



Ό,τι δεν σε σκοτώνει σε κάνει πιο δυνατό

Επιμέλεια
Αλεξάνδρα Χολέβα
Περσεφόνη Μήττα



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ

Εγνατίας 65, 1ος όρ. Θεσσαλονίκη (546 31) - Τηλ. 2310 241911 - Fax 2310 221211

Εντευκτήριο: Αγ. Δημητρίου 96, 1ος όρ.

<http://www.sillogoskarkinopathon.gr> - e-mail: info@sillogoskarkinopathon.gr

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2011

Ό,τι δεν σε σκοτώνει σε κάνει πιο δυνατό

Επιμέλεια

**Αλεξάνδρα Χολέβα
Περσεφόνη Μήττα**



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ

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

Εντευκτήριο: Αγ. Δημητρίου 96, 1ος όρ.

<http://www.sillogoskarkinopathon.gr> • e-mail: info@sillogoskarkinopathon.gr

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2011

“Ο,τι δεν σε σκοτώνει, σε κάνει πιο δυνατό”

“What doesn't kill you makes you stronger”

Friedrich Nietzsche, from *The Twilight of the Idols* “*Maxim and Arrows*” sec. 8.
The original was: “Out of life’s school of war: what does not destroy me, makes me stronger”.

Επιμέλεια κειμένων:
Αλεξάνδρα Χολέβα
Περσεφόνη Μήττα

Ζωγραφιές:
Χριστίνα Γεωργοπούλου

Επιμέλεια έκδοσης:
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ
Εγνατία 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) 208731, 209637 – Fax 216647

Α' έκδοση 2011

Θεσσαλονίκη 2011

Για την Ελένη

Είναι μέσα από τις δοκιμασίες που περισσεύουν στον αγώνα για τη ζωή που χτίζουμε, τη ψυχή, τη δύναμη και την ανθρωπιά μας και γινόμαστε άνθρωποι ωριμότεροι και καλύτεροι για τον καθένα ξεχωριστά και για το συνάνθρωπό μας.

Ριάντ Σαλούμ

Θέλω να ευχαριστήσω μέσα από την καρδιά μου τον γιατρό που με έσωσε, την οικογένειά μου που μου έδινε δύναμη να συνεχίσω, τους φίλους μου που μου στάθηκαν και ήταν πάντα δίπλα μου και φυσικά την κ. Μήττα που με τα λόγια της και τις συμβουλές της με βοηθούσε πάντα και συνεχίζει να με βοηθάει. Σας ευχαριστώ όλους παρά πολύ!!!

«Το να αποδεχθείς και να ξεπεράσεις το πρόβλημά σου είναι γενναιοδωρία, 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

*Πρώην 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

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 και στην Eurobank EFG 0026.0232.57.0100310655.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Δεν φανταζόμουν ποτέ πως στα δεκαέξι μου θα ερχόμουν αντιμέτωπη με τον καρκίνο. Δεν είχε περάσει ποτέ από το μυαλό μου πως θα περνούσα «λίγο» χρόνο από την εφηβεία μου στα νοσοκομεία, τυλιγμένη με ορούς κι έχοντας γύρω μου, αντί για χαμογελαστά πρόσωπα, μονάχα ανθρώπους που περνάνε τα ίδια με μένα, ίσως και χειρότερα...

Πολλές φορές είπα «θα τα παρατήσω». Δεν άντεχα τον πόνο κάθε δεύτερη Τετάρτη, δεν άντεχα να βλέπω τους δικούς μου ανθρώπους να στεναχωριούνται, δεν άντεχα να μη μπορώ να κάνω ό,τι κάνει ένα παιδί στην ηλικία μου! Άπειρες ήταν οι στιγμές που σκέφτηκα «θα τραβήξω τον ορό, θα σηκωθώ και θα φύγω κι ό,τι γίνει! Έτσι κι αλλιώς και τώρα νιώθω σα ζωντανή νεκρή!».

Μετά όμως από ωριμότερη σκέψη αποφάσισα πως δεν θα το βάλω στα πόδια, πως θα παλέψω μέχρι το τέλος για μένα και για όσους είναι δίπλα μου, πολεμούν μαζί μου και μ' αγαπάνε.

Μου πήρε πολύ χρόνο για να καταλάβω και να αποδεχθώ τι έχω και, για να πω την αλήθεια, ακόμα και τώρα δεν το πολυπιστεύω.

Πολλές φορές, ειδικά όταν το πρωτοέμαθα, φοβόμουν να προφέρω τη λέξη «καρκίνος». Και μόνο στο άκουσμά της ένιωθα μια ανατριχίλα και το στόμα μου να μουδιάζει. Πολλά βράδια έκλαιγα και σκεφτόμουν πως δε θα τα καταφέρω, άσχετα αν όλοι μου έλεγαν: «Θα γίνεις καλά!». Στην κατάσταση που ήμουν δεν μπορούσα να δω τίποτα θετικά. Σκεφτόμουν πως ίσως να μην ξυπνήσω ένα πρωί, πως ίσως να μην νιώσω ξανά το πρωινό φίλημα του μπαμπά πριν πάει στη δουλειά. Φοβόμουν μήπως δεν ξανανιώσω το άγγιγμα της μαμάς, τα βράδια, όταν έμπαινε στο δωμάτιο για να με σκεπάσει. Ήθελα να βλέπω κάθε πρωί το χαμόγελό της. Ήθελα ν' ακούω συνέχεια από την αγγελική φωνή των γονιών μου πόσο μ' αγαπάνε και πως είμαι η πριγκιπέσσα τους. Ανησυχούσα μήπως δεν ξαναδώ το φύλακα άγγελο της ζωής μου, τον αδελφό μου, να με πειράζει και να με κοροϊδεύει! Ήθελα να κρατάω πάντα την αγαπημένη μου γιαγιά στην αγκαλιά μου, γιατί ήξερα, πως αν πάθαινα κάτι εγώ, θα σκότωνα και την ίδια. Τρόμαξα στην ιδέα πως δεν θα ξαναδώ



τις μικρές μου «ζουζουνίτσες», που πάντα στα εύκολα και στα δύσκολα ήταν κοντά μου και μ' έκαναν να γελάω!

