

UMÍRAJÍCÍ

NÁS UČÍ ŽÍT

Jana Sieberová je dobrodruh. Když uvěřila v Boha, vrhla se do naprosto nejistého podniku, o kterém byla přesvědčená, že je potřeba. Založila domácí hospic Duha v Horčicích a my se jí dneska chceme ptát, jak se postavit k tomu, když někdo z rodiny umírá a nám je třeba patnáct a nevíme, jak se v té situaci chovat. Jana se v takových okolnostech ocitá často, a tak není vhodnějšího člověka, ke kterému se obrátit o radu.

Znáš to, přijdu k babičce na návštěvu a ona říká, že už se něčeho nedožije nebo že brzo umře. Nikdy nevím, jak na to reagovat.

Je potřeba brát vážně informaci, kterou nám babička sděluje, že se chystá zemřít. Tyhle věty jsou většinou umlčeny rodinou. Řekne se: „Ale babi, ty nás ještě všechny přežiješ!“ Mladí lidé jsou však přemýšliví a může jim vrtat v hlavě, co tím babička chce říct. Kdyby mě teď bylo těch patnáct let, tak bych se s ní snažila trávit víc času a poznávat, zda pro mě třeba nemá nějaký vzkaz. Možná mi chce předat nějakou svou životní zkušenost. Prarodiče se v dnešní době často dostávají do izolace, i přesto, že si s dětmi volají. Přítomnost vnuka nebo vnučky u ní doma je klíčová. Nemusí to být celé odpoledne. Stačí přijet na hodinu a povídat si. Třeba se zeptat: „Babi, jaká jsi byla, když ti bylo jako mně?“ Chtěla bych podpořit všechny mladé, aby si se starými lidmi povídali, protože až budou dospělí, bude jim líto, že o nich víc nevěděli.

A teď si představ situaci, že je babička nemocná a všichni víme, že umře. Jak tomu čelit? Dospělí se starají, ale co můžou dělat děti?

Když odchází blízký člověk, vnímáme ztrátu, která nás čeká. Můžeme být smutní, naštvaní nebo začneme být ještě více aktivní. Nechceme si blízkost odchodu milované osoby připustit. Informaci můžeme zcela vytěsnit. Pokud je babička v domácí péči, je hezké se do ní nějak zapojit tak, jak to ve svém věku zvládnou. Udělat jí třeba manikúru nebo dědovi stáhnout jeho oblíbenou hudbu. Sluch totiž odchází jako poslední a hudba vykouzlí milou atmosféru. Když

domem ještě voní čerstvě upečený koláč, jsme všichni pohromadě, vytvoříme kolem umírajícího člověka kruh lásky a bezpečí.

Jak s takovým člověkem mluvit? Mám se ho na nemoc ptát? Někdo říká, že je to neslušné.

Naopak. Těžce nemocní lidé jsou nejen pravdiví, ale velmi citliví. Poznají, jak jsme na tom, vnímají, že jsme unavení nebo že se necítíme dobře. Nemocní mi často vypráví, co prožívali v nemocnici, když jim zjistili lékaři nevyléčitelnou nemoc. Zároveň přemýšlí nad situací své rodiny a mají obavu, zda péči rodinní příslušníci zvládnou.

Jednoho dne přišel do hospice pán a velmi plakal. Vyprávěl mi, že manželka umírá na pokročilou rakovinu. Lékaři jí toho dne

ukončili aktivní léčbu. Měl obavu, zda péči doma o ni zvládne. Navrhla jsem mu, ať s ní upřímně promluví a řekne jí, že má strach. Zároveň jsem mu předala informaci, že můžeme vstoupit do domácí hospicové péče na nějakou dobu a pak domluvit lůžkový hospic. Bylo poznat, že se mu velice ulevilo. Vrátil se za manželkou do nemocnice a o všem si popovídali. Manželka věděla, že se o ni doma do konce nepostará, ale naděje na to, že bude nějaký čas doma, jí velmi pomohla. Prožila s celou svou rodinou několik posledních týdnů, chodila na zahradu, na oknech zalévala muškáty. Těšila se ze své rodiny a přátel, kteří ji navštěvovali. V jednom okamžiku sama požádala o převoz do hospice v Červeném Kostelci. Odešla tiše a pokojně z tohoto světa. Manžel jí vyplnil její velké přání – být ještě nějaký čas ve svém přirozeném prostředí. Musíme si uvědomit, že ne každá rodina péči o své blízké vždy doma zvládne. Z těchto důvodů máme v České republice lůžkové i domácí hospice. Je třeba rodiny přijímat takové, jaké jsou, a hledat pro jejich aktuální situaci vhodné cesty.

