

NIE BÓL SIĘ!

Częstochowskie Hospicjum przy ulicy Krakowskiej 45A wzięło udział w ogólnopolskiej kampanii społecznej pod hasłem „Rak wolny od bólu”. W ramach projektu 25 kwietnia przygotowano bezpłatne spotkania ze specjalistą leczenia bólu.



NIE *ból* SIĘ!

Koalicja na Rzecz Walki z Bólem

serdecznie zaprasza pacjentów onkologicznych zmagających się z bólem nowotworowym
na bezpłatne konsultacje z lekarzem medycyny paliatywnej,
odbywające się w ramach kampanii RAK WOLNY OD BÓLU

**Konsultacje w zakresie leczenia bólu odbędą się
25 kwietnia 2015 r.**

Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej
ul. Krakowska 45a w Częstochowie, gabinet nr 17/partier
Godziny przyjęć: 10.00 – 14.00

Zapisy na konsultacje pod numerem telefonu: **572-848-056**

Więcej informacji na temat kampanii na www.rakwolnyodbolu.pl

Partnerzy Kampanii

Partnerzy

Partnerzy Kampanii

Partnerzy

Partnerzy Kampanii

Organizacja

Partnerzy

„Rak musi boleć”, „Trzeba się przyzwyczaić do bólu”, „Leki opioidowe to narkotyki” - do takich słów zdążyli się już przyzwyczaić chorzy cierpiący z powodu bólu nowotworowego. Skutek jest taki, że wielu pacjentów wciąż nie otrzymuje właściwej pomocy. Tymczasem statystyki pokazują, że na początku choroby prawie 50 proc. pacjentów zmagających się z bólem, pod koniec – nawet 90 proc. A ulga w cierpieniu to konieczność, pacjent ma prawo do życia bez bólu, niezależnie od etapu i przebiegu choroby nowotworowej. Do tego ma też przekonać ogólnopolską kampania społeczna „Rak wolny od bólu”. Jej ambasadorem jest znany polski aktor - Jerzy Stuhr, który sam walczył z chorobą nowotworową i ostatecznie wygrał z rakiem krtani. Organizatorem kampanii, która potrwa do września 2015 roku, jest Fundacja Wygrajmy Zdrowie i Koalicja na Rzecz Walki z Bólem „Wygrajmy

z Bólem". W trakcie trwania projektu w przychodniach onkologicznych w całej Polsce zawieszono edukacyjne plakaty, które informują o przebiegu kampanii. Odbyły się również bezpłatne spotkania ze specjalistą leczenia bólu, organizowane w Warszawie, Krakowie, Wrocławiu, Poznaniu, Gdańsku, Częstochowie, Opolu i Gliwicach. W Częstochowie dyżur lekarza medycyny paliatywnej odbył się 25 kwietnia. W godzinach od 10 do 14 pacjenci mogli skorzystać z pomocy fachowca w poradni opieki paliatywnej. Akcja cieszyła się ogromnym zainteresowaniem, bo nie tak często można porozmawiać ze specjalistą chorób nowotworowych bez wcześniejszego oczekiwania w długiej kolejce. Więcej informacji o kampanii można znaleźć na stronie

► www.rakwolnyodbolu.pl



SZANOWNNI PAŃSTWO!

Rozpoczyna się czerwiec – jeden z najpiękniejszych miesięcy w roku, czas życia, radości, optymizmu. Przed nami czas wakacji, urlopów i wypoczynku. W związku z tym życzymy naszym wolontariuszom, pacjentom i ich rodzinom dobrego wypoczynku. Nie zapominajmy jednak w tym czasie o osobach chorych, niepełnosprawnych, starszych, o tym, że czekają na naszą pomoc, wsparcie i towarzyszenie.

Tymczasem oddajemy w Państwa ręce kolejny numer PALIUM, kwartalnika Stowarzyszenia Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej. A w nim między innymi kilka słów podsumowania ogólnopolskiej kampanii „Pola Nadziei” w Częstochowie, Myszkowie i Kłobucku, wzruszająca historia Pani Elżbiety Markiewicz – pacjentki oddziału opieki paliatywnej – historia walki o życie i nadzieję.

Z okazji Międzynarodowego Dnia Pielęgniarki – rozmowa z Panią Beatą Gradoń – pielęgniarką oddziałową – o jej pracy zawodowej oraz wywiad z lekarzem specjalistą medycyny paliatywnej Marią Szwarc na temat kampanii „Rak wolny od bólu”.