Δεν πρόκειται να ξεχάσω ποτέ τους φίλους μου» και τον άνθρωπο που με άντεχε όταν λύγιζα και με έκανε να χαμογελάω! Όλοι όσοι το ήξεραν, φίλοι και οικογένεια, ήταν κοντά μου. Φοβόμουν, μήπως τους απομακρύνω από κοντά μου όταν μ' έβλεπαν συνέχεια να πέφτω, να ζαλιζομαι και να μην μπορώ να τους ακολουθήσω... Ευτυχώς όμως, όλοι ήταν κοντά μου κι έδιναν νόημα στη λέξη «αγάπη»... Τους ευχαριστώ όλους μέσα από την καρδιά μου!...

Έκλαιγα και στεναχωριόμουν. Ειδικά, όταν έβλεπα τους δικούς μου ανθρώπους να στεναχωριούνται. Ένιωθα να τους απογοητεύω και να ευθύνομαι εγώ για όλα!... Προσπαθούσα και είπα πολλές φορές θα πολεμήσω και θα τα καταφέρω, όμως πάντα κάτι γινόταν και οι ελπίδες μου γκρεμίζονταν...

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΒΙΟΨΙΑΣ

Πάντα φοβόμουνα τις ενέσεις, τα αίματα και τους γιατρούς. Μέσα σε ένα καλοκαίρι, όμως, ή ακόμα καλύτερα μέσα σε δύο μήνες το πολύ, μπαινόβγαίνα σε κλινικές κι έκανα εξετάσεις...

27 Ιουλίου, αν θυμάμαι καλά, πήγα για πρώτη φορά στο Παπανικολάου. Δεν είχα κανένα πρόβλημα με τα νοσοκομεία μέχρι εκείνη τη μέρα. Μπαίνω μέσα σ' ένα γραφείο με το μπαμπά κι εκεί γνωρίζουμε τον κ. Σαλούμι. Μου ήταν άγνωστος, μέσα μου όμως τον ένιωθα γνωστο!

«Λέμφωμα Hodgkin!», μας λέει... Εγώ δεν κατάλαβα και πολλά. Για την ακρίβεια δεν κατάλαβα τίποτα! Κατάλαβα τι εννοούσε, όταν άρχισε να μου εξηγεί πως θα αραίωναν λίγο τα μαλλιά μου με τις θεραπείες. Τότε με έπιασαν τα κλάματα, όπως και τον μπαμπά... Ο γιατρός είπε πως δεν θα πεθάνω, εγώ όμως δεν μπορούσα να τον πιστέψω, γιατί τον καρκίνο τον έχω συνδέσει με τον θάνατο! Ο μπαμπάς μου με διαβεβαίωνε, με δάκρυα στα μάτια, πως δεν θα άφηνε να πάθω κανένα κακό και δεν θα επέτρεπε να με πειράξει κανείς... Σ' αυτή την περίπτωση όμως τι γίνεται; Δεν μπορούσε κανείς να με σώσει! Μας ενημέ-



ρωσε λοιπόν ο γιατρός πως έπρεπε να κάνω για έξι μήνες κάποιες χημειοθεραπείες και πως θα ξεκινούσαμε μετά από δεκαπέντε μέρες.

Όταν βγήκαμε από το νοσοκομείο, ένιωθα να χάνω τη γη κάτω από τα πόδια μου. Ένιωθα να γκρεμίζονται τα όνειρά μου. Φοβόμουν... Φοβόμουν πολύ...

Οι πρώτες μέρες ήταν απίστευτα δύσκολες. Μου έλεγαν να μη στεναχωριέμαι. Πώς γίνεται αυτό όμως; Πρέπει δηλαδή να γελαω που στα δεκάξι μου έχω καρκίνο; Ήξερα πως επιβάρυνα τον εαυτό μου, όταν έκλαιγα, όμως μου έβγαине αυθόρμητα το κλάμα. Είχα καταλάβει πως η ζωή μου δεν θα ήταν ίδια όπως παλιά, μα δεν ήθελα, δεν μπορούσα να το αποδεκτώ! Ένιωθα παγιδευμένη! Είχα γύρω μου πολλά άτομα, κι όμως πολλές φορές ένιωθα μόνη! Ήταν σαν να έπεφτα στο κενό και το κενό ήταν γεμάτο καρφιά που μου τρυπούσαν το σώμα! Ήμουν ζωντανή. Τα όνειρα και οι ελπίδες μου ήταν όμως ήδη νεκρές!...

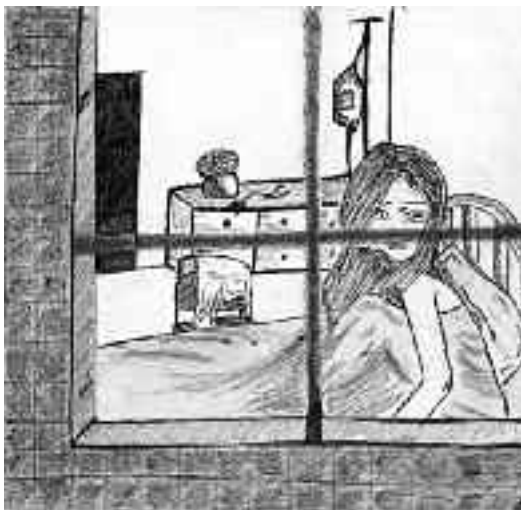
Ο ΕΦΙΑΛΤΗΣ ΤΩΝ ΧΗΜΕΙΟΘΕΡΑΠΕΙΩΝ

11 Αυγούστου. Τέσσερις μέρες... 15 Αυγούστου κι εγώ κάνω την πρώτη χημειοθεραπεία... Δεν μπορούσα να φανταστώ πως θα ήταν... Ξαπλωμένη σ' ένα κρεβάτι, με μία κάσκα στο κεφάλι, να μου τρυπούν τα χέρια κάθε δύο εβδομάδες... Τα «καρφιά» μπαίνουν στο σώμα μου και με πονούσαν. Για σαράντα πέντε λεπτά είχα συντροφιά κυρίως ηλικιωμένους που πονούσαν δίπλα μου...

