

Tóth Icó

SEGÍTŐ FÜZET SZÜLŐKNEK

a megelőzésről egy méhnyakrákból gyógyult,
fiatal édesanya szemszögéből

Részletek a *Minden anyuka meggyógyul* című könyvből



Budapest, 2014

Kiadja: Moovia Hungary Kft.
Felelős vezető: Nagy Krisztián

© Tóth Icó

Lektorálta: Görbe Ilka

A borítókép és fotózás Tóth Icó munkája.
A szakmai képek az Országos Onkológiai Központban készültek.

A kötet tervezte Tóth Icó

Nyomtatta a Pátria Nyomda Zrt.
1117 Budapest, Hunyadi János út 7.
www.patria.hu
Felelős vezető: Orgován Katalin vezérigazgató

A Pátria Nyomda támogatja a méhnyakrák megelőzési programot.



Külön köszönet Horváth Szilvinek...

ÁLTALÁNOS A KÖNYVRŐL, ALAPÍTVÁNYRÓL

Kedves Édesanya és Édesapa!

Tóth Icó vagyok, volt méhnyakrákos nő, anya, feleség. Sajnos három évvel ezelőtt, második kislányom születése után, diagnosztizáltak nálam ezt a betegséget. Megműtöttek, kaptam sugár- és kemoterápiát. Nagyon nehéz időszak volt, az életben maradás legnagyobb reményével! Mikor túlestem mindenem, szerettem volna történetemmel felhívni a figyelmet a méhnyakrák megelőzésre. Segíteni, hogy minden nő figyeljen oda magára, lányaira, ismerje a megelőzés lehetőségeit, az éves rákszűrés fontosságát, és hogy létezik védőoltás a betegséget okozó HPV ellen. Így született meg a *Minden anyuka meggyógyul!* című könyvem, amely egyrészt segédlet méhnyakrákos nőknek, másrészt a „remény könyve” is. De mindez nem volt elég, úgy gondoltam, szükség van egy szervezetre, egy mozgalomra, ezért létrehoztuk a *Mályvavirág Alapítványt* „a méhnyakrákos nők gyógyulásáért és a megelőzésért”. Elhatároztuk, hogy mindent megteszünk azért, hogy egy nőnek se kelljen meghalnia méhnyakrákban és lecsökkentsük a megbetegedések számát.

Miben látom az erőnket? Abban, hogy édesanyákként és leendő anyákként visszük ezt a nagyon fontos ügyet!

Az állam 2014-től a 12. életévét betöltött és/vagy 7. osztályos lányoknak, a szülő beleegyezésével biztosítja az oltóanyagot, amely a méhnyakrák megelőzésére hivatott.

Kedves Édesanya, Édesapa, kérem, engedje meg, hogy ezzel a kivonattal átnyújtsunk egy kis részt az én életemből, a lelkemből, azért, hogy a kislányuk számára a legmegfelelőbb választ adják, hiszen most kell döntést hozniuk, és ez nem mindenkinek

könnyű feladat! Az emberek keveset tudnak a méhnyakrákról, remélem, egy kis betekintést jelent ez a könyv. Bízom abban, segíteni fogja útjukat!

A méhnyakrákot nemcsak észrevevesszük, hanem meg is előzhetjük!

„Felmentem a hosszú lépcsőn, és már lefelé tartok. Nem számolom a lépcsőfokokat, az idő segít könnyíteni a lépteim, könnyebben jár a lában lefelé! Az nem számít már, hogy milyen volt felfelé menni, csak az fontos, hogy amit az úton tanultam meg, azt magammal viszem tovább.

Ne legyünk dühösek, mérgesek, idegesek vagy épp csalódottak, ha nagy baj történik velünk! Álljunk meg és tegyük fel a kérdést: mit tanulhatok ebből?! Minden van valamiért és mindig egy jobbert! De ez csak akkor van így, ha türelemmel, szeretettel, békével és hálával éljük meg! Tudom! És azt is, hogy nehéz! Láthatod, én is átmentem rajta. De nem küzdöttem! Tanultam! S most itt vagyok, és tudom, hogy élni akarok, mert az élet szép!” – idézet a könyvből.

Az oldalak alján pozitív szavakat talál. Amikor kórházban voltam, kaptam egy pici faládikát, amiben rengeteg apróra vágott cetlit találtam, ezek szerepeltek rajtuk. Minden nap kivettem az összeset, és egyesével, elolvasva visszatettem! Nagyon fontos szavak!

Szívesen segítünk a méhnyakrákkal és a megelőzéssel kapcsolatos kérdéseikben, kéréseikben az alábbi elérhetőségen:

Mályvavirág Alapítvány
info@malyvavirag.hu
www.malyvavirag.hu
www.facebook.com/malyvavirag

Öröm

ÍGY KEZDEM

Egy évvel ezelőtt, a harmincadik születésnapomra gyerekkori barát-nőmtől, Gittitől kaptam egy üres 'könyvet', vagy mondhatnám azt is, hogy üres könyvnek valót. Akkor voltam Inez lánnyal a várandósság elején, s a legelső lapon egy buzdító szöveg állt amellet, hogy „Isten éltesen”: arra kért, hogy a második terhességem történetét örökítsem meg benne. Az elsőt a Pocakvilág című irománnyal tettem meg, egyrészt szép emlék, másrészt hasznos olvasnivaló, harmadrészt már előre tudtam, hogy második lányom követelni fogja rajtam, ha már az elsőnek is van, vele mi a helyzet?! Jó gondolat, igaz gondolat. Valahogy nem vitt rá a lélek, hogy leírjam, amit érzek és megélek. Elkezdtem írni, de érezhetően nem azért, mert jólesett. Azt hiszem, hat lapot írtam tele, de abbahagytam. Félretettem, nem is igen izgatta a fantáziámat, a lelkemet. Régen írtam már, nem volt indíttatásom se versekre, amelyeket korábban költöttem – *erről mindig az jut eszembe, hogy diákéveimben irodalomtanulás közben megkérdeztem apát, hogy én mi vagyok, lévén sok verset írtam akkoriban, író vagy költő? Ő lezser módon kiabált fel az emeletre: költő..., kis várakozás után: pénzköltő!...☺* –, se mesékre, amelyeket szintén szerettem írni. El voltam a magam családi életében, ahol meg kell valljam, alig jutott időm magamra, spirituális és lelki életem gyakorlására. Akkor ez is tűnt természetesnek. Így volt jó, legalábbis erről voltam meggyőződve. Nagy-Tóth Ildikó voltam, egy négyéves kislánnyal, egy pocaklakóval, egy jó férjjel, szép nagy házzal és otthoni munkával. Elvegetálgattam. Tóth Icó elbújt, s eszembe sem jutott, hogy elő kellene hívni...

