να θέλει να εγκατασταθεί στο κορμί μου, να συμβιώσει μαζί μου για να με αφανίσει.

Η αλήθεια είναι ότι ξαφνιαστήκα. Παρ' όλες τις έρευνές μου δεν τον είχα εντοπίσει. Όταν πήρα τα αποτελέσματα των εξετάσεων, ξεροκατάπια λίγο, λύγισαν τα γόνατά μου, μα έστησα το κορμί μου και εναντιώθηκα στο απρόοπτο. Ο γιατρός μου με κοίταζε χωρίς μιλιά. Δεν περίμενε την αντίδρασή μου αυτή. Από εκείνη την στιγμή έβαλα τη λογική πάνω απ' όλα. Επιστράτευσα όλες τις δυνάμεις μου και είπα στον εαυτό μου: «Ελένη, θα μάθεις να ζεις με τον φιλοξενούμενο που σου έστειλε η ζωή. Δεν είναι μόνο τα καλά που πρέπει να δεχόμαστε». Έτσι είπα χωρίς δισταγμό τ' όνομά του: «ΕΧΩ ΚΑΡΚΙΝΟ».

Η ψυχραιμία και η φιλοσοφία στη ζωή είναι ο καλύτερος σύμμαχος. Με τη βοήθεια της επιστήμης και των γιατρών κέρδισα χρόνο να ξεπεράσω τα δύσκολα. Ίσως είχα σύμμαχο την τύχη. Από την πρώτη στιγμή είπα στον εαυτό μου: «Ελένη αφού γεννήθηκες, προχώρα με θάρρος προς το τέρας. Ξέρεις σίγουρα πώς αφού γεννήθηκες κάποτε θα φύγεις».

Αυτό με βοήθησε πολύ.

Ο αγώνας μεγάλος για κάθε άνθρωπο που κάνει συνοδοιπόρο του τον «ΚΑΡΚΙΝΟ».

Το μυαλό μου άρχισε να δουλεύει πιο γρήγορα. Είχα συμπληρώσει τα εξήντα μου χρόνια. Χωρίς καταχρήσεις, δηλαδή τσιγάρο, ποτά

και διατροφή βαριά. Είχα φέρει τέσσερα παιδιά στον κόσμο και από τα παιδιά μου ήρθαν τα παιδιά τους. Πληρώθηκε ο κύκλος. Αυτό μου γέμισε τη ζωή με όμορφες ώρες και γλυκές απολαύσεις. Επιτέλους, δικαίωση των αγώνων μου. Και να που ήρθε η ώρα να χάσω μέλος του σώματός μου, τον αριστερό μαστό. Δεν ήταν πόνος που με έκανε να κλάψω, μα το παράπονο... γιατί;

Παρηγορήθηκα γρήγορα με το γεγονός ότι δεν ήταν ζωτικό όργανο του οργανισμού μου. Θα είχα τουλάχιστον τα όργανα που θα μ' εξυπηρετούσαν, και πιο πολύ τα χέρια μου. Δεν θα ήμουν βάρος μεγάλο στην οικογένεια.

Έτσι γύρισα πίσω, στα χρόνια της νιότης. Τότε που κοπελίτσα, έβλεπα να μεγαλώνει το στήθος μου και καμάροννα γι' αυτό σαν φλάρεσκη γυναίκα.

Στο ντεκολτέ μου, ανάμεσα στα στήθη, την άνοιξη έβαζα ένα λουλούδι, σα να ήθελα να με προσέχουν διπλά για το συμπλήρωμα στην κοριτσιίστικη ομορφιά.

Μετά ο νέος άνδρας, που έγινε σύντροφος ζωής και χάιδεψε το μέλος αυτό του ερωτισμού.

Και το μεγαλείο! Η γέννηση των τεσσάρων παιδιών μου!

Παίρνοντάς τα στην αγκαλιά μου, έγερναν το κεφαλάκι τους πάνω στο στήθος μου με σιγουριά να κοιμηθούν πάνω σ' αυτό. Αφού ρουφούσαν λαίμαργα πρώτα το γάλα δηλαδή τη ζωή από τη ζωή μου. Να λοιπόν από που άντλησα τη δύναμη που με κράτησε δυνατή και ψύχραιμη να αντιμετωπίσω τον «ΚΑΡΚΙΝΟ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ». Ο φόβος πρέπει να 'ναι ο εχθρός του ανθρώπου και όχι η ασθένεια. Το θάρρος και η υπομονή είναι σύμμαχος για την αντιμετώπιση.

Τη θέση της γκρίνιας και των βογκητών να πάρουν η ανάσα και η φιλοσοφία. Μην επιβαρύνουμε το πρόβλημά μας με το αντίθετο. Στις ώρες τις δύσκολες θέλει κουράγιο και σκέψεις θετικές. Να γυρίζουμε πίσω θυμωμένοι ευτυχισμένες στιγμές και όχι να μοιρολατρούμε στη μιζέρια και στον πόνο. Ακόμη να μην σταματήσουμε να κάνουμε όνειρα και να πιστεύουμε στη πραγματοποίησή τους, για να μας βοηθούν στο διάβα μας από τα κακοτράχαλα μονοπάτια της ζωής. Μη βάζουμε πάντα το κακό στο νου. Ας θυμηθούμε πως και οι πόνοι της γέννησης ενός παιδιού είναι φρικτοί αλλά ξαναγεννάμε. Όμως μετά...

Έτσι, η ελπίδα ας κυριαρχεί στη σκέψη μας και ας μην παραδινόμαστε στην απελπισία την ψυχή μας.

Η περιπέτειά μου με τον καρκίνο άρχισε πριν εννέα χρόνια. Και ενώ νόμιζα πως είχε τελειώσει ξανά ζω την ίδια κατάσταση για δεύτερη φορά παρ' όλες τις θετικές ενέργειες και σκέψεις και πιο πολύ αγώνα θεραπείας. Τώρα συγκάτοικος στη σπονδυλική στήλη στον κορμό του κορμιού μου ο καρκίνος σε τρία σημεία. Πάλι απ' την αρχή πόνοι, ταλαιπωρία, αγώνας, θεραπεία. Όμως τονίζω σαν συμπλήρωμα στις σκέψεις μου και στο πως βίωσα την ασθένεια αυτή και την ξαναζώ, πάνω απ' όλα στον ασθενή χρειάζεται ένας γερός, υπομονετικός και με αγάπη συμπαραστάτης. Έτσι ο ασθενής θα νιώθει ότι κάποιος του κρατάει με δύναμη το χέρι και τον βγάζει από το τέλμα της πίκρας και του πόνου. Για να γίνει αυτό παρακαλώ τους ειδικούς να γίνεται σωστή ενημέρωση στους οικείους του ασθενούς για συμπαράση αγάπης και κατανόησης. Παρένθεση, αν αυτοί κατανοήσουν το πρόβλημα με αγάπη. Σε αυτό ευτυχώς πρωτεύουν οι θεόσταλτοι γιατροί, νοσηλεύτες, νοσοκόμες και όλο το προσωπικό που νοσηλεύομαστε. Γιατί σε αυτό κυκλοφορούν μικροί θεοί και αόρατοι άγγελοι που είναι οι ψυχές του προσωπικού.

Με πίστη λοιπόν και δύναμη θα ζήσω για να χαρώ λίγο απ' το υπόλοιπο της ζωής και να γιορτάσω μερικά γενέθλιά μου ανάμεσα στα παιδιά, στα εγγόνια και τους φίλους μου, αφού ως τα τώρα δεν μπόρεσα να χαρώ λόγω αγώνων. Αξίζει λοιπόν το κουράγιο ταξιδεύοντας προς το τέρμα

Ευχαριστώ που μ' ακούσατε.

Εύχομαι υγεία σε όλους.

Ελένη Πυργιώτου Ζήση

25 -6-2004

Δυνάμεις από τον Θεό (Τράχηλος μήτρας)

Όταν ακούμε τη λέξη καρκίνος πάντα νομίζουμε ότι αυτός αφορά άλλους ανθρώπους κι όχι εμάς. Λες και εμείς πρέπει να είμαστε η εξαίρεση στον κανόνα. Να που όμως χωρίς να το φανταστώ, μου παρουσιάστηκε ο καρκίνος και μου άλλαξε τη ζωή, τη σκέψη και το χαρακτήρα. Μόλις μου το ανακοίνωσαν οι γιατροί έχασα το έδαφος κάτω από τα πόδια μου. Ένοιωσα ανάμικτα συναισθήματα φόβου, θυμού, οργής, απόγνωσης. Έκλαιγα και μονολογούσα. Γιατί; Γιατί, Θεέ μου, εγώ! Ακολούθησα όλη την επώδυνη διαδικασία, για να σωθώ. Ακολούθησαν επεμβάσεις επώδυνες, αλλά έπρεπε να αντλήσω δυνάμεις από το Θεό, για να κρατηθώ στη ζωή. Έβαλα άλλες προτεραιότητες στη ζωή μου. Άρχισα να βλέπω με άλλο μάτι τους ανθρώπους, τη φύση και όλα γενικά. Πείστηκα πως δεν πρέπει να αλλάξει η ζωή μου, επειδή μου αφαιρέθηκε κάτι από το σώμα μου. Το πιο σημαντικό είναι να ζεις. Πράγματα που άλλοτε περνούσαν απαρατήρητα τώρα μου φαίνονταν υπέροχα, σαν να τα έβλεπα για πρώτη φορά. Φοβήθηκα μήπως χάσω τα αγαπημένα μου πρόσωπα, τους φίλους μου και αυτό μου έκανε να καταβάλω δυνάμεις, για να ξεπεράσω με την βοήθεια του Θεού και των γιατρών, την επάρατη νόσο, τον καρκίνο. Με τον καρκίνο κατάλαβα ότι τίποτε δεν είναι δεδομένο και ό,τι απλόχερα μας χάρισε ο Ύψιστος δεν το εκτίμησα όσο έπρεπε.

Νόμιζα πως για πάντα θα ήμουν γερή και θα είχα το δικαίωμα της μητρότητας και όμως τα έχασα. Τότε ζητούσα να ξανακάνω παιδιά. Πολύ αργά. Αναρωτιόμουν πως θα ήμουν και θα λειτουργούσα ως γυναίκα μετά την επέμβαση.

Μέσα από τις δοκιμασίες αυτές ανακάλυψα την αγάπη και τη στηρίξη των δικών μου ανθρώπων.

Έμαθα να απολαμβάνω τις μικρές εκείνες στιγμές που τις νοιώθεις μόνο όταν φθάσεις στο κατώφλι του θανάτου. Τον ξεγέλασα το θάνατο, έγινα δυνατή και θα γίνω δυνατότερη, γιατί είμαι μαζί με καινούριους φίλους, που πέρασαν τον εφιάλτη και στηρίζουμε ο ένας τον άλλο στο δύσκολο μονοπάτι της ζωής μας. Νοιώθω, Θεέ μου Μεγαλοδύναμε, ότι είσαι κοντά μου και μου κρατάς το χέρι. Νοιώθω τη ζεστασιά σου και την αγάπη σου να με προστατεύει. Είμαι ευλογημένη.

Οσία Καλαϊτζίδου

Μα, γιατί όχι σε εμένα;

(Όρχις)

Γιατί σε εμένα; Μα, γιατί όχι σε εσένα. Όσο σκληρή ή κυνική και να είναι η απάντηση αυτή, είναι μια πραγματικότητα. Ο καρκίνος δεν ξεχωρίζει ηλικία, φύλο, φυλή και ο,τιδήποτε διαφοροποιεί έναν άνθρωπο από το διπλανό του. Έτσι, στα 22 μου, εκεί που όλα ήταν μια χαρά, ξαφνικά βρέθηκα σε μια κατάσταση στην οποία ποτέ δε φανταζόμουν ότι θα βρισκόμουν.

Δεν ξέρω για ποιο λόγο, όταν μου είπαν οι γιατροί τι ακριβώς συμβαίνει, ένιωθα μια περίεργη σιγουριά, ότι στο τέλος όλα θα πάνε καλά. Σε αυτό βοήθησε το γεγονός ότι είχα κάποιες γνώσεις γύρω από την ασθένεια και τις υπάρχουσες θεραπείες, λόγω των σπουδών μου τότε ήμουν τεταρτοετής φοιτήτης της Φαρμακευτικής. Όταν γύρισα στο σπίτι μετά την πρώτη θεραπεία, έψαξα στα βιβλία μου, έψαξα στο internet και έμαθα ακόμα περισσότερα πράγματα για τον καρκίνο του όρχεως, για τα φάρμακα που χρησιμοποιούνται, για τις εγχειρήσεις που χρειάζονται και για τα ποσοστά επιβίωσης σε μελέτες σε όλο τον κόσμο.

Αυτή, λοιπόν η γνώση με βοήθησε να συζητήσω με τους γιατρούς, να μου πουν τις εκτιμήσεις τους και τελικά πέτυχα να έχω άμεση και ολοκληρωμένη ενημέρωση για την πορεία της υγείας μου. Άλλωστε, σε όλη αυτήν την πορεία μόνο εγώ συζητούσα με τους γιατρούς, εγώ έπαιρνα τις αποφάσεις και μετά τα συζητούσα με τους γονείς μου, από τους οποίους είχα την απόλυτη συμπαράσταση και μου έδειχναν απεριόριστη εμπιστοσύνη. Θα ήταν ανεδαφικό να υποστηρίξω ότι όλη η διαδικασία των θεραπειών και των εγχειρήσεων ήταν εύκολη. Το βασικό πρόβλημα ήταν η ψυχολογική πίεση που αισθανόμουν. Θεωρούσα ότι για κάποιο λόγο έχω κάνει κάτι κακό και ότι ήμουν ένα βάρος στην οικογένειά μου. Και σε αυτό το σημείο ήταν καταλυτική η συμπεριφορά της οικογένειάς μου και των φίλων μου. Ούτε για μια στιγμή δεν με άφησαν να πιστέψω ότι είμαι βάρος σε αυτούς. Σε καμιά περίπτωση δεν μου συμπεριφέρθηκαν με οίκτο ή λύπηση. Μπορεί να είχα κάποιο πρόβλημα, αλλά ποτέ δεν ξεχώριζα εξαιτίας αυτού (μάλλον ξεχώριζα γιατί είχα το πιο μοντέρνο στυλ, είχα χάσει όλα μου τα μαλλιά, αλλά ήμουνα σημείο αναφοράς).

Αυτή η συμπεριφορά του οικογενειακού και του φιλικού περιβάλλοντος είχε δύο πολύ σημαντικά αποτελέσματα. Πρώτον, μου «ανέβαζε» την ψυχολογία και δεν με άφηνε να κλειστώ στον εαυτό μου. Δεύτερον, κατάφερα να μην απομακρυνθώ από τη ζωή την ίδια. Αυτό μου έδινε επιπλέον κουράγιο και δύναμη, γιατί δεν ένιωθα διαφορετικός μετά τον καρκίνο. Βέβαια η συμπαράσταση επεκτάθηκε και σε πιο πρακτικά σημεία και στιγμές, τις οποίες απολάμβανα ιδιαίτερώς: για να περιοριστούν οι συνέπειες των θεραπειών, όπως η μυελοκαταστολή, εκτός από τα φάρμακα σημαντικό ρόλο είχε και η διατροφή, όπου μερικά φαγητά βοηθούν την παραγωγή αιμοσφαιρίνης. Έτσι, έχοντας μια πολύ καλή δικαιολογία, έτρωγα κρέας 3 φορές την εβδομάδα, ενώ τίμησα με την παρουσία μου αρκετά εστιατόρια και ταβέρνες (με συνέπεια, αντί να χάσω βάρος, όπως συμβαίνει σε αυτές τις περιπτώσεις, πλέον χρειαζόμουν διαίτα).

Δυστυχώς, όμως εξαιτίας κακής εκτίμησης των γιατρών και μιας κακής αξονικής τομογραφίας, χρειάστηκε να κάνω αρκετές θεραπείες επιπλέον, ενώ δεν απέφυγα και άλλη μία εγχείρηση. Βέβαια, είχα συνηθίσει τη διαδικασία αυτή και παρόλο που για κάποιες μέρες είχα στεναχωρηθεί παρά πολύ, με τη βοήθεια ιδιαίτερα σε αυτήν την περίοδο των γονιών μου, το ξεπέρασα σχετικά γρήγορα.

Αυτή η περιπέτεια των τελευταίων δύο χρόνων μου έμαθε πολλά και με άλλαξε σαν άνθρωπο αρκετά. Έμαθα να εκτιμώ την κάθε στιγμή και το καθετί που έχω. Έμαθα να μην είμαι αχάριστος και να μην ζητώ ανέφικτα και κυρίως ανούσια πράγματα. Έμαθα να κάνω υπομονή, να μην εκνευρίζομαι χωρίς λόγο και να μην στεναχωριέμαι όταν κάτι πάει στραβά. Έμαθα καινούργιους φίλους, κάποιοι δυστυχώς δεν άντεξαν, και το κυριότερο εκτίμησα τη σημασία και την αξία την αληθινής φιλίας. Επίσης έμαθα την αξία της γνώσης και της σωστής ενημέρωσης, ενώ βίωσα τα αποτελέσματα της ανεπάρκειας και της ανευθυνότητας μερικών ανθρώπων, σε αντίθεση με την ανθρωπιά κάποιων άλλων.

Το πιο σημαντικό όμως, το οποίο θα μείνει χαραγμένο στη μνήμη μου και θα αποτελεί ορόσημο στη ζωή μου, είναι η αξία της ζωής και ότι ο αγώνας για αυτή, όταν γίνεται με όλες μας τις δυνάμεις, με πίστη, με αξιοπρέπεια και με στήριξη, αποκλείεται να μην έχει αποτελέ-

σμα. Δεν ήμουν άνθρωπος που στην πρώτη δυσκολία τα παρατούσα, αλλά ούτε και ζοριζόμουν ιδιαίτερα για να πετύχω κάτι. Τώρα έμαθα ότι και ο κόπος και ο σκοπός το αξίζουν. Άλλωστε ο Καβάφης μιλούσε για την αξία του ταξιδιού. Θα το θεωρούσα τουλάχιστον αχαριστία να μην αναφερθώ τόσο στο Σύλλογο Καρκινοπαθών, όσο και στην πρόεδρό τους, την κ. Μήττα. Ήταν ο πρώτος άνθρωπος που γνώρισα και ο οποίος όχι μόνο ήξερε το πρόβλημά του, αλλά είχε το κουράγιο, τη δύναμη και τη θέληση να ξεπεράσει τις δυσκολίες και να βοηθήσει και τους συνασθενείς του. Η κ. Μήττα έδωσε κουράγιο τόσο σε εμένα, όσο και στους γονείς μου. Αλλά ο Σύλλογος μου προσέφερε και κάτι περισσότερο. Μου έμαθε την αξία, τη χαρά και την ικανοποίηση της εθελοντικής και ανιδιοτελούς προσφοράς στους ανθρώπους που δεν είναι τόσο τυχεροί όσο εμείς.