Przy tej okazji dziękujemy Państwu za okazane serce, pomoc i wszelkie przejawy dobra. Tylko z Waszym wsparciem nasza praca ma sens i przynosi realne efekty.

*Anna Kaptacz
Prezes Stowarzyszenia Opieki Hospicyjnej
Ziemi Częstochowskiej*



WIELKANOC W HOSPICJUM

09 Kwietnia 2015

W oktawie wielkanocnej odbyło się spotkanie pacjentów oddziału dziennego opieki paliatywnej z zaproszonymi gośćmi. Zaszczycili nas swoją obecnością Arcybiskup Senior ks. dr Stanisław Nowak, Przewodniczący Rady Miasta dr Zdzisław Wolski, vice Prezydent dr Ryszard Stefaniak, przedstawiciela Starostwa Powiatowego – w imieniu Starosty



spotkanie wielkanocne z pacjentami oddziału dziennego

Częstochowskiego – Małgorzata Krasoń, proboszcz Archikatedry ks. Jan Niziołek oraz przedstawiciele Zarządu Stowarzyszenia Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej i pracownicy zespołu opieki



zaproszeni goście

paliatywnej. Arcybiskup Senior odwiedził również pacjentów oddziału stacjonarnej opieki paliatywnej. Uroczyste śniadanie przebiegało w bardzo wzniosłej i jednocześnie radosnej atmosferze. Wysłuchano życzeń płynących z głębi serca oraz wspólnie zaśpiewano kilka okolicznościowych pieśni i piosenek.

Arcybiskup Senior z pacjentami na oddziale stacjonarnym



MARSZ PEŁEN DOBREJ NADZIEI

17 Kwietnia 2015



Reprezentacja Specjalnego Ośrodka Wychowawczego Zgromadzenia Sióstr Św. Józefa w Częstochowie

17 kwietnia 2015 roku częstochowskimi Alejami na Jasną Górę przeszedł najbardziej kolorowy marsz Częstochowy – Marsz Nadziei. W ten sposób Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej wraz z wolontariuszami, przedszkolakami, uczniami, nauczycielami i mieszkańcami miasta solidaryzowało się z osobami nieuleczalnie chorymi, u kresu życia oraz ich rodzinami. Marsz miał być wyrazem empatii i nadziei. Jego celem była także promocja aktywnego włączenia się w bezinteresowną pomoc, czyli popularny dziś wolontariat. W tym roku w marszu wzięło udział kilkaset osób.

- W naszym społeczeństwie mamy ciężko chorych, nie tylko na nowotwory i nie tylko tych w hospicjach, którym powinniśmy pomagać. Można to robić w różny sposób, na przykład niosąc dobrą nadzieję - podkreślała Anna Kaptacz – prezes Stowarzyszenia Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej.

Hasło „Nadzieja jest najważniejsza” powtarzało tego dnia wiele osób, w tym młodzi wolontariusze, którzy na co dzień, zamiast wolnego popołudnia, często wybierają pomoc chorym. Bo by nieść nadzieję nie wystarczy maszerować, potrzebne jest realne, codzienne wsparcie.

- Największą nagrodą jest dla nas uśmiech pacjentów, okazujemy im te uczucia, których często nie mają - mówiła Wiktoria – wolontariuszka częstochowskiego hospicjum, na co dzień gimnazjalistka.

Poza wszystkim marsz był więc wyrazem radości i optymizmu. Dominował kolor żółty i wiosenne

żonkile. Każdego roku uczestnicy pochodu maszerują w kolorowych kostiumach, przygotowanych specjalnie z tej okazji. Tak było i tym razem. Najbarwniejsze przebrania zaprezentowali uczniowie ze Specjalnego Ośrodka Wychowawczego Zgromadzenia Sióstr Św. Józefa w Częstochowie. Jury doceniło również Szkołę Podstawową w Lusławicach, Gimnazjum nr 7 w Częstochowie oraz Miejskie Przedszkole nr 17 w Częstochowie.

Dziękujemy wszystkim za pomoc, okazane wsparcie i uczestnictwo. Do zobaczenia za rok!



