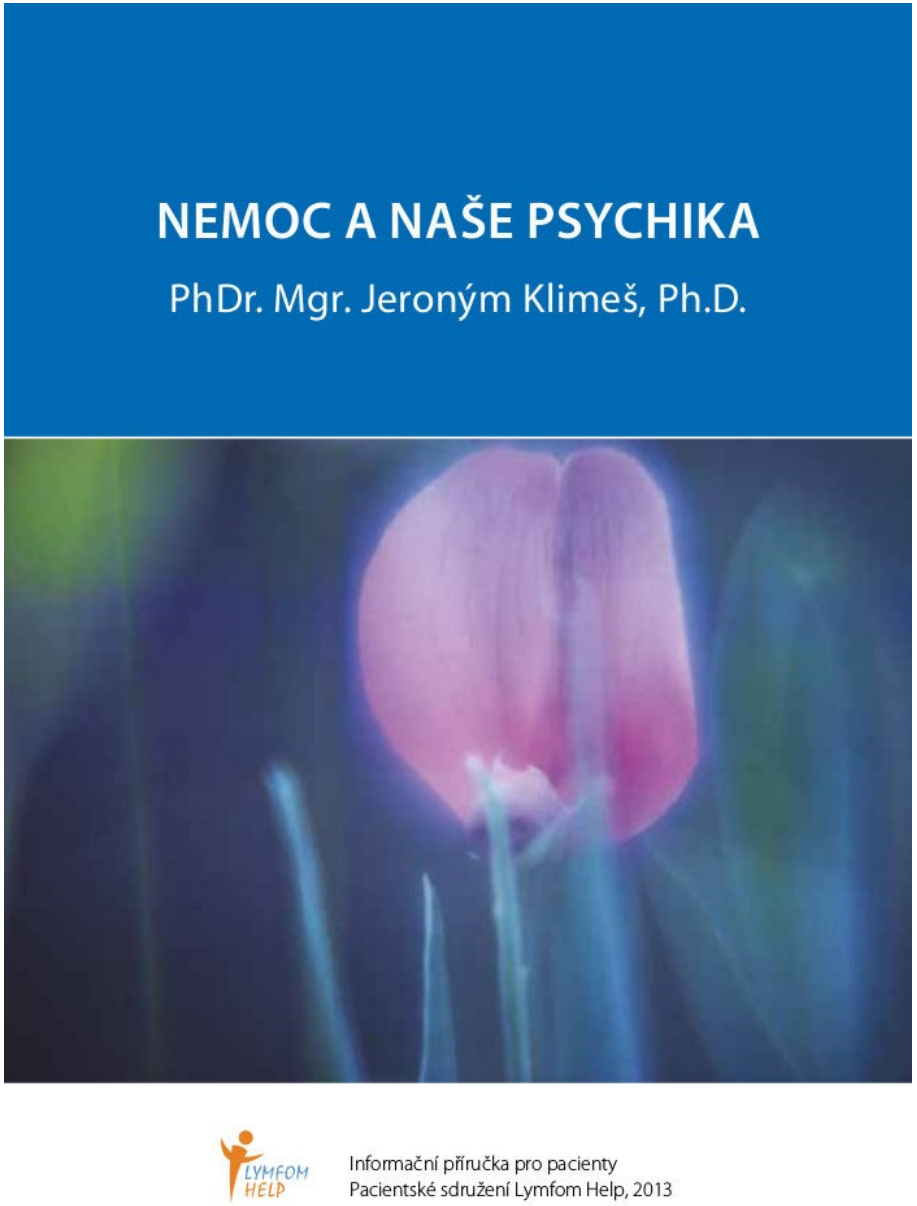
Prožívání onkologických pacientů

co můžeme čekat od naší hlavy, když my nebo někdo z našich blízkých onemocní

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D.

http://www.klimes.us



Pár myšlenek z této příručky

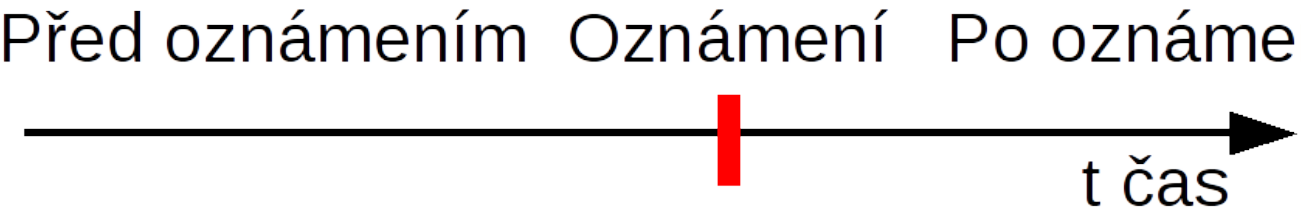
dostupná online:

http://nemocapsychika.klimes.us

nebo na

www.lymfomhelp.cz

Před nemocí, za nemocí nikdo nesmí stát, nebo nebudu hrát!



Srovnání psychiky člověka před oznámením a po oznámení názorně ukazuje, jaký je rozdíl mezi somatickou nemocí (rakovinou) a psychickou poruchou přizpůsobení (reaktivní depresí), která somatickou nemoc doprovází.

Psychická reakce je jako batoh na záda.
Může tam být i nemusí.

S batohem na zádech sám,
na strejdu Karla se ptám.

Správně by doktoři měli diagnostikovat dva kódy

= pes + batoh

pes - somatická choroba: C83.2 Non-Hodgkinův difuzní lymfom

batoh - psychická porucha: F43.0 Reakce na těžký stres, poruchy přizpůsobení a akutní stresová reakce neboli psychický šok s derealizačním syndromem.

Když to lékaři nedělají, ignorují pak psychické utrpení pacientů.

Psychická reakce je neuniversálně universální

Nezávisí na tom, jaký druh somatické smrtelné nemoci máme, ale je to reakce na fakt, že tato nemoc s velkou pravděpodobností směřuje ke smrti.

Je jedno, jestli máme rakovinu slinivky nebo plic, nebo lymfom, nebo těžké kardiovaskulární onemocnění ap.

Vliv má:

- **Jak nemoc postupuje rychle -** rychlejší či dokonce náhlý postup je pro psychiku milosrdnější.
- **Zda postihuje intelekt -** obecně je lepší umírat od nohou než od hlavy.
- **Zda rozbijí sociální vztahy (demence, manio-depresivita)**
- **Jaké životní funkce postihuje** (sebeobslužnost)

Smrtelné choroby a psychická obrana

Z psychologického hlediska onkologické nemoci nejsou ničím vyjímečným ve srovnání s jinými smrtelnými chorobami:

- **nejsou to nejhorší smrtelné nemoci**
  srov. roztroušenou sklerozu
- **nejsou to nejvíc opovrhované choroby**
  srov. Alzheimera
- **nejsou to nejbolestivější nemoci**
  srov. popáleniny
- **nedevastují rodinné prostředí**
  srov. alkoholismus
- **nemají velkou sebevražednost**
  srov. deprese
- **neničí osobnost nemocného**
  srov. demence, schizofrenie

Právě proto, že to nejsou nejhorší smrtelné choroby,
tak mají největší respekt okolí.

srov. slepota × jiná postižení či homosexualita × jiné komplikace

Neexistuje universální reakce pacienta na chorobu

Reakce pacienta na chorobu je vždy specifická.

Například nedá se říci, že všichni pacienti reagují agresí, ale pokud dotyčný při chorobě reagoval agresivně, můžeme si být jistí, že takto vždycky reaguje na stresové reakce.

Podobně naopak - pokud pacient reaguje na stresové situace zklidněním (inhibicí), což je mimochodem vlastnost rozených diplomatů, pak samozřejmě i na nemoc bude reagovat zklidněním.

Rozdíl je jen v míře - na malé podněty reaguje malým zklidněním na velké rány osudu - naprostým "umrtvením".