Κανένας δεν ισχυρίστηκε ότι ο καρκίνος είναι ένα απλό κρουολόγημα. Αλλά δεν ισοδυναμεί με θανατική καταδίκη. Κάθε άλλο, είναι μία δοκιμασία, η οποία στο τέλος της μας κάνει πιο δυνατά, ισορροπημένα, συνειδητοποιημένα άτομα και καλύτερους ανθρώπους. Θεωρώ ότι πρέπει όλοι να καταλάβουμε ότι τίποτα δεν είναι πάνω από τις δυνάμεις μας, όλα είναι στο χέρι μας και ότι ο καρκίνος είναι απλά μια παρένθεση σε μια μικρή, αλλά όμορφη ζωή, την οποία δεν αξίζει να χαράμισουμε σε δυσάρεστα και άσχημα πράγματα. Πρέπει να την αξιοποιήσουμε όπως μπορούμε για να είμαστε και εμείς και οι γύρω μας ευτυχισμένοι.

Στέργιος Παπαγεωργίου

Πίστη στον εαυτό μας και στον Θεό (Λευχαιμία)

Λέγομαι Σταματοπούλου Ξανθή, κατάγομαι από την Ν. Ορεσιάδα και είμαι 25 χρονών. Πριν από 12 χρόνια ήμουν και εγώ ένα από εκείνα τα παιδιά που πολέμησε και νίκησε αυτό που λένε μερικοί την «επάρατη νόσο» ή «κακιά αρρώστεια». Ήμουν 11,5 χρονών όταν έμαθα ότι πάσχω από οξεία λεμφοβλαστική λευχαιμία, ένα παιδί που μέχρι τότε ήταν γεμάτο φοβίες και πάνω από όλα χωρίς να πιστεύει στον εαυτό του... έπρεπε να είχα πάντα κάποιον δίπλα μου να με στηρίζει.

Το καλοκαίρι του 1993 μετά από έντονες και ξέγνοιαστες διακοπές αισθανόμουν κατάκοπη, χλωμή, δεν είχα διάθεση να παίξω, να φάω (εδώ θα έπρεπε να πω ότι ήμουν πάντα καλοφαγού) να κάνω ο,τιδήποτε. Επισκεφθήκαμε τον οικογενειακό μας ιατρό, μου πήραν λίγο αίμα και κρατούσα το βαμβακάκι στο μπράτσο μου για δύο ώρες ώστε να λένε όλοι «τι γενναίο κοριτσάκι». Όταν βγήκαν τα αποτελέσματα των ιατρικών εξετάσεων πήγαμε στο επαρχιακό νοσοκομείο και από εκεί με ασθενοφόρο σε νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης.

Όλα έγιναν τόσο γρήγορα που από μια μέρα στην άλλη βρέθηκα σε ένα κρεβάτι ενός νοσοκομείου με ανάλατα φαγητά, αμέτρητες επισκέψεις γιατρών με σοβαρό ύφος, με αιμοληψίες κάθε πρωί-μεσημέρι-βράδυ και γύρω μου παιδάκια χωρίς μαλλιά. Δεν πρόλαβα να σκεφτώ, να αναρωτηθώ από τι πάσχω γιατί η μητέρα μου, μου τα εξήγησε όλα, ότι θα πρέπει να παλέψω με όλη τη δύναμη της ψυχής μου, να έχω υπομονή και να ακούω τους γιατρούς. Δεν φοβήθηκα ούτε στιγμή, ούτε καν με το άκουσμα της λέξης καρκίνος, είπα θα παλέψω. Από εκείνη τη μέρα όποιος γιατρός περνούσε του ζητούσα να μου δώσει αναφορά για το τι χρειαζόταν να κάνω, να μου εξηγήσει για ποιο λόγο χρειάζεται να πάρω κάποιο φάρμακο, τι παρενέργειες μπορεί να έχει, τι δόση θα παίρνω κτλ., ήθελα να γίνω ένας μικρός γιατρός, ο γιατρός του εαυτού μου! Όταν έπεσαν τα μαλλιά μου το διασκέδαζα, χαϊδευόμουν σαν τις γάτες με το κεφάλι μου στην αγκαλιά της μαμάς μου και της έλεγα ότι δεν χρειαζόμαστε πια να αγοράζουμε σαμπουάν για τα μαλλιά... Λόγω των πολλών παρενεργειών των φαρμάκων,

δεν μπορούσα να περπατήσω, να παίξω στο σχολείο του ογκολογικού τμήματος και έτσι το έριξα στο διάβασμα, «έτρωγα» τουλάχιστον δύο με τρία λογοτεχνικά βιβλία τη μέρα, με τα υπόλοιπα παιδιά δε μου δινόταν η ευκαιρία να έχω επαφές γιατί οι γονείς τους φοβόντουσαν μην τους αποκαλύψω τίποτα για την αρρώστια τους. Το θεωρούσα ανήθικο να κρύβουν την αλήθεια γιατί ήμουν σίγουρη ότι δεν υπήρχε παιδί που να μην είχε καταλάβει τι ακριβώς γινόταν και έτσι τους άφησα στο δικό τους έλεος αφού πρώτα είχα κοντραριστεί με μερικούς γονείς.

Μετά από ένα χρόνο χημειοθεραπείας γύρισα επιτέλους στην πόλη μου, εκεί ξεκίνησε και η μεγαλύτερη μάχη που έδωσα, η αντιμετώπιση του κόσμου απέναντί μου. Στην αρχή ήμουν κάτι το αξιοπερίεργο για αυτούς, οι περισσότεροι με είχαν με το ένα πόδι στον τάφο, εξήγησα στους φίλους μου την κατάσταση, ότι δεν έχω μαλλιά, ότι δεν μπορώ να κάνω γυμναστική λόγω του hieman, ότι δεν μπορώ να βγαίνω πολύ έξω γιατί υπήρχε πιθανότητα να κολλήσω οποιαδήποτε ασθένεια λόγω χαμηλών λευκών αιμοπεταλίων. Οι φίλοι μου και οι συγγενείς μου με στήριξαν, υπήρχαν όμως πάντα και κακεντρεχείς που με κοροϊδεύανε για την περούκα, τους θεωρούσα ανόητους, τους λυπόμουνα και δεν ήξεραν πως η συμπεριφορά τους με έκανε πιο δυνατή. Μου λέγανε όλοι να μην τους παρεξηγώ γιατί είναι μικροί και δεν καταλαβαίνουν αλλά ακόμα και στο Λύκειο μου συνέβησαν παρόμοια περιστατικά που δεν είχαν σαν θέμα την περούκα γιατί πλέον είχα πλούσια μαλλιά. Σαν έφηβη ήθελα να αποκτήσω κάποιο φλερτ και πολλές φορές ήρθα αντιμέτωπη με την ερώτηση αν είναι μεταδοτικό με το φιλί, με το άγγιγμα κλπ. μπροστά τους γελούσα όταν όμως ήμουν μόνη μου με έπιανε το παράπονο πότε επιτέλους θα καταλάβουν ότι είμαι ένα φυσιολογικό παιδί και ότι εγώ θα πρέπει να φοβάμαι από αυτούς.

Ποτέ δεν έκρυψα από κανέναν την εμπειρία μου, πίστευα ότι ο κόσμος βλέποντάς με σαν παράδειγμα δεν θα φοβότανε να πει τη λέξη καρκίνος, ότι οι πάσχοντες ή οι συγγενείς τους θα έπαιρναν δύναμη και θα έλεγαν «μπορώ και εγώ»! Για ακόμα μια φορά δεν έκανα πίσω, σήκωσα το κεφάλι και συνέχισα... πέρασα οικονομικές επιστήμες στο Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, ήμουν πλέον φοιτήτρια, περήφα-

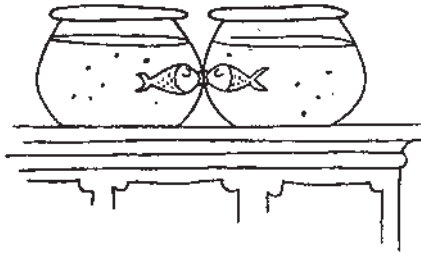
νη για τον εαυτό μου και συνέχισα να αγωνίζομαι με τον δικό μου τρόπο κατά του καρκίνου, ερχόμουν σε επαφή με παιδιά που έπασχαν από την νόσο του καρκίνου και συζητούσαμε τα προβλήματά τους, τις ανησυχίες τους, τις φοβίες τους και πάντα τελειώνα λέγοντάς τους ότι τους περιμένω στη θέση μου, σε ένα πανεπιστήμιο, φοιτητές ή φοιτήτριες, χωρίς σκοτούρες, με άφθονη διασκέδαση και πάνω από όλα με υγεία.

Σήμερα διευθύνω δύο επιχειρήσεις, ένα κέντρο επαγγελματικής κατάρτισης και ένα γραφείο συμβούλων επιχειρήσεων.

Θα μπορούσα να γράψω ένα ολόκληρο βιβλίο για αυτή μου την εμπειρία, ελπίζω σε αυτές τις δύο σελίδες να έδωσα ελπίδα και πάνω από όλα πίστη στον εαυτό μας και στον Θεό.

Θα ήθελα να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ στους γιατρούς του Παιδοογκολογικού Τμήματος του Νοσοκομείου της Θεσσαλονίκης και στην κ. Φόνη την πρόεδρο του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης για την πολύτιμη προσπάθεια και την συμπαράστασή τους. Εύχομαι ο Θεός να τους έχει πάντα καλά...

Ξανθή Σταματοπούλου



Περσεφόνη Μήττα

Συνοδεύοντας κάποια συγγενή μου (Μαστός)

Στα εξωτερικά ιατρεία του νοσοκομείου βρέθηκα τυχαία συνοδεύοντας κάποια συγγενή μου για εξετάσεις. Έτσι άρχισα τον προληπτικό έλεγχο. Οι εξετάσεις το 1ο εξάμηνο δεν έδειξαν κάτι το σοβαρό, το 2ο εξάμηνο κάτι υπήρχε ενώ στο 3ο υπήρχε ογκίδιο αρκετών διαστάσεων.

Αντέδρασα αρκετά ψύχραιμα στη λέξη χειρουργείο, γιατί ήδη ήμουν εξοικιωμένη από προηγούμενες εγχειρήσεις. Πεποίθησή μου είναι ότι το χειρουργείο έχει άμεσα αποτελέσματα, παρά τα φάρμακα. Έτσι υποβλήθηκα σε ριζική μαστεκτομή.

Ενάμιση χρόνο μετά τη μαστεκτομή με την προτροπή και ενθάρρυνση της οικογένειάς μου, κυρίως του αδελφού μου, αποφάσισα να κάνω αποκατάσταση μαστού και πλαστική. Ήταν κάτι το οποίο επιθυμούσα προσωπικά αλλά η συμπαράσταση των δικών μου μ' έσπρωξε σ' αυτό.

Μου αφαιρέθηκε κομμάτι από την πλάτη, το οποίο σκέπασε το σακουλάκι με τη σιλικόνη. Το μέρος της ουλής από την μαστεκτομή ήταν αρκετά βαθύ ώστε να πάρει θέση η σιλικόνη και ν' ακολουθήσει η πλαστική με το μόσχευμα. Το χειρουργείο κράτησε 7 ώρες γιατί έγινε σμίκρυνση στον άλλο μαστό για να υπάρξει κάποια εξισορρόπηση στους δύο μαστούς.

Η αποκατάσταση και η πλαστική έγινε σε ιδιωτική κλινική, όχι στο νοσοκομείο κι έμεινα 2 μέρες. Έκανα αλλαγές κάθε 10-15 μέρες και όλα πήγαν καλά.

Νομίζω πως όλα είναι θέμα πείρας και καλής ψυχολογίας. Λόγω των πολλών χειρουργικών επεμβάσεων και της καλής ψυχολογίας μου είμαι ψύχραιμη και αντιμετώπισα πόνους και δυσάρεστες καταστάσεις με υπομονή και θέληση. Έχουν περάσει 7 χρόνια από την αποκατάσταση και ζω και κυκλοφορώ τώρα ξένοιαστα χωρίς να κρύβω το σημείο που μου έλειπε ο μαστός, χωρίς άγχος και κόμπλεξ.

Σε συνέδριο που είχα παρακολουθήσει με το Σύλλογο για την αποκατάσταση, άκουσα ορισμένα πράγματα που με βοήθησαν ώστε να μην ανησυχώ και να έχω φόβο για τον καινούριο μαστό.

Δύομιση χρόνια μετά την αποκατάσταση, στον έλεγχο που κάνω έχω ογκίδια (κύστες) στον άλλο μαστό που παρακολοθούνται από το γιατρό μου.

Βαγγελιώ Καραπατόγλου

Φίλε καρκίνε, σε μένα που ήρθες έκανες μεγάλο λάθος (Λάρυγγας)

Ονομάζομαι Αγάς Ανδρέας και κατοικώ επί της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, στο Νέο Κορδελιό Θεσσαλονίκης.

Κάποια στιγμή κατάλαβα ότι έχω ενοχλήσεις στον λάρυγγα, αλλά όταν πήγα στο ιατρείο, ο γιατρός μου είπε ότι έχω φαρυγγίτιδα και μου έδωσε ένα φάρμακο υγρής μορφής κόκκινο. Και εγώ δεν έδωσα την απαιτούμενη προσοχή.

Και με τον καιρό είχα εντονότερα προβλήματα, και αποφάσισα να πάω στο νοσοκομείο. Αφού με εξέτασε ο γιατρός μου είπε ότι έχω έναν όγκο στον λάρυγγα. Με καθησύχασε να μην πανικοβληθώ και μου σύστησε να κάνω εισαγωγή στο νοσοκομείο ώστε να με εξετάσει καλύτερα και αν πρέπει να χειρουργηθώ να κάνω την επέμβαση.

Συζήτησα με την οικογένειά μου και πήρα την απόφαση να κάνω την επέμβαση ολικής λαρυγγειεκτομής (φυσικά αφού έκανα βιοψία και όλες τις σχετικές εξετάσεις). Τις εξετάσεις τις πήρε η σύζυγός μου με την κόρη μου και τις έδωσε σε μένα. Κοιτάζοντας το τι έγγραφαν οι εξετάσεις έμεινα έκπληκτος στη φράση τεστ θετικό καρκινογόνου όγκου προχωρημένου σταδίου.

Έμεινα άφωνος μπροστά στο άψυχο χαρτί, αλλά γρήγορα συνήλθα και λέω στον εαυτό μου: «Και τι μ' αυτό. Ο καρκίνος είναι μια αρρώστια όπως όλες τις άλλες, και πρέπει να βρισκουμε τα ψυχικά αποθέματα για να ξεπερνάμε όλες τις παθήσεις όποιες κι αν είναι αυτές».

Με περίσσιο θάρρος και σαρκασμό λέω στον εαυτό μου: «Φίλε καρκίνε, σε μένα που ήρθες έκανες μεγάλο λάθος. Εγώ δεν τρομάζω στο άκουσμα καρκίνος. Φίλε καρκίνε, θα σε βλέπω κατάματα ώπου να σε νικήσω είτε με τον χορό είτε με ανέκδοτα μα είτε με την καλή ψυχολογία και το κουράγιο, τη δύναμη που έπαιρνα από την οικογένειά μου. Γι' αυτό, φίλε καρκίνε, θα κάνεις πέρα, θέλω να ζήσω».

Ενημερώθηκα από τον γιατρό ότι η μόνη θεραπεία είναι η εγχείρηση. Και τότε άρχισαν οι ερωτήσεις απ' την οικογένειά μου και μένα φυσικά το πώς θα μιλώ.

«Γιατρέ, τι γίνεται;» του λέω. Με ενημέρωσε αμέσως ο γιατρός λέγοντας ότι υπάρχουν Λαρυγγόφωνα που βοηθάνε στην ομιλία.

Αλλά υπάρχει και ο κύριος Μουρίκης που κάνει μαθήματα και σε βοηθά να μιλήσεις με τον οισοφάγο.

Ανταποκρίθηκα στον γιατρό λέγοντας: «Τι λες γιατρέ θα μου αφαιρέσεις τον λάρυγγα; Και θα μου μάθουν να μιλάω; Για τόσο αφελή με περνάτε;».

Τότε μου κτυπά τον ώμο και μου ζητά να τον ακολουθήσω. Ξαφνικά βρισκόμαστε σε μια αίθουσα, την αίθουσα φωνητικής αποκατάστασης. Εκεί ο κ. Μουρίκης βοηθούσε ανθρώπους με το συγκεκριμένο πρόβλημα, στο να μάθουν να μιλούν με τον οισοφάγο. Με σύστησε στον κ. Μουρίκη και του είπε πως θα κάνω ολική λαρυγγειεκτομή, και να μου δείξει το πως θα μάθω να μιλώ μετά την επέμβαση. Κοιτάζοντας στα μάτια μου λέει ο κ. Μουρίκης: «Κάθισε και πρόσχε πως θα μιλώ». Ακούγοντας τον κ. Μουρίκη ξαφνιαστήκα, αισθάνθηκα περιέργεια, από την μια ήθελα να γελάσω και από την άλλη βλέποντας συνανθρώπους φασκωμένους με γάζες στον λαιμό και άλλους με σωληνάκι στην τραχειοτομή μ' έπιασε ένα ρίγος που δεν ξεχνιέται. Για μένα ήταν άγνωστα όλα αυτά διότι δεν υπήρχε ενημέρωση από τα ΜΜΕ.

Όταν λοιπόν συνάντησα για πρώτη φορά αυτές τις συνθήκες έμεινα κατάπληκτος. Παρακολουθώντας τα μαθήματα άκουγα λέξεις που προκαλούσαν γέλιο, αλλά πως να γελάσεις όταν βρίσκεσαι ανάμεσα σε ανθρώπους που έχουν πρόβλημα το ίδιο με αυτό που είχα και εγώ;

Ο δάσκαλος κ. Μουρίκης συνέχισε με μεγάλο ζήλο και ενδιαφέρον, τέτοιο που ήθελε με κάθε θυσία να μάθουμε να μιλάμε όλοι το ίδιο καλά. Όταν τελείωσε το μάθημα με φώναξε και με ρώτησε: «Κατάλαβες πως από εδώ και στο εξής θα κάνεις το ίδιο μάθημα»; Μετά μου έδωσε ένα χαρτάκι να μάθω να το φυσάω και να κάνω όπως κάνει εμετό ένας μεθυσμένος, ασκήσεις πριν την επέμβαση λέγοντάς μου πως αν τα μάθω αυτά, μετά την επέμβαση δεν θα είχα πρόβλημα να μιλήσω.

Κάνοντας όλα αυτά που μου έδειξε ο δάσκαλος μετά την επέμβαση δεν είχα πρόβλημα στο να μιλήσω. Σε 27 ημέρες ήμουν έτοιμος και κατανοητός σε όλους τους ανθρώπους. Εγώ τον κ. Μουρίκη δεν πρόκειται να τον ξεχάσω ποτέ! Είναι ο άνθρωπος που έχει βοηθήσει κό-

σμο και κοσμάκη σε όλη την Ελλάδα. Μέχρι και από την Αμερική ήρθαν και του ζήτησαν πληροφορίες για την οισοφαγική ομιλία και τους πληροφορήσε. Έχω να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ στον κ. Μουρίκη και όσο ζω θα τον θυμάμαι.