*Marsz Nadziei
w Alei N.M.P.
w Częstochowie*



*Finał Marszu
Nadziei – Błonia
Jasnogórskie*

MSZA ŚWIĘTA W KATEDRZE

19 Kwietnia 2015

W dniu 19 kwietnia 2015r. w Archikatedrze Częstochowskiej odbyła się Msza Święta, pod przewodnictwem Biskupa Antoniego Długosza w intencji zmarłych pacjentów hospicjum częstochowskiego i ich rodzin.

Tego dnia katedra wypełniona była rodzinami zmarłych pacjentów, przyjaciółmi, pielęgniarkami, lekarzami, wolontariuszami czyli ludźmi, którzy pochylają się nad chorymi. Wszystkich łączyła miłość i przyjaźń ale także osamotnienie po stracie najbliższych oraz pragnienie by być blisko nich w modlitwach. Wspólna modlitwa osób osieroconych jest wyjątkową grupą wsparcia dla pogrążonych w żałobie. Rodziny przed rozpoczęciem Mszy zapalają znicze, które układają przez środek katedry, by stworzyć krzyż zapalonych świateł pamięci o tych których nie ma z nami. Po Mszy Świętej rodziny zabierają znicze by później zapłonęły na grobach bliskich.

Podczas Mszy Świętej modlitwą otaczani byli także lekarze, pielęgniarki, terapeuci oraz wolontariusze, by wcielając w życie postawę miłosiernego Samarytanina, nie obawiali się oddając swoje siły, czas, zaangażowanie służyć potrzebującym, a zwłaszcza nieuleczalnie chorym. Nie zabrakło prośby o potrzebne siły, zaangażowanie w rozwój i rozbudowę hospicjum.

Biskup w swojej homilii podkreślił, że cierpie-

nie ma sens, a zwłaszcza wtedy, kiedy złęczone jest z krzyżem Chrystusa. Ważne, abyśmy umieli odczytywać w nim głębszy wymiar, którym jest wymiar miłości Boga, który zaprasza nas do szkoły cierpienia. Istotnym jest, aby przyjąć je z miłością, przylgnąć do niego i dać się przez nie prowadzić, bowiem w oczach Boga finał będzie jeden – zwycięstwo w blasku chwały zmartwychwstałego Chrystusa. Zapowiedział nam, że jeśli z nim żyje-



my, to i współ z nim zmartwychwstaniemy.

Po Mszy Świętej biskup odwiedził chorych w oddziale stacjonarnym na Krakowskiej 45a.

Monika Kutrzyk wolontariuszka

*Archikatedra –
podczas Mszy za
zmarłych pacjen-
tów Hospicjum
i ich rodzin*

KONKURSOWE ZMAGANIA

Każdego roku na wiosnę, w ramach kampanii „Pola Nadziei”, Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej organizuje konkursy dla dzieci i młodzieży. Największą popularnością cieszą się konkursy: plastyczny i literacki. W tym roku napłynęło kilkaset prac. Te najlepsze nagrodzili jurorzy.

Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej ogłosiło trzy konkursy: literacki, plastyczny i „Żonkilowe Pola Nadziei”. Celami konkursu literackiego tradycyjnie były:

wspieranie inicjatyw i twórczych działań w dziedzinie kultury, sztuki, teatru oraz w zakresie realizacji przedsięwzięć artystycznych i kulturalnych, popularyzowanie twórczości artystycznej dzieci i młodzieży w kontekście działalności dobroczynnej, kształtowanie

i promowanie bezinteresownej pomocy potrzebującym, wrażliwości społecznej poprzez twórczość literacką i plastyczną, kształtowanie postaw wolontaryjnych u dzieci i młodzieży oraz propagowanie idei

hospicyjnej poprzez kampanię Pola Nadziei. Tematem konkursu były „Kolory nadziei”, a przedmiotem rozważań rola, jaką nadzieja pełni w życiu człowieka, a zwłaszcza u osoby zmagającej się z nieuleczalną chorobą oraz u jej bliskich. Uczestnicy konkursu doskonale sprawdzili

się w różnych formach wypowiedzi literackiej, w prozie, poezji czy esej. W kategorii szkół gimnazjalnych jury postanowiło nagrodzić Magdalenę Jarkiewicz z Gimnazjum nr 18 w Częstochowie (nagroda prezidenta). Nagrodę przyznano jej za oryginalną formę