Όταν τελείωνε και πήγαινα σπίτι, άρχιζαν όλα: αναγούλες, ζαλάδες και μία τάση να θέλω μόνο να κοιμάμαι! Όσο περνούσε ο καιρός και οι θεραπείες γινόταν πιο ισχυρές, ο οργανισμός μου άρχιζε να αντιδρά πολύ άσχημα...

Εκεί που δεν είχα κανένα πρόβλημα με το νοσοκομείο, τώρα μόνο που ακούω τη λέξη μου έρχεται αναγούλα! Δεν θέλω να πηγαίνω εκεί... Όταν πηγαίνω, κλαίω και νιώθω πως εκεί αργοπεθαίνω, είναι ο θάνατός μου!...

Πέρασαν οι μισές θεραπείες και πλέον είμαι πολύ αδύναμη. Πολλά πρωινά ξυπνάω και δεν ξέρω αν πραγματικά μπορώ να σηκωθώ! Κάνω εμετό, εμετό, εμετό, λιποθυμάω και ζαλίζομαι πολύ



συχνά! Εκεί που είμαι καλά, ξαφνικά πέφτει η ψυχολογία μου και νιώθω πολύ άσχημα! Θέλω να κλάψω και να φωνάξω, όταν βλέπω τις τούφες των μαλλιών μου στο μπάνιο! Θυμώνω και λέω: «Θα σε νικήσω! Θα σε καταστρέψω για όλα αυτά που έκανες! Το χρωστώ στον εαυτό μου!». Ο θυμός όμως κρατάει λίγα δευτερόλεπτα, γιατί βλέπω πως με νικάει σιγά-σιγά!...

Άλλα παιδιά στην ηλικία μου κάνουν όνειρα και σχέδια για το μέλλον τους. Εγώ όμως δεν μπορώ να σχεδιάσω καν την επόμενη μέρα, γιατί δεν ξέρω πώς θα τα φέρει η ζωή... Ζω για τη μέρα που θα κάνω την τελευταία χημειοθεραπεία και με περηφάνεια θα πω: «ΤΑ ΚΑΤΑ-ΦΕΡΑ»!

Ξέρω πως αυτά που λέω είναι κάπως απαισιόδοξα, πιστέψτε με όμως, αν ήσασταν στη θέση μου, όσο και να προσπαθούσατε, μόνο αρνητικές σκέψεις θα ερχόταν στο μυαλό σας!...

Κάνω μεγάλη προσπάθεια και πιστεύω πως στο τέλος θα τα καταφέρω... Μπορεί τώρα να με πονάει και να με κάνει να νιώθω αβέβαιη για το αύριο, μετά όμως θα βγω δυνατή από αυτό... όσο ζούμε, πρέπει να πολεμάμε, αλλά κυρίως να αγαπάμε τη ζωή και τον εαυτό μας! Εγώ, πριν τον καρκίνο, δεν ήξερα να πολεμάω και να αγαπάω αληθινά τον εαυτό μου. Πιστεύω όμως πως τώρα έβαλα μυαλό!...

Οτιδήποτε γίνεται στη ζωή μας, έχει κάποιο σκοπό. Εμένα μου ήρθε αυτή η ασθένεια, για να ανακαλύψω πόση δύναμη κρύβω μέσα μου!... Όλοι μας έχουμε δύναμη. Ακόμα όμως κι αν κάτι πάει στραβά (πράγμα αδύνατο), θα ξέρω πως αυτούς τους μήνες πάλεψα έστω και λίγο!

Θέλω να βγω, να τρέξω, να γελάσω! Μα δεν μπορώ! Πρέπει να κάνω υπομονή! Όμως κουράστηκα! Αυτό που με ηρεμεί πραγματικά, είναι να κάθομαι μπροστά στη θάλασσα και να την κοιτάω με τις ώρες... Είναι αδύνατόν όμως! Μου αρέσει να ψηλαίνω σε ψηλά σημεία και να βλέπω τη νύχτα την πόλη! Τότε νιώθω σαν να είναι είναι όλη η πόλη δικιά μου! Σαν να είμαι ένα αστέρι που από ψηλά βλέπω και προσέχω αυτούς που αγαπώ!

Θεραπείες, θεραπείες, θεραπείες... Βαρέθηκα πια! Τώρα μετρώω αντίστροφα. Προς το τέλος. Μα έχω κουραστεί! Κάθε φορά που πάω στην κλινική, οι νοσηλεύτριες προσπαθούν να με κάνουν να γελάω.



Όμως εγώ, μόλις βλέπω την Ντίνα να έρχεται με τα φάρμακα, κλαίω και η καρδιά μου χτυπάει τόσο δυνατά που νομίζω πως θα σπάσει.... Όταν έρχεται η σειρά μου να με «τρυπήσουν» είναι σαν να περνάω τον αργό θάνατο! Μια φορά, μία κυρία που ήταν δίπλα μου, μου κρατούσε το χέρι για να μην πονάω. Επειδή έκλαιγα, συγκινήθηκε και βουρκωμένη μου είπε να μην τα παρατήσω, να συνεχίσω, γιατί μου αξίζει να πραγματοποιήσω τα όνειρά μου. Μου είπε πως είμαι μικρή και πως, όταν μεγαλώσω, θα το θυμάμαι και θα γελάω... Εγώ όμως δεν ξέρω αν θέλω να το θυμάμαι!...