Stejný jev vidíme i u lhářů

Lháři mají nespočet taktik, takže neexistuje universální způsob, jak odhalit lháře. Ale když znáte svého šéfa pár let, tak už znáte jeho styl a dokážete bezpečně poznat, kdy lže.

Rétorika pacienta po vyléčení

Já jsem se nikdy nebál o sebe. Byl jsem úplně klidný, ale měl jsem velké obavy, jak to ponese moje matka. Už by pohřbila třetí dítě a to není dobré.

Tato rétorika byla kombinovaná se zřetelnou potřebou o prodělané chorobě hovořit.

Reakce okolí: "Já tě obdivuji, jak to neseš."

Ale

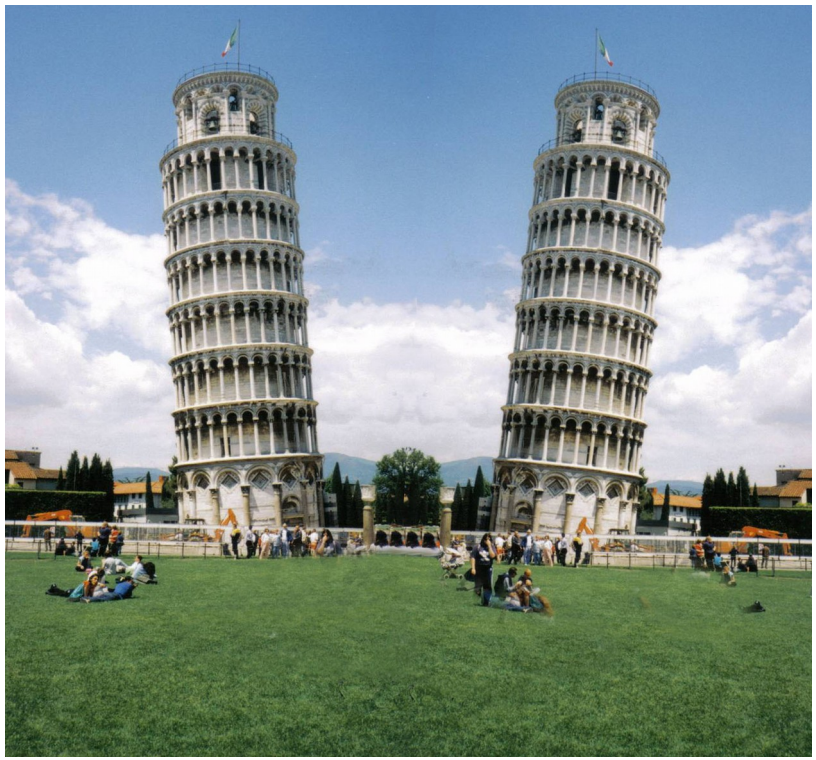
Pro tohoto pacienta byl obecně typický inhibiční, zklidňující úlevný manévr, tedy celý život reagoval zklidněním ve stresujících situacích (ala mrtvý brouk). Tedy chování v době nemoci nebylo vzhledem k jeho povaze nijak mimořádné. Mimořádné nebezpečnosti odpovídala jen mimořádná intenzita zklidnění.

Též není pravda, že by neměl strach z nemoci. Jen tento strach byl vytěsněn, přesněji řečeno projikován na matku. To, že on strach nepřipisuje sobě, ještě neznamená, že jej neprožívá, jen jej připisuje matce.

Výhoda tohoto prožívání - dostává víc psychické podpory od okolí.

Smrtelné choroby aktivují odlišné psychické obrany

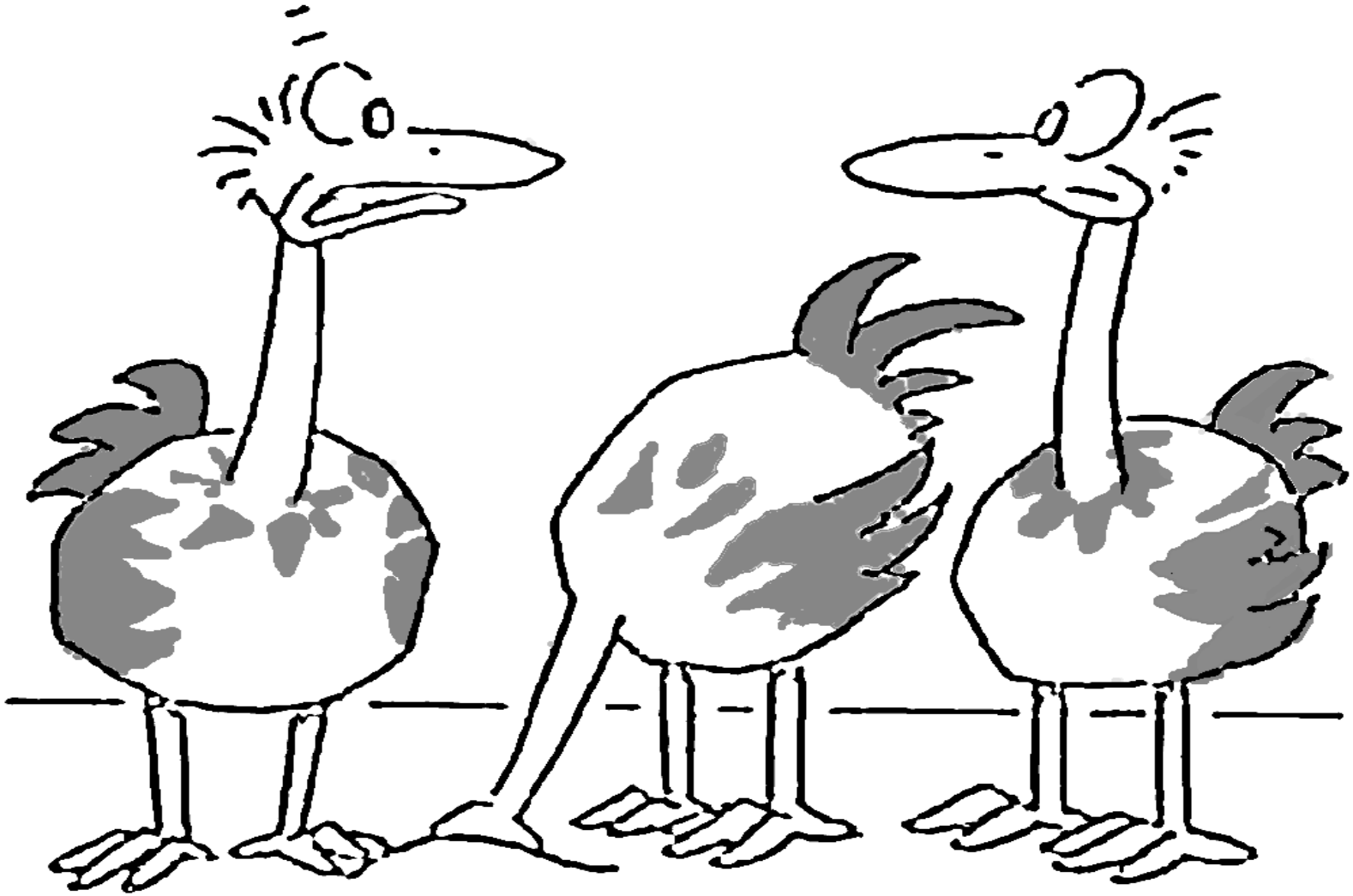
Typ fobický	Typ hypochondrický
reaguje popřením	reaguje projekcí
nerad chodí na vyšetření	rád chodí na vyšetření (úleva)
vyhybá se lékařům	vyhledává lékaře (zbavují úzkosti)
nechce se o chorobě vzdělávat	studuje a hledá alternativy léčby



Každý je nakloněn někam jinam

Tipněte si. Je to typ fóbický nebo hypochondrický?

Popření – dobrý sluha, ale zlý pán



Jiřík tady před chvilkou byl, ale někam zmizel.

Proč existuje popření?

Existuje mnoho nebezpečí, která jsou sice reálná, ale fakticky mizivá.

Například že na nás spadne meteor, že nám dítě zabije úchyl...