Jak se dají přesvědčit příbuzní, že umřít doma je pro našeho seniora to nejlepší?

Já mám jeden příběh přímo z mé rodiny. Měli jsme tatínka s těžkou formou demence, jehož stav se stále zhoršoval, až musel být hospitalizován v nemocnici. V jednu chvíli jsem rozpoznala, že umírá a proti vůli rodiny jsem si ho vzala domů. Měl chvíli, kdy byl přítomný, ale jinak žil ve svém světě. Nedbala jsem na to a zvala rodinné příslušníky k nám na návštěvu. Věděla jsem, že se bojí pozvolného umírání, říkali mi, že si chtějí pamatovat dědu tak, jak byl dříve.



Jana Sieberová a o. Pavel Rousek u lůžka nemocné.

Plného humoru a optimismu. Začala jsem nahrávat krátká videa. Jak jsme s dědečkem na zahradě, manžel seká trávu, která krásně voní, a i když nevím, zda byl v těchto chvílích přítomný, jsem přesvědčena, že jistě vnímal nejen letní krásu, ale i naši blízkost. Večer jsme mu pouštěli jeho oblíbenou dechovku a dali si s manželem třeba malou slivovičku. Asi po 14 dnech široká rodina začala přijíždět k nám domů. Přes všechny rozpory, které mezi námi byly, jsme kráčeli s dědečkem jeho cestu všichni společně. Odešel pokojně jeden letní den. Všichni jeho blízcí byli v té chvíli s ním. Svou křehkostí a beze slov dokázal sjednotit celou svou rodinu.

Co vlastně umírající nejvíc trápí?

To, že budou na obtíž svým blízkým. Mají problém přijmout péči, když vědí, že děti mají náročné zaměstnání a potýkají se s nedostatkem času. Nemocní velmi zvažují, zda jejich blízcí péči o ně zvládnou. Pokud mají mezi sebou dobré a nenarušené vztahy, nemocný se domů vrací velmi rád. Ví, že je to poslední čas být mezi svými. A chce jim předat to nejlepší ze života. Své zkušenosti, ale i své chyby. Maminky a babičky často předávají osvědčené rodinné recepty, otcové předávají svým synům a vnukům starost o dům a zahradu. Pak přichází čas vnitřní práce, kdy umírající lidé bilancují, ale nepotřebují nám to již sdělovat. Je třeba, aby u jejich lůžek panovala klidná atmosféra naplněná láskou a pochopením. Pak mohou v pokoji mezi svými blízkými odejít.

Víš, co prožívá třeba umírající mladý člověk?

Mladí lidé, kteří umírají v raném věku, vnitřně jako by doženu čas, který tu měli žít. Stanou se moudří, jakoby prožili devadesát let života. Vzpomínám si na jednu čtrnáctiletou slečnu. Říkala, že se nebojí smrti, ale má obavy o maminku. Měla brášku, miminko, které maminka kojila, a ona se bála, aby kvůli její nemoci neztratila mléko. Myslela hlavně na druhé.

Někteří chtějí zažít něco, co doteď nezkusili. Jeden mladý chlapec si přál navštívit multikino a vidět jeden konkrétní film. Měli jsme z toho jistou obavu, protože jeho zdravotní stav byl už opravdu vážný, ale chtěli jsme mu přání splnit. Nakonec jsme se tam s ním vydali, a ačkoliv zvládl jen půlku filmu, přání si splnil.

Všechno ale nemůže být selanka, neříkej, že nejsou lidé, kteří se bojí?