Επίσης ένα μεγάλο ευχαριστώ στη σύζυγό μου και στα παιδιά μου διότι μου συμπαραστάθηκαν και ήταν δίπλα μου στις δύσκολες στιγμές, δίνοντάς μου κουράγιο και ταυτόχρονα με βοήθησαν στα μαθήματα. Η σύζυγός μου μάλιστα μου έκανε και τεστ στο αν έμαθα σωστά το μάθημα! Πως μπορώ να ξεχάσω όλα αυτά που πέρασα.

Ο γιατρός μου έγραψε να κάνω 25 ακτινοθεραπείες. Πήγαινα κάθε μέρα στο νοσοκομείο και μετά στην κλινική ΩΡΛ και έβλεπα τους αρρώστους. Στον 4ο θάλαμο όταν με έβλεπαν οι ασθενείς άλλαζε η ψυχολογία τους, και έτσι πήγαινα κάθε μέρα και μιλούσα μαζί τους. Τους έδινα κουράγιο.

Μία ημέρα καθώς πήγαινα να τους επισκεφτώ συνάντησα τον κ. Μουρίκη με μια κυρία ανάπηρη. Τους καλημέρισα και συστηθήκαμε. Ήταν η κ. Μήττα. «Σε θέλουμε» είπαν και οι δύο. «Χαιρετώ τους ασθενείς και έρχομαι στην αίθουσα». Όταν λοιπόν βρεθήκαμε έγινε συζήτηση για να ιδρύσουμε τον Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης. Κάναμε διοικητικό και ο σύλλογος τέθηκε σε λειτουργία με πρόεδρο την κ. Μήττα. Όλοι μαζί δουλέψαμε και το έργο του συλλόγου έφτασε πολύ ψηλά με ενημερωτικά φυλλάδια. Ενημερώνοντας τα μέλη μας και το κοινό δωρεάν, καθώς δήμους και κοινότητες, σχολεία και δημόσιες αρχές. Η κ. Μήττα ήταν εκείνη που είχε την έμπνευση για τα φυλλάδια που το κάθε ένα από αυτά μιλούσε για κάθε είδος καρκίνου. Έφερε υλικό από την Αμερική και εμπλουτίσαμε τη βιβλιοθήκη του Συλλόγου. Είναι ένα άτομο με αστείρευτη ενέργεια και μεγάλη δύναμη και πίστη. Δύσκολα κάποιος άλλος στη θέση της και με τόσα προβλήματα, καθημερινά θα τα έφερνε εις πέρας. Της αξίζουν συγχαρητήρια και πολλά ευχαριστώ για όσα κάνει και όσα προσφέρει στο Σύλλογο και τους ανθρώπους. Ευχαριστώ για την υπομονή να διαβάσετε το βιογραφικό μου.

Ανδρέας Αγάς

Με αισιοδοξία το αύριο (Πνεύμονας)

Στα 55 μου χρόνια με μια ζωή δραστήρια, ποτέ δεν πίστευα ότι θα συνέβαινε σε μένα.

Πάντα το κακό πιστεύουμε ότι αφορά τον τρίτο άνθρωπο, τον γείτονα, τον γνωστό, τον συγχωριανό, κι όχι εμάς.

Η ιστορία μου ξεκινά το 1991 τον Οκτώβρη με βήχα και πυρετό. Βέβαια ο βήχας υπήρχε αρκετούς μήνες πριν, νομίζοντας ότι είναι από το τσιγάρο, μιας και ήμουν φανατικός.

Εμπύρετος νοσηλεύομαι στο επαρχιακό νοσοκομείο, αφού κατάγομαι από διπλανό χωριό, την Καρυώασσα. Εκεί με κρατούν λίγες μέρες και με παραπέμπουν σε νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης για ειδικότερες εξετάσεις.

Εκεί διαγνώστηκε ο καρκίνος του πνεύμονος. Θέλησαν χωρίς να χάσουν χρόνο να ξεκινήσουμε χημειοθεραπείες. Το σοκ ήταν μεγάλο. Αρνήθηκα και έφυγα.

Πήγα στο σπίτι μου, θέλοντας να μαζέψω τις σκέψεις μου, τις υποχρεώσεις μου, να δω τι θα κάνω.

Μετά από αρκετές εβδομάδες με κλάματα, και μετά από πιέσεις συγγενών πήγα στην Αθήνα, στο γιατρό που είχε και η αδερφή μου. Αρχίσαμε χημειοθεραπείες. Μετά τη δεύτερη με στέλνει στο εξωτερικό για ακτινοβολίες, νομίζοντας κατά την κρίση του ότι εκεί γίνονταν καλύτερες. Γυρίζω μετά ένα μήνα, και συνεχίζω τις υπόλοιπες χημειοθεραπείες.

Απομόνωση, μοναξιά, αγωνία.

Όστοςό έγινα καλά για 2,5 χρόνια. Όσπου έκανε μετάσταση στον εγκέφαλο. Τα πρώτα συμπτώματα ήταν στη βάδιση και αστάθεια. Κάνοντας αξονική διαπιστώθηκε η μετάσταση σε τρία σημεία στο κεφάλι και στους λεμφαδένες. Ταξιδεύω πάλι για Αθήνα και εγχειρίζομαι από εξειδικευμένο Νευροχειρουργό.

Γυρίζω πίσω, κάνω χημειοθεραπείες και ακτινοβολίες στο νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης μιας και ήταν πιο κοντά μου. Η εγχείρηση εν τω μεταξύ με άφησε παραπληγικό. Ο γιατρός μου έδωσε 2 χρόνια ζωής.

Ξέχασα να σας πω, πως από τις χημειοθεραπείες, δεν λειτουργεί το ένα νεφρό και το άλλο υπολειτουργεί. Επίσης μέσα στα νοσοκομεία που νοσηλεύτηκα έπαθα αρκετές φορές έμφραγμα.

Ξανασηκώθηκα όμως στα πόδια μου και είπα πως θέλω να ζήσω! Κι αυτό έκανα! Ήρθαν κι άλλα μικρότερα βέβαια να συμπληρώσουν το παζλ. Έσπασα το γοφό, επίσης δημιουργήθηκε ένας μικρός προστάτης στην κύστη μα ήταν ελεγχόμενος, με βρήκε και επιληψία.

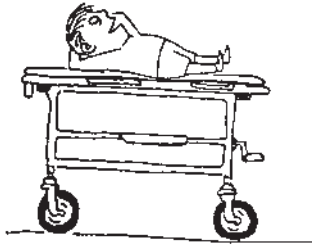
Μετά από κάποια χρόνια, ξαναπέφτω και χτυπώ στο κεφάλι, κάνοντας σοβαρό αιμάτωμα, ξανάδα τον κόσμο. Ξαναγεννήθηκα.

Αυτή τη στιγμή είμαι στο κρεβάτι λόγω του σοβαρού πεσίματος, κι επειδή η κατάσταση ήταν βεβαρημένη, έγινε χειρότερη.

Αυτή είναι η ζωή μου σαν καρκινοπαθής.

Σήμερα 16 χρόνια μ' αυτή την ασθένεια τολμώ να πω, πως παλεύω και νικάω. Δε φοβάμαι, χαίρομαι το σήμερα και αντικρίζω μ' αισιοδοξία το αύριο.

Δημήτριος Μαντζαράκης



Περσεφόνη Μήττα

Το σώμα μας είναι ναός του Αγίου Πνεύματος (Παχύ έντερο)

Θέλω να γράψω την περιπέτεια της υγείας μου που είχα πριν έξι χρόνια. Να δώσω να καταλάβουν και άλλοι άνθρωποι ότι δεν τελειώνει η ζωή έτσι εύκολα. Το παν είναι να έχεις πίστη στο Θεό και αγάπη για τη ζωή και για το σώμα σου. Να ξέρεις ότι το σώμα μας είναι ναός του Αγίου Πνεύματος και έχει αγοραστεί αντί τιμήματος. Και ωραία είναι η ζωή όταν το σώμα είναι γερό.

Αγαπάς τη ζωή σου πιο πολύ όταν βγεις από μια τέτοια περίπτωση, δίνεις αξία στη ζωή σου και ο κόσμος είναι ωραίος. Ο άνθρωπος είναι καλόκαρδος, μεγαλόψυχος, ερωτευμένος, ευτυχισμένος, κι όλα τα καλά πράγματα έχουν αξία μονάχα σαν είναι γερό το κορμί.

Σήμερα συμπληρώνονται έξι χρόνια από την εγχείρηση που έκανα. Μέχρι τότε δεν ήξερα καν ότι υπήρχε αυτή η αρρώστια. Δεν μου μίλησε κανένας γι' αυτήν. Τα έχω ζήσει η ίδια, έχω εμπειρία, είμαι πλούσια σε γνώσεις. Γι' αυτό αποφάσισα να γράψω την εμπειρία μου.

Ήταν Αύγουστος του 2002 όταν άρχισαν τα πρώτα συμπτώματα: Πονούσε ελαφρά η κοιλιά μου και νομίζοντας ότι κρύωσα έβαζα κομπρέσες με ούζο και περνούσε ο πόνος. Δεύτερο είχα δυσκοιλία αλλά αυτό το έχω από παλιά. Τρίτο είχα φούσκωμα όταν ήμουν χορτάτη και αέρια με άσχημη οσμή.

Και περνούσαν οι μήνες χωρίς να αντιληφθώ τι μου συμβαίνει. Κατά τα Χριστούγεννα βλέπω και ένα άλλο σύμπτωμα, αίμα σε μορφή βλέννας στα κόπρανα. Ε, αυτό ήταν που με έκανε και πήγα στο γιατρό. Αυτό το σύμπτωμα το παρακολούθησα για 15-20 ημέρες, το είπα στον άνδρα μου, στο παιδί μου και με παρότρυναν να πάω στο γιατρό.

Με εξέτασε και μου λέει: «Υποψιάζομαι τι είναι αλλά θα κάνουμε μια εξέταση που λέγεται κολονοσκόπηση να βεβαιωθούμε. Μου έδωσε να κάνω την τριήμερη προετοιμασία, να πω και ένα φάρμακο να καθαρίσει το έντερο.

Η απάντηση ήρθε το απόγευμα της ίδιας ημέρας: «Στοιχεία αδενοκαρκινώματος του παχέος εντέρου καλής διαφοροποίησης». Τώρα τι γίνεται; ΚΑΡΚΙΝΟΣ. Καρκίνος ίσον θάνατος. Πήγαμε μαζί με τον

άνδρα μου και πήραμε τα αποτελέσματα. Μας λέει ο γιατρός: «Επείγουσα εγχείρηση».

Κάναμε αξονικό τομογράφο. Τα αποτελέσματα είναι: Χοληδόχος κύστη, πνευμόνια, ήπαρ, επινεφρίδια, πάγκρεας, νεφροί όλα φυσιολογικά. Όλες τις εξετάσεις τις μάζεψα και ετοιμάζομαι. Στα Γιαννιτσά που γύρισα με έπιασε απελπισία και μεγάλος φόβος. Πλάγιασα στο ντιβάνι και στις καρτέλες κάθονται να με παρηγορήσουν ο άνδρας μου και ο γιος μου ο μεγάλος. Ο μικρός λείπει στο εξωτερικό, δουλεύει εκεί. Και εγώ χωρίς να κλαίω (καλά λένε όταν πονάει η ψυχή σου πολύ, δεν κλαεις). Έπεφτα σε ένα βάραθρο, έπεφτα-έπεφτα. Τι είναι αυτό που μου συμβαίνει; Γιατί σε μένα; Θα έχει επιτυχία η εγχείρηση; Θα ζήσω μετά από αυτή; Πόσο προχωρημένος είναι ο καρκίνος; Ήρθε το τέλος; Αυτή ήταν όλη η ζωή μου; Είναι γραφτό να πεθάνω στα 58 μου;

«Βρίσκομαι στην κλινική αυτή τη στιγμή που γράφω αυτές τις σκέψεις μου. Μου ήρθε αυτή η αρρώστια και τρελάθηκα, θα με προλάβουν άραγε να μην πέσω για πάντα στο βάραθρο;

6 Φεβρουαρίου 2003. Ήρθε η ημέρα για την εγχείρηση. Πρωί-πρωί έφθασαν ο άνδρας μου, ο γιος μου Θεόδωρης.

Όταν άνοιξα τα μάτια μου το ρολόι απέναντι στον τοίχο έδειχνε 17:00 η ώρα. «Είμαστε ακόμη ζωντανοί» λέω με τον νου μου. Με πήρε ο τραυματιοφορέας με το φορείο και με πήγε στο δωμάτιο 309 στο κρεβάτι μου. Ήμουν διασωληνωμένη, ένας σωλήνας από τη μύτη μου που έφθανε στο στομάχι, ένας σωλήνας στην πληγή να μαζεύει τα αίματα, ένας καθετήρας και ένας σωλήνας στο λαιμό που ήταν συνδεδεμένος με πολλά σωληνάκια και κατέβαζαν στο σώμα μου διάφορους ορούς. Όλα τα άντεχα μόνο με ενοχλούσε αυτός ο σωλήνας στην μύτη μου και όταν ήρθαν οι γιατροί να με δουν (ξέχασα να σας πω ότι ήταν ένα team από γιατρούς) μου είπαν ότι θα το έχω το ενοχλητικό αυτό σωληνάκι στη μύτη έως ότου γουργουρίσουν τα έντερά μου. Την τέταρτη ημέρα έγινε αυτό και επιτέλους το βγάλανε με μια βαθιά αναπνοή.

Μετά την εγχείρηση ο γιατρός έφυγε ταξίδι για δύο ημέρες και οι αντικαταστάτες του δεν μου έβαλαν ζωνάρι στην κοιλιά μου να συγκρατεί την πληγή για να δέσει. Όταν γύρισε και το είδε τους έβαλε τις φωνές. Θα βγουν τα έντερα της γυναίκας έξω από τη ραφή έτσι

που την αφήσατε, αφού κάθε μέρα έπρεπε να περπατάω σε όλο το μήκος του διαδρόμου μαζί με τους ορούς.

11 Φεβρουαρίου 2003. Ημέρα έκτη, όλα πάνε καλά, αναρρώνω, περιμένω να λειτουργήσει το έντερο.

Σήμερα, 20 Φεβρουαρίου 2003, νιώθω καλύτερα το απόγευμα.

Παρακάτω γράφω τι διαβάζω στο σημειωματάριό μου:

«Μου αφαίρεσαν το χαλασμένο παχύ έντερο που είχε τον πολύποδα. Αφαίρεσαν 32 πόντους έντερο και όταν πήγε για ιστολογική εξέταση το πόρισμα λέει: **«Αδενοκαρκίνωμα του παχέος εντέρου μετριάς διαφοροποίησης, σταδίου Β1 κατά AStIPT COLLPY».**

Από την ημέρα που βγήκα από το νοσοκομείο μέχρι σήμερα 14-3-2003 έχω πολύ διάρροια, μέρα-νύχτα. Ο γιατρός μου είπε να μην ανησυχώ, θα στρώσει το έντερο και μου έδωσε χάπια για την διάρροια. Η αλήθεια είναι ότι έγιναν τα έντερά μου σαν του νεογέννητου παιδιού. Δεν μου επέτρεψαν οι γιατροί καμία θεραπεία.

19 Φεβρουαρίου 2003. Τα συναισθήματά μου.

Πέρασαν σαράντα ημέρες από την εγχείρηση και τις πιο πολλές ώρες της ημέρας πλαγιάζω. Σε αυτό το διάστημα σκέφτομαι πόσα συναισθήματα κυρίεψαν την ψυχή μου. Στην αρχή όταν μου το είπε ο γιατρός, ότι έχεις πολύποδα στο παχύ έντερο και θέλει εγχείρηση, ένιωσα μεγάλη έκπληξη γιατί δεν το περίμενα. Ύστερα στεναχώρια και μεγάλο φόβο για να αντέξω την ταλαιπωρία της εγχείρησης. Και αποδοχή. Μετά την εγχείρηση κατάθλιψη και κλάμα. Ύστερα ευγνωμοσύνη για τον χειρουργό μου. Μεγάλη αγάπη για τον σύζυγό μου που με στήριξε όλο αυτόν τον καιρό, τον ευχαριστώ παρά πολύ. Χαρά για όλους τους συγγενείς και τους φίλους που ήρθαν να με δουν. Αγαλλίαση που ήρθε ο ιερέας παπα-Κωνσταντίνος να με εξομολογήσει και ο παπα-Γιάννης να με κοινωνήσει. Και υπομονή που είμαι τόσο καιρό στο κρεβάτι. Νιώθω πόνο στην κοιλιά μου και τρέχω συχνά στην τουαλέτα».

5 Σεπτεμβρίου 2003. Κάναμε σήμερα δεύτερη κολονοσκόπηση για έλεγχο του εντέρου και βρήκε ο γιατρός δεύτερο πολύποδα, πολύ μικρό (ανησύχησα πολύ). «Άνευ σημασίας» είπε, που μπορεί να αφαιρεθεί κόβοντάς το επί τόπου. Και πήγαμε 12 Νοεμβρίου 2003 σε κλινική της Θεσσαλονίκης στο γιατρό και μου τον αφαίρεσε με **σιγμοει-**

δοσκόπηση, υπόθεση δέκα λεπτών. Όλα τελείωσαν καλά ευτυχώς. Όμως είμαι τώρα άνθρωπος υψηλού κινδύνου, ΠΡΟΣΟΧΗ!

Ιούνιος 2005. Βρίσκομαι στη Βενετία στο παιδί μου, είμαι χαρούμενη, **αγαπώ τους ανθρώπους μου, αγαπώ όλο τον κόσμο. Ζω και διασκεδάζω. Η ζωή είναι ωραία.** Όταν γλυτώσεις από ένα μεγάλο κίνδυνο τότε την εκτιμάς. **Ευχαριστώ τον Θεό και τον δοξάζω.**

25 Οκτωβρίου 2005. Πήγα στο νοσοκομείο για μια εξέταση ρουτίνας. Ο γαστρεντερολόγος με εξέτασε με προσοχή και μου είπε όλα καλά. Τώρα θα πάω μετά έξι μήνες. Κάνω συχνά εξέταση αίματος για δείκτες, στην αρχή κάθε τρεις μήνες, τώρα κάθε έξι. Μια φορά τον χρόνο αξονική τομογραφία και κάθε χρόνο κολονοσκόπηση.

Στο τέλος αυτής της περιπέτειας αρχίζει η καινούργια ζωή. Που πιστεύω να έχει ποιότητα.

Συνεχίζω να πηγαίνω στο ΚΑΠΗ. Κάνουμε πρόβες στην χορωδία. Παλιά ήμουν για δέκα χρόνια στη χορωδία του Δήμου.

Τώρα τελευταία γράφτηκα στο σύλλογο Καρκινοπαθών Γιαννιτσών. Διαβάζω σε ένα φυλλάδιο που μας μοίρασαν:

«Μην ξεχνάς, η ζωή είναι όμορφη, η υγεία μοναδική, στο χέρι σου είναι να την διατηρήσεις κάνοντας πρόληψη».

«Καλύτερα να προλαβαίνεις, παρά να θεραπεύεις».