Pokud na ně myslíme, tak hlava na tyto úvahy reaguje aktivací strachů a obranných reakcí, takže člověk se vyděsí.

Aby se toto nedělo zbytečně, psychika má k dispozici psychickou obranu - popření, která tyto úvahy vypíná

Typická rétorika:

„Mně se to stát nemůže“, tzn. je chráněn jakýmsi valem pocitu neohrozitelnosti: „Na to raději nemyslet.“, To je problém někoho jiného. Všichni jsou zadlužení. Ono to nějak dopadne. Problémy budu řešit, až přijdou.

Popření je užitečná psychická obrana

Padá zedník z 30. patra a ještě v desátém patře lidi slyší, jak si to pochvaluje: ***"Ještě je to dobré, ještě je to dobré."***

Nemůže proto jen tak evolučně vymizet

Bohužel lidi ji mají zbytnělou i při reálných nebezpečí života

Nebezpečí nakažením AIDS, otravou metanolem, smrt při jízdě v opilosti, bez pásů, zadlužení.

„Topení plynem vyjde na 70 Kč za den.“ „Neděs. Na to raději nemyslet.“

Lidská mysl je naprogramovaná, aby na smrt nemyslela

Lidská mysl je tak naprogramovaná, aby nemyslela na nebezpečí a smrt, až vznikají chyby druhého extrému.

Pak existují kompenzační techniky ala pořekadla:
Pamatuj na smrt. Memento mortis.

Smrtelné choroby jsou ty choroby, které prolamují tuto obranu popření.

To znamená ty, u kterých člověk ať chce či nechce musí začít řešit otázku smrti, třebas formou popření: **„Nikdy jsem si při nemoci nepřipustil, že bych mohl umřít.“** Dejte si místo slova nemoc mytí nádobí.

Nevotravuj, dědku, s těma varlatama.
Od čeho je euthanasie!

aneb jak nefunguje informovaný konsensus

Syn píše: *„K tomu mi otec sdělil, že mu byla při poslední operaci bez jeho vědomí odejmuta varlata – vyžádám si dokumentaci, protože pokud je to pravda, tak to je snad právně na žalobu a lidsky na popravu.“*

Ano, lékaři v rámci operace vzali dědovi varlata, ale tak nějak mu to neřekli, nebo zapomněli říci, nebo tak dlouho odkládali, až neřekli. Buď jak buď otec najednou na toaletě zjistil, že už není muž. To je informace, kterou my chlapi snášíme špatně, ať se ji dozvíme v ordinaci nebo na toaletě. Otec byl v depresi samozřejmě nejen z toho – seděl na vozíku, byl apatický, nemluvil...

Dříve se tomu říkalo reaktivní deprese, neboť je to reakce na těžkou ztrátu, dnes se bůhví proč upřednostňuje též přiléhavý termín **poruchy přizpůsobení**: *Otec prostě se musí smířit s tím, že už mu moc života nezbývá a že navíc nestojí lékařům ani za to, aby mu řekli, že z něho udělali eunucha.*

Paliativní léčba v praxi

Já jsem synovi doporučil, aby naopak s otcem zůstal doma, v prostředí, na které je zvyklý, aby občas přivedl vnoučata, aby otec viděl, že život jde dál, že to vše mělo smysl.

Dal jsem pak synovi instrukce, aby požádal lékaře, ať dají otcovi nějaké prášky na depresi.

Toto doporučení odvozuji ze zkušenosti s jinou klientkou, která měla rakovinu plic, kdy ji lékaři tak „popráškovali“, až se překlápěla do mánie. Se zářivýma očima mi sdělovala, jak úžasné a netušené souvislosti si díky své nemoci najednou uvědomuje. Tak jí lékaři zase trochu ubrali, aby byla víc v realitě.

Depresi můžeme paliativně léčit, i když jinak je to už „konečná“.

Na umírání není nic veselého, tak proč by měl mít dobrou náladu?

Syn mi napsal:

*Musím Vám říct, že děláte neslušný obor, který je společensky neakceptovatelný, asi jako prostituce nebo vykrádání bank. Alespoň tak se mi to jevilo, když jsem s radou od Vás zašel za otcovým praktickým lékařem. Ten pán, s kterým se můj otec kamarádil, mi řekl, že na psychiatra můj otec určitě zralý není a že mu může na tu reaktivní depresi 'teda něco napsat', ale že bude v útlumu. Když jsem přednesl stejný návrh jeho manželce a její dceři (pediatričce), tak mi druhý den sdělily, že přeci můj otec není blázen a že cituji '**na umírání není nic veselého, tak proč by měl mít dobrou náladu?**'.*

Proč by měl být v útlumu? Na mé druhé klientce jsme přeci viděli, že může být naopak exaltovaný.

Ale tam nešlo o „veselost“, ale jen o to, aby nebyl apatický, nemluvící, prostě zdeptaný. Jinými slovy toto je stávající stav paliativní péče v Čechách v 21. století.

Jak si to dnešní produktivní generace nastaví, tak bude za 30 let umírat

Já jsem člen střední generace. Je mi 45 let. Musím si přiznat, že jsem neúspěšný v přesvědčování svých vrstevníků: „Podívejte na toho dědu bez varlat a s depresí. **Jak si to my – dnešní produktivní generace – nastavíme, tak budeme za 30 let umírat**.“

Bohužel nejčastější reakce mých vrstevníků na toto zní: „Euthanasie! Od čeho je euthanasie?!?!“ a při tom často ani nevědí, co znamená sousloví „paliativní péče“.

Nastavíme-li si jako morální maximum euthanasii, tak uslyšíme: **„Nevotravuj, dědku, s těma varlatama. Od čeho je euthanasie!“**

Už chápete, proč naši předci otravovali s tím morbidním:
Memento mortis - pamatuj na smrt?

Takto popření reaguje na komplikace okolo smrti

Změna identity nemocného - fáze dle Kübler-Rossové

Fáze	(Původní označení) Jiné příklady
Šoková fáze	(Popření) Stav kognitivního přežití, fuga, strnulost,
Fáze nespecifických obran	(agrese) Obviňování sebe či okolí, stažení se, přilnutí
Fáze specifických obran	(vyjednávání) Vyhledávání protekce u lékařů, Boha, hledání nových metod
Fáze reaktivní deprese	(deprese)
Fáze přijetí nové identity	(smíření)

Posunuté fáze Kübler Ross

5. versus 3. fáze - Ty mi nesmíš umřít!

Dítě je ve fázi smíření (nové identity)

Matka je ve fázi specifických obran. V nemocnici se na dítě vrhá objímá ho, brečí:

"Ty mi nesmíš umřít, nesmíš, nemůžeš. To nedovolím!"

Tak je dítě strháváno do předchozích fází,

navíc může mít dojem, že své matce ubližuje tím, že je nemocné.

Posunuté fáze Kübler Ross

3. fáze versus 5. fáze - "Bylo by to pro něho lepší..."

Děda je v nemocnici a ještě nehodlá umírat, ale rodina je už tím vším vyčerpaná natolik. Už se smiřuje, že děda umře. Projektivně má pocit, že:

- on strašně trpí
- se to zbytečně protahuje
- bylo by pro něj lepší, kdyby umřel

Část z rodiny si neví rady s pocity viny, že si přejí jeho smrt. Jiní mají pocit, že je dědek jen využívá, že tohle si nedomluvili.

V nemocnici se bůhví proč rozjede debata o dědictví. Děda křičí: **"Já ještě nejsem mrtvý!"**

Jenže to ještě netuší, že už mu vystěhovali pokoj, vyházeli všechny jeho osobní věci a v jeho pokoji už bydlí vnuk...

Nemá se kam vrátit. Pro okolí už mrtvý je...

Lymfom jako psychická porucha

Diagnostikuje se sice pouze jako somatická, tělesná porucha, ale tím se opomíjí jeho psychické aspekty.

1) **Změna identity -** úspěšný manažer se mění v umírajícího
   obrana: Dělám jako by nic.