Azt szoktam mondani: *minden van valamiért, és mindig job-bért!* Persze ennek az állításnak a második fele nem az első felével

egyszerre szokott megvalósulni, így történt ez nálam is. Így hát ez az üres könyvecske is hozzám talált valamiért.

Naplót vezettem benne. Először úgy gondoltam, mindent leírok, mindent. Mert ez olyan napló, amely nem rejt véka alá semmit. Minden pillanatot beleírtam, amit csak lehetett. Szinte végig meg voltam győződve arról, hogy megírom, és a világ elé tárom. Aztán a spirituális énem egyre inkább előtérbe került, s arra gondoltam, hát ki akarná az én bajomat, rossz napjaimat, ledöbbenéseimet olvasni. Micsoda negatívumot sugározna! Segíteni szeretnék, de nem ezzel! Inkább azt írom le, hogyan nyertem lelki erőt, újra és újra. Ezzel hozzájárulva ahhoz, hogy bárkivel bármi jön szembe, erőt és békét nyújtson, mert ez nagyon fontos!

Persze nem titok, és nem is akarok kíváncsiság tárgya lenni azal, hogy elrejttem a magam bűjät-baját.

Egy csúnya betegséget diagnosztizáltak nálam. A semmiből villámcsapásként ért minket, olyan gyorsan jött a gyermekáldás után, hogy az elején fel sem fogtam, mibe keveredtem, s nem gondoltam, hogy ennyire nehéz lesz. A folyamat még nem ért véget, de rengeteg dolgon mentem át, és sokat tanultam. Béke és hála él a szívemben!



Segítség

BEVEZETÉS

Nem ijesztgetni akarok! Nem okoskodni akarok! Nem felfedezni akarok! Nem akarok!

Csak segíteni szeretnék, erőt adni, és megmutatni, megtanítani, **hogyan lehet ezt könnyebben megélni!**

Így arra kérlek, kedves Olvasó, aki érdeklődsz, vagy éppen hasonló helyzetet élsz át, csak akkor olvasd, ha elfogadod tőlem, hogy **ez egy pozitív könyv!** Erőt adó, szerethető, segítő! A te segítőd, azért, mert akár végigolvasod, akár bele-belekukkantasz, egy mély lélegzettel elengeded a rosszat, és csak a szép érzés marad meg benned. **Az, hogy békével, hálával, szeretettel minden elérhető!** Az, hogy mindez kellemes nyugalommal kapcsolódik össze szorosan.

Egy hirtelen jött méhnyakrák történetét kezdem neked elmesélni...



AMIKOR KIDERÜLT, HOGY NAGY A BAJ

Majdnem conisatio... (Negyedik lépcsőfok)

2011. november 25., péntek

Tegnap lett volna a műtét. Odamentünk reggel hét órára, kiadták a 'felvételi' papírt, a karszalagot. (*Ami meglepett, hogy a karszalag opcionális volt. Megkérdezték, hogy kérek-e vagy sem. Én kértem, biztos, ami biztos!*) Felmentünk a nővér részre, ott adtak egy szobát (négyágyas őrző – mondván, délután hazamegyünk – szuper, új ágyakkal, amiket távirányítóval lehetett mozgatni!). Aztán vártunk és vártunk... Át sem öltöztem, hol kint ültünk a padon, hol az ágyon. És csak vártunk... Délután kettőig. Addig se enni, se egy kortyot inni nem lehetett. Szörnyű volt! Úgy izgultam, rettentő sápadt voltam, persze Krisz ugyanúgy...

Kettőkor végre le kellett menni hálóingben/pizsiben az első emeletre, a kis műtőbe. A belső folyósón leültettek egy székre, alattam sok tiszta lepedő. Behívtak, vinnem kellett egy lepedőt alólam, magammal. Azt mondták: vetközzek le alulról. Középen egy pici, rövid kezelőágy volt, lábtartókkal az egyik végén, a másik végén ült az egyik aneszteziológus a gépek mögött. Mikor levettem a nadrágom, egy fehér ruhában lévő ember (gondolom orvos) rám nézett, és megszólalt:

– Ez nem az én betegem!

Na, ekkor elnézést kértek, öltözzek vissza, mert van még előttem valaki! (Egyébként várakozni is azért kellett olyan sokat, mert hat császáros elem került.) Megint vártam tíz percet a lepedőkön ülve, aztán behívtak. Levetköztem, felfeküdtem. A lábamat felraktam, leszíjazták egy vastag polifoamfélével, az egyik kezemet kinyújtottam, abba kanült helyeztek, majd egy maszkot kaptam,

amit nem raktak az arcomra, hanem feljebb tartottak. Azt mondták, abból oxigén jön, két pillanat múlva éreztem, hú, álmos vagyok, s megkérdeztem, ez normális-e. Hallottam a választ: igen, s a következő pillanatban a liftben fekszem egy ágyon, és azt kérdezem:

- Engem felébresztettek?
- Igen!

Aztán a szobába vittek, az ágyra tettek, ott még el-elpilledtem, majd jött Krisz és Dr. Sz. Megszólaltam:

- Mondjatok valami jót, kérlek!

Sajnos nem tudtak! Nem is lehetett megcsinálni a műtétet, csak szövetmintát vettek, bent kell maradnom egy éjszakára, hétfőn lesz eredmény. Ha jó a szövettan, akkor levágnak a méhszájból egy darabot. Ha nem, ki kell venni a méhemet!

Nem fogtam fel!

Elaludtam este nyolckor, és felkeltem reggel fél hétkor reggel. Jött az orvos, hogy kivegye a korábban behelyezett gézt, elmehtek haza, és hétfőn eldől, mikor s hogyan műtenek.

Hát a géz kb. ötméteres volt, a főorvos húzta ki – ez a vér elvezetése miatt kellett. Azt mondta a főorvos, hogy ez olyan, mint a cirkuszban a bűvész a kendővel...☺ csak jött és húzta, csak jött a géz és húzta... Azt hittem, sosem lesz vége...