«Ο καρκίνος υπήρξε ένας σταθμός. Δεν είναι όλη η ζωή μου. Συνεχίζω την πορεία της».

Π. Μήττα

Ο καρκίνος του παχέος εντέρου μπορεί να θεραπευθεί πλήρως. Η ίαση είναι πιο πιθανή όταν βρεθεί σε αρχικό στάδιο. Ασυνήθιστα συμπτώματα από την κοιλιά ή αλλαγές ή αίμα στις κενώσεις πρέπει να αναφέρονται αμέσως στο γιατρό. Η κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και αβεστίου πιθανότατα προφυλάσσει από τον καρκίνο του παχέος εντέρου.

Το αντίθετο συμβαίνει με την κατανάλωση κόκκινου κρέατος. Ο καρκίνος στις περισσότερες περιπτώσεις αναπτύσσεται πάνω σε πολύποδα. Η αφαίρεση των πολύποδων προλαμβάνει την εμφάνιση του καρκίνου του παχέος εντέρου.

Αχιλλίτσα Γλερίδου

Ασχολήθηκα με το παιδί μου (Στομάχι)

Το πρόβλημα με τον καρκίνο ξεκίνησε πριν 13 χρόνια. Είχα μία ήσυχη οικογενειακή ζωή και εργαζόμουν στο βαφείο μετάλλων ενός εργοστασίου ώσπου ξεκίνησαν ο πόνος, η σταδιακή μείωση της όρεξης και οι κομμάρες. Τα συμπτώματα αυτά διάρκεσαν επί έναν χρόνο, ώσπου ύστερα από φοβερό κοιλόπονο, αναγκάστηκα να πάω σε εφημερεύον νοσοκομείο, ενώ πάντοτε απέφευγα τους γιατρούς.

Μου έκαναν εισαγωγή κατευθείαν και ξεκίνησε η διαδικασία των εξετάσεων. Με τη γαστροσκόπηση και την αξονική τομογραφία φάνηκαν όγκοι στο στομάχι και στο λεπτό έντερο και αμέσως αποφασίστηκε η εγχείρηση, μη γνωρίζοντας τι θα αφαιρεθεί. Προσωπικά δεν γνώριζα τίποτα, εκτός από το γεγονός ότι ήμουν γεμάτος όγκους που θα έπρεπε να αφαιρεθούν. Με την επέμβαση έγινε ολική γαστρεκτομή, δηλαδή αφαιρέθηκε όλο το στομάχι, ένα τμήμα λεπτού εντέρου (περίπου 1,5 μέτρο) και σπληνεκτομή.

Η βιοψία έδειξε ότι οι όγκοι ήταν λέμφωμα στομάχου και λέμφωμα νησιτίδος (τμήμα λεπτού εντέρου). Λόγω της έλλειψης του στομάχου κατά την επέμβαση συνδέθηκε ο οισοφάγος με το υπόλοιπο του λεπτού εντέρου, όπου δημιουργήθηκε ένας σάκος ο οποίος μεγάλωνε με το πέρασμα του χρόνου, όσο δηλαδή έτρωγα και έπρεπε να γίνεται η λειτουργία της πέψης. Φυσικά η πέψη δεν λειτουργεί φυσιολογικά πλέον, γιατί δεν απορροφώνται όλα τα θρεπτικά συστατικά και όσο και να τρώω δεν κερδίζω βάρος. Το πρώτο τρίμηνο μετά την επέμβαση ακολουθούσα αυστηρή δίαιτα στη διατροφή μου, στο δεύτερο τρίμηνο η δίαιτα ήταν λιγότερο αυστηρή και στο τρίτο τρίμηνο μπορούσα να τρώω ό,τι ήθελα και όσο το άντεχα φυσικά. Μεγαλύτερο πρόβλημα αποτέλεσε το νερό, που κατά τους πρώτους 6 μήνες δεν μπορούσα να το καταπιώ γιατί πνιγόμουν. Επίσης η ευκοιλιότητα μου δημιουργούσε ιδιαίτερα μεγάλο πρόβλημα τα πρώτα έξι χρόνια, η οποία συνεχίζεται μέχρι σήμερα, αλλά όχι τόσο έντονα.

Μετά την επέμβαση ακολούθησαν 4 κύκλοι χημειοθεραπειών, οι οποίες έριξαν το αμυντικό μου σύστημα και 10 ακτινοθεραπείες, οι οποίες έκαναν πιο έντονο το πρόβλημα της ευκοιλιότητας. Ευτυχώς

για μένα οι γιατροί έκριναν ότι δεν χρειάζονται άλλες θεραπείες και πλέον μπορούσα να είμαι στο σπίτι μου μακριά από τις θεραπείες και το νοσοκομείο, αλλά φυσικά υπό παρακολούθηση.

Για να μπορέσω να βοηθήσω τον εαυτό μου να ξεπεράσει το πρόβλημα αυτό, έκανα ό,τι με ευχαριστούσε στην προηγούμενη ζωή μου, π.χ. ψάρεμα, και ο,τιδήποτε θα με απομάκρυνε από τη φασαρία της πόλης. Διέγραφα τους ανθρώπους που μου δημιουργούσαν προβλήματα και διάλεγα αυτούς που με βοηθούσαν περισσότερο. Δεν καταπίεζα τον εαυτό μου να κάνει κάτι που δεν ήθελα. Βέβαια, έκανα πράγματα που έπρεπε να γίνουν προκειμένου να βοηθηθεί η οικογένειά μου. Ασχολήθηκα πολύ με το παιδί μου που τότε ήταν μικρό, ποτέ το πρόβλημά μου δεν μπήκε ανάμεσα σε μένα και στην οικογένειά μου, ανταποκρίθηκα στις υποχρεώσεις μου σαν πατέρα και σαν οικογενειάρχης, δίχως να μειώσει το ρόλο αυτό η ασθένειά μου. Εξάλλου η οικογένειά μου το άξιζε αυτό, εφόσον έδειχνε μεγάλη κατανόηση και μου εξασφάλιζε ηρεμία και γαλήνη. Ποτέ δεν δημιουργούσαν προβλήματα και πάντοτε σεβόταν την ανάγκη μου για την ψυχική ηρεμία που απαιτούσε η περίπτωσή μου.

Ποτέ δεν παραιτήθηκα από τη ζωή μου και από τις υποχρεώσεις μου. Ήδη στον 1,5 χρόνο ύστερα από την επέμβασή μου ξεκίνησα τις σκληρές δουλειές όπως την ανακαίνιση του σπιτιού μου και μάλιστα τα ανέλαβα σχεδόν όλα μόνος μου. Οι τεχνίτες τοποθέτησαν μόνο τα υλικά. Παράλληλα, έκανα δουλειές για βιοποριστικούς λόγους εκμεταλλευόμενος τις γνώσεις που είχα, όπως υδραυλικά, ηλεκτρολογικά κλπ. Με τον τρόπο αυτό κατάφερα και να λύσω το οικονομικό μου πρόβλημα, γιατί η σύνταξη αναπηρίας δεν έφτανε, αλλά και με βοήθησε να ξεχνώ το πρόβλημά μου και να γίνομαι πιο δυνατός. Στα 9 χρόνια μετά την επέμβαση ξανάρχισα να παίζω ποδόσφαιρο ύστερα από παύση 15 χρόνων και συνεχίζω ακόμα κανονικά με συμπαίκτες κατά πολύ μικρότερους σε ηλικία από μένα.

Πιστεύω ότι ποτέ δεν χρειάστηκα ψυχολογική υποστήριξη, γιατί είμαι πολύ δυνατός χαρακτήρας. Προτιμώ να βάζω τα προβλήματα κάτω και να τα αντιμετωπίζω μόνος μου χωρίς βοήθεια. Ποτέ δεν ζήτησα βοήθεια ούτε από ψυχολόγους ούτε από τη Θρησκεία. Εάν κάποιος δεν είναι ισχυρός χαρακτήρας δεν μπορεί να ξεπεράσει κανένα πρόβλημα και συνεπώς να επιβιώσει.

Τώρα ζω με την οικογένειά μου μία ήρεμη ζωή, με τις βόλτες μου, το ποδόσφαιρο και το ψάρεμα. Χάρη στον δυναμισμό του χαρακτήρα μου, αλλά κυρίως στην οικογένειά μου που με υποστήριξε πολύ και ήταν άψογη κατάφερα να ζω ευτυχισμένος. Διαπίστωσα ότι ύστερα από τον καρκίνο, αν και η οικονομική μου κατάσταση δεν είναι τόσο καλή όπως πριν, έμαθα να αντιμετωπίζω πιο δυναμικά τα προβλήματά μου και να αδιαφορώ στα ανούσια άγχη, αυτά που ως υγιής τα έδινα μεγάλη σημασία και δεν με άφηναν να χαίρομαι τη ζωή.

Ηλίας Τσιομπλέτσας



Περσεφόνη Μήττα

Και δόξα τω Θεώ (Τράχηλος μήτρας)

Στα 36 μου, ήμουν χωρισμένη και μητέρα 2 κοριτσιών: 11 και 8 χρόνων αντίστοιχα.

Μέχρι τότε δεν πήγα σε γυναικολόγο παρά μόνο για να γεννήσω. Ήταν μάλλον ο φόβος για το αποτέλεσμα που μ' εμπόδιζε, φόβο τον οποίο είχε και η μαμά μου για τον εαυτό της.

Τότε ήταν λοιπόν, που ήμουν ανεβασμένη συναισθηματικά και ψυχολογικά κι έτσι πήρα την απόφαση να κάνω το πρώτο Pap-test στη ζωή μου. Ένα Pap-test σωτήριο. Το αποτέλεσμα ήταν: Καρκίνος στον τράχηλο, θετικός για κακοήθεια. Έτσι άρχισε μια σειρά εξετάσεων στο νοσοκομείο. Πάγωνα και στο άκουσμα του ονόματός του.

Φτάσαμε και στο στάδιο της βιοψίας, το αποτέλεσμα της οποίας επέβαλλε, άμεσα χειρουργείο. Δεν θα ξεχάσω ποτέ τα λόγια του γιατρού μου: «Είσαι τυχερή. Ο Θεός σ' έστειλε να κάνεις το Pap-test. Αν καθυστερούσες περισσότερο δεν θα ερχόσουν μόνη, θα σ' έφεραν...

Πέρασα δυο πάρα-πολύ δύσκολους μήνες. Μέσα στην αγωνία. Αγωνία όχι για τον εαυτό μου, μα για τα ανήλικα κοριτσάκια μου ... που μόνο εμένα είχαν. Δύο ατελείωτοι μήνες, που σήκωνα εντελώς μόνη αυτό το βαρύ φορτίο. Δεν ήθελα ν' ακούσουν κάτι και να τρομάξουν, ούτε τα παιδιά μου μα ούτε και οι γονείς μου.

Για το τέλος Αυγούστου του 1996 προγραμματίστηκε η εγχείρησή μου, η οποία –όπως είπαν οι γιατροί μου– είχε επιτυχία.

Μέχρι τελευταία στιγμή, οι δικοί μου άνθρωποι, γνώριζαν μόνο, ό,τι ήθελα εγώ να γνωρίζουν. Ότι δηλαδή επρόκειτο για μια απλή επεμβασούλα... Στάθηκα πολύ τυχερή και εφ' όσον ο καρκίνος ήταν σε αρχικό στάδιο δεν υποβλήθηκα σε άλλες θεραπείες.

Τηρούσα και τηρώ τις υποδείξεις των γιατρών μου έως και σήμερα, 12 χρόνια.

Τον πρώτο χρόνο πήγαινα κάθε 2 μήνες για έλεγχο στο νοσοκομείο, τον δεύτερο χρόνο κάθε τρεις μήνες κ.ο.κ. για τα πέντε πρώτα χρόνια. Και μία φορά το χρόνο από εκεί και στο εξής.

Έμαθα να προσέχω και να ελέγχομαι σε τακτά χρονικά διαστήματα, κάνοντας και μαστογραφία.

Η Πίστη μου στο Θεό και οι υποχρεώσεις που είχα σαν μαμά, αλλά και σαν μπαμπάς, μου 'δωσαν μια πρωτοφανή δύναμη. Ήθελα να ζήσω για τα παιδιά μου.

Το βασικό δίδαγμα που μου έδωσε η περιπέτειά μου αυτή είναι, ότι δεν πρέπει ν' αφήνουμε τίποτα στην τύχη. Η έγκαιρη διάγνωση αντιμετωπίζεται και μάλιστα με θετικά αποτελέσματα...

Σήμερα οι κόρες μου είναι 20 και 23 χρόνων. Είναι δίπλα μου και είμαι δίπλα τους, συμβουλευοντάς τις, να μην ξεχνούν κάθε χρόνο να κάνουν το τόσο πολύτιμο Test-pap. Γιατί η ζωή μας είναι ακόμη πιο πολύτιμη και οφείλουμε να σεβόμαστε αυτό το Θείο Δώρο.

Και κάτι τελευταίο. Άκουγα διάφορα από άσχετους για τις αλλαγές που θα αντιμετώπιζα στον οργανισμό μου και στη φύση μου σαν γυναίκα.

Διαπίστωσα όμως, πως τελικά ισχύει το τι θα δώσουμε εμείς στον εαυτό μας να πιστέψει. Όλη η δύναμη, η τεράστια δύναμη που διαθέτουμε, βρίσκεται μέσα στο μυαλό μας και στις αισιόδοξες σκέψεις που πρέπει να κάνουμε, με την βοήθεια ασφαλώς της επιστήμης της Ιατρικής. Και δόξα τω Θεώ η ζωή μου είναι παρά πολύ φυσιολογική, έστω κι αν είμαι στην εμμηνόπαυση από τα 36 μου!

Ελισάβετ Μαυροπούλου

Ξεπέρασα την ανασφάλειά μου (Μαστός)

Η γνωριμία μου με τον καρκίνο ξεκίνησε στα 31 μου. Ως εκείνη τη στιγμή η υγεία μου ήταν πολύ καλή, χωρίς να έχω παρουσιάσει κάποιο πρόβλημα. Ήμουν τελείως ανυποψίαστη, όπως οι περισσότερες γυναίκες.

Η ζωή μου έδειχνε να είναι τελείως φυσιολογική και τίποτα δεν προμήνυε την καταγίδα που θα ξεσπούσε. Είχα παντρευτεί πριν 1 χρόνο και προσπαθούσαμε να κάνουμε παιδί για να ολοκληρωθεί η ευτυχία μας. Ωστόσο κάποια σημάδια με έκαναν να αρχίζω να ανησυχώ. Όταν έκαμνα αυτοψηλάφηση στο κάτω μέρος του αριστερού μου μαστού έπιανα έναν όγκο και όποτε στεκόμουν γυμνή στον καθρέφτη και σήκωνα το αριστερό μου χέρι έβλεπα να τραβάει το δέρμα μου κάτω από τη θηλή ακριβώς στο σημείο που βρισκόταν ο όγκος.

Όταν πήγα στον γυναικολόγο για το ετήσιο τσεκ-απ του ζήτησα να ψηλαφίσει και τους μαστούς. Έδειξε να ανησυχεί και με παρέπεμψε αμέσως σε μαστογραφία, ενώ μου συνέστησε να επισκεπτώ ειδικό γιατρό για παθήσεις μαστού (μαστολόγο). Η διάγνωση ήταν καρκίνος και έπρεπε να εγχειριστεί πολύ σύντομα.

Ένωσα τη γη να χάνεται κάτω από τα πόδια μου, έπρεπε όμως να επιστρατεύσω όσες δυνάμεις είχα για τον δύσκολο δρόμο που είχα να διανύσω. Άρχισα να επισκέπτομαι ειδικούς μαστολόγους ώσπου να καταλήξω στον κατάλληλο που θα με εγχείριζε. Όταν τον βρήκα του ζήτησα: «ό,τι και αν είναι, όσο σοβαρό, θέλω να μάθω όλη την αλήθεια». Δεν είχα άλλα περιθώρια για κλάματα, ούτε μ' ενδιαφέρει το στήθος που θα έχανα, ήθελα να φύγει η ασθένεια από το σώμα μου, να ζήσω.

Έμεινα 4 ώρες στο χειρουργείο. Ούτε ο γιατρός πίστευε ότι θα είναι τόσο σοβαρό, αλλά τελικά αναγκάστηκε να αφαιρέσει ολόκληρο τον μαστό και τους 17 λεμφαδένες του αριστερού χεριού. Η βιοψία έδειξε καρκίνωμα *in situ* και διηθητικό με μέτρια μετάσταση στους λεμφαδένες. Η ζωή μου άλλαξε τελείως από εκείνη τη στιγμή. Είχα μεγάλη βοήθεια από την οικογένειά μου, αλλά και πάλι ήταν πολύ δύσκολη η προσαρμογή στη νέα ζωή μου, με το αλλαγμένο σώμα μου. Οι

μήνες που ακολούθησαν έφεραν και άλλες αλλαγές. Έκανα χημειοθεραπείες και μετά για 2 χρόνια ορμονοθεραπεία. Στο διάστημα αυτό τα μαλλιά μου έπεσαν και το σώμα μου πολύ συχνά ήταν εξαντλημένο.

Μετά άρχισα να πρήζομαι από τις ορμονοθεραπείες που ακολούθησαν. Φοβόμουν για τη ζωή μου και έκλαιγα συνεχώς, ενώ άλλοτε οργισμένη φώναζα: «γιατί να συμβαίνει αυτό σε μένα;».

Πέρασα από φάση μειονεξίας και το πρόβλημα έγινε πιο έντονο τους θερινούς μήνες. Έτρεμα μη φανεί από το ντεκολτέ η τομή μου. Θυμάμαι χαρακτηριστικά που μια πρώην φίλη μου φρόντιζε σε κάθε έξοδό μας να επιδεικνύει το βαθύ μπούστο της με καμάρι. Με πλήγωνε, αλλά τη δικαιολόγησα και σκέφτηκα ότι ίσως τελικά αυτή να έχει μεγαλύτερο πρόβλημα από μένα.

Στο τέλος ξεπέρασα την ανασφάλειά μου και αποφάσισα να μην κάνω ούτε αποκατάσταση μαστού. Όλο αυτό το διάστημα φρόντιζα τη διατροφή μου και ξεκουραζόμουν όποτε το χρειαζόμουν. Σιγά σιγά άρχισα να νιώθω το σώμα μου δυνατό όπως και πριν. Τα μαλλιά ξαναβγήκαν και εγώ συμβιβάστηκα τελείως με τη νέα μου ζωή. Άφησα πίσω τον παλιό μου εαυτό με τα λάθη του. Είδα πόσο επιπόλαιη ήμουν πολλές φορές. Για παράδειγμα εκείνο τον όγκο έπρεπε να τον αφαιρέσω πριν μεταστραφεί. Επίσης κατάλαβα ότι δεν είχα την κατάλληλη στάση απέναντι σε κάποια πράγματα, όπως το να εμμένω. Η μονόπλευρη θέαση των πραγμάτων δεν βοηθά σε τίποτα. Και οι άλλοι έχουν συχνά δίκιο και όχι πάντα εγώ. Έμαθα να συγχωρώ, να δίνω χώρο στην αγάπη. Και πάνω απ' όλα να απολαμβάνω κάθε στιγμή μου, να χαίρομαι με τα μικρά και ασήμαντα της ζωής μας.