2) **Zkrácení životních plánů -** Z předpokládaného dožití 80 let na 40.
   obrana: Nutkání všechno stihnout. Dohnat zanedbané.

3) **Ztráta kontroly nad svým životem**
   obrana: Dokazovat si, že ještě mohu.

4) **Nutnost přejít od egocentrické motivaci k allocentrické**
   obrana: Užít si, co to dá.

5) **Aplikování vlastních postojů k nemocným a starým na sebe**
   obrana: Dokazovat si známky mládí. Popírání nemoci.

Sex jako důkaz mládí a života

Při chemoterapii lidé nemají velkou potřebu sexu, ale sex má i symbolickou funkci - je to důkaz života a mládí:

Dokud se souloží, ještě se neumřelo!

Pacienti si kupují Viagru, aby byli schopni erekce a styku.

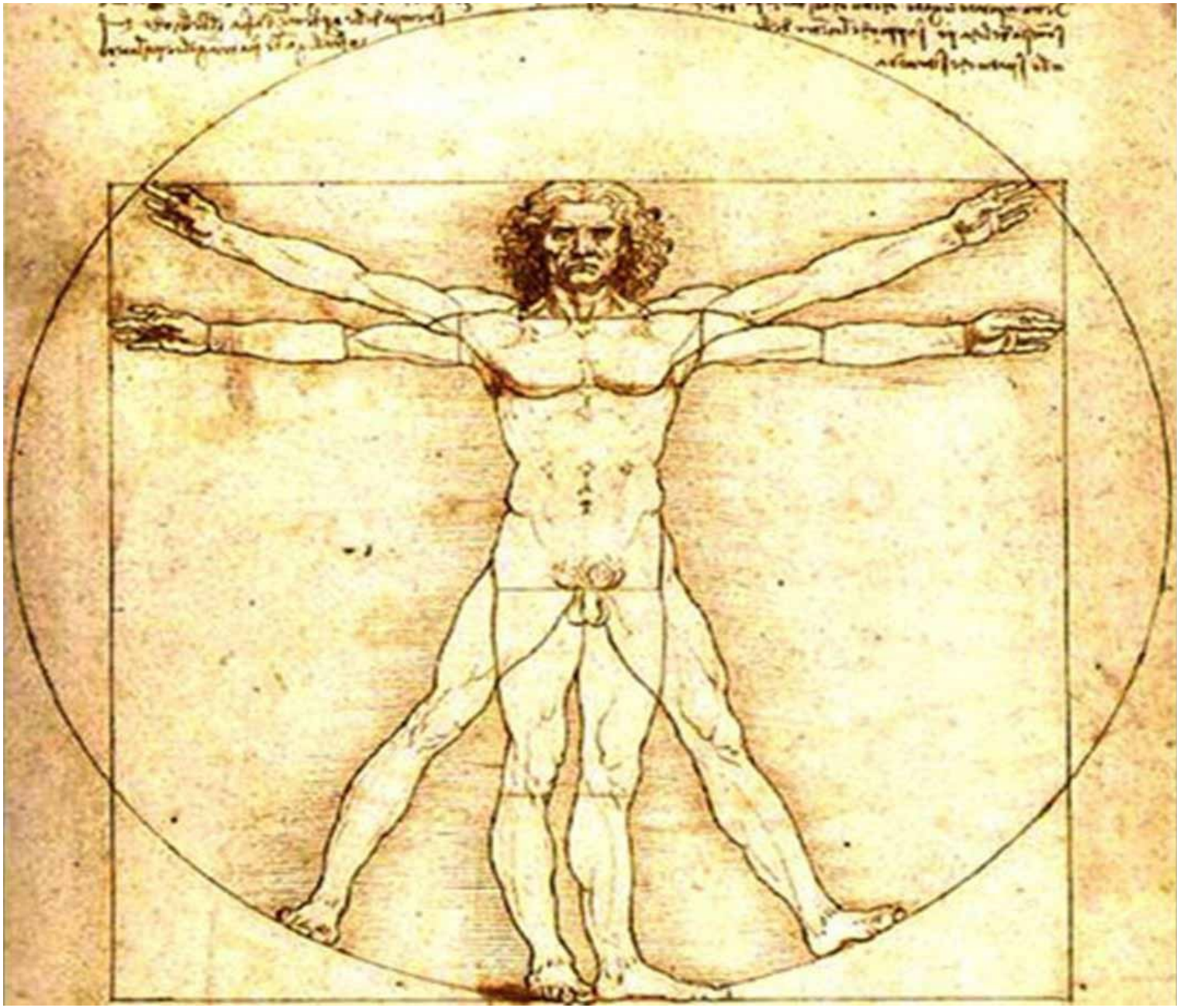
Sex jako úlevný manévr od samoty, úzkosti ap.

Sex mnoha lidem slouží k redukci svíravé úzkosti, strachu ze smrti, ze samoty.

Problém

Přílišné lpění na tom, aby se to povedlo, aby to fungovalo, vyvolává další stres a úzkost. Takže čím více to nejde, tím to úzkost z nemoci ještě prohlubuje.

Hranice našich možností a kvadratura kruhu



Pomocí kružítka a pravítka sestrojte kruh a čtverec tak, aby oba měly stejnou plochu.

$$\pi \times r^2 = a^2$$

Nelze pomocí pravítka a kružítka převést *r* na *a*, stejně tak nepřekročíme svůj stín a hranice svých možností.

Modlitba bůhví od koho

Bože,

- dej mi sílu změnit, co změnit mohu, (uvnitř kruhu a čtverce)
- dej mi trpělivost unést, co změnit nemohu, (mimo kruh a čtverec)
- dej mi moudrost odlišit prvé od druhého (vědět, kde leží čáry).

To není hra:

Vše je jen otázka vůle, dokáži, cokoli chci.

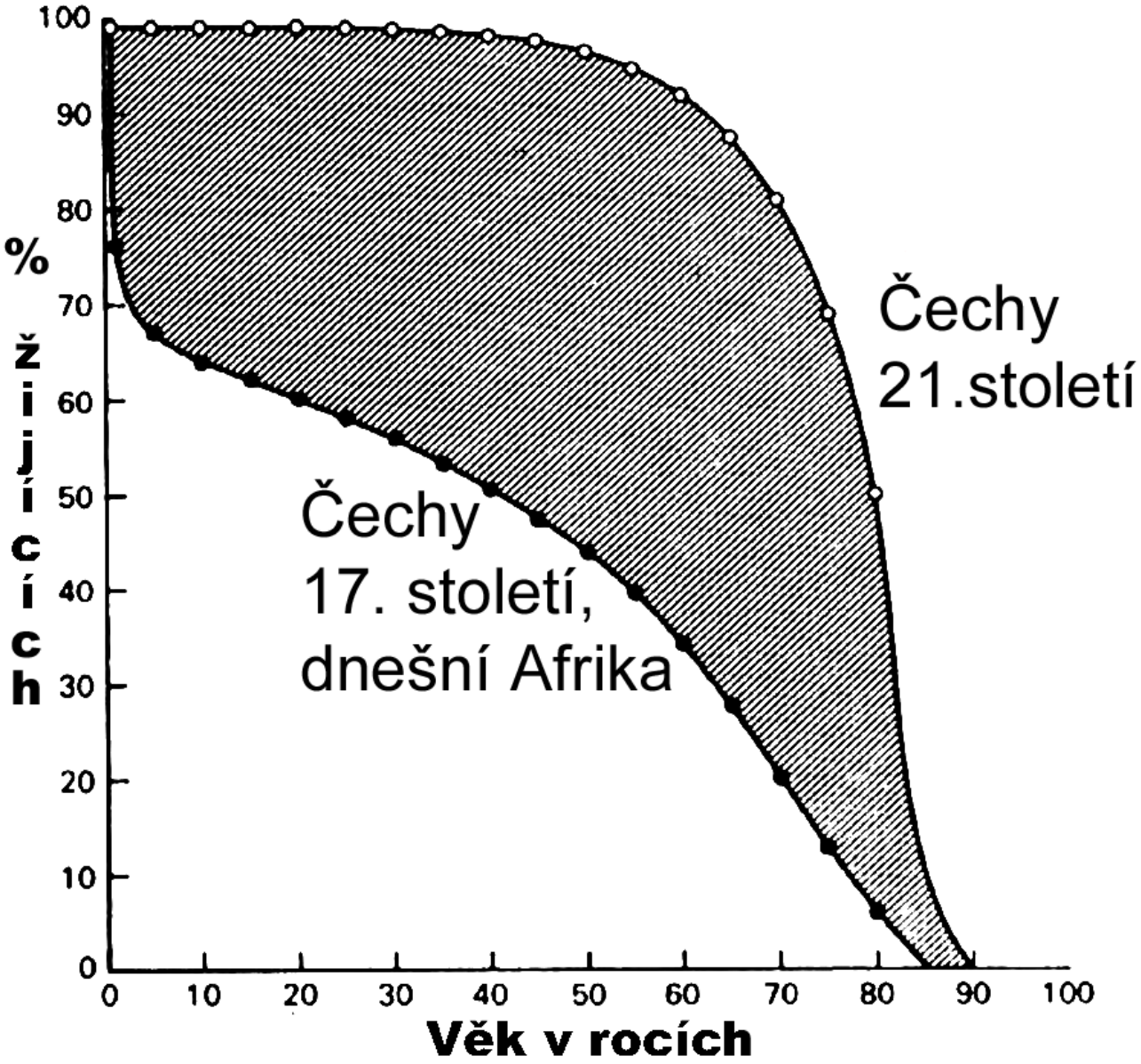
To není nepravdivý hortativ:

Co tě nezabije, to tě posílí.

Ovlivňovat to, od čeho nemáme volant se nevyplácí

→ Mohl by vyprávět →

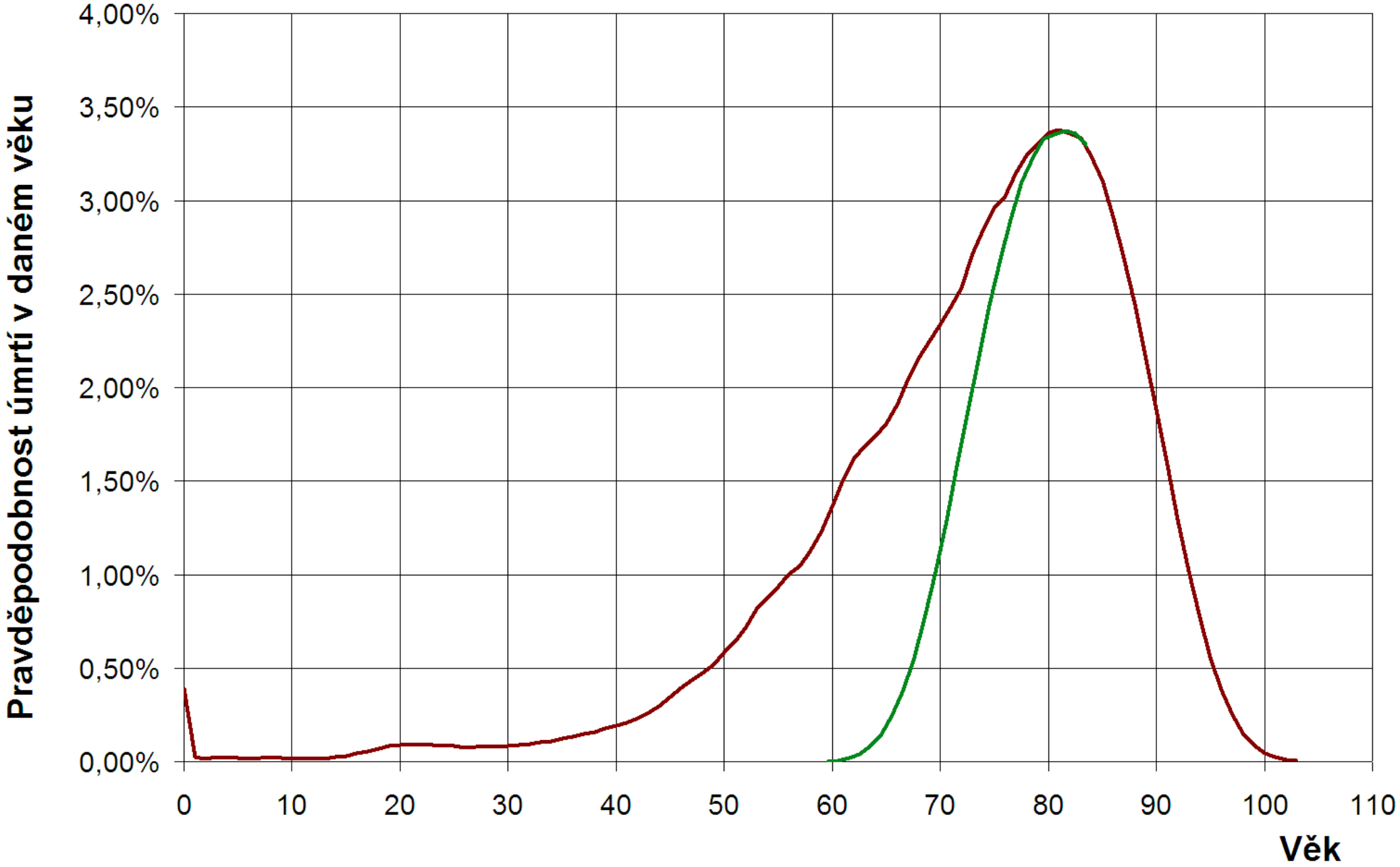
Křivka přežití



Proti věku není léku

Naše minutěnka je nastavená na 82 let plus minus autobus zvíci 8 let.

Pravděpodobnost úmrtí



Výpočty nad stářím

Kolik bude mě, až bude máma umírat?

82 - 20 = 62

Kolik bude mě, až bude táta umírat?

82 - 24 = 58

Kolik bude mé nejstarší dceři, až budu já umírat?

82-2004+1967=45

Kolik bude mé nejmladší dceři, až budu já umírat?

82-2011+1967=38

Milé děti, až bude Vašim rodičům tolik, kolik jste si takto spočítaly, tak se připravte na to, že budete muset o své rodiče nějakou dobu starat a možná to bude stát i nějaký ten peníz.

Jak to dětem usnadnit?

Mezi 50 - 60 lety se přestěhovat někam poblíž (do 500 m) do bezbariérového bydlení.

Vychovávejme děti tak, aby se k nám ve stáří rády vracely.