«Είναι άδικο» είπα πολλές φορές. «Είμαι μόλις δεκάξι! Γιατί σε μένα;». Απάντηση δεν παίρνω. Ποτέ δεν θα πάρω! Ακόμα δεν έχω ζήσει τίποτα. Έχω να κάνω τόσα πράγματα, να πραγματοποιήσω τόσα όνειρα... Θέλω να ζήσω! Ο φόβος όμως είναι ριζωμένος στην καρδιά μου! Θέλω να δω τον ήλιο. Μα στη ζωή και στην καρδιά μου τώρα υπάρχει μόνο νύχτα! Εμένα δεν μου αρέσει όμως η νύχτα και το σκοτάδι! Αγαπώ το φως, τον ήλιο, τα χαμόγελα! Μα σπάνια βγαίνει το πραγματικό μου χαμόγελο και συνήθως κρατάει λίγο!... Μέσα στην ψυχή μου υπάρχουν μαύρα σύννεφα που φέρνουν βροχή. Μετά όμως από κάθε βροχή βγαίνει το ουράνιο τόξο. Έτσι και στη δική μου ζωή, θα μπει ένα μεγάλο ουράνιο τόξο, όταν περάσει η μπόρα!

Είναι αστείο, μα νιώθω πως έχω γεράσει. Νιώθω πως οι πληγές



στο σώμα και στην ψυχή μου δεν θα φύγουν ποτέ και θα με κυνηγάει πάντα αυτός ο «διάβολος»! Όλοι μου λένε: «Κράτα λίγο ακόμα!...». Εγώ να κρατήσω. Ποιος μου εγγυάται όμως πως μετά δεν θα επανέλθει; Ποιος μπορεί να με διαβεβαιώσει πως όλη αυτή η κούραση που περνάω τώρα και όλο αυτό το βασανιστήριο δεν θα τα ξαναπεράσω; Μπορεί κάποιος; Αν μπορεί, εγώ θα αντέξω τώρα. Στο μέλλον όμως δεν ξέρω, αν θα τα καταφέρω να ξαναπεράσω αυτό τον Γολγοθά!

Μικροί άγγελοι έρχονται και μου πιάσαν το χέρι για να με πάρουν μαζί τους. Εγώ όμως ταξιδεύω μόνη προς την αντίθετη κατεύθυνση. Είναι μεγάλο και δύσκολο το ταξίδι. Είναι δύσκολος ο καρκίνος!... Στο ταξίδι μου επιλέγουν να με συντροφεύουν μικρά φτερωτά πλάσματα που εμφανίζονται άλλοτε σα φίλοι και άλλοτε σαν οικογένεια. Δεν μπορούν όμως να με ακολουθούν πάντα! Εγώ έχω χάσει τα φτερά μου. Δεν θέλω να χάσουν κι αυτά τα δικά τους! Στο ταξίδι μου περνάω από μέρη με εμπόδια. Άνθρωποι «κακοί» ή καλύτερα που εγώ τους βλέπω «κακούς» μου επιτίθενται με βέλη και πάντα με πετυχαίνουν. Πονάω! Δεν θέλω να πετύχουν και τα φτερωτά μου πλάσματα!

Μοιάζει μ' ένα παιχνίδι στρατηγικής στον υπολογιστή με δύσκολες κι εύκολες πίστες. Ξεκινάει με τις εύκολες. Μετά είναι οι δύσκολες. Εγώ είμαι ο παίκτης που θέλει να σκοτώσει ο Καρκίνος – έτσι λέγεται ο αρχηγός της αντίπαλης ομάδας. Μπορώ να παραδεχτώ πως δείχνει να είναι καλύτερος. Γελάει όταν με βλέπει να λυγίζω. Δεν έχω παίξει



εγώ όμως ακόμα όλα μου τα χαρτιά! Είπαμε πως το παιχνίδι είναι στρατηγικής. Όλα δουλεύουν βάσει σχεδίου! Με πατάει αυτός τώρα; Με πατάει για λίγο! Στο τέλος θα τον πατήσω εγώ! Και όχι μόνο θα τον πατήσω! Θα τον ΚΑΤΑΣΤΡΕΨΩ!!! Θέλω να τον κάνω να πληρώσει για όλα αυτά που πέρασα!

Αισθάνομαι σαν να περπατάω σ' ένα δρόμο που από τη μια έχει τοίχο κι από την άλλη γκρεμό. Εγώ προς τα πού να πάω; Αδιέξοδο! Αν πάω προς τον γκρεμό, θα πεθάνω και δεν θέλω! Βαδίζω λοιπόν προς τον τοίχο κι αντιμετωπίζω όλα τα εμπόδια μέχρι να φτάσω. Και ποιος



ξέρει; Ίσως αν περάσω όλα τα εμπόδια που υπάρχουν μέχρι εκεί, τότε ο τοίχος να γκρεμίσει και να εμφανιστεί ένα μονοπάτι με λαμπερό ήλιο και κατεύθυνση προς τη Ζωή!...

Τα συναισθήματα διαδέχονται το ένα το άλλο και χαράζουν την καρδιά μου. Θέλω να τελειώσει, θέλω να βγω από αυτό το κελί όπου είμαι φυλακισμένη αυτή τη στιγμή! Θέλω να μπω σε μια βάρκα και να ταξιδεύσω με συντροφιά την αγαπημένη μου θάλασσα σε παραδεισένια μέρη, όπου οι άνθρωποι μόνο χαμογελούν και δεν έχουν προβλήματα στο μυαλό τους. Δεν ξέρω όμως αν θα βρω ποτέ αυτά τα μέρη! Δεν ξέρω αν υπάρχουν καν!...

Ευχή μου είναι να γίνω καλά! Αν το πιστεύω πραγματικά, ίσως γίνω. Ίσως καταφέρω να βγω από τον λαβύρινθο που ζω τώρα και να περπατήσω ξανά στο μονοπάτι που επιθυμούν όλοι για μένα. Στο μονοπάτι της ζωής! Ίσως καταφέρω να ζήσω τα εφηβικά μου χρόνια, όπως πραγματικά θέλω εγώ και μου αξίζει!