Még csináltak egy belső ultrahangot, amelyen jól látszott, hogy meg van dagadva/duzzadva a méhem. Visszamentem a szobámba és vártam. Majd jött Dr. Sz. Olyan szomorúságot éreztem, sírnom kellett, semmi jót nem hallottam az utóbbi időben magammal kapcsolatban.

Az orvos elmondta, hogy ki kell venni mindent, sajnálja, nagyon nincs rendben, ez az egy megoldás van, és úgy néz ki, hogy

az elválkozás ráadásul rosszindulatú. (Ötödik lépcsőfok) Olyan síró-görcs jött rám! Ekkor az orvos a szemembe nézett, és azt mondta:

– Sajnálom, nem hazudhatok!

– Tudom! – válaszoltam.

Zokogtam! A nővér megkérdezte, adjon-e nyugtatót, de visszautasítottam.

Krisz még beszélt a dokival, majd hazaindultunk. Mikor az ajtóban anya meglátott, mondtam neki, kiveszik a méhem, és zokogtam.

Megrángatott (szó szerint), félig sírva ezt válaszolta:

– Ez a legkevesebb, hogy életben maradj!

Sosem felejttem ezt a pillanatot! Olyan hatással volt rám, talán először, igazán minden benne volt! A féltés, a szeretet a szemében, talán még az is lepörgött előttem, hogy nagyobb a baj, mint véljük, de túl kell lenni rajta. Egy anya mindent megérez a gyerekével kapcsolatban! Ez az igazság! Hihetetlen és hatalmas az anyai szeretet!

Nem tudom, sír-e anya, mikor nem látom, azt hiszem, igen, de előttem nagyon erős, és ez rettentő sokat jelent! De azért megfordul a fejemben persze más is, az, hogy ki mit érez! Sokat kell sírnom, és mondtam Krisznek, ha kell, akkor sírok is. Ő azt válaszolta:

– Nekem nagyon kell, de nem lehet!

Próbál nagyon erős lenni! Sokszor ideges, estére türelmetlen, ebből látszik... De most a világon ezt értem meg a legjobban!

Telefonon szóltak, hogy másnap menjek CT-re fél kilencre, valamit meg kell majd innom, és alá kell írnom egy papírt.



Megértés

2011. november 28., hétfő

...és tegnap megint megerősödtem... erre ma megint fellöktek!
Elgáncsoltak! Megsebeztek!

Szövektan: rosszindulatú! (*Hatodik lépcsőfok*)

Nem is tudom, mit írjak. Most ez a napló a barátom. Csak vele akarok beszélgetni, csak ez esik jól, s tud erőt adni, ha írok, írok. Mégis erre születtem, írni. Az írás olyan csöndes, nyugodt, olyan háboríthatatlan. Nem mond rossz híreket, értem van...

Kicsit kisírtam magam. Ez is segít! Minden egyes porcikám fél!
De magamra szólok! Olyan a fejem, mint egy csordultig töltött hordó, annyi minden van benne, de annyi. Nehéz cipelni... Kriszt hívta a doki, Dr. Sz. Tudtam, hogy ő hívta, mert elvonult, s mikor pár perc múltán sem jött, még biztosabb voltam benne. Már potyogtak a könnyeim, ki sem kellett mondania...

Most először életemben gondolkozom el, hogy mennyi daganatos beteg van, s biztosan sok jó pillanatuk van, de mennyire félhetnek! Húúú, ezt nagyon érzem!

Megveszem a Titok című könyvet. Már régóta hallom, hogy jó, meglátjuk!

Sokan írnak, jólesik! Templomba mennek imádkozni értem, ez nagyon-nagyon jó érzés! Köszönöm! A rengeteg energiát és imát is köszönöm! Bárhogy lesz is, ez mind célba ér, a legnagyobb segítség! Egyszerűbben ezt úgy mondanám, hogy nem beszélni, hanem érezni! Ne hívjatok, de tudassátok, hogy gondoltok rám, hogy szerettek!

Olyan sok a macska mostanában itt a kertünkben. Ez jelenthet valamit? Komolyan, még Krisz is megdöbbsent!



Feltöltődés

2011. december 1., csütörtök

Kicsit lemaradtam az írással. Kedden voltunk Dr. M.-nél. Kedves, szimpatikus orvos, mondott nekem hideget-meleget! A jobb dolog, hogy ő sem lát áttétet, egy nyirokcsomó kérdéses, de az is lehet, hogy az gyulladt, előfordul ez a szülés után! A műtét háromórás lesz, nehéz lesz nekem is és neki is. Hosszában vágja a hasam, kiszed mindent, méhet, szöveteket, nyirokcsomókat. Ennek az a hátránya, hogy újra meg kell tanulni pisilni. Nem lesz pisilési inger, így figyelni kell majd rá, és haspréssel kell kinyomni. Egy hétig lesz bent a katéter, hogy a hólyagokat kíméljék, és tíz napig kell bennmaradni a kórházban. Ez egy Wertheim-műtét lesz. A méheltávolítás (hysterectomy) különböző formái: hüvelyen keresztül (vaginalis), hasmetszéssel (abdominalis) és az ún. kiterjesztett (Wertheim-műtét). Ez utóbbit a méhnyakrák gyógyítására csak néhány helyen végzik az országban. A Wertheim-műtét azt jelenti, hogy a beavatkozás során nemcsak a méhet távolítják el, hanem a kismencedei nyirokcsomókat, valamint a méhvel együtt mindkét oldali petevezetékét, petefészket (az én esetemben ez nem történt meg) és a hüvely felső egyharmadát. Ennek a műtétnek az a célja, hogy a női nemi szervek régiójában eltávolítsa azokat a szerveket, amelyeket megtámadhat a betegség.

A vizsgálatnál még a fenekembe is benyúlt, hogy ellenőrizze a szalagokat. Azért volt meglepő, mert egy általános nőgyógyászati vizsgálatnál ezt nem teszik meg, bár igazából ez nem egy általános vizsgálat volt. De ez a legkevesebb!

Elmondta tehát, hogy háromórás a műtét, hogy nem tudok majd pisilni, hogy önkatétereznem kell magam, egy hétig lesz bent a katéter, tíz napig fekszem bent a kórházban, hogy vérre lesz szükségem, és nagyon nehéz lesz!

