

Trečias, paskutinis, žingsnis yra savižudiškos fantazijos, kurių metu generuojamos mintys, kaip tai atlikti ir koks palengvėjimas laukia tai įgyvendinus. Savižudybė šiuo etapu tampa mintimis, eureka, sprendimo tašku, džiaugiamasi, kad ji kilo, ir svajojama, kaip greičiau ją įgyvendinti. Šiuo etapu artimieji lengviau atsidūsta, nes išoriškai kenčiantis žmogus tartum nurimsta, atsipalaiduoja, atrodo linksmas. Tyla prieš audrą, nes ramybę teikia apsisprendimas pakelti ranką prieš save.

Kita savižudybės eiga yra išorinė, jos metu apie 70–90 procentų žmonių, nusprendusių žudyti, komunikuoja aplinkai savo ketinimus. Kai žmogus kalba, tereikia jo klausytis, o

ne pro ausis praleisti žodžius apie mirtį, savižudybę. Šią dalį žmonių galime išsaugoti, atidžiai, jautriai bendraudami, norėdami išgirsti, o ne pasakoti apie save. Jautrumas kito išgyvenimams, kančiai, leidžia tarp eilučių skaityti pranašiškas žinutes ir laiku suteikti pagalbą. Atsiribojimas nuo aplinkos, artimųjų žiūrėjimas į lubas, ignoravimas gali būti nebyliu ženklu, kad žmogaus viduje bręsta fatališki sprendimai. Specialistų įsikišimas yra geriausia prevencija.

Niekada neatmeskite minties, kad žinių apie savižudybes gali tikrai prireikti, geriau žinoti ir pasikartoti, nei nežinoti ir naiviai tikėtis, kad jų neprireiks.

SKLAIDA

Svarbus projektas sergantiesiems onkologinėmis ligomis

Kuriant veiksmingą kompleksinę pagalbą sistemą ir siekiant užtikrinti onkologinėmis ligomis sergantiems žmonėms būtinus psichologines, socialines pagalbą bei dvasinės paramos poreikius, Kaniterapinės pagalbos centras kartu su partneriais VšĮ „Aukodeita“ (psichologijos klinika), Lietuvos Šv. Kazimiero provincijos Kauno Šv. Jurgio konventu (vienuoliai pranciškonai) ir Kauno M.K. Čiurlionio LIONS klubu nuo 2019 m. balandžio mėn. pradėjo vykdyti projektą pagal 2014–2020 m. Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programos 8 prioriteto „Socialinės įtraukties didinimas ir kova su skurdu“ įgyvendinimo priemone Nr. 08.4.2-ESFA-K-629 „Bendradarbiavimo skatinimas sveikatos netolygumų mažinimo srityje“.

Sergant onkologine liga itin svarbi ne tik fizinė, bet ir sergančiojo psichologinė būklė, nusiteikimas gydymui, tarp aktyvaus gydymo vyraujanti gyvensena bei socialinių problemų sprendimas. Todėl siekiant sumažinti sveikatos netolygumus tampa aktualu kurti tęstinę kompleksinę pagalbą sistemą, apimančią švietėjišką, konsultacinę, savitarpio ir psichosocialinės pagalbos onkologiniams pacientams veiklą. Mūsų projekto tikslas – užtikrinti socialinės, psichologinės ir dvasinės pagalbos prieinamumą onkologinėmis ligomis sergantiems žmonėms.

Tam tikslui sukurta specializuota Onkopsichosocialinės pagalbos tarnyba (OPT), kurios komandą sudaro kvalifikuoti medicinos psichologai, dvasininkai, socialiniai darbuotojai, kaniterapijos specialistai bei jų specialiai paruošti terapiniai šunys.

Projekto uždaviniai ir veiklos:

- Suteikti tikslinių projekto teritorijų gyventojams, ambulatoriškai besigydančioms LSMU ligoninėse Kauno klinikų Onkologijos ir hematologijos klinikoje, dvasinę pagalbą ir laikino apgyvendinimo paslaugas Kauno Šv. Jurgio konvento vienuolyno piligrimų namuose „Domus Pacis“, pagal gydytojų onkologų paskirtą gydymo trukmę.
- Teikti kompleksinę psichologinę ir socialinę pagalbą onkologinėmis ligomis sergantiems (Kvalifikuotų onkopsichologų individualus konsultavimas ir kaniterapijos užsiėmimai su specialiai paruoštais terapiniais šunimis).
- Organizuoti savitarpio pagalbos grupių, skirtų onkologinėmis ligomis sergantiems asmenims, veiklą.

- Vykdamas sociokultūrinę veiklą, organizuoti onkologinėmis ligomis sergantiems žmonėms ir jų artimiesiems sociokultūrinius renginius Kaune ir išvykas – kasmetinės išvykos su narkvyne Šv. Pranciškaus onkologijos centre, į tradicinį „Vilties bėgimą“ Klaipėdoje, išvykos į onkobendruomenės pasirinktą Lietuvos regioną apilankant istorines, rekreacines vietas.

Projekto tikslinę grupę sudaro tikslinių savivaldybių teritorijoje (Akmenės r. sav., Alytaus r. sav., Biržų r. sav., Ignalinos r. sav., Jonavos r. sav., Joniškio r. sav., Kaišiadorių r. sav., Kalvarijos sav., Kazlų Rūdos sav., Kelmės r. sav., Kupiškio r. sav., Kėdainių r. sav., Lazdijų r. sav., Molėtų r. sav., Pagėgių sav., Pakruojo r. sav., Pasvalio r. sav., Radviliškio r. sav., Rokiškio r. sav., Šakių r. sav., Šalčininkų r. sav., Šiaulių r. sav., Šilutės r. sav., Širvintų r. sav., Trakų r. sav., Varėnos r. sav., Vilkaviškio r. sav., Zarasų r. sav.) gyvenantys onkologinėmis ligomis sergantys asmenys.

Vykdomas projektas leis užtikrinti sergantiems onkologinėmis ligomis asmenims kompleksinę ir specializuotą psichosocialinę pagalbą, kuri nutolusių nuo specializuotų gydymo centrų rajonų ir ypač kaimo teritorijų gyventojams nėra prieinama ir užtikrinama. Asmenims, kuriems dėl atstumo ir finansinės padėties ar sveikatos problemų sudėtinga gydytis ambulatoriškai Kauno klinikose, gydymo laikotarpiu bus suteiktas apgyvendinimas, emocinio bei dvasinio palaikymo pagalba ramioje vienuolyno aplinkoje.

Kviečiame Jus padėti pagerinti gydymo ir psichologinės pagalbos prieinamumą onkologinėmis ligomis sergantiems žmonėms ir daug greičiau pradėti reikalingą onkologinių ligų gydymą Kauno onkologijos ir hematologijos klinikoje, informuojant onkologinėmis ligomis sergančius asmenis ir jų artimuosius apie šio projekto metu suteikiamą galimybę gauti nemokamas kokybiškas paslaugas Kaune. Prašome, siunčiant pacientus, suderinti telefonu +370 68642377 ir pridėti Onkopsichosocialinės pagalbos tarnybai (OPT) skirtą siuntimą (F27a), kuriame prašome nurodyti vardą, pavardę, adresą ir ligos kodą (TLK-10 C00-C97). *Pastaba.* Tai nėra oficialus siuntimas sveikatos priežiūros įstaigoms, tiesiog jis padės mums diferencijuoti asmenis pagal gyvenamąją vietą ir ligą bei suteikti šiems žmonėms paslaugas pirmumo teise.

Projekto vadovė Evelina Šmulskytė