dziennika, umiejętne wykorzystanie cytatów i radosną nadzieję, którą

było czuć w każdym wersie pracy. Drugie miejsce przypadło w udziale Natalii Kozłowskiej z Gimnazjum nr 18 w Częstochowie (nagroda prezidenta). Laureatka drugiego miejsca otrzymała nagrodę za wzruszającą opowieść o ludziach, którzy „rozsiewają nadzieję”. Trzecie miejsce przyznano Aleksandrze Tądel z Gimnazjum nr 20 w Częstochowie za poetyckie ujęcie kolorów nadziei, których, jak się okazuje, jest bardzo wiele i wciąż trudno je opisać. Dodatkowo przyznano wyróżnienia dla: Anny Sosny z Gimnazjum nr 18 w Częstochowie oraz Natalii Chaładus z Gimnazjum nr 7 w Częstochowie. W kategorii szkół ponadgimnazjalnych jury przyznało jedną nagrodę, pierwszą. Otrzymała ją Karolina Cieślak z IV LO im. H. Sienkiewicza w Częstochowie (nagroda prezidenta) za opowiadanie „Bez tytułu”, w którym odnaleźć można oryginalny pomysł, wartką akcję i zaskakujące zakończenie niosące czytelnikom ulgę i nadzieję. Jury przyznało także specjalną nagrodę dla uczniów Specjalnego Ośrodka Wychowawczego Zgromadzenia Sióstr Św. Józefa przy ulicy Kubiny 10/12 w Częstochowie. Nagrodą dla laureatów jest publikacja ich prac w biuletynie hospicyjnym Palium.

W konkursie plastycznym pt. „Kolory nadziei...” uczestnicy przedstawiali obraz nadziei przy pomocy szerokiej gamy kolorystycznej. Prace plastyczne miały sprawiać radość zarówno twórcom, jak i odbiorcom oraz wykraczać poza granice realizmu. Organizatorzy zaznaczyli: „Nie malujemy chorób i cierpienia, bo one towarzyszą ludziom każdego dnia”. Celami konkursu były: prezentowanie i popularyzowanie twórczości plastycznej dzieci i młodzieży propagującej idee hospicyjne w kampanii Pola Nadziei, wykorzystanie języka sztuki do prowadzenia dialogu społecznego na potrzeby ludzi chorych i cierpiących, rozwijanie kreatywności i odwagi w wyrażaniu uczuć w stosunku do osób nieuleczalnie chorych, kształtowanie postawy otwartości wobec otaczającego świata w aspekcie działalności dobroczynnej oraz wyzwalanie wrażliwości i postaw wolontaryjnych. Do konkursu przyjmowano prace plastyczne o dowolnej technice rysunkowej, malarskiej lub graficznej, wykonane farbami, kredkami, pastelami suchymi lub olejnymi. Dodatkowo uczestnicy z gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych mogli wykonać prace graficzne na komputerze. Organizatorzy chcieli, by prace nie zawierały żadnych napisów i haseł.

W kategorii „PRZEDSZKOLA” pierwsze miejsce przypadło w udziale Aleksandrze WALASZCZYK (Miej-



NICOLE JURECZKO
Szkoła Podstawowa
w Koźmidrach
II miejsce



MATEUSZ RADECKI
Zespół Szkół w Mstowie
I miejsce



WIKTORIA MARZYK
Szkoła Podstawowa
w Koźmidrach
I miejsce

skie Przedszkole nr 41 w Częstochowie) i Zuzannie GAWRON (Miejskie Przedszkole nr 2 w Zespole Szkolno – Przedszkolnym nr 1 w Częstochowie).

Drugie miejsce zajęły: Zuzanna POSKUTA (Pracownia Czerwone Jabłuszko Częstochowa), Magdalena JĘDRZEJCZYK (Miejskie Przedszkole nr 41 w Częstochowie) oraz Roksana JESKA (Miejskie Przedszkole nr 41 w Częstochowie). Trzecie miejsce: Barbara RADUCHA (Pracownia Czerwone Jabłuszko w Częstochowie), Hanna BOCHNIA (Niepubliczne Przedszkole „Kotek Leon” w Woli Hankowskiej), Marta ORSZULAK (Miejskie Przedszkole nr 10 w Częstochowie), Julia MOSIŃSKA (Miejskie Przedszkole nr 1 im. Misia Uszatka w Częstochowie).

Pierwsze miejsce: Radecki, Sobieraj kl. I-III.