Mit éreztem, amikor elém tárta a valóságot? Azt hittem, elájulok. Elpirosodtam – inkább elvörösödtem –, és legyeznem kellett magam! Még meg is jegyezte az orvos, hogy „el ne ájuljon nekem...!”. Sírnom kellett, de igyekeztem visszatartani, én, a rendíthetetlen hős nő, csak nem sírok egy 'kis' információtól! Az autóg tudtam magam tartani, de ott összeomlott a rendszer! **Krisszel együtt sírtunk a kocsiban, a Mammut parkolójában, egymás mellett ülve, 2011. december elsején, mikor az életünk egy hatalmas fordulatot vett!**

(Hetedik lépcsőfok)

Ez a kettőnk feladata! A kettőnké! Akkor még azt gondoltuk, hogy küzdenünk kell, és megküzdünk, de nem így lett. **Rájöttünk, és később meg is erősítettek, hogy nem szabad küzdeni. A küzdelem harc, és a harc mindig veszteséggel jár! Végig kell vinni a feladatot, amit kaptunk valamiért! Békével, szeretettel, hálával!**

Éreztem, hogy megint fel tudok erősödni, csak jól ki kell sírnom magam! Minden aznapi vagy addig felgyülemllett könnycseppnek ki kell jönnie ahhoz, hogy jobb legyen. Mikor hazaértünk, csendes zokogással mondtam el mindent a szüleimnek.

És este hamar elaludtam, kimerültem... Hihetetlen, hogy egy információtól mennyire lemerül az emberi szervezet! Hát mondja valaki, hogy nincs lélek, amely szoros összeköttetésben van a fizikai testtel!

Úúúúúú, annyian írnak, aggódnak! Nagyon sok erőt ad! Beszéltem Juda barátnőmmel, hathetes terhes! Annyira örülök, kész energiabombát kaptam ettől a hírtől! Olyan, mint sivatagban vizet találni, ilyenkor az fut át rajtam, hogy milyen csodálatos az élet...

Egy apró emberke fogant meg, egy édesanya pocakjában kezd növekedni, és milyen fantasztikus, hogy ezt mi, nők megélhetjük!

...

Az orvos azt is elmondta, hogy csak akkor tud megműteni, ha legalább öt ember ad A+ vért. Így mozgósítottunk, akit csak lehetett, anyáék is telefonáltak mindenfelé. Sokan ekkor tudták meg, mi a helyzet velünk. Rengetegen jelentkeztek, Békéscsabán irányított véradást szerveztek a barátaim, és Pesten is sokan elmentek, olyanok is, akiket nem is ismerek! Így látatlanban is köszönöm Nekik, Nektek, az életemet jelentette!

Szerda a kérdéses időpont a műtétre. Krisz küzd az időpontért, mert most nincs befogadó kórház. *(Az orvosom, Dr. M. független orvos, sokat van az István kórházban, de műthet bárhol.)*

...

TUDOD, MI AZ, AMI NAGYON ÉRDEKES? Szeretem a méhemet, és annyira büszke vagyok rá! Két egészséges babát hordott ki, és amikor itt volt az ideje, átadta őket! A világon a legnagyobb dolgot tette: két életet teremtett! Ez csodálatos!



Mit

A KÓRHÁZBAN

2011. Mikulás-nap, december 6., kedd

Bent vagyok. Egy kétágyas szobában. Most várok, mert kapok egy receptet, hashajtó, ezt ki kell váltanom lent a patikában. Teljesen ki kell ürülnie a szervezetemnek. Lelkileg erősítem magamat, néha elgyengülök, de igyekszem! Szépen süt a nap. Ez kellemes energiával töltöget... Tudod, amikor a bőröd éri, és szinte kiráz a hideg, olyan jólesik!

Este kapok nyugtatót. Ezt egy aneszteziológus mondta, akinél tegnap voltunk konzultáción. Kikérdezett, és le volt döbbenve! Nem akarta elhinni, hogy három és fél hónapja szültem.

Tegnap lovagolt először Jázmin, Rézin. Fantasztikus volt látni őt, nagyon tetszett neki. Kobakban és lovaglócsizmában volt. Büszke voltam rá!

Este melléfeküdtem, és mondtam neki, hogy egy hosszabb időre elmegyek, tízet kell aludnia, és jövök. Ő erre azt kérdezte:

– **Minden anyuka meggyógyul?**

– **Igen** – válaszoltam –, **minden anyuka meggyógyul!** – s ezzel nyugodott meg a kis lelke!

Közben szorított a sírás, de tudtam, hogy nem veheti észre. Én vagyok a nagy, erős anyukája!

Remélem, gyorsan eltelik a tíz nap. Most kaptam Krisztól sms-t, hogy reggel fél kilenckor lesz a műtét.

Írtam, hogy megjött a menzeszem szombaton? Most úgy néz ki, el is ment. Erős, sűrű vér volt, és sötét.

A kórterem elmegy. Jó pókhálós, kicsit koszos benyomást kelt az emberben, de bírható. A János kórházban jobb volt a szoba.

Lementem a gyógyszerértárba megvenni az oldatot. Ez a tisztító. Ma úgy döntöttem, olvasok. Levettek három kupa vért a jobb karomból, mert a bal kell nekik holnapra.

Volt itt egy fiatal orvos. Felvett az osztályra, megvizsgált, igazából ő is elcsodálkozott, hogy a citológia P₂-es lett, s P₃ volt valójában. *(A későbbiekben kiderül, hogy ezt a 'P' jelzést már nem használják az orvosok, talán csak mi a köznyelvben. Így én is ezt írom, bár nem helyes a megjelölésem, de érthetőbb!)* Kérdezte, hogy lát-szik-e a baj a hüvelyen keresztül, mondtam, hogy igen. Szerintem azért is vizsgált meg, hogy lássa, milyen. Vértett a vizsgálat után, de alig.