Μέσα απ' την «καταραμένη» ασθένεια μεταμορφώθηκα σε χαρούμενο και αισιόδοξο άτομο. Ο αρνητισμός δεν βοηθά, ενώ η θέληση φέρνει νίκες. Ακόμη και από τις πιο άσχημες καταστάσεις μπορεί να μάθει κανείς πολλά και να ωφεληθεί.

Πρέπει να είμαστε χαλαροί, ήρεμοι, γιατί τότε αισθανόμαστε δυνατοί και νιώθουμε ασφάλεια. Κατά συνέπεια ξεκουράζουμε και το σώμα μας περισσότερο, αντίθετα η ένταση το εξαντλεί. Μετά από 8 χρόνια ευχαριστώ το Θεό που με κρατά ζωντανή και γεμάτη υγεία.

Χριστίνα Αυγουστίδου

Σημάδια της τρίτης υποτροπής (Υπόφυση)

Είχα πονοκεφάλους και οι γιατροί το απέδιδαν στα οστεόφυτα. Επί ένα χρόνο όμως σταδιακά αυξανόταν και ξαφνικά έχασα το φως μου. Αμέσως πήγα στο νοσοκομείο όπου ο οφθαλμίατρος με έστειλε κατευθείαν να κάνω αξονική και μαγνητική τομογραφία, γιατί δεν βρήκε κανένα πρόβλημα στα μάτια μου. Οι εξετάσεις έδειξαν ότι είχα όγκο στην υπόφυση, όπως και η βιοψία αργότερα.

Την περίπτωση μου ανέλαβε ο τότε διευθυντής της νευρολογικής κλινικής του νοσοκομείου και στις 15/11/1991 μου έκανε επέμβαση στο κεφάλι, η οποία όμως δεν ολοκληρώθηκε λόγω αιμορραγίας των αγγείων. Τον Φεβρουάριο το 1992 προχωρήσαμε στη δεύτερη εγχείρηση και αφαιρέθηκε ένας μεγάλος όγκος. Στις αρχές Ιουνίου της ίδιας χρονιάς όμως, είχα πάλι τα ίδια συμπτώματα, τρομερούς πονοκεφάλους και απώλεια της οράσεως. Η μαγνητική τομογραφία έδειξε ότι υπήρχε υποτροπή και έπρεπε επειγόντως να χειρουργηθώ.

Δυστυχώς όμως ο γιατρός επιφυλασσόταν να με χειρουργήσει για τρίτη φορά, γιατί δεν είχε αντιμετωπίσει παρόμοια περίπτωση με τη δική μου στο παρελθόν και έτσι έφυγα στο εξωτερικό. Εισήχθηκα στην ιδιωτική κλινική όπου αφαιρέθηκε και ο δεύτερος όγκος στις 22/6/1992. Τα αποτελέσματα της βιοψίας ήταν θετικά.

Μετά την εγχείρηση για αρκετό διάστημα έμεινα στο κρεβάτι με μία μάσκα που μου κάλυπτε όλο το κρανίο για να το κρατάει σταθερό στο κρεβάτι και να επουλωθούν οι πληγές από την εγχείρηση. Έπειτα από 7 εβδομάδες ακολούθησαν οι ακτινοθεραπείες στο νοσοκομείο σε καθημερινή βάση και σε επίπεδα, δηλαδή σε τρία σημεία του κρανίου.

Τον Αύγουστο επέστρεψα στην Ελλάδα και ήμουν υπό μηνιαία παρακολούθηση. Η μαγνητική τομογραφία έδειχνε σημάδια και τρίτης υποτροπής και έτσι ξαναπήγα στο Λονδίνο για να χειρουργηθώ και τέταρτη φορά, πράγμα σωτήριο για μένα, γιατί αν δεν αφαιρούνταν οι συμφύσεις που δημιουργήθηκαν στο κρανίο ύστερα από τις ακτινοβολίες θα μπορούσαν να αποβούν μοιραίες και μου είπαν ότι θα μπορούσα να ζήσω άλλα 5 χρόνια.

Στον πέμπτο χρόνο όμως έχαιρα άκρας υγείας και μου είπαν ότι πλέον ξεπεράστηκε το πρόβλημά μου και ότι θα μπορούσα να πεθάνω από οτιδήποτε άλλο εκτός από τον καρκίνο. Πιστεύω ότι κατάφερα να επιζήσω γιατί συνέβαλαν αρκετές παράμετροι. Πρώτα από όλα επειδή έτυχα σε πολύ καλούς και άξιους γιατρούς στην Ελλάδα, αλλά και στο εξωτερικό. Η θεραπεία μου έγινε έγκαιρα και με πολλή μεγάλη επιτυχία. Κυρίως όμως πιστεύω ότι συνέβαλε το γεγονός ότι είχα μεγάλη πίστη στο Θεό και μεγάλη θέληση για να ζήσω. Χρειάζεται θάρρος, κουράγιο, μεγάλη υπομονή και επιμονή να μπει κάποιος στη διαδικασία μίας τόσο επίπονης και μακροχρόνιας θεραπείας. Οι γιατροί μου είχαν ξεκαθαρίσει ότι απαιτείται πολύ κουράγιο και πίστη και πως εάν παρέμενα στο κρεβάτι και μεμψιμοιρούσα δεν θα κατάφερα να επιζήσω και ακολούθησα τη συμβουλή τους.

Έχουν περάσει 13 χρόνια από τότε που αντιμετώπισα αυτή την κατάσταση. Τώρα έχουν δημιουργηθεί άλλα δυσκολότερα προβλήματα στην υγεία μου που κάνουν τον καρκίνο να φαίνεται μηδαμινό και μπορώ να πω ότι αυτή η ασθένεια δεν με αγγίζει πλέον.

Βασίλης Γρηγοριάδης

«Εσύ πρέπει να έχεις Άγιο» (Προστάτης)

Τον καρκίνο στον προστάτη κατάλαβα ότι τον απόκτησα πριν 10 χρόνια περίπου, αλλά πρέπει ήδη να προϋπήρχε για δύο χρόνια χωρίς να το καταλάβω. Πιστεύω ότι δημιουργήθηκε από το άγχος και τη στεναχώρια, επειδή εκείνη την περίοδο αντιμετώπιζα πολλά οικογενειακά προβλήματα.

Πριν 10 χρόνια την Καθαρή Δευτέρα όταν πήγα στο χωριό αισθάνθηκα έντονα την ανάγκη να ουρήσω, αλλά δεν μπορούσα. Υπέφερα από φοβερό πόνο και πρήξιμο και καλέσαμε ασθενοφόρο και έτσι έγινε εισαγωγή στο νοσοκομείο στη Θεσσαλονίκη, όπου εκεί μου έβαλαν καθετήρα. Με συμβούλεψαν να πάω σε κάποιον ουρολόγο για να δει την περίπτωση μου.

Ο ουρολόγος που επισκέφτηκα με παρέπεμψε στο άλλο νοσοκομείο όπου έκανα εξετάσεις. Το πόρισμα ήταν καρκίνος στον προστάτη, αλλά ήταν τέτοια η περίπτωση που δεν επιδεχόταν εγχείρηση, γιατί θα επιβαρυνόταν η υγεία μου και δεν θα μπορούσα να ζήσω παραπάνω από 2 μήνες. Έμεινα 15 ημέρες στο νοσοκομείο με καθετήρα, τον οποίο συνέχισα να έχω και για τους επόμενους 6 μήνες στο σπίτι. Παράλληλα έκανα θεραπεία με χάπια και κάθε μήνα έκανα ένεση.

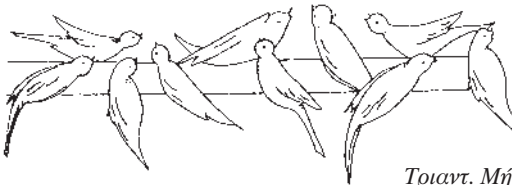
Μετά το εξάμηνο ρώτησα τον γιατρό εάν μπορούσα να βγάλω τον καθετήρα και με συμβούλεψε να τον βγάλω δοκιμαστικά. Διαπίστωσα όμως ότι μπορούσα να συνεχίσω και χωρίς τον καθετήρα και έκτοτε δεν δημιουργήθηκε ποτέ κανένα άλλο πρόβλημα. Ύστερα από 9 χρόνια άλλαξε η θεραπεία μου, ξεκίνησα να παίρνω άλλο φάρμακο, η ένεση γινόταν κάθε δίμηνο και συνέχισα τον τρίμηνο έλεγχο έως και σήμερα που αισθάνομαι ότι έχω απαλλαγεί από το πρόβλημα του καρκίνου.

Πιστεύω ότι βοηθήθηκα αρκετά από τους γιατρούς, γιατί συνεργάστηκα μαζί τους και με είχαν σαν το «παιδί» τους, γιατί είδαν ότι κατάφερα και ζω 10 χρόνια από τότε που ανακάλυψα τον καρκίνο. Έχω εξοικιωθεί τόσο πολύ μαζί τους, που πολλές φορές μπαίνω στο γραφείο τους όταν συζητούν μεταξύ τους και πάντοτε καταλαβαίνω ότι κάτι αφορά την υγεία μου.

Επίσης σταμάτησα τις ατασθαλίες και πρόσεχα την υγεία μου. Κυρίως όμως με βοήθησε η καλή ψυχολογική κατάσταση, την οποία φρόντιζα να έχω εγώ ο ίδιος για τον εαυτό μου. Σταμάτησα να δίνω σημασία στα προβλήματά μου και το έριχνα λίγο στην τρέλα για να μπορώ να τα ξεπερνάω γρήγορα και εύκολα, χρησιμοποιώντας ψυχρή λογική. Ο γιατρός μου όταν με βλέπει κάνει τον σταυρό του και μου λέει: «Εσύ πρέπει να έχεις Άγιο!».

Τώρα πλέον δεν με απασχολεί το πρόβλημα του καρκίνου, αντίθετα έχω άλλα προβλήματα υγείας που ξεφεύγουν από τον έλεγχό μου, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης και η υπέρταση. Ο καρκίνος είναι υπό έλεγχο και δεν με προβληματίζει. Εξάλλου το απέδειξα, αφού ζω τόσα χρόνια.

Ανέστης Φιλιππίδης



Τσιαντ. Μήττα

Ζω και Τον ευχαριστώ (Στόμα)

Λέγομαι Σοφία Μαρμαρά. Πριν από 16 χρόνια μου παρουσιάστηκε ένα σπυράκι στο πλάι της γλώσσας. Στην αρχή δεν ήξερα τι είναι. Νόμιζα ότι είναι ένα συνηθισμένο σπυράκι σαν αυτά που βγάζουμε είτε στην γλώσσα κατά καιρούς είτε σε διάφορα σημεία του σώματος και φεύγουν μόνα τους. Οι μέρες περνούσαν αλλά το σπυράκι δεν έφευγε. Σχεδόν στο μήνα πάνω αποφάσισα να πάω σε έναν ΩΡΛ. Νόμιζα ότι θα μου έδινε κάποια αλοιφή για να περάσει το σπυράκι. Αυτός όμως μόλις το είδε, με άφησε μόνη στο ιατρείο και βγήκε έξω. Όταν επέστρεψε μετά από λίγο, μου είπε να πάω δίπλα σ' έναν οδοντίατρο. Αυτό έκανα.

Ο οδοντίατρος στον οποίο πήγα αμέσως, είδε το σπυράκι και με έστειλε κι αυτός με την σειρά του σε κάποιον άλλο οδοντίατρο-χειρουργό. Ο χειρουργός-οδοντίατρος μου είπε ότι έπρεπε αμέσως να πάω στο νοσοκομείο, να μου κάνουν μια μικρή επέμβαση, να αφαιρέσουν ένα μικρό κομμάτι από το σπυράκι και να το στείλουν για εξέταση. Μάλλον για βιοψία.

Εγώ φυσικά πανικοβλήθηκα μόλις άκουσα ότι έπρεπε να κάνω αυτή την επέμβαση. Ήθελα να πάω σε έναν καθηγητή πανεπιστημίου στοματολόγο στα εξωτερικά ιατρεία και όχι στο νοσοκομείο. Έτσι κι έγινε. Όταν πήγα σ' αυτόν τον καθηγητή, μόλις είδε τη γλώσσα μου, με ρώτησε αν κάποιος στην οικογένειά μου είχε ή έχει καρκίνο. Εγώ νόμιζα ότι θα έχανα τη γη κάτω από τα πόδια μου. Ήμουν έτοιμη να λιποθυμήσω.

Ο γιατρός εκεί στο ιατρείο, με ένα σπρέι νάρκωσε το σημείο και έκοψε ένα μικρό κομματάκι από το σπυράκι για να το στείλουμε για εξέταση. Η εξέταση έδειξε ότι ήταν όντως καρκίνος. Αμέσως αποφασίστηκε ότι έπρεπε να υποβληθώ σε εγχείρηση. Δεν μπορώ να περιγράψω πόσο δύσκολο ήταν να χειρουργηθεί το σπυράκι με τοπική ένεση. Εγώ όμως, επειδή ήθελα τόσο πολύ να αποβληθεί το σπυράκι από πάνω μου, έδωσα πολλή δύναμη και κουράγιο στον εαυτό μου. Ευτυχώς όλα πήγαν καλά κατά την εγχείρηση.

Ξέχασα να σας πω ότι πριν χειρουργηθώ, ο γιατρός ήθελε να πε-

ράσω πρώτα από αξονική. Εκεί πήρε θάρρος η οικογένειά μου γιατί είδαμε στα αποτελέσματα ότι δεν είχαν πειραχτεί τα κύτταρα της γλώσσας. Ο γιατρός ήταν πολύ καλός και ήθελε να πάρουμε όλα τα προληπτικά μέτρα.

Οι δυσκολίες που αντιμετώπισα μετά την εγχείρηση ήταν πάρα πολλές. Οι ακτινοβολίες που έκανα, έκαψαν όλα τα κύτταρα του στόματος. Έτσι δεν μπορούσα να φάω απολύτως τίποτα. Έχασα 36 κιλά σε λίγους μήνες. Για μεγάλο διάστημα έπινα μόνο ένα ποτήρι γάλα την ημέρα. Κι όταν λέω ένα ποτήρι γάλα, δεν εννοώ ότι το έπινα όλο μαζί αλλά λίγο λίγο όλη την ημέρα. Δυσκολευόμουν παρά πολύ να καταπιώ. Δεν μπορούσα να καταπιώ ούτε το σάλιο μου. Είχα όμως δύναμη Θεού κι έλεγα ότι πρέπει να ζήσω. Δεν σας είπα, ήμουν 45 ετών. Θέλω να τονίσω ότι με τη δύναμη του Θεού τα κατάφερα. Πηγαίνοντας καθημερινά στην εκκλησία, με εξομολόγηση και συχνή Θεία Κοινωνία. Ο Θεός μου έδωσε τη δύναμη να ξεπεράσω το σταυρό μου. Όλοι σηκώνουμε το σταυρό που με σοφία μας δίνει ο Κύριος. Γι' αυτό παρακαλούσα στην προσευχή μου να μου δίνει ο Θεός και δύναμη και υπομονή για να μην γογγύζω για την αρρώστια μου.

Μετά από 16 χρόνια δοξάζω το Θεό γιατί είμαι ζωντανή. Έχω βέβαια κάποια μικρά προβλήματα στο στόμα μου, με πειράζουν κάποιες τροφές αλλά, με τη χάρη του Κυρίου, είμαι στη ζωή. Αυτό είναι το σημαντικό. Ζω και Τον ευχαριστώ.

Σοφία Μαρμαρά

Περιμένω με ανυπομονησία το δισέγγονό μου (Παχύ έντερο)

Πέρσι, το 2005 έως και τα μέσα Αυγούστου αισθανόμουν πολύ καλά, δεν είχα κανένα πρόβλημα και δούλευα κανονικά στην οικοδομή. Ξαφνικά στις 12 Αυγούστου είχα μεγάλη δυσκοιλιότητα και αίμα στο έντερο. Ειδοποίησα τον ανιψιό μου που γνώριζε έναν γιατρό στο νοσοκομείο και έκλεισα ραντεβού την ίδια μέρα. Αφού έγινε η εισαγωγή στο νοσοκομείο, έκανα εξετάσεις, αξονική τομογραφία και κολονοσκόπηση όπου φάνηκε ότι υπήρχε όγκος στο παχύ έντερο και ο γιατρός αποφάσισε να με χειρουργήσει. Μία μέρα πριν από την εγχείρηση έπαθα κρίση. Αισθανόμουν ένα πρήξιμο και δύσπνοια, αλλά με τη βοήθεια των γιατρών συνήλθα και την επόμενη μέρα μπήκα στο χειρουργείο το οποίο διήρκησε 6 ώρες.

Ο όγκος ήταν χαμηλά στο παχύ έντερο και ο γιατρός που αφαίρεσε εκείνο το σημείο του εντέρου προτίμησε να μην το ενώσει με το υπόλοιπο, γιατί πρόβλεπε ότι στο μέλλον θα μου δημιουργούσε προβλήματα και έτσι μου έβαλε κολοστομία. Ευτυχώς όμως δεν πονούσα μετά την εγχείρηση, ούτε η κολοστομία ποτέ μου δημιούργησε κανένα πρόβλημα και έτσι τη δεύτερη μέρα σηκώθηκα κιόλας. Ο γιατρός έδωσε εντολή να φορέσω μια ειδική ζώνη και βγήκα από το νοσοκομείο την ίδια μέρα. Όλοι απόρησαν που κατάφερα και ανάρρωσα τόσο γρήγορα μετά από τόσο δύσκολη εγχείρηση.

Στη συνέχεια ακολούθησαν 28 ακτινοβολίες και παράλληλα έκανα χημειοθεραπείες, την τελευταία εκ των οποίων θα κάνω σε λίγες μέρες, στις 3 Ιουλίου 2006. Ούτε και από τις θεραπείες είχα παρενοχλήσεις, μόνο ένα ελαφρύ μούδιασμα στα δάχτυλα. Ο γιατρός μου λέει ότι όλα πάνε καλά και μετά από την τελευταία χημειοθεραπεία θα ξανακάνω αξονική τομογραφία για να δούμε σε τι φάση βρίσκεται η θεραπεία.

Αισθάνομαι πολύ καλά, όπως αισθανόμουν και πριν την εγχείρηση πέρσι. Δεν αντιμετωπίζω κανένα πρόβλημα πλέον, σε σημείο που ξεχνώ ότι έχω κολοστομία στο έντερό μου. Ανάρρωσα τόσο γρήγορα, που ενώ κατά την εγχείρηση έχασα 17 κιλά κατάφερα να τα ξαναπάρω σε δύο μήνες. Πιστεύω ότι αυτό εν μέρει οφείλεται στην καλή φυ-

σική μου κατάσταση. Φροντίζα πάντοτε την υγεία μου, τη διατροφή μου, έκοπα το κάπνισμα εδώ και πάρα πολλά χρόνια, αλλά κυρίως, άκουγα τους γιατρούς. Οι γιατροί μου με βοήθησαν παρά πολύ γιατί με ενημέρωσαν από την αρχή ότι πρόκειται για κακοήγη όγκο, αλλά και μου έδωσαν κουράγιο λέγοντάς μου ότι θα με βοηθήσουν να το παλέψω, αρκεί να ακολουθήσω τις συμβουλές τους και αυτό έκανα. Έπειτα η οικογένειά μου ήταν δεμένη και μου συμπαραστάθηκαν τόσο πολύ. Μου έδωσαν ώθηση για να ζήσω. Η σύζυγός μου και οι 3 κόρες μου ήταν συνέχεια στο πλάι μου, ακόμα και τα ανίψια της γυναίκας μου έσπευσαν να με βοηθήσουν.

