



Spełniona kobieta, żona, mama...

Wywiad z Aleksandrą Żurawicką, pacjentką urologiczną, użytkowniczką cewników hydrofilowych.

Pani Olu, na wstępie chciałabym podziękować za to, że pomimo wielu obowiązków znalazła Pani czas i chęci na podzielenie się z nami swoją historią. Zaczniemy zatem od początku. **Spełniona kobieta, żona, mama...**

i osoba z niepełnosprawnością, u której 7 lat temu zdiagnozowano tzw. udar serwera spowodowany prawdopodobnie przepukliną w odcinku piersiowym, ćwiczeniami oraz przebytą ciążą.

Czy miała Pani wcześniej jakiegolwiek symptomy świadczące o tym, że Pani ciało pewnego dnia odmówi posłuszeństwa?

Niestety mój uraz spadł na mnie jak grom z jasnego nieba. Nie miałam objawów wskazujących na to, że moje ciało odmówi mi posłuszeństwa. Dbałam o siebie i o swoje ciało, ćwiczyłam jogę, która miała mi pomóc w uzyskaniu lepszego zdrowia i samopoczucia. Zajmowałam się wówczas moim 7 miesięcznym dzieckiem, więc zwracałam uwagę na dietę i nie stosowałam żadnych używek.

To bardzo trudny czas, kiedy czekasz na diagnozę...

Chyba jednych z najtrudniejszych. Musiałam zrobić sobie podsumowanie całego życia, bilans zy-



sków i strat. Zastanowić się, jak miałyby wyglądać opieka nad moim dzieckiem jeśli okaże się, że już nie będę w stanie nigdy ponownie chodzić, lub jeśli okaże się, że pobyt w szpitalu przedłuży się i będę musiała mieć kogoś na stałe do opieki nad dzieckiem. Oczywiście pojawił się lęk o to czy w ogóle przeżyję, ale na tamten moment wypierałam ten strach ze wszystkich sił i upychałam go gdzieś głęboko w psychice. Przez cały tydzień kiedy czekałam na diagnozę w sali gdzie byłam zupełnie sama ze swoimi myślami pomagały mi seriale komediowe oglądane na komputerze.

Co było dalej?

Dalej przyszła diagnoza – udar surfera. Dostałam skierowanie do domu na święta, ponieważ bardzo mi zależało, żeby pierwszą Wigilię spędzić z moją córeczką. Tuż po świętach przyjęto mnie na oddział rehabilitacyjny, gdzie dosłownie stawiano mnie na nogi, czyli uczono od postaw chodzić. Miałam wzmacniane mięśnie, masaże oraz różne zabiegi, które miały pomóc w powrocie do formy.

Jak dowiedziała się Pani o cewnikach hydrofilowych?

Przez 6 lat nosiłam pieluchomajtki, ponieważ miałam problemy z nietrzymaniem moczu. Z powodu zapalenia nerek trafiłam na wizytę do lekarza urologa, który skierował mnie na badanie urodynamiczne. Po badaniu okazało się, że pojemność pęcherza jest na tyle mała, a ciśnienie

w nim jest na tyle duże, że należy wykonać zabieg wstrzyknięcia botoxu w pęcherz. Po kontroli po zabiegu okazało się, że w pęcherzu zalega dużo moczu i zaproponowano mi samocewnikowanie. Dzięki tym zabiegom nareszcie w kwietniu tego roku mogłam zrezygnować z noszenia pieluchomajtek, ponieważ odzyskałam w dużej części kontrolę nad pęcherzem.

Czy regularne opróżnianie pęcherza pomaga Pani chronić się przed ZUM?

Tak, na początku występowały Zakażenia Układu Moczowego, ale w lipcu przeszłam terapię antybiotykową i od tego momentu, odpukać, mam już spokój z ZUM. Zwracam jednak szczególną uwagę na higienę podczas cewnikowania, zwłaszcza kiedy podróżuję do różnych miejsc na świecie.

Jakie wskazówki ma Pani dla tych, którzy obawiają się cewnikowania przerywanego?

Z mojej perspektywy najważniejsze jest to, żeby przełamać strach i wstyd przed cewnikowaniem i uwierzyć że jeszcze może być lepiej, wygodniej i spokojniej.

Czego musiała się Pani nauczyć, aby żyć tak jak teraz – pełnią życia?

Przede wszystkim pokory oraz dużej akceptacji dla swoich ograniczeń. Poza tym musiałam odrobić najtrudniejszą lekcję w swoim życiu, czyli konfrontację ze swoimi słabościami – nie tylko ciała, ale przede wszystkim charakteru.



Czy miewa Pani gorsze dni? Czy potrafi Pani sobie na nie pozwolić?

Tak, zdarzają się gorsze dni, ale jeśli mam być szczerą to dalej jest mi się z nimi ciężko pogodzić :) Po udarze zdałam sobie sprawę z kruchości życia oraz poczułam upływający czas, dlatego staram się, aby każdy dzień wnosił coś w życie moje i mojej rodziny. Staram się nie rozpamiętywać tego co się stało, tylko patrzeć w przyszłość i snuć plany, a przede wszystkim planować nowe podróże, bo to na dzień dzisiejszy sprawia mi największą radość w życiu.

Widać, że życie z cewnikowaniem nie ogranicza Pani w realizacji marzeń i planów. Jesteśmy w takim okresie roku, że wielu z nas robi podsumowania minionego i snuje wizje na

nadchodzący... Jakie są Pani plany na najbliższy czas?

Mój plan na najbliższy czas to skoncentrować się na poukładaniu swoich spraw zawodowych. Nie ukrywam, że po udarze jest to ten element, który najciężiej mi dopasować pod swoje ograniczenia zdrowotne, a przy tym ambicje i możliwości. Marzy mi się praca, która będzie niosła za sobą wartość dla innych ludzi. Chciałabym mieć możliwość pomagania i wspierania innych, a najlepiej, żeby była to praca połączona z podróżowaniem. Cewnikowanie dało mi jeszcze większą odwagę w planowaniu wyjazdów, ponieważ wiem, że już nie muszę za każdym razem nerwowo szukać toalety co pół godziny tylko mogę spokojnie zaplanować zwiedzanie jak normalna, zdrowa osoba.

Potrzebujesz porady? Odwiedź naszą stronę www.cewnikujbiesam.pl lub zadzwoń pod bezpłatny numer infolinii **800 300 300**