Bejött az altatóorvos (nem az, akivel konzultáltunk). Nagyon szimpatikus, kedves volt. Azt mondta, hogy elcsérélt egy műtétet az enyémmre, itt akart lenni, már korábban is dolgozott Dr. M.-mel. Elmondta, hogy az 'örzöben' (intenzív) leszek két-három napig, ő is ott lesz, igyekszik segíteni, hogy jól legyek. Hozott egy kalciumampullát, kérte, hogy igyam meg, mert a torkom eléggé fáj és köhögtem. Így is altatnak, csak ne lázasodjak be. Szurkolok magamnak! 😊

Az a legérdekesebb, hogy a kétágyas szobában már volt itt egy nő. Láttam rajta, mikor bejöttünk, hogy medítál, sok lánca van kövekkel, karján piros karkötő, hisz valamiben, amiben én is! Kellemes, nyugodt kisugárzású. Beszélgettünk angyalokról, meditációról. Olyan érdekes, hogy pont ilyen szobatárs mellé kerültem. Örülök neki, sokat segít a lelkemnek. Prananadizik, van egy mestere, akinek megadta a számát, mert gyógyító. Felírtam hátra a naplómba, ki tudja, még mire lesz jó...

Bevettem, vagyis megittam ezt a hashajtó szert. Egyelőre csak pisilni járok egyfolytában, mert sok vizet kell rá innom, déltől már nem is ehetek. Tömény cukor íze volt, kb. 75 ml, másfél órája vettem be, de még semmi. A főnővér is kedves, szimpatikus.

Olyan érdekes, hogy mindenki meglepődik azon, hogy P2-es lett a citológiám, és mégis itt tartok. Valahogy én is, de nem tudom firtatni, jelenleg nincs rá válasz, mikor, miért?!

Itt mindenhol ki van plakátozva, hogy aki csak teheti, oltassa be magát a méhnyakrák elleni védőoltással, és járjon szűrővizsgálatra. Én nagyon odafigyeltem magamra, és jártam rendszeresen szűrésre. Kifejezetten azért is, mert a dédnagyanyám, anyai ágon, méhrákban halt meg az ötödik gyerek megszülése után. A gyerekeket újsághirdetés alapján adta örökbe, mert a dédnagyapám elhagyta, azzal a feltétellel, ha a gyermekeket a család saját nevére veszi, és ezáltal örökölnek. Minden gyermek máshova került, szerte az országban. Így élt nagymamám Barcson, aki akkor tudta meg, hogy nem is vették a nevelőszülei a nevükre, mikor meghaltak, és nem is örökölt semmit, s itt született anyukám. Az ő méhét is ki kellett venni negyvenéves kora körül, jóindulatú mióma miatt. A családi gyenge női vonalak tudatában odafigyeltem rendszeresen, s voltam kineziológusnál is, hogy ezt erősítsem. Még a dédapám örökbeadások okozta terhét is feloldottam.

Nagyon fontosnak tartom ezt a védőoltást, és őszintén sajnálom, hogy erre nekem nem adatott lehetőség!

15.38, és szinte már sötét van a kórteremben. Nagyon gyorsan átmegy rajtam a folyadék. Reggel ettem egy pogácsát, azóta semmit, de jólesik, mert mostanában nem megy nekem az evés, bár Krisz szedeti velem a vitamincseppeket, aminek étvágyat kellene csinálnia. Este állítólag kapok véralvadásgátlót és nyugtatót.

Reggel adnak valami nagy 'kóktélt', amitől jól fogom érezni magam. Szerintem ötig várok, hogy megjön-e a hasmenés, aztán szólok. A másik lehetőség, amit felajánlottak, az a beöntés este és reggel. Valahogy az ember úgy van vele, hogy ők tudják, mi a hatásosabb, vagy mi a jobb, ezért ittam ezt a lötytyöt (ezt jobban ajánlották).

2012. december 12., hétfő

Leült velem szemben az orvos, és elmondta, hogy hosszú volt a műtét. Vékonyságom folytán lehetett volna kétórás is, de nem így lett, háromórás volt. Kiszedte a mirigyeket is, amik érintették azt a részt, de a petefészek bennmaradt. A petefészeknek nagy szerepe van, mert hormont termel, és ha az nincs, akkor jöhet a klimax és a gyógyszerek. A műtét alatt is végeztek szövettant, és örül, mert egy nyirokcsomó kérdéses volt a CT alapján, de úgy tűnik, az gyulladás volt. A végleges szövettan még hátravan. Kivette az egyik vérgyűjtő csövet, a kisebbiket (ez egy vastag, nagy fecskendő volt, hozzám rögzítve sebtapasszal a köldökömnél, a hasamra ragasztva), nem éreztem sokat belőle, de a nagyobb bennmaradt. Vagy hétfőn (azaz ma), vagy szerdán veszi ki. Ekkor a katétert is kiveszik (egy hete lesz bent, a könnyebb gyógyulás miatt volt rá szükség ilyen sokáig, a hólyagok tehermentesítése céljából), és szerdától pisilésstanulás! Leülök a WC-re, előre-hátra dőlök, és kijön, amennyi maradt, háromóránként, majd egy ideiglenes katéterrel lemérem, mennyi is jött ki. Ezt meg tudom tanulni egy kistükörrel. Ha a bennmaradt folyadék mennyisége 1 dl alá esik, nem kell használni tovább a katétert. Erről majd pontosabban írok, amint bent leszek a sűrűjében.

Szombat éjjel éreztem, hogy a bal combom egy része érzéketlen, de közben zsibbad is. Ijesztő érzés volt. Reggel benézett az aneszteziológus orvos, és elmondta, hogy ez normális, három-négy nap múlva elmúlik. *(No, az tény, hogy enyhült, szépen lassan, most fél év telt el a műtét óta, és még időnként ma is enyhébben előjön! De aztán a dokim is mondta, hogy ez normális...)*

Esténként Krisz mosdatott le. A katéterrel és a vérgyűjtő zacskókkal útra keltünk a fürdőszobába. Óvatosan segített levetkőztetni, mert nem volt mindegy, merre, hogyan állnak a csövek.

Az elején nagyon nehéz volt a testem, picit szédültem is néha, a lábamat nehezen emeltem. Beálltam a tus alá, Krisz pedig óvatosan engedte rám a vizet, és tusfürdőt kent rám ahol tudott. Ez volt a cicamosdás, amit a kandúr végzett 😊

...

Piszkosul erősnek kell lenni, és piszkosul nehéz!

