Podziel się
z nami swoją historią,
napisz do nas:
koloryzycia@coloplast.com

Pomagam usprawniać się osobom w sytuacji podobnej do mojej.

z **Przemysławem Stelmasikiem** pacjentem urologicznym rozmawiała Beata Michalska, Młodszy Specjalista Marketingu Digital w Coloplast

Panie Przemku, na wstępie chciałabym podziękować za to, że pomimo wielu obowiązków, znalazł Pan czas na spotkanie i rozmowę z nami.

Nieszczęśliwy wypadek spowodował u Pana uraz kręgosłupa. Jak do niego doszło?
W 2007r 26 maja miałem wypadek komunikacyjny w wyniku czego doznałem złamania kręgosłupa na wysokości TH12. Jechałem z koleżanką z dyskoteki w okolicach Poznania i koleżanka zasnęła za kierownicą i spowodowała wypadek lądując w rowie. Samochód zaczął koziołkować a ja wypadłem przez przednią szybę.

Czy potrzebował Pan czasu, aby pogodzić się z sytuacją i zaakceptować to, co się wydarzyło?
Przez pierwsze pół roku przebywałem na rehabilitacji mając nadzieję, że wrócę do sprawności i będzie jak dawniej, ale mijały miesiące a poprawy nie było. Wtedy sobie uświadomiłem, że jednak nie będzie tak łatwo wrócić do sprawności i będzie się trzeba zmierzyć z tym wszystkim. Wróciłem do domu i musiałem sobie to wszystko

w głowie poukładać i zajęło mi to około 3,5 roku. Wtedy postanowiłem coś z tym zrobić i zacząłem wracać do normalnego życia

Często słyszy się, że „otarcie się o śmierć" powoduje u człowieka ogromne zmiany w postrzeganiu świata. Czy u Pana było podobnie? Czy wypadek sprawił, że zmieniło się Pana podejście do życia?

Nie, nie zmieniło się moje podejście do życia, nadal jestem taką samą osobą jak byłem tylko tyle, że teraz jestem osobą, która się porusza na wózku.

A jak radzi Pan sobie z codziennością? Zakupy, sprzątanie, gotowanie? Czy jest ktoś, kto Panu pomaga, czy zajmuję się Pan tym wszystkim zupełnie sam?

Przez pierwsze 2 lata pomagała mi dziewczyna, która ze mną mieszkała i bardzo dużo mi pomagała, zresztą jak jej cała rodzina za co jestem im wdzięczy do dziś, bo mamy kontakt do tej pory. Moi rodzice już dawno nie żyją, a rodzeństwa się nie doczekałem. Od 13 lat mieszkam samodzielnie. Mam swoje mieszkanie o które dbam. Samemu sprzątam, jeżdżę autem, robię zakupy, gotuję obiady, nikt mi w niczym nie pomaga jestem osoba samodzielną. Jedynie czego nie mogę zrobić to pokonuje mnie mycie okien haha.

Jest Pan bardzo aktywnym człowiekiem. Wiem, że gra Pan w koszykówkę i ma Pan na swoim koncie nawet sukcesy w tej dziedzinie. Skąd wzięła się ona w Pana życiu? Czy to od zawsze była pasja i hobby, czy stała się nią dopiero po wypadku?

Tak jestem osobą dość aktywną, ale przed wypadkiem też taką byłem uprawiałem sport. Grałem w koszykówkę i piłkę nożna, a więc sport zawsze mi towarzyszył. A jeśli chodzi o moją aktywność na wózku to gram w koszykówkę na wózkach w drużynie Mustang Konin od 10 lat. Z którą zdobyłem 3 mistrzostwa Polski pod rząd, dwa Puchary Polski i jeden Superpuchar Polski. Wszystko w ostatnich 4 latach. Chodzę też na siłownię i basen.

W jaki sposób trafił Pan do Fundacji? Proszę nam opowiedzieć więcej o działalności Fundacji „Podaj dalej"...

Ja do Fundacji Podaj Dalej trafiłem w styczniu 2012 r. za namową kolegi, który organizował drużynę koszykówki na wózkach. Chociaż muszę powiedzieć, że fundacja zaproponowała mi pomoc dwa miesiące po wypadku odnajdując mnie w szpitalu w Koninie, ale niestety wtedy nie byłem gotowy na to wszystko. Po około 3 latach pani prezes Fundacji zaproponowała mi pracę w nowo powstałym projekcie o nazwie Akademia Życia jako instruktor niezależnego życia. Od 8 lat jestem instruktorem i nadal pracuje w Akademii i pomagam usprawnić się osobą w podobnej sytuacji w jakiej ja byłem i wiem, że nie jest im

łatwo, bo sam to przeżyłem i jestem dla tych osób bardzo wiarygodny. Jeżdżę też do szpitali w Koninie i okolicach do osób po wypadkach komunikacyjnych, tak jak kiedyś ktoś przyjechał do mnie. Chodzimy też do szkół opowiadając nasze historie, aby przestrzec młode osoby, żeby uważały co robią, bo przez chwilę nie uwagi, może stać się coś złego.

Wspominał Pan, że rozmawia o cewnikowaniu z osobami, które trafiają do fundacji zaraz po wypadku. Jak wyglądają takie rozmowy? Co sprawia im największą trudność?
Pracując w Akademii mam kontakt z różnymi niepełnosprawnościami. Pytam się ich jak sobie radzą z oddawaniem moczu i proponuję im cewnikowanie przerywane, bo dobrze wiem, że na ten moment nie ma lepszego sposobu o zadbaniu własnego zdrowia i utrzymaniu w jak najlepszej kondycji nerek, bo one są najbardziej narażone. Osoby po URK dają się dość szybko namówić, większy problem jest z innymi niepełnosprawnościami. Moim zdaniem ludzie boją się zmian.

A jak to było u Pana?
Ja osobiście dowiedziałem się o cewnikowaniu dwa miesiące po urazie, ale tak jak wspomniałem wcześniej też nie chciałem zmian, bo skoro mogę sobie używać cewników zewnętrznych to po co mi cewnikowanie przerywane. Trafiając na fajnego urologa dopiero mnie uświadomił jakie są zagrożenia nie cewnikując się. Dziś wiem, że to był błąd i od 9 lat nie wyobrażam sobie innego życia.

Wiele rzeczy robi Pan z myślą o innych. A ja przekornie zapytam o Pana marzenia ☺.
Wielkich marzeń nie mam. Chciałbym po prostu być zdrowy, mieć pracę i robić to co lubię.

Jakie ma Pan plany na najbliższy czas?
A plany najbliższe to móc pomagać innym i zostać Ambasadorem Coloplast.

Życzę w takim razie spełnienia w każdej dziedzinie życia – zarówno zawodowej, jak i prywatnej.
Dziękuję za rozmowę.

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

Coloplast Sp. z o.o., ul. Inflancka 4, 00-189 Warszawa, tel. (22) 535 60 00, fax (22) 535 60 74, www.coloplast.pl
Logo Coloplast jest zastrzeżonym znakiem towarowym stanowiącym własność Coloplast A/S. © 12/2022. Wszystkie prawa zastrzeżone.

Coloplast