

*Pasaulio paliatyvosios pagalbos ir hospisų asociacija 2021 metų spalio 9-ąją paskelbė Pasauline hospisų paliatyvosios pagalbos diena. Šiemet šios atmintinos dienos šūkis: **Nepalikime nė vieno nuošalyje – gauti paliatyviają pagalbą kiekvieno teisė.***

*Suteikime viltį, kad didžiosios Paslapties teoriją patikrinti jiems dar per anksti...*

*Įsileiskime į save gerumą, padėkime vienas kitam Būti. Su kitu ir dėl kito. Būkime vilties žmonėmis. Gyvenimo esmė – ne tai, ką turi, o kas esi sau ir kitam...*

## Nepalikime nė vieno nuošalyje...

**Arvydas Šeškevičius**

Lietuvos paliatyvosios medicinos draugija

Līga ir mirtis visada bus neišvengiama ir sudėtinė žmogaus patirties dalis. Nuo seniausių laikų iki nūdienos žmonių požiūris į sergančius nepagydomomis ligomis asmenis ir į mirties sampratą keitėsi. Senovėje, ypač Lietuvos kaimuose, apie mirtį buvo kalbama atviriau. Lietuvių liaudies sakmėse, pasakose, padavimuose mirtis pasirodo moters pavidalu, balta drobule apsisupusi, aukšta, liesa, bauginančiu veidu, su dalgiu ant peties. Jos vardas – Giltinė. Nuo XIX iki XX a. vidurio vyravo nuostata, jog mirštančiajam geriausia namų aplinka, kad kartu su savo artimaisiais galėtų sutikti mirtį ramiai ir oriai. Tik visai neseniai sunkiems, nepagydomiems ligoniams atsirado specialios ligoninės, skyriai.

Paliatyvioji medicina – viena naujausių ir greičiausiai besiplėtojančių medicinos disciplinų. Tai unikalus paciento gydymo būdas ir pagalba, kuri paprastai nebūna labai ilgai trunkanti. Unikalus todėl, kad teikiama holistinė priežiūra ligoniams ir jų šeimoms, paslaugos vykdomos daugiadalykės komandos principu, taip pat parama šeimai teikiama ir po artimojo mirties. Visų sričių specialistų bendradarbiavimo integracija yra orientuojama į asmens patiriamų simptomų gydymą, mažinant kančią, suvokiant realią situaciją, ieškant priemonių įveikti paciento ir jo artimųjų psichologinius, socialinius bei dvasinius sunkumus. Įvairiomis priemonėmis keičiama ligos eiga taip, kad ligonis kuo ilgiau gyventų visavertį gyvenimą. Medikams svarbiausiai – būti dėmesingiems gydant ir slaugant mirštantįjį, užtikrinant jo garbingą ir orų išėjimą. Šių nuostatų vykdymas yra paliatyvosios medicinos pagrindas.

Paliatyvosios medicinos pradininke laikoma Jungtinės Karalystės gydytoja Sesilė Saunders, 1967 m. Londone atidariusi Šv. Kristoforo paliatyvosios pagalbos ligoninę. Tokios paskirties ligoninės išplito visame pasaulyje. Tai aukštos kvalifikacijos darbuotojai, teikiantys paslaugas komandiniu principu: gydytojai, slaugytojai, psichologai, socialiniai darbuotojai ir kunigai. Tam yra skirti stacionarai, dienos klinikos ir ligonių priežiūra kartu su šeima namuose. Pirmumas teikiamas priežiūrai namuose. Kai jau neįmanoma suteikti kokybiškų paslaugų namuose, ligonis pervežamas į stacionarą.

Dvasinė pagalba būtina, kad ligonis įveiktų susidariusią krizę ir suvoktų, kad jo gyvenimas yra prasmingas, o aplinkinių ir kapelionų pareiga – padaryti viską, kad ligonio dvasinis nerimas ir abejojimas būtų kuo prasmingesnis ir ramesnis, kad ligonis būtų apsuptas gailestingumo, meilės, kad jam būtų rodoma derama pagarba. Svarbu daryti viską, kad artimiesiems liktų šviesūs ir meilės lydimi prisiminimai, kad jie taikiai ir ramiai priimtų tikrovę.

Priežiūroje dalyvaujantys savanoriai padeda ligoniui BŪTI – paskaito knygą, laikraščius, padeda rašyti laiškus arba tiesiog palaiko už rankos.