Τώρα σκέφτομαι να σταματήσω πλέον από τη δουλειά και μετά τις εξετάσεις μου να επισκεφτώ την κόρη μου στην Ολλανδία. Επίσης με κάνει ιδιαίτερα ευτυχισμένο το γεγονός ότι ένας από τους εγγονούς μου που παντρεύτηκε θα αποκτήσει σε λίγο παιδί και περιμένω με ανυπομονησία το δισέγγονό μου!

Αναστάσιος Καλπακίδης

Πίστεψα ότι ο Θεός δεν θα με εγκαταλείψει (Μαστός)

Πριν από 12 χρόνια περίπου είχα εντοπίσει μία μικρή κουκίδα δίπλα στη θηλή μου στον αριστερό μαστό, αλλά δεν το έδωσα καμία σημασία. Μετά από δύο χρόνια παρατήρησα ότι η θηλή μου από μόνη της έμπαινε μέσα στο στήθος. Αυτό με ανησύχησε και αμέσως πήγα στο γιατρό. Ο γιατρός διέγνωσε καρκίνο και έτσι έκανα εγχείριση στις 9/9/1996 στο νοσοκομείο.

Το γεγονός ότι απέκτησα καρκίνο με τρώαξε τόσο πολύ που αρχικά ένιωθα τη γη να χάνεται κάτω από τα πόδια μου. Παρ' όλα αυτά απόκτησα θάρρος, γιατί ξεπέρασα τον καρκίνο και οι γιατροί μου έδωσαν ορμονοθεραπεία.

Μετά από 9 χρόνια πήγα νέα μαστογραφία του αριστερού μαστού στον γιατρό στο νοσοκομείο. Φάνηκε και δεύτερος καρκίνος, συγκεκριμένα θήλωμα και έτσι έκανα επέμβαση και στον άλλο μαστό στις 31/1/2006. Αυτή τη φορά μου αφαιρέθηκε και ένα μέρος λεμφαδένων της αριστερής μασχάλης. Μετά την επέμβαση ακολούθησαν χημειοθεραπείες και ακτινοθεραπείες.

Αυτή τη φορά μπορώ να πω ότι αντιμετώπισα το γεγονός αυτό με μεγάλη ψυχραιμία, γιατί είχα την εμπειρία από τον προηγούμενο καρκίνο, αλλά οι χημειοθεραπείες μου έφεραν πολλές παρενοχλήσεις και με κατέβαλαν ψυχολογικά. Σκεφτόμουν ότι τέτοια ταλαιπωρία δεν άξιζε να πάθει ούτε ο χειρότερος εχθρός μου. Τελικά όμως τελείωσαν όλα καλώς και τώρα το Νοέμβριο θα ξαναπάω στο γιατρό για εξέταση.

Ότι κατάφερα να ξεπεράσω, το ξεπέρασα με την πίστη μου στον Θεό. Πίστεψα ότι δεν θα με εγκαταλείψει και έτσι έγινε. Επίσης δίνω συμβουλή στους ασθενείς με καρκίνο, ειδικά στις γυναίκες να μην καταβάλονται ψυχολογικά όταν βλέπουν τον εαυτό τους στον καθρέφτη, γιατί δεν θα είναι πάντοτε αυτό που βλέπουν. Κάποια στιγμή θα τελειώσουν οι χημειοθεραπείες και θα συνέλθουν. Οι γιατροί μου είχαν πει να ξυρίσω το μουστάκι και τα μαλλιά μου γιατί έτσι κι αλλιώς θα έπεφταν. Εγώ δεν δέχτηκα και δεν τα έχασα, γιατί ίσως σε όλη μου τη ζωή ήμουν υγιής και φρόντιζα τον εαυτό μου.

Γενικά πιστεύω ότι η πολύ καλή κατάσταση του οργανισμού μου με βοήθησε να ανταπεξέλθω στις δύσκολες χημειοθεραπείες. Συμβουλεύω όλο τον κόσμο να φροντίζει την υγεία του και να μην την παραμελεί. Όταν παρατηρεί κάποιο εξόγκωμα ή περίεργο σπυράκι, ή κάποια ελιά που αλλάζει μορφή να τρέχει αμέσως στον γιατρό. Εάν πήγαινα στο γιατρό όταν εντόπισα την κονκίδα εκείνη δίπλα στη θηλή μου ίσως τώρα να μην περνούσα όλη αυτή την ταλαιπωρία. Πάντως όλα έχουν περάσει και όπως μου έχουν πει και οι γιατροί, ξέρω ότι δεν θα πεθάνω από τον καρκίνο, αλλά ίσως από κάποια άλλη αιτία.

Δημήτριος Αλεξίου



Τοιαντ. Μήττα

Στο ατύχημα, ψάξε το μήνυμα (Μελάνωμα)

Είμαι ο υποστράτηγος Ε.Α. Κωνσταντίνος Νικολαΐδης. Είμαι ένας από τους πολλούς καρκινοπαθείς και θα ήθελα να εκθέσω τις σκέψεις και τις απόψεις μου γύρω απ' την «επάρατο νόσο», όπως την αποκαλεί ο μη ενημερωμένος κόσμος. Δεν σας κρύβω ότι και εγώ ανήκα σ' αυτόν τον απληροφόρητο κόσμο και ταύτιζα την λέξη ΚΑΡΚΙΝΟΣ = ΘΑΝΑΤΟΣ. Ας αναφερθώ στη δική μου περίπτωση.

Γεννήθηκα σε ένα χωριό του νομού Πέλλας. Από μικρός ήμουν εκτεθειμένος στον ήλιο. Στη συνέχεια πήγα στη Σχολή Ευελπίδων και έγινα αξιωματικός. Ένεκα του επαγγέλματος (ασκήσεις, βολές κ.λπ.) βρισκόμουν συνεχώς εκτεθειμένος στην ηλιακή ακτινοβολία.

Περί το 1969 εμφανίσθηκε στην αριστερή μου παρειά ένας σπίλος (ελιά). Το 1974 ήμουν στην Κύπρο και συμμετείχα στον πόλεμο εναντίον των Τούρκων. Το αριστερό μου μάγουλο όπου βρισκόταν και η ελιά κάρηκε ελαφρά από ένα εμπρηστικό βλήμα των Τούρκων!

Μετά την επούλωση του εγκαύματος, η ελιά στο μάγουλό μου σιγά-σιγά άρχισε να μεταβάλλει σχήμα και να μεγαλώνει. Η μεταβολή αυτή ήταν τόσο αργή που δεν το καταλάβαινα.

Το 1992 η ελιά αυτή είχε το μέγεθος του μεγάλου νυχιού του χεριού, αλλά άλλαξε χρώμα (έγινε ακόμη πιο μαύρη) και τα άκρα της έγιναν ανώμαλα (κόλλοι, ακρωτήρια).

Πήγα στο δερματολογικό της Θεσσαλονίκης και μου έδωσαν τη γνωμάτευση κλειστή μέσα σ' ένα φάκελο να την πάω σε ένα άλλο νοσοκομείο.

Ο γιατρός πεπειραμένος και άριστα καταρτισμένος και προπάτων καλός άνθρωπος με χειρούργησε. Η εγχείρηση έγινε επί υγιών ιστών και η βιοψία έδειξε μελάνωμα κλάση 4.

Ο γιατρός μου, μου εξήγησε ότι η περίπτωσή μου αντιμετωπίζεται μόνο χειρουργικά και δεν απαιτούνται χημειοθεραπείες.

Έκανα όμως το λάθος και πήγα σε άλλο νοσοκομείο για να έχω και μια δεύτερη γνώμη. Αμέσως με έκαναν εισαγωγή, άρχισαν τις εξετάσεις και τις προληπτικές χημειοθεραπείες.

Εκεί κάθησα 3-4 ημέρες και μου έκαναν ισάριθμες χημειοθερα-

πείες. Ευτυχώς όμως για μένα μια καλή φίλη η Στέλλα Νάσση με συνέστησε στη Φόνη Μήττα την πρόεδρο του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης.

Η αγαπημένη μας Φόνη, μας συμπαραστάθηκε σαν αδελφή και μας συνόδευσε μέχρι το Memorial της Νέας Υόρκης. Εκεί ο υπεύθυνος γιατρός μας είπε ότι ακριβώς και ο γιατρός μας στη Θεσσαλονίκη στο αρχικό νοσοκομείο.

Από τότε πέρασαν δεκαπέντε χρόνια και όλα πήγαν κατ' ευχήν.

Κωνσταντίνος Νικολαΐδης

Προχωράω μπροστά (Λεμφαδένες)

Από καιρό καθώς ψηλάφιζα το στήθος μου έπιανα ένα μικρό ογκίδιο σαν φακή κάτω από τη μασχάλη μου. Σκέφτηκα να κάνω μαστογραφία. Έδειξε ότι ήταν αδένωμα. Αυτό σιγά-σιγά μεγάλωσε χωρίς να πονάει και έγινε σαν ένας σβώλος που παίζουν τα παιδιά.

Πέρασαν 2 χρόνια και ξανακάνω μαστογραφία. Πάλι αυτή έδειξε αδένωμα, όχι ανησυχητικό, μου είπε ο γυναικολόγος. Εγώ όμως που έβλεπα ότι μεγάλωνε θέλησα να το βγάλω γιατί έλεγα μέσα μου που θα πάει αυτό, συνεχώς μεγαλώνει.

Πήγα στο νοσοκομείο, εκεί ο ογκολόγος μου είπε ότι δεν είναι τίποτα και ότι μπορούμε να κάνουμε κάποια θεραπεία. Εγώ όμως ήμουν αποφασισμένη να το αφαιρέσω και επέμενα να το χειρουργήσω λέγοντας μάλιστα ότι αυτό μου το είπε ο γυναικολόγος.

Ο γιατρός με χειρουργήσε με τοπική και μου είπε να πάω σε 4 μέρες για αλλαγή. Όταν πήγα για αλλαγή ζήτησε κάποιον συγγενή μου για να μιλήσει μαζί του! Ήμουν με μια φίλη μου που με περίμενε έξω. Μου είπε ο γιατρός ότι η βιοψία έδειξε κακοήθεια και πρέπει γρήγορα να χειρουργηθώ, γιατί ήδη είχε προχωρήσει σε πολλούς λεμφαδένες. Μόλις το άκουσα ένιωσα ότι έπεσε ένας νταμπλάς να με πλακώσει. Δεν το πίστευα. Είναι δυνατόν Θεέ μου είπα, μήπως δεν ακούω καλά;

Μόλις πριν ενάμισι χρόνο είχα χάσει τον άντρα μου με καρκίνο στο παχύ έντερο. Φώναξα τη φίλη μου από έξω για να ακούσει κι αυτή το γιατρό γιατί νόμιζα ότι ακούω λάθος. Είπε και σ' αυτήν τα ίδια. Εμένα μου κόπηκαν τα πόδια, προσπαθούσα να το πιστέψω, τα είχα χάσει.

Γυρίσαμε στο σπίτι και είπα στην κόρη μου τα δυσάρεστα. Έβαλε τα κλάματα, μ' αγκάλιασε και μου είπε: «Θα σε χάσω και σένα». Εγώ προσπάθησα να συγκρατηθώ και της είπα: «Μην στεναχωριέσαι, όλα θα πάνε καλά, δεν πεθαίνω εύκολα εγώ».

Χειρουργήθηκα σε λίγες μέρες και μετά ξεκίνησα χημειοθεραπείες. Οι πρώτες ήταν καλά αποδεκτές από τον οργανισμό μου. Όσο προχωρούσαν όμως γινόμεν χάλια γιατί πάντα είχα ευαίσθητο στο-

μάχι. Πολύ εμετό, ναυτία, δεν μπορούσα να κατεβάσω ούτε μια μπουκιά φαγητό, ούτε μια γουλιά νερό.

Ακολούθησαν οι ακτινοθεραπείες. Μ' αυτές τα πήγα μια χαρά. Έλα όμως που οι χημειοθεραπείες με έκαναν ζημιά στα πνευμόνια και δημιούργησα μια ασθένεια που λέγεται σαρκοείδωση. Μετά από ταλαιπωρία ενός χρόνου άρχισα να συνέρχομαι. Πάντα ήμουν ψυχραιμο άτομο και δυνατό. Είπα Θεέ μου θα παλέψω άλλη μια φορά και θα νικήσω. Έμαθα στη ζωή να αγωνίζομαι για όλα. Αυτή τη φορά για να νικήσω τον καρκίνο.

Τώρα σχεδόν μετά 5 χρόνια, δόξα τω Θεώ είμαι καλά, βλέπω με αισιοδοξία τη ζωή, είμαι μέλος του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης, ανήκω σε ομάδες, προσφέρω σαν εθελόντρια και με τη συμπαράσταση συγγενών, φίλων και του Σ.Κ.Μ.Θ. προχωρώ μπροστά.

Κατερίνα Τσίκαλα

Ένα θαύμα (Πόδι)

Οκαρκίνος εκδηλώθηκε με έναν πόνο στο πόδι που τον είχα 3 μήνες. Ήμουν τότε μόνο 11 ετών. Πήγα στα επείγοντα στο νοσοκομείο που μου είπαν ότι πρόκειται για ένα καρούμπαλο. Μου έδωσαν αλοιφή που την έβαζα για 2 μήνες, αλλά ο όγκος μεγάλωνε!

Ο πόνος έγινε πιο έντονος και έγινε πάλι εισαγωγή στο νοσοκομείο για εξετάσεις. Έγινε εγχείρηση στο αριστερό πόδι όπου και διαγνώστηκε συνοβιακό σάρκωμα. Ξεκίνησαν οι χημειοθεραπείες, ενώ έκανα και το δεύτερο χειρουργείο. Για 2,5-3 χρόνια ακολούθησαν χημειοθεραπείες και ακτινοβολίες με διαλειμματα. Μετά απ' όλα αυτά αφαιρέθηκε ο όγκος και ήμουν καλύτερα. Οι γιατροί απαισιόδοξοι δεν μου έδωσαν καμία ελπίδα ζωής, καθώς έλεγαν στην κ. Μήττα «πάρτε την να την φροντίσετε, θέλει μόνο την αγάπη σας και το παιδί είναι σοβαρά και δεν έχει καλή πορεία».

Κατά την περίοδο εκείνη, ούτε εγώ, ούτε η οικογένεια μου γνωρίζαμε πολλά πράγματα για τον καρκίνο. Τότε η κ. Φόνη πρότεινε να πάρω και δεύτερη γνώμη από γιατρούς στην Αμερική όπου νοσηλεύτηκε και η ίδια για οστεοσάρκωμα. Εκείνη ανέλαβε τα πάντα, δηλαδή ό,τι δεν μπορούσε να κάνει η οικογένειά μου. Αυτή συνεννοήθηκε με τους γιατρούς για τις εξετάσεις μου και με βοήθησε να πάμε μαζί στην Αμερική, με δικά της έξοδα!

Στην Αμερική έκανα εξετάσεις και χρειάστηκε να νοσηλευτώ στο Μεμόριαλ. Έκανα αφαίρεση του Χίγκμαν, το οποίο μου είχε προκαλέσει φλεγμονή και έτσι αναγκάστηκα να μείνω εκεί για 15-20 ημέρες. Γύρισα στην Ελλάδα ανακουφισμένη, έτοιμη να συνεχίσω τη ζωή.

Ο καρκίνος θεραπεύτηκε τελείως. Ευχαριστημένη με τα αποτελέσματα της Αμερικής που μου έδωσαν ελπίδα για το μέλλον, άρχισα να εντάσσομαι και πάλι στη ζωή με καινούρια ενδιαφέροντα. Η κ. Φόνη με έγραψε σε μια ιδιωτική σχολή, έτσι σπούδασα κι έμαθα την κομμωτική τέχνη.

Ο Θεός μου επιφύλασσε πολλά. Παντρεύτηκα και έκανα το πρώτο μου παιδί, ένα κορίτσι. Μετά δύο χρόνια διαγνώστηκε όγκος στην κοιλιά και έπρεπε να κάνω αξονική τομογραφία. Οι γιατροί είδαν μια

σκιά στην κοιλιά και θεώρησαν ότι είναι όγκος. Η καθυστέρηση της περιόδου μου δεν ελήφθη υπόψιν όμως απεδείχθηκε ότι η «σκιά» ήταν έμβρυο. Η αξονική το κατέστρεψε και έγινε άμβλωση, φυσικά, ανεπιθύμητη!

Πάνω στο χρόνο έμεινα και πάλι έγκυος. Στην τρίτη εγκυμοσύνη ανακαλύφθηκε ότι υπάρχει μία κύστη στην ωθήκη που μεγάλωνε ολοένα και πιο πολύ. Έμεινα στο νοσοκομείο μέχρι να γεννήσω. Στον 7ο μήνα γέννησα το δεύτερο παιδί μου! Η κύστη ήταν βλεννώδης στα όρια κακοήθειας και έτσι αφαιρέθηκε, αλλά το παιδί το πήραν με καισαρική. Σήμερα 27 χρονών, είμαι και πάλι έγκυος 5 μηνών στο τέταρτο παιδί. Όλα βαίνουν ομαλά και μακάρι να πάνε καλά μέχρι το τέλος.

Ευχαριστώ μέσα από την καρδιά μου τον Σύλλογο και ιδιαίτερα την κ. Μήττα που όλα τα χρόνια, μου στάθηκε σαν μάνα δίπλα μου και εξακολουθεί να μου συμπαραστέκεται μέχρι σήμερα.

Γεωργία Κλιμπέ



Περσεφόνη Μήττα

Αγαπώ το παχουλό μου κεράκι (Μαστός)

Αναμνήσεις.
ΝΤριν ντριν το τηλέφωνο.

- Έλα Ελένη, εσύ; Τι γίνεται;
- Ξέρεις Δέσποινα έκλεισα ραντεβού για ψηλάφηση μαστού και για σένα, περάσαμε τα σαράντα βλέπεις.

Ένα δυνατό και συνάμα σαρκαστικό γέλιο πέρασε στην άλλη γραμμή. Τι να έχω εγώ παιδί μου στο στήθος με έξι παιδιά που θήλασα κατά μέσο όρο από τέσσερις μήνες; Όπου αλλού μπορεί να κάνω καρκίνο, όχι στο στήθος. Εξυπνούλα θέλεις παρέα, γι' αυτό έκλεισες και για μένα.