Ζητάω να μάθω για τον καρκίνο και βρίσκω και μόνη μου πληροφορίες. Δεν ξέρω όμως αν είμαι ακόμα έτοιμη να ακούσω και να δω ό,τι αφορά τον καρκίνο! Αισθάνομαι ένα σφιξιμο στην καρδιά και τα μάτια μου άθελα βουρκώνουν! Νιώθω το κορμί μου βασανισμένο και χτυπημένο. Δεν με χτύπησε κανείς όμως! ή μάλλον με χτύπησε κάποιος! Με χτύπησε η ζωή, επειδή δεν της φερόμουν όπως έπρεπε. Επειδή δεν την αγαπούσα! Έπρεπε μάλλον να πάθω για να μάθω!

Αχ Θεέ μου! Πόσο πολύ θέλω να τελειώσει όλο αυτό το μαρτύριο και να μη ξαναπατήσω το πόδι μου σε νοσοκομεία!

Θέλω να ζήσω στη μαγεία των ονείρων μου και να ζητήσω συγγνώμη από τους ανθρώπους που πλήγωσα όλο αυτό τον καιρό χωρίς να το θέλω. Όμως η πίεση ήταν υπερβολική και η δύναμή μου ανύπαρκτη για να μπορέσω να τα καταφέρω όλα! Ήταν στιγμές αδυναμίας κι αγανάκτησης, που, χωρίς καν να σκεφτώ τις πράξεις μου, ξεσπούσα σε άτομα που αγαπώ. Συγγνώμη!

Άλλη μια θεραπεία πέρασε... Οι μελανιές στα χέρια μου μετά από κάθε τρύπημα με ανατριχιάζουν και μόνο που τις βλέπω. Δεν θέλω ούτε να βλέπω ούτε να αγγίζω τα χέρια μου! Δεν θέλω να βλέπω ό,τι μου θυμίζει την κόλαση του νοσοκομείου!... Είναι άσχημο μα πολλές φορές σιχαίνομαι και τον ίδιο μου τον εαυτό, σιχαίνομαι τη μυρωδιά του νο-

σοκομείου που τη νιώθω ένα με το δέρμα μου... Σιχαίνομαι τη γεύση του φαρμάκου που δεν φεύγει από το στόμα μου και μου προκαλεί αναγούλα! Ακόμα και στο σχολείο δεν ήταν λίγες οι φορές που βγήκα από την τάξη εν ώρα μαθήματος για να κάνω εμετό ή απλά να ταλαιπωρηθώ! Δεν ήμουν μόνη όμως. Δεν με αφήσατε μόνη ούτε λεπτό, εσείς, μικρά φτερωτά πλάσματα...

Έμεινε πολύ λίγο... Άλλες τέσσερις θεραπείες και τελειώσα! Όσο τελειώνει όμως, πιο δύσκολο γίνεται... Δόξα τω Θεώ, οι γιατροί λένε πως όλα θα πάνω καλά! Σε λίγες μέρες θα κάνω την προτελευταία αξονική και είμαι πολύ αισιόδοξη, όπως όλοι! Ξέρω πως δεν θα τελειώσω τόσο εύκολα και πως θα κάνω αρκετά συχνά εξετάσεις, ακόμα και όταν τελειώσουν οι θεραπείες. Αυτό δεν με ενοχλεί όμως. Στις εξετάσεις και στις αξονικές δεν πονάω. Και κάποια μέρα θα τελειώσουν κι αυτές και η ζωή μου θα πάρει πάλι την ομαλή της πορεία.

Δεν ξέρω για ποιο λόγο, μα από την αρχή έχω συνδέσει την ιστορία μου μ' εκείνη του Μικρού Πρίγκηπα. Νιώθω να είμαι ο Μικρός Πρίγκιπας! Νιώθω να είμαι ένα φωτεινό αστέρι ψηλά στον ουρανό!

«...Όταν θα νιώθεις μοναξιά και θα θες να παρηγορηθείς, θα ανοίγεις το παράθυρό σου και θα γελάς κοιτάζοντας τα αστέρια. Τότε οι άλλοι θα σε παίρνουν για τρελό. Εσύ, όμως, θα τους λες πως τα αστέρια σε κάνουν να γελάς! Θα είναι το αστείο που θα σου έχω σκαρώσει!... Θα είναι το μυστικό μας!»...

Έκανα την ένατη θεραπεία! Μένουν άλλες τρεις! Η περιπέτεια πλησιάζει προς το τέλος. Το πολύ πέρασε. Τώρα με πίστη και κουράγιο θα περάσουν και οι υπόλοιπες και θα γίνω καλά! Όπως μετά από κάθε θεραπεία, ούτε από αυτήν δεν έλειψαν οι αναγούλες και οι ζαλάδες. Ένιωθα να σβήνω στην αγκαλιά της γιαγιάς και του μπαμπά, όταν γύρισαν τα μάτια μου και δεν μπορούσα να πάρω ανάσα! Αυτό παθαίνω όμως κάθε φορά! Συχνά μου ερχόταν στο μυαλό τα λόγια της κυρίας Μήττα από τον Σύλλογο Καρκινοπαθών: «Όταν δεν νιώθεις καλά, να παίρνεις βαθιές ανάσες και να χαλαρώνεις! Όλα είναι στο μυαλό μας! Αν δεν το σκέφτεσαι, θα περάσει χωρίς να το καταλάβεις κι όλοι θα είμαστε περήφανοι για σένα!».