Denní potřeba povídání jsou 4 hodiny

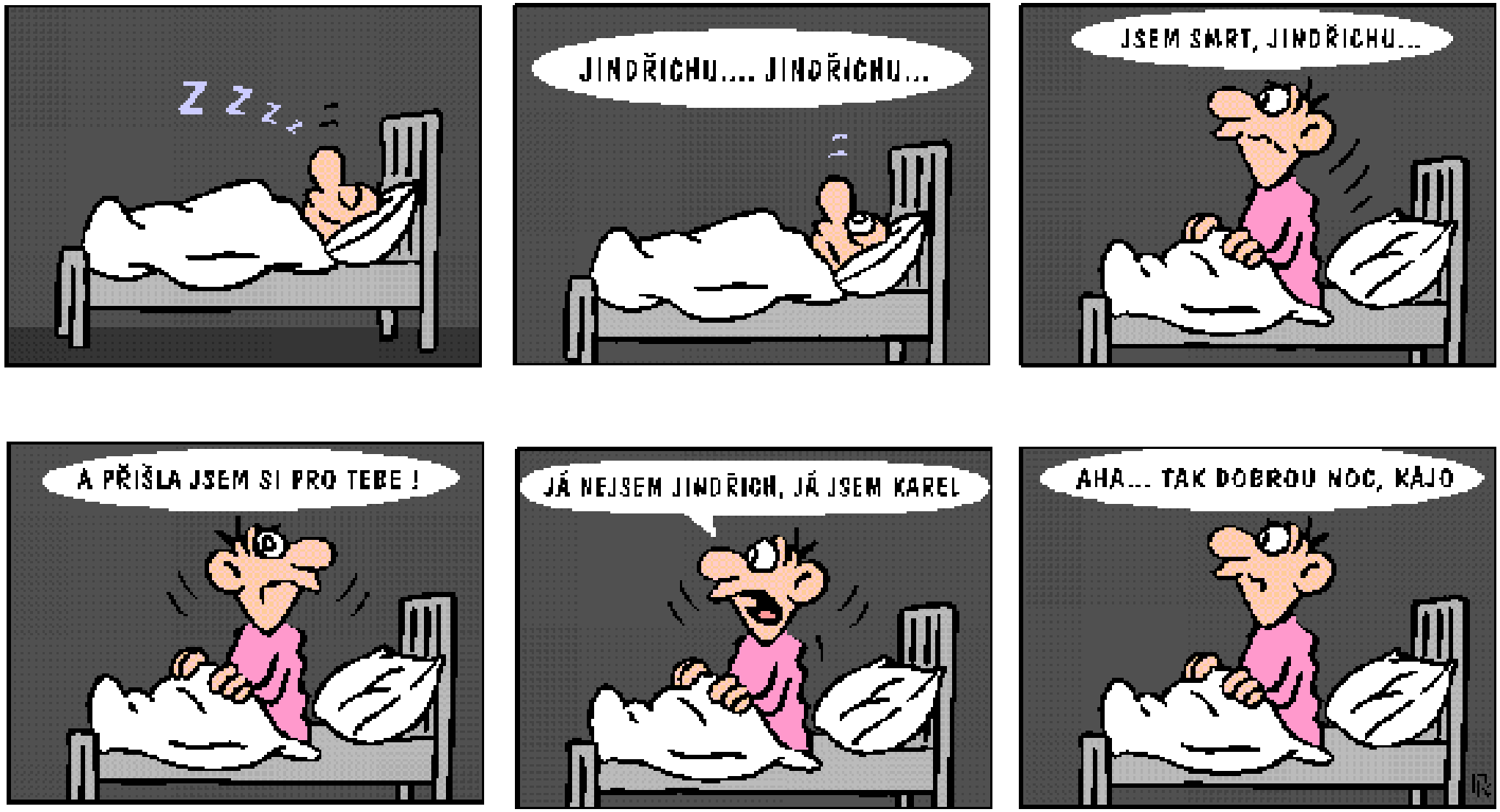
Dcera po práci zajde za mámou do garsonky. Něco jí poklidí, donese oběd. Uspokojí mámě něco mezi 30 až 60 minutami denně.

Když pak musí odejít, máma je na ni naštvaná, protože má neuspokojených 3,5 hodiny povídání denně.

Jinými slovy ten, kdo dělá pro mámu maximum, je též nejvíce kritizován. Když přijede na návštěvu její bratr, tak to je pořád Milánku sem, Milánku tam... Milánek nemusí ani hnout prstem a je prostě pro mámu hvězda.

Není to nespravedlivé?
Co s tím?

Vše, co jste chtěli vědět o smrti, ale báli jste se zeptat



Smrtí za život zažijeme mnoho

Smrt je označení pro těžkou nevratnou změnu, které ukončuje život.

JENŽE

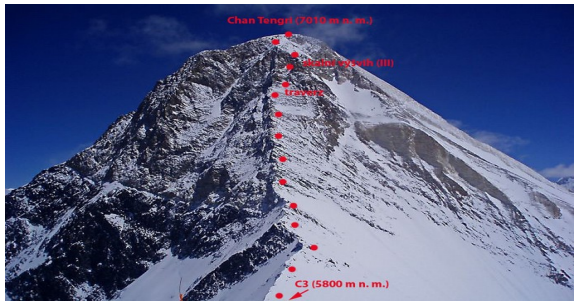
Životů žijeme celou řadu:

- partnerské životy (rozchody, rozvody)
- rodičovské životy (budižkničemu, nanicdílo, mamahotely)
- kariérní životy (propuštění, výpovědi, zneuznání)
- sociální životy (sociální vydědění, ignorace)
- zájmové životy (ztráta životních možnosti, tělesné postižení)
- životy druhých (allocentrická motivace, viz dále)

Proto je třeba být připraven na smrt i v jejích jiných podobách než jen v té biologické.

Pocit nedokončených úkolů

Pocit, že by ještě něco mělo přijít, že je to málo, že vrchol byl málo vysoký, pocity nároku, že měl být vyšší...



Co připomíná moje vlastní kariéra? Na co mám nárok?

Vracení se ve vzpomínkách k propáslým šancím
Neschopnost opustit předchozí vývojové fáze kvůli nedokončeným vývojovým úkolům. (Věční mladíci si ještě v padesáti vyškubávají světlé vousy.)

Kdy se vyplácí a nevyplácí investovat do ega

Když firma směřuje ke krachu, nevyplácí se do ní moc investovat.

Egocentrická motivace - příjemná motivace v první polovině života

V druhé polovině neuvěřitelně frustruje.

Allocentrická motivace - funkční strategie v druhé polovině života

Myšlení vojáka s prostřeleným břichem: "Já to mám za pár minut, ale tamhle ty dva nepřátele ještě odstřelím, aby neměli kluci problémy."

Allocentrická motivace – Slavnosti sněženek

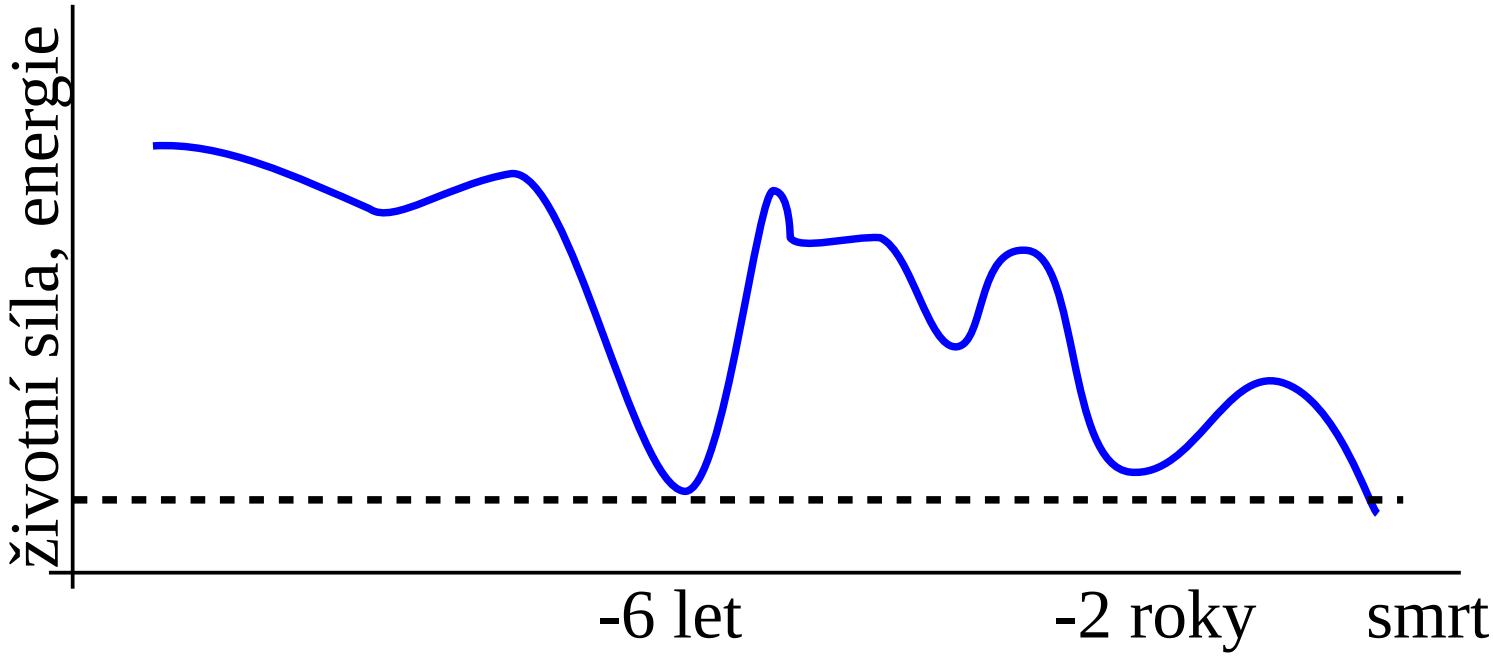
"Vezl jsem kamarádům dršťkovou, tak jsem nechtěl, aby se vylila."