Tudom, nem csak nekem. Krisznek is, anyáéknak is. Bele sem merek gondolni, hogy fordított helyzetben mit élnék át! Krisz tökéletes társ, csodálatos ember és csodálatos apuka. Szépen rendez a dolgokat otthon! Szerintem nem sok férfi tenné azt, amit ő, kitartóan és szeretettel! Ő a földi segítőm!

Azon is gondolkoztam, hogy egy anya és egy apa hogyan élheti ezt meg. Nagyon erősnek látszanak, de valahol tudom, hogy mikor nem láttam/látom, anya sír!

Erősek és rengeteg erőt sugároznak. Apa egy szót sem szólt, de mikor először itt volt meglátogatni, láttam rajta, hogy aggódik. Fogyott vagy vékonyabbnak tűnt, de kedves és aranyos volt nekem!

Sokat segítenek! Anya a gyerekekkel van, apa is besegít. Nagyon jó szülők, a legjobbak!

S nézd csak, magamban merengek... Van egy csodálatos férjem, nagyon jó szüleim, és két gyönyörű lányom! EZ NAGYON JÓ!

Érdekes, a szobatársam azt mondta, hogy mielőtt megszülettem, ezt vállaltam valamiért. Vagy valakiért. Vajon kiért? Vajon miért? Nem is tudom, kapok-e erre választ, rájövök tán, vagy sejtem majd...

Sok a gyereklátogató a kórházban. Nem jó hallani, jobban és jobban hiányzik Jázmin és Inez. Tízpercenként nézem az órát, mikor érkeznek meg. Olyan érdekes izgalommal vegyül a várakozás, s kicsit félek is, hogy miután elmennek, majd rosszabb lesz, vagy sem?! **Add, Jóistenem, hogy erőt merítsek belőlük, kérlek!**

Örülök, hogy lányaim vannak! Jó érzés!! Két kis hüleség ...😊

Voltak bent a gyerekekkel, Krisz és anya. Nagyon jó volt! Inez komoly volt, de mikor azt mondtam neki: Ejte – szép lágy hangon, ahogy azelőtt, mosolygott! Biztosan megismert, s mit gondolhatott, mit érezhetett egy 'magára hagyott' pici baba? Rengeteget változott, kiszőkült a haja, és az arca is más! Egy anya tudja, hogy nem látni a gyermekét maga a pokol, és mikor újra látja, olyan szörnyű, hogy észreveszi, mennyit változott. Mert ha a gyermekeddel vagy, csak a fotókon látod, hogyan változik az arca, hiszen mindig vele vagy, és ez így van rendjén. Ezért oly ijesztő, ha egy anya látja a gyermekén a külső változást. Csak néztem-néztem, olyan furcsa volt.

Jázmin mindent végigkérdezett, mi ez, mi az... pl. az infúzió-tartót, de meg is válaszolta, hogy kabátakasztó ☺. Kisegített... Megbeszéltük, hogy már csak négyet kell aludni, és megyek haza! Holnap is bejön délután!

...

Volt nálam Jázmin. Most is sok erőt adott, de nagyon sírtam utána! Nagyon! Azt mondta nekem (4 éves):

„Anyá, hiányzol, hogy nem vagy otthon, de ha lehunyom a szemem, mindig látlak!”

Úgy nézett rám közben, a szívem majd megszakadt!

Nagyon sok új dolgot tanult. Főleg Miki Papa tanít neki mondókákat és találós kérdéseket... Olyan okos lány! Büszke vagyok rá!

...

Tudom, hogy anya nagyon aggódik! Ezt egy közvetített e-mail-ből csíptem el, na jó, meg érzem is, tudom is! Halvány jelét sem mutatja felém, félreértés ne essék, **tudom, ahogy egy édesanya tudja a lányáról, úgy tudja a lánya is az édesanyjáról!** Olyan sokat mutat meg ez az egész rólunk! Más oldalunkat, egy jó oldalunkat! Kitartóak, erősek, s ezt kell érezze egy gyermek a szülein!

Ezzel a könyvvel is azt szeretném, ha mi, NŐK jobban ismernénk magunkat, és igazán tisztelnénk azt, ami bennünk történik, figyelni magunkat, a jeleket, a jelek előtt rendszeresen szűrésekre járnánk, ismernénk a lehetőségeinket, a védőoltást, még időben. Sok mindenre megtanított engem a betegségem. Mi, NŐK tesszük a dolgunkat, neveljük a gyerekeket, szeretjük a férjünket, visszük a háztartást, s nincs idő magunkra. Rohanunk, és főzünk, dolgozunk és takarítunk, sok-sok időhiánnyal. Tudom, mert édesanya vagyok, de STOP! Meg kell állni néha! Nem picikét, nem egy percet, egy pillanatot! Időt! Ugyanúgy szeretnek attól, sőt! Feltöltődünk, és még szerethetőbbekké válunk! Figyelniük kell a testünkre-lelkünkre, és időt kell szakítanunk magunkra!

Így, kérlek, Kedves Leendő Anyuka, kedves Édesanya, figyelj magadra! Nagyon fontos vagy! Nagyon fontos vagy ebben az életben! A legszebb dolgot kaptuk a Jóistentől, a méhünket, amely egy csodát alkot, vigyázzunk rá, tiszteljük... önmagunkat is! Mert nagyon fontosak vagyunk!

A feleség, az anya, a barát, a nő!

Én most értettem meg, mennyire fontos vagyok!

Most értettem meg azt is, mennyire nem figyeltem magamat, magamra!



OTTHON, ÉDES OTTHON!

Itthon lenni nagyon jó! Ahogy betettem a lábam, körbenéztem és magamba szívtam az otthon illatát... Első este jól ment a pisilés. Sokat ettem vacsorára, kacsa volt és krumplipüré. Ültünk a tűz mellett, és egy picit mindenki feszült volt. Jázmin nagyon ragaszkodott hozzám, s úgy nézett rám, mint egy csodabogárra! Csak nézett a hatalmas szemeivel, tele volt szeretettel, olyan nézés volt, hogy köszönöm, hogy hazajöttél hozzánk! Hogy nem mentél el...

Nagyon jól aludtam, az órára nehezen keltem fel, hogy kettőkor pisiljek.



EGYSZER VOLT, HOL NEM VOLT, VOLT EGYSZER EGY EGYSZERVOLT...