Αυτό όμως που δεν ξεχνάω ποτέ, είναι η φράση που της είπε ο γιατρός της κι εκείνη με τη σειρά της τη μετέφερε σε μένα: «Το 50% είναι

δικό σου, το άλλο 50% του γιατρού κι ... αν θέλει ο Θεός... Το πιο σημαντικό όμως είναι η ψυχολογία σου!». Το 50% του γιατρού το έχω. Τον Θεό απ' ό,τι φαίνεται τον έχω μαζί μου! Οπότε τώρα πρέπει να γίνω εγώ γιατρός του εαυτού μου και να πολεμήσω με το κεφάλι ψηλά μέχρι το τέλος! Δύσκολο, αλλά θα προσπαθήσω!

Έχω κοντά μου άτομα που μ' αγαπάνε και με βοηθάνε όσο μπορούν. Επίσης έχω τον καλύτερο γιατρό κι αυτό είναι σημαντικό! Μου λείπει όμως κάτι: Ο αδελφός μου! Δεν περίμενα η απουσία του να γινόταν αισθητή σε τέτοιο βαθμό! Τον θέλω εδώ, κοντά μου, να κάνουμε πλάκες και να γελάμε! Η απόσταση και οι δουλειές όμως δεν μας επιτρέπουν να βρισκόμαστε τόσο κοντά όσο θα ήθελα ή μάλλον όσο τον χρειάζομαι!...

Οι μέρες περνάνε γρήγορα. Πλησιάζουν τα Χριστούγεννα, η αγαπημένη μου εποχή! Ήθελα τόσο πολύ να δω το άναμμα του χριστουγεννιάτικου δένδρου, να συναντήσω χαμογελαστά πρόσωπα και να ζήσω στο πνεύμα των Χριστουγέννων! Λένε, πως, όταν θες κάτι παρὰ πολύ γίνεται. Έτσι κι εγώ, τα κατάφερα και πήγα! Ήμουν τόσο χαρούμενη! Είχα ξεχάσει όλα τα προβλήματα και δεν ένιωθα άρρωστη! Ένιωθα σαν να είμαι γεμάτη από υγεία! Τα πυροτεχνήματα και το άναμμα του δένδρου πλημμύριζαν την καρδιά μου χαρά κι ένιωθα πολύ συγκινημένη! Αγκαλιές γεμάτες αγάπη και δάκρυα χαράς συνόδευαν αυτή την υπέροχη βραδιά και μια ευχή συμπλήρωνε το παζλ: να έρθω και του χρόνου να δω τα πυροτεχνήματα και να είμαι απόλυτα υγιής!».

Δεν το περίμενα, μα σε λίγες εβδομάδες κάνω την τελευταία μου χημειοθεραπεία! Σε λίγο καιρό ο οργανισμός μου θα αποβάλει αυτά τα χημικά και θα ζήσω όπως κάθε παιδί της ηλικίας μου! Μία ακόμη θεραπεία τελείωσε! Αχ Θεέ μου! Ήταν η χειρότερη! Δεν με κρατούσαν τα πόδια μου. Ένιωθα τόσο κοντά στο τέλος! Ό,τι και να έτρωγα αμέσως έκανα εμετό και με έπιαναν τρομεροί πόνοι στο κορμί, ενώ αυτό δεν συνέβαινε τις προηγούμενες φορές! Προσευχόμουν συνέχεια και παρακαλούσα τον μπαμπά να μην με αφήσει! Ένιωθα πως θα γινόταν κάτι κακό! Ένιωθα να με φωνάζουν οι άγγελοι!

Ευτυχώς πέρασε! Είμαι ακόμη αδύναμη, αλλά τρώω κανονικά. Ένιωθα στο βλέμμα του μπαμπά μου πως κι αυτός φοβόταν. Αισθανό-



μουν τον φόβο του μόνο από τα θλιμμένα του μάτια και τον ένιωθα να με παρακαλάει να μην φύγω! Όταν όμως συνήλθα, είδα και πάλι το πρόσωπό του να χαμογελάει!

5 Ιανουαρίου 2011! ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΧΗΜΕΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ!!! Όλα τέλειωσαν επιτέλους! Βγήκα από το νοσοκομείο κι ένιωσα να αναπνέω ξανά! Αυτούς τους έξι μήνες μπαινόβγαινα χωρίς να νιώθω τίποτα, χωρίς να μπορώ να πάρω ανάσα!...

8 Ιανουαρίου 2011! Μία μέρα που δεν πρόκειται να ξεχάσω ποτέ! Νόμιζα πως όλοι είχαν ξεχάσει ότι οι βασανιστικές θεραπείες είχαν τελειώσει. Όμως εσείς, φτερωτά μου πλάσματα, δεν με ξεχάσατε τελικά! Άρχισε να βραδιάζει αλλά εσείς κάνατε τη νύχτα μέρα! Πυροτεχνήματα, πυροτεχνήματα γέμιζαν τον ουρανό. Τα δάκρυα δεν μπόρεσα να τα κρατήσω και είχα και μια αγκαλιά κόκκινα τριαντάφυλλα! Ήμουν τόσο ευτυχισμένη! Τόσο χαρούμενη! Δεν φανταζόμουν πως θα είχα τόσα άτομα να με αγαπούν δίπλα μου! Τελικά άξιζε ο πόνος που πέρασα, γιατί αν τα παρατούσα, ίσως να μην είχα την ευκαιρία να δω πόσο μ' αγαπάνε και νοιάζονται για μένα οι φίλοι μου! Σας ευχαριστώ για όλα παρά πολύ! Πάντα θα σας ευχαριστώ, γιατί πάντα θα θυμάμαι αυτή την υπέροχη μέρα!

ΠΕΡΑΣΕ Ο ΕΦΙΑΛΤΗΣ

Έχουν περάσει μερικές εβδομάδες από την τελευταία θεραπεία — ένας μήνας σχεδόν — κι εγώ προσπαθώ να μπω στους παλιούς μου ρυθμούς. Στην ουσία η ζωή μου είναι η ίδια, δεν άλλαξε τίποτα. Ήταν σαν να κοιμόμουν για έξι μήνες και τώρα ξύπνησα για να συνεχίσω τη ζωή μου από κει που την άφησα.