Ο γιατρός είπε και στις δυο να κάνουμε μαστογραφία. Ήταν Δεκέμβριος του 1990. Δεν χρειάζεται βέβαια να πάω και αμέσως, άλλωστε είναι στα πλαίσια του προληπτικού ελέγχου. Θα πάω λοιπόν όποτε έχω χρόνο. Άσε να κάνω τις δουλειές των Χριστουγέννων, να περάσουν και οι γιορτές και βλέπουμε. Έτσι όταν τον Ιανουάριο πήρα τηλέφωνο για ραντεβού στο νοσοκομείο μου έκλεισαν ύστερα από δυο μήνες. Ο χρόνος κύλησε δυστυχώς πολύ απειλητικά για μένα.

Την ώρα της μαστογραφίας οι γιατροί έδειχναν ανήσυχοι. «Συμβαίνει κάτι;» ρωτώ. «Όχι κάτι σοβαρό μην ανησυχείτε, πάρτε τη μαστογραφία και δείξτε τη στο γιατρό σας».

Πήγα στο γιατρό με το τέταρτο παιδί μου, ηλικίας δεκατεσσάρων, περίμενε έξω από το γραφείο. Οι φωνές του γιατρού ακούστηκαν έξω στο διάδρομο. «Πήγαινε να τα κανονίσεις εσύ τώρα με τον Άγιο Πέτρο», μου λέει ουρλιάζοντας. «Γιατί δεν πήγες όταν σου είπα; Ο καρκίνος έχει γίνει πολυεστιακός, έχει δύο εστίες και διήθησε 17 λεμφαδένες.

Έμεινα αποσβολωμένη. Δεν μπορεί, κάποιος λάθος θα έγινε. Μα δεν πονάω πουθενά, πως είναι δυνατόν... Επειγόντως βρίσκομαι στο χειρουργείο. Ξυπνώντας από τη νάρκωση ρωτάω τη νοσοκόμα: «Μερική ή ολική μου κάνατε;» κι εκείνη διστακτικά και με κατανόηση μου απαντά: «ολική». Τους χασάπηδες με κατακρεούρησαν χωρίς λόγο, σκέφτομαι.

Φεύγοντας μου δίνουν το φάκελό μου με το ιστορικό κλειστό για να τον πάω στο άλλο νοσοκομείο. Στο σπίτι αποφασίζω να τον ανοίξω. Αυτός ο φάκελος είναι δικός μου και αφορά εμένα. Διαβάζοντάς τον τότε

και μόνο συνειδητοποίησα τι ακριβώς συνέβαινε.

Ώστε έχω καρκίνο και μάλιστα σε προχωρημένο στάδιο; Νιώθω τη γη να φεύγει από τα πόδια μου. Σαν να με πήρε ένας ανεμοστρόβιλος και να με πέταξε κάπου σε ένα σκοτεινό μέρος. Κλείνομαι στο δωμάτιό μου και δε θέλω να δω κανένα. Με πνίγει ένα «γιατί Θεέ μου;». Είμαι μόνο 44 ετών. Μεγάλωσαν λίγο τα παιδιά και περιμένα να ζήσω τώρα πιο άνετα χωρίς ξενύχτια και έννοιες. Και όμως τα ξενύχτια άλλαξαν μορφή. Ώρες δίχως τέλος, πόνος ψυχικός αβάσταχτος, σκέψεις οδυνηρές. Θα κάνω χημειοθεραπείες, θα πέσουν τα μαλλιά μου. Τα τελευταία παιδιά είναι μικρά, πως θα μεγαλώσουν; Το μαξιλάρι μουσκέυει από τα καυτά δάκρυα.

Η επόμενη μέρα με βρίσκει στην Εγνατία οδό να περιπλανιέμαι άσκοπα. Εκατοντάδες τα αυτοκίνητα να πηγαиноέρχονται. Αχ και να γινότανε, να κάνει ένα κλικ αριστερά κάποιο, να με βγάλει απ' αυτήν τη συμφορά Θεέ μου. Τι λέω; Ε, δε θέλω να γίνω και αυτοχείρας, να χάσω και τη ψυχή μου; Τι να κάνω στ' αλήθεια;

Τι να κάνω στ' αλήθεια; Να κλειστώ στο καβούκι μου χωρίς να το μάθει κανείς και να ζω μίξερα και δύστροπα μισώντας όλους όσους είναι υγιείς;

Όχι, πήρα την απόφασή μου. Θα ζήσω με το πρόβλημά μου, η ζωή μου ανήκει και θα την κερδίσω. Προσεύχομαι και ζητώ από το Θεό να μου δώσει δύναμη «συν τω πειρασμώ και την έκβαση» «αιτείτε και δοθήσεται», λέει, θα το ζητήσω λοιπόν ολόψυχα. Δεν μπορεί να είναι ψεύτης ο Θεός, θα με βοηθήσει αν του ζητήσω με δυνατή πίστη. Θεέ μου δεν καταλαβαίνω γιατί μου συνέβει αυτό, ξέρω όμως ότι με αγαπάς, φώτισέ με «...τας ενοίας κάθαρον...».

Το μυαλό αρχίζει σιγά σιγά να καθαρίζει. Και γιατί όχι και σε μένα; Σε τι διαφέρω εγώ από τους άλλους; Σ' ευχαριστώ Θεέ μου που δεν ήταν στο τελευταίο στάδιο. Τώρα θα παλέψω με νύχια και με δόντια και θα νικήσω. Θέλω πολύ να ζήσω γιατί έχω λόγο. Υπάρχουν πρόσωπα να με αγαπούν και γι' αυτά πρέπει να ζήσω. Η οδυνηρότερη εμπειρία μετά την εγχείρηση ήταν οι χημειοθεραπείες. Που όλα σου τα κύτταρα ποτίζονται από τα χημικά και δεν έχεις κουράγιο να περπατήσεις, να φας, να μιλήσεις. Ξεκινάς μια συζήτηση και στην πορεία έχεις ξεχάσει τι έλεγες. Ευτυχώς που όλα τα πράγματα καλά ή κακά έχουν ένα τέλος. Ο Θεός δε σ' αφήνει να πονέσεις περισσότερο απ' όσο αντέχεις. Σιγά σιγά άρχισα να νιώθω αρκετά καλά. Παλαιότερα πολλά πράγματα τα θε-

ωρούσα δεδομένα, τώρα όχι. Άρχισα λοιπόν να ζω την κάθε στιγμή ανεπανάληπτη και ίσως τελευταία. Η ζωή μου έχει πάρει άλλο νόημα.

Πράγματα που ονειρευόμουν μια ζωή τώρα πραγματοποιούνται. Άπιαστο όνειρο για μένα να βγω από το σπίτι να δουλέψω και τώρα ω του θαύματος ένα ανεπάντεχο τηλεφώνημα από τον πρόεδρο του συλλόγου πολυτέκνων. Η απασχόληση εκεί είναι μια καλή εργασιοθεραπεία, συντελεί να ξεχνώ το πρόβλημά μου και συγχρόνως να ενθαρρύνω και να δίνω αισιοδοξία σ' όσους αντιμετωπίζουν το ίδιο πρόβλημα. Πάντα αναφέρω το γεγονός χωρίς ενδοιασμούς με το σκεπτικό να βοηθήσω τις γυναίκες ώστε να επισκέπτονται το γιατρό τους έγκαιρα.

Μεγάλη ήταν η επιθυμία μου να έρθω σε επαφή και με άλλες γυναίκες με το ίδιο πρόβλημα. Όσπου μια μέρα εντελώς τυχαία σε μια εφημερίδα βλέπω μια κυρία να ποζάρει με τα δυο της παιδιά κάνοντας έκκληση σε όσους είναι καρκινοπαθείς να ιδρύσουν έναν σύλλογο με προστάτη την ίδια. Η κυρία εκείνη είναι η πρόεδρος του συλλόγου, Μήττα Περσεφόνη, που ακούραστα προσέφερε και συνεχίζει έως σήμερα να προσφέρει στο σύλλογο. Έτσι έγινα κι εγώ από τα πρώτα μέλη του συλλόγου. Μέσα στο σύλλογο αισθάνομαι αδελφή ψυχή με όλες τις ομοιοπαθείς φίλες. Έχουμε έναν κοινό κώδικα επικοινωνίας, ένα μυστικό για τη ζωή. Περνάμε υπέροχα με τις εκδρομές, τα συνέδρια, τις συνεστιάσεις και τις τόσες άλλες δραστηριότητες.

Έχουν περάσει 16 χρόνια από τότε, σχεδόν ξέχασα ότι υπήρξα κάποτε καρκινοπαθής. Υπάρχει βέβαια το λεμφοοίδημα στο αριστερό μου χέρι να μου το θυμίζει. Δε μου χαλάει καθόλου τη διάθεση, αισθάνομαι σαν στρατιώτης νικητής στον πόλεμο με το παράσημό μου. Αγαπώ αυτό το παχουλό μου χεράκι και τον άνδρα μου που κάθε βράδυ το κάνει μασάζ.

Αγαπώ όλους τους εξ ασθενίας μου αδελφούς. Τους αγαπώ και τους καταλαβαίνω.

Δόξα τω Θεώ, που μέσα από την ταλαιπωρία μου, είδα καθαρά την αγάπη του συζύγου μου, των παιδιών μου και των αληθινών φίλων μου. Συνειδητοποίησα πόσο τους αγαπώ κι εγώ! Κατάλαβα το «... τις στρατηγός τις στρατιώτης ...». Πίστεψα πως η ζωή είναι μια γέφυρα που μας πάει στο Δημιουργό μας, αρκεί να την περάσουμε με σύνεση, ευχαριστία και δοξολογία σ' Αυτόν. Αλήθεια και λίγος έλεγχος των πράξεων και των λογισμών δε βλάπτει. Ευχαριστώ.

Δέσποινα Τσόλη

Συγχαρητήρια κατάθεση

Συγχαίρω θερμά το Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης.

Ιδιαίτερα την κ. Περσεφόνη Μήττα, την πρόεδρο του Συλλόγου καθώς και κάθε συνεργό και συμπαραστάτη της. Καταρχήν διότι δημιούργησαν τον Σύλλογο Καρκινοπαθών αλλά και για την έκδοση σειράς βιβλίων (στο τέλος υπάρχει πίνακας) και του παρόντος, που το καθένα κι όλα μαζί, βοηθούν τα μέλη, τους οικείους, αλλά κι όλους μας για σωστή ενημέρωση για τον καρκίνο. Μάλιστα το παρόν, γραμμένο από τα ίδια τα μέλη, δίνει βιωματική παρουσίαση του αγώνα και της νίκης ενός εκάστου.

Στο βιβλίο, λοιπόν, αυτό κατατίθεται ο πόνος και ο κόπος, σχετικά με την αρρώστια, του κάθε μέλους, που θέλησε να τον εξωτερικεύσει. Έτσι κατάφερε να τον δει αντικειμενικά. Θα λέγαμε ότι είναι μια αποστασιοποίηση της κατάστασης, μια αποφόρτιση, που δρα πολύ ευεργετικά, όπως θα το διαπιστώσει ο αναγνώστης, καθώς θα διαβάζει τα μικρά ιστορικά.

Ακόμα στα κείμενα χαίρεται κανείς, την αναγνώριση και την ευγνωμοσύνη σ' όσους συμπορεύτηκαν στον ανήφορο προς την ανάρρωση του καθένα. Καθώς και την αυθόρμητη ελπίδα και πίστη στο Θεό.

Ιδιαίτερα θα τονίσω την αναγνώριση της προσφοράς του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης, που περιγράφεται από τους περισσότερους συγγραφείς του παρόντος.

Ο Σύλλογος κατάφερε να ενώσει τους ανθρώπους που έχουν πρόβλημα καρκίνου, να μοιράζονται τον πόνο τους και να τον φέρουν μαζί! Τόνωσε την πίστη τους στο Θεό και στις δυνατότητες που Αυτός έβαλε μέσα στον άνθρωπο, να αγωνίζεται και να νικά.

Ο Σύλλογος έδωσε, ακόμα, διακονήματα ανιδιοτελούς προσφοράς, που νοηματίζουν τη ζωή. Δίνουν αυτοπεποίθηση, αλτρουισμό, καταξίωση, άλλη θεώρηση των πραγμάτων ... καθώς οι παλαιοί ιαθέντες ή εν πορεία, συμπαρίστανται στα καινούργια περιστατικά και με την εμπειρία τους δίνουν θάρρος, ελπίδα, πίστη για θετικά αποτελέσματα, στον πάσχοντα.

Συγχαίρω και ένα έκαστο αυτών, που κατάφεραν να καταθέσουν από καρδιάς την εμπειρία τους, ώστε να βοηθηθεί καθένας που τη διαβάζει.

Επιτρέψτε μου να ευχηθώ, να βαθαίνει η αγάπη μεταξύ των μελών του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης.

Ευχαριστώ, τέλος, την κ. Π. Μήττα που μου εμπιστεύθηκε την επιμέλεια των κειμένων, την τιλοθέτηση και θεματοδότηση, καθώς και τις προτάσεις μου για την εικονογράφηση.

Στις διορθώσεις έλαβα υπ' όψιν μου την ιδιαιτερότητα του τρόπου γραφής του καθένα, γι' αυτό και δεν διόρθωσα λεκτικές, τοπικές κ.λπ. εκφράσεις.

Να σημειώσουμε ακόμα, ότι με επιμέλεια παραλείψαμε τα ονόματα των ιατρών, ακόμα και αυτών, που ευχαριστούν οι φίλοι μας. Γιατί αν τα βάζαμε θα έπρεπε να βάλουμε τα ονόματα κι αυτών από τους οποίους είχαν παράπονα και δεν το θέλαμε.

Η αρχή του Συλλόγου είναι: η ανιδιοτελής με αγάπη ευσυνείδητη προσφορά όλων, γι' αυτόν που πάσχει.

Με εκτίμηση

Χρυσ. Νικολαΐδου-Περίσογλου

Τεχνολόγος Πολιτικός Μηχανικός – Λογοτέχνης

ΣΧΟΛΙΑ

Δεν γνωρίζω αν είμαι ο καταλληλότερος για να προλογίσω το βιβλίο που έχετε στα χέρια σας. Είχα την εντύπωση ότι απλά θα σχολιάσω μαρτυρίες ανθρώπων αλλά αυτό που στην ουσία συνέβη είναι ότι γνώρισα συνανθρώπους μου. Συνανθρώπους διαφορετικούς που συναντιώται όμως σε μια κοινή υπαρξιακή εμπειρία, την εμπειρία του καρκίνου. Αρχικά είχα την εντύπωση ότι διαβάζω κάτι που αφορά άλλους. Στην πορεία διαπίστωσα ότι αφορά και εμένα. Εμένα όχι ως αυτήν την στιγμή νοσούντα αλλά ως εν δυνάμει πάσχοντα. Κατάσταση και πιθανότητα που είναι σύμφυτη με την ανθρωπινή μας ύπαρξη, με την ζωή. Από την στιγμή αυτής της διαπίστωσης συνειδητοποίησα και το κοινό μου τόπο με όλους αυτούς που είχε την τιμή να γνωρίσω μέσα από τα κείμενά τους.

Γνώρισα τις ιδιαιτερότητες των καρκινοπαθών αλλά ταυτόχρονα και τους κοινούς τόπους με άλλους πάσχοντες. Τη δύναμη και την αδυναμία του καθένα που προβάλλουν μέσα από τις ιδιαίτερες προσωπικές συνθήκες. Την ατομική περιπέτεια και την περιπέτεια των οικειών. Γνώρισα τη δύναμη της ατομικής θέλησης αλλά και τη δύναμη της αλληλοβοήθειας, της αλληλεγγύης και της συλλογικής δράσης. Διαπίστωσα ότι «όταν ο γιατρός είναι πρώτα από όλα άνθρωπος» τότε η επιστημονική γνώση και η ιατρική φροντίδα συναντάνε το απόλυτο. Τότε ο ασθενής βιώνεται από το ιατρικό και το νοσηλευτικό προσωπικό ως ένας άνθρωπος με την δική του ιστορία, την δική του ιδιαίτερη εμπειρία του καρκίνου, την αξιοπρέπεια του. Τότε προβάλλει η υγεία και η φροντίδα της ως ανθρώπινο δικαίωμα και όχι ως εμπόρευμα.

Διαπιστώνει κανείς στα κείμενα εκ νέου ότι τα κενά και οι ελλείψεις του συστήματος υγείας, οι καθημερινές περιπέτειες των πασχόντων και η συχνή έκθεση της ζωής τους σε κινδύνους εξ αιτίας αυτών των ελλείψεων είναι απόρροια της έλλειψης σεβασμού στην ανθρώπινη ζωή. Οι καρκινοπαθείς μας δείχνουν ότι και αυτοί καθημερινά βιώνουν τις αρνητικές επιπτώσεις εκείνων των πολιτικών υγείας που αυτοδιαφημίζονται ως μεταρρυθμίσεις ενώ ανακνυλώνουν στην πραγματικότητα την ανεπάρκεια γιατί αφετηρία τους δεν είναι ο σεβασμός της ανθρώπινης αξιοπρέπειας.

Αυτή η ανθρώπινη αξιοπρέπεια προβάλλει σε όλα τα κείμενα. Και όταν η αξιοπρέπεια εννοείται συλλογικά τότε το ατομικό συναντάει το κοινωνικό και η ατομική θέληση μετατρέπεται και σε συλλογική δύναμη και δράση. Τότε κανένας μας δεν είναι μόνος.

Κώστας Μπαϊρακτάρης

Αναπλ. Καθηγητής

Κλιν. Ψυχ. Α.Π.Θ.



Από το 1998 γνωρίζω και συνεργάζομαι με καρκινοπαθείς και δε σταματώ να θαυμάζω και να προβληματίζομαι με τη δύναμη της ανθρώπινης φύσης να πολεμάει και να ξεπερνάει δυσκολίες. Δυσκολίες που και μόνο στη σκέψη τους πολλοί από εμάς νιώθουμε ανήμποροι και πανικοβλημένοι.

Η γνωριμία μου με τον Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης το 2002, μέσω της συνεργασίας σε εθελοντική βάση με το Κέντρο Ψυχοθεραπείας και Εκπαίδευσης Gestalt Foundation, μου έδωσε την ευκαιρία να έρθω πιο κοντά σε ανθρώπους που έμαθαν για την ασθένειά τους και αποφάσισαν να παλέψουν με αυτήν.

Η συνεργασία μας όλα αυτά τα χρόνια μου έδωσε πολλά περισσότερα από όσα φανταζόμουν. Κάθε συνεργασία είναι καταρχήν, για μένα, μια ανθρώπινη σχέση. Και ως τέτοια, μου δίδαξε (και συνεχίζει να μου διδάσκει) τη σημασία της ευθύνης, της σταθερής παρουσίας, της υπομονής, της αντοχής, αλλά και της ευελιξίας, και της δημιουργικής προσαρμογής στις συνέχεια μεταβαλλόμενες ανάγκες των ανθρώπων και του Συλλόγου.