Drugie miejsce: Lena GUT (Zespół Szkolno – Przedszkolny nr 1 w Częstochowie), Zofia WALASZCZYK (Pracownia Czerwone Jabłuszko w Częstochowie), Nicola SZCZERBAK (Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła w Łączu). Trzecie miejsce: Claudia MALINA (Pracownia Czerwone Jabłuszko w Częstochowie), Lena BOGDASZEWSKA (Pracownia Czerwone Jabłuszko w Częstochowie), Izabela GODOŚZ (Szkoła Podstawowa nr 38 w Częstochowie) i Maja TRZEPIZUR (Szkoła Podstawowa w Łączu).

W kategorii wiekowej SZKOŁY PODSTAWOWE KLASY IV – VI pierwsze miejsce otrzymali: Natalia KOWALSKA (Szkoła Podstawowa w Olsztynie), Wiktoria MARZYK (Szkoła Podstawowa w Kośmidrach), Jakub KLAMA (Pracownia Czerwone Jabłuszko w Częstochowie). Drugie miejsce zdobyli: Nicole JURECZKO (Szkoła Podstawowa w Kośmidrach), Jagna CIESIELSKA (Pracownia Czerwone Jabłuszko w Częstochowie) oraz Mateusz NOCUŃ (Zespół Szkolno – Przedszkolny nr 1 w Częstochowie). Trzecie miejsce: Emilia OSTROWSKA (Szkoła Podstawowa nr 19 w Częstochowie), Maria MAKLES (Pracownia Czerwone Jabłuszko w Częstochowie) oraz Maja HAZELBACH (Szkoła Podstawowa nr 53 w Częstochowie).

Natalia POWĄŻKA (Zespół Szkolno – Przedszkolny nr 1 w Częstochowie), Weronika MUCHA (Pracownia Czerwone Jabłuszko w Częstochowie) oraz Kinga NOWAKOWSKA (Zespół Szkół w Mstowie). W kategorii wiekowej GIMNAZJUM I SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE pierwsze miejsce otrzymały: Dominika RAK (Gimnazjum nr 18 w Częstochowie) - nagroda prezydenta oraz Magda SZWEJDA (Gimnazjum nr 18 w Częstochowie) – nagroda prezydenta. Drugie miejsce: Weronika ŁYŻIŃSKA (Pracownia Czerwone Jabłuszko w Częstochowie) – nagroda prezydenta, Natalia KOZŁOWSKA (Gimnazjum nr 18 w Częstochowie) – nagroda prezydenta. Trzecie miejsce: Julia DUDEK (Gimnazjum nr 18 w Częstochowie).

W konkursie „Żonkilowe pole nadziei” organizatorzy zachęcali do wykonania przez dzieci i młodzież żonkilowych grządek, rabat, poletek wzbudzających pozytywne uczucia wobec osób oczekujących naszej pomocy i wsparcia oraz wyrażających pra-

gnienie dążenia do nadziei. Celami konkursu były: kształtowanie postawy otwartości wobec otaczającego świata w aspekcie działalności dobroczynnej, rozwijanie kreatywności i odwagi w wyrażaniu uczuć w stosunku do osób nieuleczalnie chorych poprzez wykonanie „żonkilowego pola nadziei”, popularyzowanie twórczości ogrodniczej ekologicznej dzieci i młodzieży propagującej przez to ideę hospicyjną w ramach kampanii Pola Nadziei oraz kształtowanie wrażliwości na piękno przyrody.

W ramach akcji dzieci zasadziły cebulki żonkilowe, wykonały dokumentację fotograficzną obejmującą przygotowanie miejsca dla sadzenia i sadzenie cebulek.

Wiosną uczestnicy konkursu prowadzili prace porządkowe, wraz ze wzrostem roślin wykonywali systematyczną dokumentację fotograficzną, przygotowali gazetki zawierające fotografie, rysunki, teksty własne lub literackie pod hasłem „Żonkilowe pole nadziei” oraz umieścili galerię foto na stronie internetowej placówki edukacyjnej pod hasłem „Żonkilowe pole nadziei”. Ostatecznie w rywalizacji pierwsze miejsce zajął Specjalny Ośrodek Wychowawczy Zgromadzenia Sióstr Św. Józefa w Częstochowie, drugie miejsce - Miejskie Przedszkole nr 41 w Częstochowie, trzecie - Szkoła Podstawowa nr 21 w Częstochowie. Jury przyznało również wyróżnienia specjalne. Otrzymali je: Szkoła Podstawowa Lusławicach, Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Łączu, Szkoła Podstawowa w Kośmidrach, Zespół Szkół w Pankach, Szkoła Podstawowa nr 2 w Częstochowie i Miejskie Przedszkole nr 13 w Częstochowie im. Krecika.

Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej postanowiło także nagrodzić najlepiej przebrane szkoły podczas Marszu Nadziei 2015. Pierwsze miejsce zajął Specjalny Ośrodek Wychowawczy Zgromadzenia Sióstr Św. Józefa w Częstochowie. Drugie miejsce zdobyła Szkoła Podstawowa w Lusławicach, trzecie miejsce - Gimnazjum nr 7 w Częstochowie. Wyróżnienie otrzymało Miejskie Przedszkole nr 17 w Częstochowie. Wszystkim laureatom konkursów serdecznie gratulujemy!



ZUZANNA GAWRON
Przedszkole nr 2
I miejsce



NATALIA KOWALSKA
kl. IV
Olsztyn
I miejsce

FINAŁ PÓŁ NADZIEI

Zakończyła się kolejna kampania pod hasłem „Pola Nadziei” prowadzona przez Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej – największą w regionie organizację pożytku publicznego zajmującą się osobami nieuleczalnie chorymi, w terminalnym okresie choroby. Uroczysty finał akcji miał miejsce w Częstochowie, Kłobucku i Myszkowie.

15 Maja 2015 r.

W Częstochowie finał „Pół Nadziei” odbył się 15 maja w Klubie „Politechnik”. Przed publicznością wystąpił znany i lubiany dziecięcy zespół taneczny „Kontra” zaś uroczystość poprowadzili Agata Ochota-Hutyra – aktorka Teatru im. Adama Mickiewicza oraz muzyk Krzysztof Niedźwiecki. Wśród zaproszonych gości znaleźli się między innymi Ryszard Stefaniak – wiceprezydent Częstochowy oraz Grażyna Stramska-Świerczyńska – naczelnik Wydziału Zdrowia Urzędu Miasta Częstochowy. Podczas uroczystego finału nagrodzono laureatów konkursów: literackiego, plastycznego dla najładniej przebranej grupy „Marszu Nadziei” oraz „Żonkilowych pól nadziei”. Nagrody dla dzieci i młodzieży ufundowali prezydent miasta Częstochowy Krzysztof Matyjaszczyk oraz Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej. Dodatkową nagrodą dla laureatów będzie teraz publikacja ich prac w biuletynie hospicyjnym „Palium”.

Przypomnijmy, kampania „Pola Nadziei” rozpoczyna się już jesienią, w październiku, kiedy pacjenci, wolontariusze, samorządowcy, nauczyciele, uczniowie i mieszkańcy miasta sadzą cebulki żonkila na terenie częstochowskiego hospicjum oraz tworzą żonkilowe pola nadziei w szkołach, przedszkolach oraz skwerach miejskich.

Nieprzypadkowo to właśnie ten kwiat stał się znakiem rozpoznawczym kampanii. Od lat jest on międzynarodowym symbolem nadziei dla ludzi



Laureaci konkursów

ciężko i nieuleczalnie chorych. Samą zaś kampanię prowadzą różne organizacje na całym świecie. Swoją początek miała ona w 1997 roku, a zainaugurowała ją organizacja Marie Curie Cancer Care. Częstochowa od lat jest aktywnym inicjatorem działań na rzecz ludzi objętych opieką hospicyjną. Dzięki Stowarzyszeniu Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej oraz prowadzonej w mieście i regionie wielkiej kampanii, mieszkańcy dowiadują się o chorych, ich potrzebach, a także niosą im nadzieję poprzez udział w różnych przedsięwzięciach. Wprawdzie zasadzone jesienią żonkile obumierają, ale już wiosną rozkwitają z wielką siłą. Symbolem tej siły, jedności i nadziei jest Marsz, który każdego roku przechodzi przez Częstochowę. Uczestniczą w nim przedszkolaki, uczniowie, nauczyciele, wolontariusze Stowarzyszenia,



Przywitanie zaproszonych gości oraz laureatów konkursów

wszyscy ludzie dobrej woli, którzy wspólnie zmierzają Alejami na Jasną Górę, by tam modlić się za nieuleczalnie chorych i prosić o nadzieję. W tym roku Marsz Nadziei odbył się 17 kwietnia. Jego uczestnicy tak jak zwykle nie zawiedli. Z różnego rodzaju emblematami, w strojach w kolorach żółtym i zielonym, z balonami i papierowymi kwiatami oraz przypinkami żonkila na ubraniach dali wyraz swej jedności z chorymi i ich rodzinami. Najlepsze przebrania uczestników zostały nagrodzone.