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy kislány. Mindig arról álmodozott, hogy boldog élete lesz, és megtalálja az igazi párját. Biztos volt abban, hogy nagyon tud szeretni, és érezte, hogy létezik az a férfi, akinek erre a szeretetre van szüksége, s viszonzza is! A lány mindig nyugodt volt ezzel kapcsolatban, s nem is kellett sokáig várnia, mert az élet furfangosan úgy alakította, hogy mindez megtörténjen... Mikor találkoztak, nem lettek egyből szerelmesek. Jól érezték együtt magukat, és szépen, idővel kezdték megszeretni egymást, majd a szeretetből szerelem lett. Nyugodt, biztos szerelem! Hamar jött az első gyermekük, egy kislány. Még egy éve sem voltak együtt, mikor a lány várandós lett ezzel a kislánnyal. Örültek, nagy boldogságban várták, fogadták a babát. Sokat beszélgettek, sok időt töltöttek együtt hárman, egy igazi család lettek! Rengeteg tervet szöttek. Telket vettek, házat terveztek. Majd, mikor kétéves lett a kislányuk, összeházasodtak. A hatalmas, örömteli esküvő és lakodalom álomesküvő volt. Olyan lett, amilyenre vágytak, ott volt mindenki, aki fontos volt nekik. Majd házépítésbe kezdtek. Meseszép házuk lett, rengeteget dolgoztak benne, rajta. Tökéletes lett! Beköltözésük napján megfogant a második gyermekük. Egy csoda volt, ahogy ez a pici jönni akart! Azt mondják, hogy egy új házat egy kisgyermek érkezése, hangja, sírása tölt meg léttel. Izgalommal várták a legkisebbet, rendezgették közben kívül-belül a házat. Eljött a várva-várt nap, megszületett a második gyermek, még egy gyönyörű kislány. A gyerekek szépen növegték, a család sokat kirándult, együtt voltak, szerettek és nevettek. A lányok nagyon jó emberekké váltak, hamar megtanulták, hogy a szeretetnél nincsen fontosabb! Egy gyönyörű csa-

lád lett belőlük, családtagok, barátok, akik nagyon szépen éltek. A lányok mindig jókat meséltek arról, mi történt velük, megosztották az első szerelem élményét, a csalódásokat, örömeiket, bánatukat. Majd nekik is lett férjük. Szerető férjük, apai minta alapján választva, akik biztonságot teremtettek számukra. Gyerekeik születtek.

Mire a kislányokból anyuka lett, az anyukákból nagymama, ősz hajszálak keveredtek a férfi és a nő hajába. Mikor nem voltak velük a gyerekek és az unokák, a cserépkályha mellett ücsörögtek, beszélgettek, olvastak, és hatalmas szeretettel emlékeztek vissza arra, amit együtt éltek meg. Ha egymásra néztek, mindig mosolyogtak! A legszebb életet élték, együtt! Sosem feledtek el hálát adni a Jóistennek azért, hogy valóra váltak az álmaik...!



Önbecsülés

2012. február 22., csütörtök

Elbúcsúzom a petefészkemtől! Mikor a méhemet kivették, persze rossz volt, de a nőiségemet nem érintette annyira meg, vagyis másképpen! Azt úgy éltem meg, hogy elvesznek valamit, aminek az igazi erejét, nagyságát abban a pillanatban értettem meg, mikor vége lett! Azt éreztem, hogy sajnálom, szerettem és tiszteltem a létét, a munkáját, amit értünk tett! De a petefészkemnél más... kilövik! Leállítják, amit nem akarok! Igazán mélyen érint, úgy érzem, szükségem lenne rá, még működnie kell! Buta hasonlat, de így írom le:

– A méhem olyan volt, mint egy idős nagymama, aki már benne innen, akinek elég volt, elvégezte a dolgát, meghal. Elfogadom.

– A petefészkem egy fiatal nő, akinek még dolga van, akinek élnie kell! De meghal. A petefészkem, a hősöm, aki túlélte, akit el kell engednem!



Önbizalom

BEFEJEZEM... EZT A RÉSZT!

Az első MRI-eredményem (2012. július 11.) nagyon szép lett. Hálát éreztem, sok-sok nyugodt, békés hálát. Néztem az eget, és a lelke-
met elöntötte valamiféle bizalom, valami jó dolog, mert tudtam,
hogy szeretnek, és segítenek nekem!

Sok mindent átéltem, és sok minden történt. Megváltozott
minden önmagamban és körülöttem is. Tanultam belőle, de a leg-
fontosabb dolog végre bennem él: **SZERETET, HÁLA, BÉKE!**

Felmentem a hosszú lépcsőn, és már lefelé tartok. Nem szá-
molom a lépcsőfokokat, az idő segít kikönnnyíteni a lépteim, köny-
nyebben jár a lában lefelé! Az nem számít már, hogy milyen volt
felfelé menni, csak az fontos, hogy amit az úton tanultam meg, azt
magammal viszem tovább.

Ne legyünk dühösek, mérgesek, idegesek vagy épp csalódottak,
ha nagy baj történik velünk! Álljunk meg, és tegyük fel a kérdést:
mit tanulhatok ebből?! **Minden van valamiért, és mindig egy
jobbért!** De ez csak akkor van így, ha türelemmel, szeretettel, bé-
kével és hálával éljük meg! Tudom! És azt is, hogy nehéz! Látha-
tod, én is átmentem rajta. De nem küzdöttem! Tanultam!

**S most itt vagyok, és tudom, hogy élni akarok, mert az élet
szép!**

Édesanyám levele

„A napok mentek, nem értem rá gondolkodni. Ott volt a 4 éves
Jázminka és a pár hónapos Inezke. Ők teljes mértékben lekötöt-
tek, erőt követeltek, erőt adtak.

...

Befejezésül azt tudom mondani, hogy soha nem néztem hátra, soha nem panaszkodtam, nem fordult meg a fejemben, hogy miért pont velünk történik mindez. Erőt a családom, barátaim és a környezetem ad továbbra is. Viszont azt a mondatot, amit az ismerősök hajtogattak, hogy biztos meg fog gyógyulni, nem szerettem, nem ért oda a lelkemhez. Amikor azt mondták, hogy »hidd el, **minden jóra fordul!**« Simogatta a lelkemet a mai nap is. Mert igen, minden jóra fordult, és most tudom őszintén átérezni, hogy meggyógyul, meggyógyult a lányom!”