Měli jsme v péči sedmnáctiletého chlapce, který si přál eutanazii. Říkal: „Já bych chtěl, abyste mi něco píchli, nebo mi dejte něco, co si můžu dát sám.“ U nemocných, kteří žádají, ale pouze výjimečně, eutanazii, trávíme hodně času. Bývají to dlouhé rozhovory o smrti, strachu, bezmoci, o vzteku na rodinné příslušníky nebo na nemoc. V hospicové péči je třeba mít na každého konkrétního člověka dostatek

času. Vytváříme vztahy důvěry a hledáme vhodné opory pro jejich situace. Není možné vykonat pouze zdravotnický výkon, je třeba s nemocným člověkem především být a dívat se na svět jeho očima. Být průvodcem nebo kamarádem v jeho trýznivé situaci. Tento chlapec s námi vedl dlouhé rozhovory především v noci. Postupem doby, jak o věcech přemýšlel, došlo k proměně jeho osobnosti, a nakonec nám říkal: „Víte, co je nejdůležitější? Abychom se měli rádi a do-



Hospicový tým.

kázali si odpouštět. Já blbec na to přišel až teď, před smrtí. To by bylo dobře, kdybych se to dozvěděl dřív.“ On totiž léta nemluvil s bratrem a tátou. Nedokázal odpustit rodičům bolestný rozvod. Odešel smířený, s nadějí, že život smrtí nekončí.

Stane se, že člověk tu naději na život po životě nezahledne?

Stane se to. V domácím hospici Duha vkládáme každého nově přijatého pacienta do modliteb širokého společenství, které se v hospici už 15 let schází. Také máme pravidelné mše svaté za naše pacienty, a to je velká pomoc a podpora. Většina našich nemocných se nehlásí k víře v Boha, ale každý z nich v nějaké době rozpozná vnitřní oblast, kde je Bůh přítomen. V atmosféře lásky a důvěry nám kladou otázky, zda po smrti něco může být. I beze slov poznáme, že na své utrpení nejsou sami, že jsou podpírání neviditelnými rukama milujícího Boha.

Jak lidé přijímají křesťanskou péči domácího hospice?

Nemocní a jejich rodiny především oceňují profesionální přístup zdravotně sociálního týmu. Jde jim o kvalitu poskytované péče. Naši pacienti jsou většinou nevěřící lidé. Prožívají však velký strach ze smrti. Někdy to může být tak velká tíseň, že nemocný nemůže v noci spát, je neklidný, až v některých případech i agresivní. Citlivá nabídka duchovní služby může znamenat, že si sám nemocný vyžádá návštěvu kněze nebo alespoň má zájem o duchovní rozhovor. V žádném případě nemocného člověka k ničemu nenutíme. Úctu k jeho utrpení vyjadřujeme blízkostí, kvalitní službou, mlčením, dostatkem času a modlitbou.

Jaké to je pro tebe a tvoje spolupracovníky denně čelit smrti, být v kontaktu s umírajícími a jejich rodinami?

Služba umírajícím lidem je krásná a pozeňnaná. Být v přítomnosti umírajících lidí znamená poznávat, o čem je skutečný lidský život a jak důležité jsou mezilidské vztahy. Za to jsme všichni moc vděční. Také si ale uvědomujeme, že v blízkosti stálého lidského utrpení je nutné mít dostatek odpočinku a potřeba nastavit si hranice. Mít čas na svou rodinu, přátele a koníčky.

O věcech kolem smrti a pečování o umírající se těžko mluví, a ještě hůř se to dělá. Co radíš?

Je potřeba lidi povzbuzovat v péči o své blízké. A je dobré být i tak trochu „bláznem“ a sloužit druhým lidem právě v období umírání. Do chápání dnešní mentality takoví lidé úplně nezapadají, dost burcuje a provokují. A to je velmi zdravé a potřebné. Do této služby nepřicházejí pracovníci za výhodami finančními, ale s potřebou a darem nést utrpení s trpícími. Často nejsou pochopeňi ve svých rodinách, ale přesto přicházejí a slouží. Jsem za ně moc vděčná. Je třeba být lidem nablízku v posledním úseku jejich života, kde si mohou rodinní příslušníci vyjádřit vzájemnou lásku, odpustění a smíření.

Za rozhovor děkuje Helena Filčíková

O tématu se Jana Sieberová čtivě rozepisuje ve svých knížkách. Možná by některá z nich mohla být inspirací tobě nebo vaší rodině.