Kampania ani na chwilę nie zwalniała tempa. Kilka dni później, 19 kwietnia, odbyły się zbiórki publiczne w Archidiecezji Częstochowskiej, bo celem kampanii Pola Nadziei, jest nie tylko niesienie nadziei cierpiącym, ale też wsparcie finansowe hospicjum.

Co roku na wiosnę, w ramach kampanii, organizowane są również konkursy dla dzieci i młodzieży. W konkursach plastycznym i literackim bierze udział ich liczna grupa. Podobnie było i w tym roku. Konkurs literacki „Kolory nadziei” przeznaczono dla szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Miał on między innymi kształtować postawy wolontaryjne u dzieci i młodzieży. Na konkurs wpłynęły 63 prace. Konkurs plastyczny odbył się w czterech kategoriach: przedszkola, szkoły podstawowe, szkoły gimnazjalne i ponadgimnazjalne, a jego celem było rozwijanie kreatywności i odwagi w wyrażaniu uczuć w stosunku do osób nieuleczalnie chorych. W konkursie „Żonkilowe pole nadziei” Stowarzyszenie zachęcało dzieci i młodzież do wykonania żonkilowych grządek, rabat i poletek symbolizujących pozytywne uczucia wobec osób oczekujących pomocy oraz pragnienie dążenia do nadziei. Wpłynęło 561 konkursowych prac plastycznych.

Przypomnijmy, częstochowskie hospicjum przy ulicy Krakowskiej 45A można wspierać nie tylko podczas trwania i przy okazji kampanii. Każdy, bez względu na wiek, może włączyć się w kwestę uliczną, wolontariat hospicyjny czy przekazanie 1% podatku. Pomagamy, wspieramy, dajemy nadzieję, a dziś także dziękujemy!



Występ Dziecięcego Zespołu Tanecznego „KONTRA”

FINAŁ W MYSZKOWIE

19 Kwietnia 2015

Kolejny raz w naszym mieście zakwitły żonkile, a wraz z nimi nadzieja, dobro i troska okazywane podopiecznym hospicjum przez naszych sprzymierzeńców i przyjaciół. W środę 14.05.2015 w MDK w Myszkowie po raz piąty odbył się finał kampanii „Pola Nadziei”. W uroczystości udział wzięli: Włodzimierz Żak- Burmistrz Miasta Myszkowa, Rafał Kępski- członek Rady Powiatu, Artur Kaptacz- Prezes Hosp-Med-u. Nie zabrakło dzieci i młodzieży ze szkół i przedszkoli ze swoimi wychowawcami, w tym laureatów i uczestników konkursu plastycznego i literackiego pt. „Kolory Nadziei” oraz „Żonkilowe Pola Nadziei”.

Nagrody w konkursach dla uczestników ufundowane zostały ze środków Urzędu Miasta Myszkowa, Starostwa Powiatowego, a także dzięki hojności Małgorzaty Pustuł – właścicielki Hurtowni Papierniczej „KROKUS” i Magdaleny Mesjasz ze sklepu „PUCHATEK”.

W części artystycznej wystąpił Zespół Wolontariuszy „MYSZKI” z Zespołu Szkół Publicznych nr 5 w Myszkowie oraz soliści z Przedszkola nr 5 w Myszkowie.

Wspaniali wolontariusze, wszyscy Ci, którzy włączacie się w nasze akcje, bez Was kampania „Pola Na-



dziei” i jej finał nie mogłyby się odbyć w Myszkowie. Dziękujemy za Wasze wielkie serca i ręce czyniące dobro.

Dziękujemy również Marcinowi Pilisowi, rzecznikowi prasowemu Starostwa Powiatowego za zaangażowanie i prowadzenie tegorocznego finału kampanii.

Pamiętajmy, nawet najmniejsze Pole Nadziei, którego symbolem może być pomocna dłoń, przysłowiowa złotówka czy choćby jedno dobre słowo oznacza pomoc dla Pacjentów i daje im siłę oraz nadzieję na kolejny dzień.