Realybė, kad jie mirs, dažnai nėra pagrindinė ligonių baimė. Labiausiai bijoma patirti kančią. Štai kodėl medikai, teikdami paliatyviają pagalbą, taiko ir alternatyviuosius gydymo metodus. Taip suteikiama galimybė valdyti emocijas ir racionaliai įsitikinti, kad „viską darau pats“ ir kad pats ligonis yra „sveikimo meistras“ – tai

padidina ligonio orumą ir viltį. Naudojant tokią sveikatos priežiūros strategiją kaip realistiškos vilties suteikimas, baimės mažinimas yra viena iš integruotų problemų sprendimo paliatyviaja pagalba dalių.

Vakarų Europoje veikia stacionarai, vadinami hospisais. Tai – savarankiška asmens sveikatos priežiūros institucija, teikianti tik paliatyviają stacionarinę ir ambulatorinę pagalbą, orientuotą į jaučiantį ir mąstantį žmogų, gerinant jo gyvenimo kokybę. Į hospisus guldomi ligoniai gyvenimo pabaigoje savaitei ar kelioms dienoms, kai jau viskas atlikta, kas tik įmanoma, ir lieka tik iškeliauti.

Ši naujausia medicinos sritis ypač svarbi tuo, kad teikia paslaugas ir ligonio artimiesiems, šeimai, nes sunkios ligos progresavimas ir artėjanti mirtis sukelia šeimoje psichologinių problemų. Šeima, slaugydama tokį ligonį, išsenka ir jiems reikalinga taip pat atgauti psichologines ir dvasines jėgas. Tuo ši slauga skiriasi nuo įprastos kasdieninės pagalbos. Specialistai teikia paslaugas komandiniu principu: gydytojai, slaugytojai, psichologai, socialiniai darbuotojai ir kunigai.

Dažnai sergantieji nepagydoma liga pradeda labiau vertinti gyvenimą nei kiti, nes jie gyvena šia diena, džiaugiasi kiekviena akimirka, kiekvieną smulkmeną mato kaip gamtos grožį, vertina šeimos pastangas padėti. Iš jų verta mokytis ir sveikiesiems, besiskundžiantiems, kad „neturime batų, kai pamatome, kad kiti neturi kojų“. Net ir mažiausia vilties prošvaistė tampa ligonio ir jo artimųjų gyvenimo palaikymo šaltiniu. O šeimai tenka išmokyti gyventi su netektimi.

Medikams tai sunkus, alinantis darbas, kai tenka padėti pacientui susitaikyti su mintimi, kad artėja mirtis, skatinti džiaugtis likusiu gyvenimu, kai savus rūpesčius reikia palikti už durų. Ir ne visi tai gali išverti.

Pasaulio paliatyviosios pagalbos asociacija, norėdama atkreipti valstybių vyriausybių ir visuomenės dėmesį, nuo 2005 metų spalio pirmąjį šeštadienį paskelbė Pasaulio paliatyviosios pagalbos diena. Šiai dienai paminėti Lietuvos paliatyviosios medicinos draugija kiekvienais metais organizuoja respublikinę konferenciją, vyksta renginiai bažnyčiose ir teatruose, susitikimai su visuomene.

Paliatyviosios pagalbos sistema mūsų šalyje privalo egzistuoti ne tik kaip nacionalinės asmens sveikatos priežiūros sistemos bei nacionalinės kultūros dalis, bet ir kaip bendražmogiškoji vertybė, nes kiekvienas žmogus anksčiau ar vėliau susidurs su mūsų visų neišvengiama tikrove – mirtimi.

Paliatyvioji pagalba suteikia žmogišką dovaną – nepagydomai sergantiesiems oriai mirti, o jų artimiesiems leidžia patirti didžiadvasiškumą, nes orus gyvenimas suteikia žmogui tikrąją vertę, vidinę darną ir didybę.

Visų sveikatos priežiūros specialistų, teikiančių paliatyviają pagalbą, tikslas ir pareiga – nepaisant ligos pobūdžio, pažadinti sergantiesiems tikėjimą ir viltį, padaryti viską, kad šiame nelygiame kovos kelyje jie galėtų džiaugtis dar vienu išaušusiu rytu, rudens gelstančiais medžių lapais, pamojuoti besileidžiančiai saulei, išskrendantiems paukščiams...

*Daugiau apie Lietuvos paliatyviosios medicinos draugiją skaitykite knygoje, skirtoje Lietuvos paliatyviosios medicinos draugijos veiklai „Mums kiekvienas rūpi“..*