Zubatá vybírá své vyvolené mikropipetou

Dvě auta se srazila na dálnici, v nich jeli čtyři kluci. Tři vystoupili z autovraků naprosto zdraví, nic se jim nestalo. Amit byl na místě mrtvý. Fotografie kondolenční kytice na dveřích jeho kolejního pokoje.

Málokdo, málokdo, málokdo, málokdo ví
Málokdo, málokdo, málokdo, málokdo zná,

že ke smrti se blížíme ve vlnách

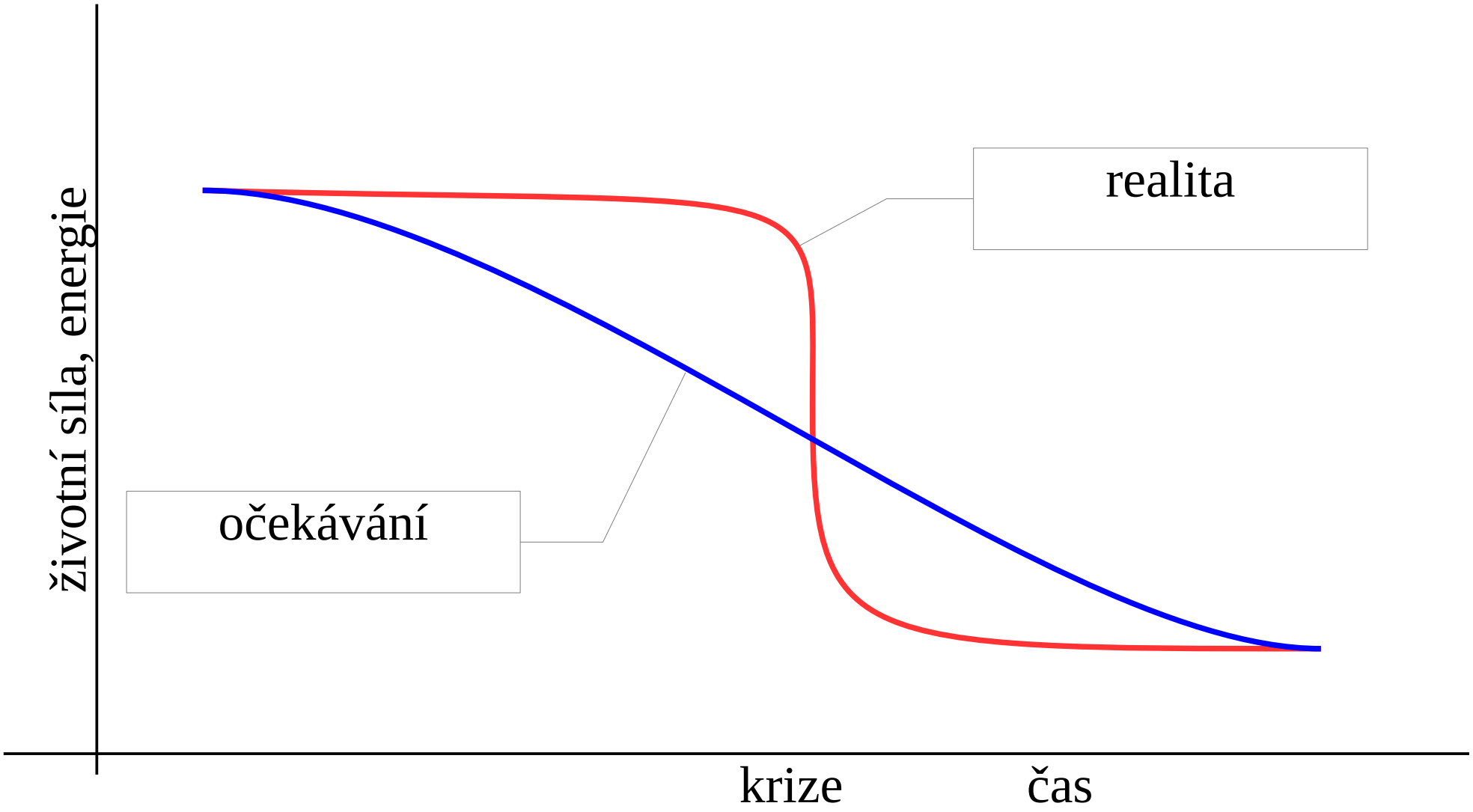


Smrt tu šla docela blízko, snad okolo nás...

Sbohem ti mává bílými vlásky,
k čemu teď vrásky, málo mě znáš!

inhibice_suprese_kabeltransport.wm

Úbytek sil s věkem/při nemoci není pozvolný, ale skokový



Zubatá dlouho, ale opravdu dlouho postává netečně opodál

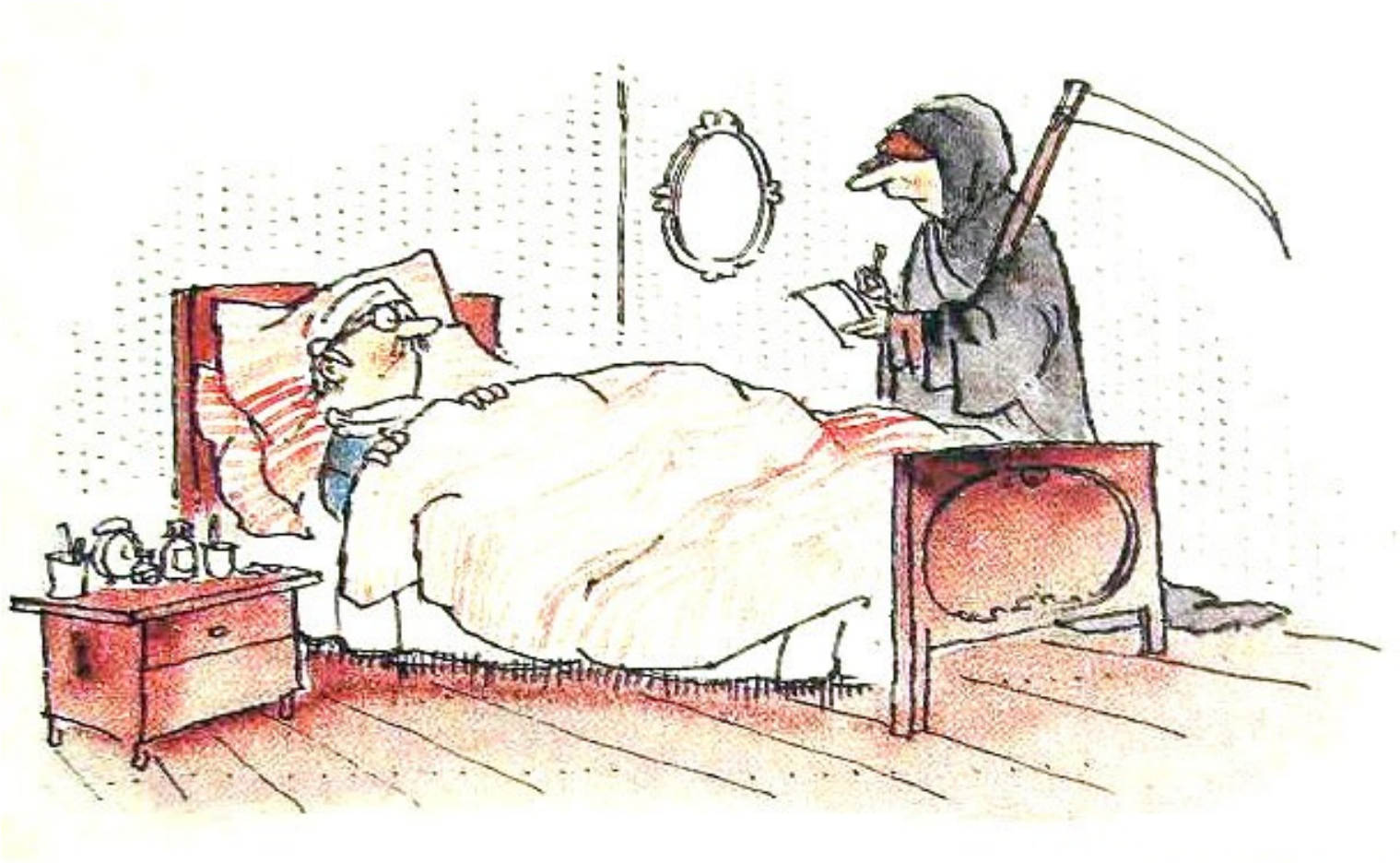
ale my o ní bohužel velmi dobře víme...