14 Φεβρουαρίου. Έφτασε η μέρα που θα δω αν πραγματικά άξιζε να περάσω αυτή την περιπέτεια. Έφτασε η μέρα της αξονικής που περιμένα με πολύ αγωνία!...

Ήμουν στο νοσοκομείο Ευαγγελισμός, μέσα σ' ένα απαίσιο δωμάτιο, μόνη μου και έπρεπε να με ξανατρυπήσουν... Δεν με πείραζε όμως. Αν και ήταν το ίδιο όπως στις θεραπείες μου, δεν στεναχωριόμουν. Ήμουν χαλαρή και περιμένα υπομονετικά. Μετά από μία ώρα μπήκα στον θάλαμο. Η καρδιά μου χτυπούσε δυνατά! Μόλις τελείωσα ρώτησα τον γιατρό και μου είπε πως τα πήγαμε πολύ καλά... Εκείνη τη στιγμή δεν ενθουσιάστηκα. Ήθελα να το σιγουρέψω πρώτα!

Ύστερα από τρεις μέρες, κι ενώ ήμουν στο σχολείο, χτυπάει το τηλέφωνο. Το σηκώνω αγχωμένη κι ακούω τη φωνή του μπαμπά μου να μου λέει πως τα κατάφερα! Πολύ συγκινημένος μου ανακοινώνει τα αποτελέσματα των εξετάσεων: «Δεν παρατηρείται παθολογική πρόσληψη!...». Αυτή ήταν η φράση που ήθελα να ακούσω και την ακουσα! Δεν ήξερα τι να κάνω. Να πανηγυρίσω, να κλάψω ή να φωνάξω; Η χαρά μου δεν κρύβονταν, όπως δεν κρύβονταν και η χαρά των αγαπημένων μου ανθρώπων που με έσφιγγαν στην αγκαλιά του και πλημύριζε το πρόσωπό τους με δάκρυα χαράς! Όλοι χάρηκαν για μένα, φίλοι, καθηγητές, οικογένεια, όλοι! Δεν το πίστευα! Δεν πίστευα πως επιτέλους τελείωσα! Φοβόμουν μήπως ξαναερχόταν η Τετάρτη κι εγώ θα έμπαίνα στο νοσοκομείο για θεραπεία!...

Κι όμως ήρθε η Τετάρτη και πήγα στο νοσοκομείο. Δεν πήγα όμως για θεραπεία! Πήγα για να σιγουρευτώ πως όλα είχαν τελειώσει!... Κι αφού το άκουσα κι εγώ η ίδια από τον γιατρό που με έσωσε, τώρα πλέον είμαι σίγουρη πως είμαι ΚΑΛΑ!

Το ότι τελείωσε δε σημαίνει βέβαια πως δεν μπορεί να εμφανιστεί ξανά. Ίσα-ίσα τώρα ο οργανισμός μου είναι πιο ευαίσθητος και περισσότερο ευάλωτος στον καρκίνο! Μα δεν το σκέφτομαι αυτό τώρα! Σκέφτομαι μόνο ότι πέρασε και είμαι καλά!

Μόλις μπήκα στο νοσοκομείο και είδα τις φίλες μου που μου κρατούσαν συντροφιά τις Τετάρτες, έτρεξα και τις αγκάλιασα! Αυτές οι νοσηλεύτριες έβλεπαν τι περνούσα εγώ εκεί! Η Ντίνα με τα γλυκά της λόγια που μου έπιανε στοργικά το χέρι και η Αγγελική με τα πανέμορφα πράσινα μάτια που μου συμπαραστέκονταν, ήταν και πάλι δίπλα μου χαρούμενες! Και οι δυο, όποτε με έβλεπαν να χαμογελάω, μου έλεγαν να το κάνω συχνά γιατί μου πάει! Δεν σκέφτηκαν όμως ότι αυτές εκεί με έκαναν να χαμογελάω!...

Θα συνεχίσω για πολύ ακόμα να πηγαίνω στο νοσοκομείο, μα δεν με πειράζει! Αντιθέτως, θέλω να τις βλέπω και να τις λέω πώς τα περνάω τώρα που είμαι καλά! Σε ένα μήνα θα τις ξαναεπισκεφτώ, γιατί έχω να κάνω εξετάσεις. Αλλά τώρα δεν έχω άγχος. Ξέρω πως για χρόνια θα κάνω εξετάσεις για να δω πώς τα πηγαίνω!

Πολλές φορές έρχονται στο μυαλό μου οι στιγμές που δεν ήθελα ποτέ να θυμάμαι!... Οι στιγμές που έλεγα πως θέλω να οβήσω από το μυαλό μου! Τώρα όμως συνειδητοποιώ πως δεν θέλω να ξεχάσω τίποτα, γιατί όποτε τα θυμάμαι, καταλαβαίνω πόσα μπορεί να περάσει ένα κορίτσι στα δεκάξι του! Καταλαβαίνω πόση δύναμη κρύβει μέσα του ένα κορίτσι χωρίς να το ξέρει και νιώθω περήφανη για μένα! Όταν δεν είμαι καλά, βλέπω όλες μου τις εξετάσεις από την πρώτη μέρα μέχρι την τελευταία. Από τη μέρα που έλεγε «ευρήματα κλασικής νόσου Hodgkin» μέχρι αυτή που έλεγε ότι δεν υπάρχει καμιά ένδειξη πάθησης και από αυτά παίρνω δύναμη και κουράγιο να αντιμετωπίσω ο,τιδήποτε άλλο!...

Μέσα από αυτή την αρρώστια κατάλαβα πως από 'κει που νομίζεις πως τα έχεις όλα, μπορεί τα πάντα να τελειώσουν! Μέσα από αυτήν είδα τον πόνο που περνάνε οι άνθρωποι! Τώρα είμαι σίγουρη πως θέλω να βοηθήσω πραγματικά τα άτομα που είναι σαν εμένα. Είμαι σίγουρη πως θέλω να προσφέρω ό,τι μπορώ σε παιδιά που το έχουν ανάγκη, γιατί μπορώ πλέον να καταλάβω τον πόνο που νιώθουν!