Διαβάζοντας αυτό το βιβλίο, αυτές τις μαρτυρίες, ξαναθυμήθηκα πολλά από τα μηνύματα που πήρα δουλεύοντας τόσο με τα μέλη όσο και με τους συναδέλφους μου που δουλεύουμε μαζί. Την απλότητα, τη σοφία, την ευθύτητα και την ανθρωπιά που αποπνέει το κάθε κείμενο, η κάθε ιστορία. Χάρηκα και συγκινήθηκα διαβάζοντας όλα τα κείμενα, συμπεριλαμβανομένων και αυτών που γράφτηκαν από ανθρώπους με τους οποίους συμπορεύτηκα σε ένα μικρό κομμάτι της πορείας τους.

Από την αρχή της συνεργασίας μας με τον Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης βίωσα πως η λέξη «καρκίνος» είναι ταμπού, φόβητρο, ερέθισμα προς αποφυγή. Όχι μόνο από τους ασθενείς, όχι μόνο από τους συγγενείς τους, όχι μόνο από τους γείτονες και τους γνωστούς. Κι από εμάς τους ίδιους, τους «ειδικούς» που προσφερθήκαμε να βοηθήσουμε και να στηρίξουμε. Ένας πρωτόγονος φόβος που έρχεται σαν σκιά στις ομάδες εποπτείας που κάνουμε. Εάν αρρωστήσω κι εγώ; Εάν αρρωστήσει κάποιος από την οικογένειά μου; Πολλές φορές ζήσαμε μέσα στην ομάδα εποπτείας την βαριά εμπειρία του να αρρωστήσει κάποιος δικός μας. Χρειάζεται κάποιος στήριξη και συνεχή ενδοσκόπηση για να μπορεί να τα βγάλει πέρα με τα ζητήματα που προκύπτουν συνεχώς. Η σκιά του θανάτου, η ασθένεια, και οι αλλαγές σε διάφορα επίπεδα, αποτελούν συνεχείς προκλήσεις για αναθεώρηση απέναντι στη ζωή, τον εαυτό μου, και τον κόσμο.

Αυτό που επίσης όμως διδάχθηκα είναι πως η λέξη αυτή μπορεί να γίνει ερέθισμα και κίνητρο για αγώνα, συσπείρωση και κινητοποίηση. Έμαθα πως αυτός ο αγώνας γίνεται λίγο πιο εύκολος και πιο ευχάριστος όταν έχεις

ανθρώπους να τον μοιραστείς μαζί τους. Η συσπείρωση και η ομαδικότητα προσφέρει ελπίδα και γλυκές στιγμές θαλπωρής και στήριξης στα εύκολα και στα δύσκολα. Η κινητοποίηση δίνει ενθουσιασμό, χαρά, κουράγιο, και μια αίσθηση αυτοδιάθεσης κι ελπίδας που λειτουργεί ως αντίδοτο στην απελπισία και την αίσθηση ανημπορίας που βαραίνει κάποιες στιγμές.

Παρακολουθώντας τον Σύλλογο, τη Διοίκηση και τα Μέλη του τα τελευταία έξι χρόνια μπορώ να δηλώσω το εξής: Πέρα από οφέλη του να παρακολουθεί κανείς κάποιες από τις πολλές εναλλακτικές δραστηριότητες του Συλλόγου, η πιο αξιόλογη εμπειρία είναι το να συμμετέχει ενεργά σε αυτόν τον Σύλλογο.

Τα ενεργά μέλη και φίλοι-εθελοντές του Συλλόγου, με τη συνεχή κινητοποίηση και προσφορά τους στους συμπολίτες μας, δημιουργούν κι εξελίσσουν έναν φωτεινό πυρήνα. Έναν πυρήνα αλληλοϋποστήριξης και δημιουργικότητας που επεκτείνεται σε ένα ευρύ φάσμα ανθρώπων της κοινότητάς μας, και πολλές φορές πέρα από αυτήν, μέσω της συνεργασίας με άλλους Συλλόγους και φορείς. Πραγματικά, όντας μέλος αυτού του Συλλόγου, νιώθεις ότι μπορείς να το ξεστομίσεις: Καρκίνος, Ε, και;».

Ευχαριστώ για την τιμή που μου κάνατε να προλογίσω αυτό το βιβλίο Νιώθω έτσι λίγο πιο κοντά σε ανθρώπους που εκτιμώ βαθύτατα, και μέσα από τον ρόλο μου, ότι συμμετέχω κι εγώ κάπως σε αυτόν τον αγώνα.

Στους μελλοντικούς αναγνώστες εύχομαι το βιβλίο που κρατάτε να σας δώσει κάτι από αυτά που έχετε ανάγκη και να σας βοηθήσει στη συνέχεια σας.

Στον Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης και την Πρόεδρο και Περσεφόνη Μήττα εύχομαι δημιουργική και πολύχρονη συνέχεια.

Αντωνία Κωνσταντινίδου, M.Sc.

Κοινωνική και Κλινική Ψυχολόγος (Α.Π.Θ.),

Ψυχοθεραπεύτρια,, Εκπαιδεύτρια κι

Επόπτρια Gestalt

(πιστοποίηση από E.A.G.T. & E.A.P.)



ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ

Ηπροσαρμογή στις αλλαγές που φέρνει ο καρκίνος, γίνεται ευκολότερη και για τους καρκινοπαθείς και για τις οικογένειές τους, όταν λαμβάνουν χρήσιμη πληροφόρηση και υπηρεσίες υποστήριξης.

Τι έχει προγραμματίσει το Δ.Σ. του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης στη χρονική περίοδο από το 1992 κε:

ΟΜΑΔΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΩΝ

- 1) Κλειστή ομάδα ψυχολογικής στήριξης των ασθενών καρκινοπαθών.
- 2) Ανοιχτή ομάδα ψυχολογικής στήριξης των ασθενών καρκινοπαθών.
- 3) Ομάδα ψυχολογικής στήριξης της οικογένειας του καρκινοπαθή.
- 4) Τμήμα φυσιοθεραπείας, ορθοστατικών ασκήσεων και διαχείρισης στρες.
- 5) Ανοιχτές ομάδες συζήτησης (καφές).
- 6) Τμήμα μελέτης Αγίας Γραφής.
- 7) Τμήμα αυτογνωσίας.
- 8) Τμήμα σωφρολογίας.
- 9) Τμήμα δραματοθεραπείας.
- 10) Τμήμα θεάτρου.
- 11) Τμήμα με «θεατρικό παιχνίδι».
- 12) Τμήμα μουσικής.
- 13) Τμήμα μουσικοθεραπείας.
- 14) Τμήμα παραδοσιακών χορών.
- 15) Τμήμα χορωδίας.
- 16) Τμήμα ζωγραφικής.
- 17) Τμήμα αρωματοθεραπείας.
- 18) Τμήμα κοπτικής - ραπτικής.
- 19) Τμήμα εκμάθησης αγγλικών - ιταλικών.
- 20) Τμήμα εκπαίδευσης εθελοντών.
- 21) Τμήμα ιστορίας.
- 22) Τμήμα διακόσμησης.
- 23) Λεμφικό μασάζ.
- 24) Συνάντηση ασθενή με ασθενή.
- 25) Συνάντηση ασθενή με ψυχολόγο.

Συνεργασία με ψυχολόγο από Αμερική 2-3 φορές το χρόνο.

Τα παραπάνω τμήματα έχουν προγραμματιστεί για όλους εκείνους τους ασθενείς καρκινοπαθείς που πρεσβεύουν ότι η ζωή συνεχίζεται ακόμη και με τον καρκίνο. Η συμμετοχή σ' αυτά είναι δωρεάν.

ΕΚΔΟΣΕΙΣ Σ.Κ.Μ.Θ.

Ο Σ.Κ.Μ.Θ. στην προσπάθειά του να ευαισθητοποιήσει τον κόσμο γύρω από την αξία και τη χρησιμότητα της ενημέρωσης-πρόληψης του καρκίνου, έχει αναπτύξει μια αξιόλογη εκδοτική δραστηριότητα από το 1993.

Πρόκειται για μια σειρά πενήντα (50) ενημερωτικών φυλλαδίων, από τα οποία τα σαράντα δύο (42) αποτελούν επιμελημένες μεταφράσεις από ανάλογες εκδόσεις του Εθνικού Ινστιτούτου Καρκίνου της Αμερικής (N.C.I.). Τα υπόλοιπα οκτώ (8) γράφτηκαν από μέλη του Συλλόγου και εκπονήθηκαν από εθελοντές και φίλους.

Τα φυλλάδια αυτά, που διανέμονται δωρεάν, παρέχουν στον αναγνώστη χρήσιμα στοιχεία γύρω από κάθε μορφή καρκίνου καθώς επίσης και πολύτιμες, γενικές οδηγίες και συμβουλές.

Ακολουθως παρατίθενται οι τίτλοι των πονημάτων με χρονική σειρά, με βάση την έκδοσή τους από το Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης στην περίοδο από το 1993 ως σήμερα.

Τίτλοι των φυλλαδίων:

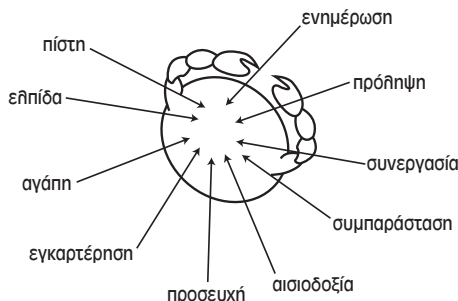
1. “Μιλώντας με το παιδί για τον καρκίνο”
2. “Μετεγχειρητικές ασκήσεις σε γυναίκες με μαστεκτομή”
3. “Οδηγός αυτοπεριοποίησης μετά από εγχείριση πνεύμονος”
4. “Κόβω το τσιγάρο” (Στοιχεία και χρήσιμες συμβουλές για τη διακοπή)
5. “Η χημειοθεραπεία και εσύ” (Τέσσερα βήματα βοήθειας προς τους ασθενείς)
6. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του δέρματος”
7. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο των οστών”
8. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο της μήτρας”
9. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τους σπίλους και τους δυσπλαστικούς σπίλους”
10. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τα μη Hodgkin λεμφώματα”
11. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του στόματος”
12. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τη νόσο του Hodgkin”
13. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για το πολλαπλό μυέλωμα”
14. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο των όρχεων”
15. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για το μελάνωμα”
16. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του εγκεφάλου”
17. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του προστάτη”
18. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του παχέος εντέρου”
19. “Το ανοσοποιητικό σύστημα – Πώς λειτουργεί”
20. “Όταν κάποιος στην οικογένεια έχει καρκίνο”
21. “Δώσε χρόνο στη ζωή” (Ψυχολογική στήριξη ασθενών και το περιβάλλον τους)
22. “Συμβουλές διατροφής για καρκινοπαθείς”
23. “Όταν ο καρκίνος επανέρχεται. Μια νέα πρόκληση”

24. “Ερωτήσεις και απαντήσεις σχετικά με τον έλεγχο του πόνου”
25. “Η χημειοθεραπεία και εσύ” (Οδηγός αυτοβοήθειας στη διάρκεια θεραπείας)
26. “Ακτινοβολία και εσύ” (Οδηγός αυτοβοήθειας στη διάρκεια θεραπείας)
27. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του στομάχου”
28. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τη λευχαιμία”
29. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας”
30. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του παγκρέατος”
31. “Κοιτώντας μπροστά” (Οδηγός για καρκι/παθείς που έχουν αποθεραπευτεί)
32. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο”
33. “Μπορώ να επιβιώσω”
34. “Σεξουαλικότητα και καρκίνος” (Για τον καρκ. άνδρα και τη σύντροφό του)
35. “Σεξουαλικότητα και καρκίνος” (Για την καρκ. γυναίκα και το σύντροφό της)
36. “Οδηγός πληροφ. μεταμόσχευσης μυελού των οστών. Βοήθεια μεταξύ φίλων”
37. “Απαντήσεις στις ερωτήσεις σχετικά με τον καρκίνο του ήπατος”
38. “Μιλώντας με το παιδί για τον θάνατο”
39. “Το ταξίδι του καρκίνου”
40. “Αντιμετώπιση της κόπωσης κατά τη διάρκεια και μετά τη θεραπεία”
41. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τις κλινικές δοκιμές”
42. “Ό,τι συνέβη σε σένα, συνέβη και σε μένα”
43. “Αποκατάσταση μαστού. Μια προσωπική επιλογή”
44. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του λάρυγγα”
45. “Καρκίνος, ε και;” (Μικρές ιστορίες από μέλη του Συλλόγου)
46. “Τα ποιήματά μας” (Μια συλλογή ποιημάτων από μέλη του Συλλόγου)
47. “Μπορώ να επιβιώσω” (Μετάφραση στα Αγγλικά)
48. “Καρκίνος και οικογένεια”
49. “Πόση δύναμη κρύβει ένα παιδί” (Μικρές ιστορίες παιδιών με καρκίνο)
50. “Ιατρικά λάθη”. Φτάνει πια!

Φιλικά, η Πρόεδρος

Π. Μήττα

ΖΩΗ-ΥΓΕΙΑ



ΠΗΓΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ

Ο Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας Θράκης είναι ένας εθελοντικός οργανισμός βοήθειας με μέλη καρκινοπαθείς. Η έδρα του είναι στην Εγνατία 65, Θεσσαλονίκη (το γραφείο) και στην Αγίου Δημητρίου 96 (το Εντευκτήριο).

Μέσα από τις δραστηριότητες και την εθελοντική προσφορά μελών και φίλων του (π.χ. συγκεντρώσεις, ομιλίες, ομάδες βοήθειας και ψυχαγωγίας ασθενών κ.λ.π.) επιχειρείται η άμεση υποστήριξη των καρκινοπαθών και η πληροφόρηση του κοινού.

Στα πλαίσια αυτά εκδίδονται και διανέμονται δωρεάν μια σειρά από φυλλάδια με θέμα τον καρκίνο. Για πληροφορίες σχετικά με τις εκδηλώσεις και τις δραστηριότητες του Συλλόγου, επικοινωνήστε στο τηλεφωνικό νούμερο 2310 241.911 (Γραφείο).

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Άλλο ένα φυλλάδιο έρχεται να προστεθεί στην εκδοτική δραστηριότητα του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης, που κατευθύνεται πάντοτε από ένα βασικό κίνητρο: την ενημέρωση του κοινού σε θέματα πρόληψης καρκίνου καθώς και την εξασφάλιση ποιοτικής αναβάθμισης σε καθέναν από τους πολίτες της ελληνικής κοινωνίας.

Στις σελίδες του παρόντος φυλλαδίου θα βρείτε τον εαυτό σας μέσα στην ιστορία του κάθε ανθρώπου.

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε την κ. Χρυσ. Νικολαΐδου-Περίσσογλου, Τεχνολόγο Πολιτικό Μηχανικό – Λογοτέχνη και όλους όσους συνέβαλαν για την επιμέλεια του κειμένου.

Σ.Κ.Μ.Θ.

Περιεχόμενα

Καρκίνος. Ε και;	4
Ποταμοί συναισθημάτων, <i>Βικτωρία Κωφίδου</i>	6
Κάποιος σας σφίγγει το χέρι, <i>Δανάη Τριγωνάκη</i>	8
Κόμπλεξ με την περούκα μου, <i>Έφη Μέρομηγκα</i>	10
Δεν με σταματάει τίποτα, <i>Βενετία Ζλάτκου</i>	12
Είμαι 25 χρόνων! STOP, <i>Νικόλαος Κολέντης</i>	14
Η ζωή είναι ωραία, <i>Κωνσταντίνος Δαλάκας</i>	17
Θα παλέψω, <i>Αλίκη Τανακίδου-Κλειδοπούλου</i>	18
Ποτέ δεν έτυχε να πάω σε γιατρό, <i>Σαββατούλα Χατζησαββίδου</i>	20
Ζητήστε βοήθεια από τον Θεό και από τους ανθρώπους συμπαράσταση, <i>Κυριακή Βλασάκη</i>	22
Μήνυμα αισιοδοξίας, <i>Ιωάννα Χριστοφοράτου</i>	24
Το θαύμα δεν άργησε, <i>Ελένη Δήμου</i>	27
Ζητώ συγγνώμη από τον Θεό, <i>Στέλλα Γαλάνη</i>	28
Δυνάμωσε η πίστη μου προς τον Θεό, <i>Αννέτα Ματάκου</i>	30
Εθελοντισμός – Αγάπη ανιδιοτελής, <i>Ελένη Χατζηχαραλάμπου</i>	32
Ο καρκίνος είναι παρελθόν, <i>Κυριακή Στύλου</i>	35
Ε! Καλύτερη ιατρική περίθαλψη!, <i>Γιάννης Σαριδάκης</i>	38
Να 'χουμε πίστη προς τον Θεό, <i>Αθηνά Γκεμιτζή</i>	41
Την άνοιξη έβαζα ένα λουλούδι στο στήθος, <i>Ελένη Πυργιώτου Ζήση</i>	44
Δυνάμεις από τον Θεό, <i>Οσία Καλαϊτζίδου</i>	47
Μα, γιατί όχι σε εμένα;, <i>Στέργιος Παπαγεωργίου</i>	48

Πίστη στον εαυτό μας και στον Θεό, <i>Ξανθή Σταματοπούλου</i>	51
Συνοδεύοντας κάποια συγγενή μου, <i>Βαγγελιώ Καραπατόγλου</i>	54
Φίλε καρδίε, σε μένα που ήρθες έκανες μεγάλο λάθος, <i>Ανδ. Αγάς</i>	55
Με αισιοδοξία το αύριο, <i>Δημήτριος Μαντζαράκης</i>	58
Το σώμα μας είναι ναός του Αγίου Πνεύματος, <i>Αχιλλίτσα Γλερίδου</i>	60
Ασχολήθηκα με το παιδί μου, <i>Ηλίας Τσιομπλέκτσας</i>	64
Και δόξα τω Θεώ, <i>Ελισάβετ Μαυροπούλου</i>	67
Ξεπέρασα την ανασφάλειά μου, <i>Χριστίνα Αυγουστίδου</i>	69
Σημάδια της τρίτης υποτροπής, <i>Βασίλης Γρηγοριάδης</i>	71
«Εσύ πρέπει να έχεις Άγιο», <i>Ανέστης Φιλιππίδης</i>	73
Ζω και Τον ευχαριστώ, <i>Σοφία Μαρμαρά</i>	75
Περιμένω με ανυπομονησία το δισέγγονό μου, <i>Αναστ. Καλπακίδης</i>	77
Πίστεψα ότι ο Θεός δεν θα με εγκαταλείψει, <i>Δημήτριος Αλεξίου</i> ...	79
Στο ατύχημα, ψάξε το μήνυμα, <i>Κωνσταντίνος Νικολαΐδης</i>	81
Προχωρώ μπροστά, <i>Κατερίνα Τσίκαλα</i>	83
Ένα θαύμα, <i>Γεωργία Κλιμπέ</i>	85
Αγαπώ το παχουλό μου χεράκι, <i>Δέσποινα Τσόλη</i>	87
Συγχαρητήρια κατάθεση, <i>Χρυσάνθη Νικολαΐδου-Περίσογλου</i>	90
Σχόλια	92
Υποστήριξη των καρκινοπαθών	95
Τίτλοι φυλλαδίων	96
Πηγές πληροφόρησης	98
Επίλογος	98