Mnohem spíš budete dlouho poznávat smrt takto. Jako že stojí opodál, nijak zvlášť si vás nevšímá, ale už tam bude, celé roky.

Je třeba umět se jí nebát a neděsit se jí...

Smrt více než konec života je symbol pro jakoukoli nevratnou změnu - konec mládí, konec vztahu, konec kariéry ap.

Až vám to začne počítat, tak to nejtěžší už máte za sebou



Vladimír Renčin

„Tak to máme tři tisíce šest set litrů bílého vína, dva tisíce dvě stě litrů červeného vína a dvě stě devatenáct tisíc osm set cigaret . . .“

Včera ráno přišla zubátá, zubatá. Povídá mi vem si kaťata, kaťata.
Je čas, hochu, musíš jít hned se mnou. Nebreč, žadný slzy smrtí nehnou!

Samotná smrt nebolí - čidla se vypínají

Na konci umírající už nemá chuť jíst a pít. Tělo se postupně dehydratuje. Netvoří se žádné sekrety, žádná moč ani stolice, méně hlenu na plicích. Tudíž i méně bolestí v břiše, menší nevolnost. Už žádné zvracení, žádný kašel. Celé tělo se zpomaluje. Ústa mohou být suchá, ale člověk si snadno uleví cucáním kostky ledu nebo mokré látky. Převládá únava a mysl začíná být odtažitá, obvykle s pocitem pohody, někdy i mírnou euforií. Umírající už nemají příliš zájem mluvit, stačí jim držet se někoho za ruku nebo se dívat oknem na paprsky slunce či poslouchat zpěv ptáků nebo nějakou krásnou hudbu. V posledních hodinách může být slyšet změnu v dýchání, "chropění". A pak většinou dojde k několika posledním neúplným nádechům ("poslední nadechnutí") a samovolným záškubům těla a obličeje, které jako by vzdorovaly ztrátě životní síly. Ty neznamenají utrpení, jsou jen známkou nedostatku kyslíku ve tkáních. Pak se svaly uvolní a všechno skončí.

Schreiber David Servan: Jak čelit rakovině. Portál, Praha, 2010, str. 237

Agrese proti nebožtíkovi

Nebožka manželka k farářovi:

„Pane faráři, víte on celý život s ním stál za píp a teď si ještě umře.“

O mrtvých jen dobře - De mortuis nil nisi bene

Každý útok na fantazijního partnera (fyzicky nepřítomného) je útokem na vlastní nitro, které jej v tu dobu zastupuje (mentální representace).

Svědectví z míst těsně před branou...

Moje doktorka přes lymfom mi vyprávěla, jak jednou měla delší rozhovor s paní, která umírala. Ta posléze skutečně umřela. Byl u ní její muž a ten pak přišel za mnou doktorkou a povídá jí, že poslední slova jeho ženy byla:

„Vzkaž paní doktorce,
že to není tak strašné,
jak se jsem se toho bála...“

Co dodat?

Skončili jsme - jasná zpráva!

Děkuji Vám za pozornost

Nehodící se škrtněte!

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D.

http://www.klimes.us

Prokletí euthanasie

Běžná praxe:

Euthanásie jako eufemické označení pro úkladnou vraždu starého člověka.

Například ve Švýcarsku jsou penziony, kam můžete dát svého otce s Alzheimerem. Na začátku každého měsíce (po té, co penzion dostane peníze na na osobu) má penzión nápadně více úmrtí. Ale není žalobce, není soudce...

Máme postinterrupční syndrom.
Budeme mít posteuthanásní syndrom.

Jak vypadá postinterrupční syndrom - pocit **zabila jsem si to, po čem teď nejvíce toužím.** Z emailu klientky: *"...protoze jsem si napriklad doposud neprecetla nic tak trefneho, jako je vas clanek na tema neplodnost http://neplodnost.klimes.us. Musela jsem se tomu uprimne smat a samozrejme v pasazich, kterym by se jiny nesmal (jsem trochu magor) - viz napriklad "zabila jsem svoje dite" - nebot napriklad i timto jsem se do brezna r. 2011 pomerne dost trapila (skoro 4 roky!), a je naprosta pravda, ze to lekare vubec nezajima."*

Posteuthanásní syndrom

Zabila jsem si vlastní mámu...

Zabila jsem si vlastního tátu

Táta: Hele, Aničko, tady doktoři mi říkají, že je to se mnou vážný, jestli bych něchtěl zvážit euthanasii.

Anička: No, tati, já nevím, to po mě nemůžeš chtít. To si musíš rozhodnout sám. Na druhou stranu o nic ti nejde, vždyť už jsi všechno dokázal...

Za čtrnáct dní je po všem.

Za pět let jede Anička vlakem. Do kupé přistoupí sympatický dědula.

Anička: To vám závidím. Ve vašem věku takhle čiperný. Kolik je vám, mohu-li se zeptat?

Děda: 87, ale nemyslete si před pěti lety jsem utekl hrobníkovi z lopaty.

Anička pro sebe: Vždyť on je stejně starý jako můj táta... Táta by možná taky utekl hrobníkovi z lopaty...

A kdykoli se Aničce zasteskne po tátovi mimovolně si vybaví vlastní větu: "Vždyť ti táto o nic nejde..."

Čím víc se jí bude stýskat, tím víc bude mít pocit, že si zabila tátu.

To není vlastnost logiky, ale psychiky...

Euthanasie v praxi - ftípky a nepochopení

Včera večer jsme s mojí ženou vedli trošku hlubší rozhovor o různých životních situacích. Přišla řeč i na eutanazii. K tomuto sensibilnímu tématu o volbě mezi životem a smrtí jsem poznamenal:

"Nechci abys mě nechala žít v takovém stavu, kde bych byl závislý na přístrojích a živen tekutou stravou z nějaké flašky. Kdybys mě někdy takhle viděla, vypni ty mašiny, které mě udržují naživu. "

Ona vstala, vypnula televizi i počítač a vylila moje pivo do záchodu!

Euthanasie není o fyzické bolesti - tu dokáží lékaři dobře utlumit, touha po euthanasii je strach z marnosti, strach z bolesti, pocit, že jsem druhým na obtíž, strach, že budu na druhých závislý, že nebudu mít situaci pod kontrolou ap, tedy **euthanasie je o psychice**.

JÁ SE NA TO NEMŮŽU KOUKAT, JAK SE TRÁPÍ... RUDO, ZAŠLÁPNI HO!

Další otázky

- zvládání krizové situace při zprávě o nevyléčitelné nemoci své nebo mého blízkého
- zvládání krizové situace v době umírání blízké osoby
- případně i podpora umírání rodinných příslušníků v domácím prostředí.