Και μπορεί εγώ να νίκησα, αλλά δεν είμαι η μόνη. Υπάρχουν πολ-

λοι άνθρωποι ακόμη που δίνουν τη δική τους μάχη! Μικρά παιδιά που έχουν όνειρα, οικογενειάρχες που αγωνίζονται να μείνουν κοντά στις οικογένειές τους και ηλικιωμένοι που αγωνίζονται να ζήσουν ήρεμα τα χρόνια που τους μένουν κοντά στα αγαπημένα τους πρόσωπα! Κανένας δεν αγωνίζεται μόνος του, μαζί με τον άρρωστο αγωνίζονται και όσοι τον αγαπάνε! Αυτοί που είναι δίπλα του τις ατελείωτες ώρες στο νοσοκομείο, αυτοί που τον κάνουν να γελάει, όταν νιώθει παγιδευμένος, αυτοί που του απλώνουν το χέρι να πιαστεί κι αυτοί που καθημερινά του δείχνουν την αξία της ζωής! Για όλους αυτούς, μα πάνω απ' όλα για την εσωτερική τους ικανοποίηση, πρέπει όλοι να πολεμήσουν και να βάλουν στο μυαλό τους ως στόχο ότι θα τα καταφέρουν και θα νικήσουν τον καρκίνο!

Από την πρώτη στιγμή που ξεκίνησαν οι δυσκολίες, το γράψιμο στάθηκε το καταφύγιό μου. Σιγά-σιγά όμως συνειδητοποίησα ότι μ' αυτόν τον τρόπο μπορώ να βοηθήσω όχι μόνο τον εαυτό μου αλλά και άλλα άτομα που βρίσκονται στην ίδια θέση με μένα και έχουν ανάγκη από ένα φίλο. Ένα φίλο που νιώθει τον πόνο, την ανασφάλεια, τον φόβο αλλά και τη θέληση να ξαναχτίσουν τα όνειρά τους.

Ξέρω πως είναι τολμηρή απόφαση για ένα δεκαεξάχρονο παιδί να αποτυπώσει τις σκέψεις και τα συναισθήματα για το πως βίωσε μια τέτοια περιπέτεια. Ίσως και να μην είναι πολλοί αυτοί που θα δώσουν σημασία στα λόγια του. Πιστεύω όμως πως αυτό το παιδί πέρασε μια περιπέτεια που το έκανε να αισθανθεί ενήλικας. Ένας ενήλικας που έζησε πολλά κι έμαθε ακόμα περισσότερα.

Να είστε σίγουροι, λοιπόν, πως ακόμα κι αν νιώθετε πως όλα έχουν γκρεμιστεί, η δύναμη που κρύβετε μέσα σας, είναι ικανή να τα ξαναχτίσει όλα από την αρχή!...

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ

Η προσαρμογή 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 αξιολογία 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.

Ακολούθως 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 εγχείρηση 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 σπύλους και τους δυσπλαστικούς σπύλους”
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 καρκ/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 πληρωφ. 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. “Το ταξίδι του καρκίνου” (Μετάφραση στα Αγγλικά)
50. “Ό,τι δεν σε σκοτώνει σε κάνει πιο δυνατό”
51. “Ευεργέτες, Δωρητές, Χορηγοί, Εθελοντές. 20 χρόνια αγάπης, προσφοράς, συμπαράστασης”
52. “Πόση δύναμη κρύβει ένα παιδί” (Μικρές ιστορίες παιδιών με καρκίνο)
53. “Ιατρικά λάθη”. Φτάνει πια!

Φιλικά, η Πρόεδρος
Π. Μήττα



Στοιχειοθεσία - Εκτύπωση
UNIVERSITY STUDIO PRESS

Αρμενοπούλου 32 - 546 35 Θεσσαλονίκη
Τηλ. (2310) 208731, 209637 - Fax (2310) 216647
Ιστοσελίδα: www.universitystudiopress.gr

ΧΟΡΗΓΟΙ



E & E ΙΑΤΡΙΚΑ Α.Ε.

ΑΝΩΝΥΜΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΙΑΤΡΙΚΩΝ-
ΚΤΗΝΙΑΤΡΙΚΩΝ ΕΙΔΩΝ, ΦΑΡΜΑΚΩΝ & LOGISTICS

**Boston
Scientific**

BOSTON SCIENTIFIC ΕΛΛΑΣ Α.Ε.
ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΔΙΑΘΕΣΗ - ΕΜΠΟΡΙΑ ΙΑΤΡΙΚΩΝ ΕΙΔΩΝ



DORMED
Ε.Ε.Ι.Α.Ε.

ΑΝΩΝΥΜΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΙΣΑΓΩΓΗΣ, ΔΙΑΘΕΣΗΣ ΚΑΙ ΕΜΠΟΡΙΑΣ ΙΑΤΡΙΚΩΝ ΕΙΔΩΝ
ΚΑΙ ΦΑΡΜΑΚΩΝ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΟΝΚΟΛΟΓΙΑΣ
ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗ ΟΔΟ 101, ΚΑΙ ΤΗΝ ΟΔΟ 44ΑΚΑ, ΜΕΣΣΟΛΟΝΓΙΟΥ
ΠΕΡΙΣΤΕΥΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ
www.dormed.gr@gmail.com



ION PLUS

Σ. ΤΡΟΥΝΤΟΠΟΥΛΟΣ & ΕΙΑ Ε.Ε.
ΤΕΧΝΙΚΗ - ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ



ITTIOKPATHE A.E.
ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΔΙΑΘΕΣΗ - ΕΜΠΟΡΙΑ ΙΑΤΡΙΚΩΝ ΕΙΔΩΝ



klinikum