Betty levele, aki mellettem ült a nehéz napokban

„Amikor kiderült, hogy beteg vagy, már akkor padlót fogtam, és teljesen ledöbbsentem. Nem akartam elhinni, képtelen voltam felfogni, és azon gondolkodtam, hogy miért pont Veled történik, ilyen fiatalon, tele energiával. Aztán rá kellett jönnöm, hogy sajnos a betegségek nem válogatnak, és ez velem vagy bárkivel megtörténhet. De azért bíztam abban, hogy a leletek tévesek! Talán öszszecszerélték valaki máséval, de sajnos nem... Aztán kiírták a műtétet, eljött a napja, borzasztóan aggódtam Érted, mi lehet Veled, rendben van-e minden, imádkoztam, és végig Rád gondoltam meg arra, hogy bárcsak cserélhetnék Veled, és átvállalhatnám ezt az egészet, hisz' Téged vár otthon a két csodálatos gyermeked, akiknek Rád van a világon a legnagyobb szükségük! Aztán kaptam a telefont, hogy túl vagy a műtéten, és a körülményekhez képest jól vagy. Ekkor úgy éreztem, hogy a nehezén túl vagy...”

Legelső alkalommal, amikor bementem látogatni, a gyomrom egy kis gombócban volt, nagyon félttem... Nem is tudom, hogy miért, talán attól, hogy milyen hangulatban leszel, milyen állapotban foglak látni, és hogy fogsz és fogok reagálni, merek-e bármit is kérdezni és persze, hogy mit fogok mondani. Nagyon nehéz volt,

pontosan azért, mert én nem vagyok a nagy szavak embere, és nehezen mondok ki bármit is, inkább kimutatom az érzéseimet. De ezeken kár is volt gondolkodnom, mert ilyen helyzetekben minden jön magától. Jött is, mertem beszélgetni a betegségről, a műtétről és arról, hogy Te hogy viselted az egészet.

Aztán történt Veled valami, ami miatt hosszabbodott a kórházban töltött idő, és nem kelhettél fel. Én félredobtam mindent, nem érdekelt senki és semmi, rohantam be Hozzád, és ott töltöttem Veled a napokat, ami először furcsa volt, de aztán már olyan volt, mintha »haza« jártam volna ☺. Na, ezeken a napokon éreztem azt, hogy nagyon-nagyon nagy szükséged van rám lelkileg, mert itt láttam rajtad, hogy a kiborulás szélén állsz, haza akarsz menni, és tudni akarod, mikor lesz már ennek vége. Nekem ekkor volt a legnehezebb, nem tudtam, hogy mit mondjak, mivel vigasztaljalak, hogyan tereljem el a gondolataidat és hogyan vidítsalak fel. Nem tudtam, mivel teszek jót, ha odalépek és megölellek, vagy nem. Az utóbbit választottam, mert úgy éreztem az talán jobban erősít, ha nem egymás vállán zokogjuk ki magunkat. Nagyon nehéz volt tartani magam, hogy ne sírjak, de muszáj volt erősnek látszanom. Persze belül teljesen mást éreztem. Én mindig mosolyogva, vidáman, pozitívan próbáltam bemenni hozzád, hogy azzal is erősítselek. Remélem, azért sok erőt tudtam adni Neked, és lelkileg is tudtalak erősíteni. Iszonyat erős voltál (vagy), és azon gondolkodtam, mitől van ennyi erőd, hogy bírod ezt végigcsinálni. Nagyon-nagyon tisztellek és becsülöm ezt benned, és nagyon büszke vagyok Rád! Ezzel, hogy Te ezt így végig csináltad, rengeteg erőt adtál, mert nagyon jó és pozitív példa vagy előttem, hogy egy betegséget így is meg lehet élni!

Azt a napot, amikor hazaengedtek a kórházból, soha nem fogom elfelejteni. Mikor kiléptünk a kórház kapuján, álltunk az autónál, átöleltük egymást, Te megköszöntél nekem mindent, és

azt mondtad, hogy nagyon szeretsz, erre én, hogy én is Téged, na, akkor nagyon nehezen tudtam megállni sírás nélkül. De amikor elindultam hazafelé, potyogtak a könnyeim, és igazából amit akkor éreztem, azt a mai napig nem tudom szavakkal leírni. Nagyon-nagyon jó érzés volt!

Azóta azért nem közvetlenül Téged kérdezlek (mi van Veled, milyenek lettek a vizsgálatok eredményei), mert nem tudom, hogy jót tennék-e, nem akarom felkavarni az érzéseidet és eszedbe juttatni az egészet...”



BEFEJEZEM A KÖNYVET...

Kedves Olvasó, Kedves Sorstársam! Bízom benne, hogy e kis iró-
mányom a szívedben helyet talál! Azt gondolom, ami összességé-
ben a legfontosabb, azt nem lehet elégszer hangoztatni. E három
szó: **Hála, Béke, Szeretet!** Ez ad erőt az élet minden területén!
Nem harcolni kell, hanem szeretni és szeretve lenni! A **mályva-
virág** az érett nő virága! Ezért választottam! Ez lett számomra
a méhnyakrák elleni út, a megelőzés és a segítés jelképe! Ha látsz
egy mályvabokrot, -fát, egy virágot, jusson eszedbe, hogy mi, nők,
nagyon fontosak vagyunk! Hogy **Te nagyon fontos vagy!**



Életcel

Jegyzetek



Bizalom

Jegyzetek



Szeretet



Felmentem egy hosszú
lépcsőn és már lefelé
tartok. Nem számolom
a lépcsőfokokat, az idő segít
könnyíteni a lépteimen.
Az nem számít már, hogy
milyen volt felfelé menni,
csak az fontos, hogy amit
az úton tanultam meg, azt
magammal viszem tovább.
Ne legyünk dühösek,
mérgesek, idegesek vagy
épp csalódottak, ha nagy
baj történik velünk! Álljunk
meg és tegyük fel a kérdést:
mit tanulhatok ebből?!

Minden van valamiért
és mindig egy jobbért!
De ez csak akkor van így,
ha türelemmel, szeretettel,
békével és hálával éljük
meg! Tudom! És azt is,
hogy nehéz! Láthatod,
én is átmentem rajta.
De nem küzdöttem!
Tanultam!

S most itt vagyok, és
tudom, hogy élni akarok,
mert az élet szép!