HOSP-MED ODDZIAŁ W MYSZKOWIE

**Zakład Opieki Paliatywnej „Palium”
w Myszkowie, ul. Strażacka 45**

Nieuleczalna choroba jest przykrą sytuacją, powoduje wiele trudności, a nierzadko niemożność radzenia sobie przez człowieka z jej przebiegiem i zaawansowaniem. Zarówno chory, jak i jego najbliżsi czują się bezradni, mają zachwiane poczucie bezpieczeństwa, poszukują pomocy i wymagają wsparcia w różnorodnym zakresie. Rodziny oczekują szeroko pojętego wsparcia od personelu medycznego sprawującego bezpośrednią opiekę nad chorym. Harmonijna współpraca wszystkich opiekujących się chorym, każdego zgodnie z jego powołaniem i wykształceniem, a szczególnie dzielenie się sercem, stwarza choremu i jego rodzinie pomoc w trudnych dla nich chwilach przeżywania ciężkiej choroby. Pomoc ta zawsze uwzględnia indywidualne potrzeby chorego i jego rodziny.

Nasza opieka jest sprawowana przez wykwalifikowany zespół wielodyscyplinarny, posiadający bogate doświadczenie medyczne oraz niemedyczne, zapewniające choremu kompleksową pomoc w rozwiązywaniu problemów wraz ze wsparciem dla jego rodziny. W skład zespołu udzielającego świadczenie

wchodzi: lekarz, pielęgniarka, psycholog, fizjoterapeuta, oraz wolontariusze. Dzięki czemu odchodzenie z teraźniejszości ma możliwość stać się dla chorych, a także ich bliskich etapem spokojnym i godnym oraz możliwie najwartościowszym.

Świadczymy usługi medyczne w ramach: Poradni Medycyny Paliatywnej, Zespołu Domowej Opieki Paliatywnej, pomocy psychologicznej dla pacjentów oraz ich rodzin, wypożyczalni sprzętu medycznego, punktu pobrania krwi.

Rejestracja pacjentów

Rejestracja pacjentów odbywa się telefonicznie 502 491 513 i 519 304 966, lub osobiście w siedzibie HOSP-MED Oddział w Myszkowie Zakład Opieki Paliatywnej „Palium” w Myszkowie, ul. Strażacka 45, gabinet nr 6 (budynek Przychodni nr 1) w godzinach:

poniedziałek	13.00 – 15.30
wtorek	08.00 – 10.30
wtorek	15.30 – 18.00
środa	14.30 – 18.00

Rejestracji może dokonać pacjent, jego rodzina lub osoba do tego upoważniona. Obejmujemy opieką pacjentów z terenu powiatu myszkowskiego.

W celu objęcia pacjenta opieką paliatywną konieczne jest:

- Skierowanie lekarza podstawowej opieki zdrowotnej do Zespołu Opieki Paliatywnej
- Wskazania medyczne – ksero dokumentacji medycznej (historie przebiegu choroby)
- Karta ubezpieczenia chorego lub inny dokument potwierdzający uprawnienia do świadczeń opieki zdrowotnej
- Zgoda pacjenta lub jego rodziny lub opiekuna na objęcie opieką paliatywną wyrażona na piśmie
- Kwalifikacja, której dokonuje lekarz Zespołu Opieki Paliatywnej „Palium” Paliatywnej

OPIEKA PALIATYWNA 2015

17-18 Kwietnia 2015

W dniach 17-18 kwietnia 2015 r. w Warszawie odbyła się ogólnopolska konferencja Opieka paliatywna w Polsce w 2015 roku. W sesji pielęgniarskiej na temat roli pielęgniarki w monitorowaniu bólu przewlekłego u pacjenta z chorobą nowotworową wykład wygłosiła mgr Izabela Kaptacz, pielęgniarka Stowarzyszenia Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej, Konsultant Krajowy w dziedzinie pielęgniarstwa opieki paliatywnej (trzecia od lewej).

17 Kwietnia 2015 r.

W dniu 17 kwietnia br. odbyła się również konferencja prasowa inaugurująca powstanie Obywatelskiego Porozumienia na rzecz Medycyny Paliatywnej. Misją porozumienia jest zapewnienie wszystkim chorym godnego życia i umierania w myśl praw człowieka gwarantowanych konstytucją. Podczas spotkania z udziałem ekspertów w dziedzinie medycyny paliatywnej (lekarzy i pielęgniarek), przedstawicieli rządu i władz samorządowych, ambasadorów osób chorych i ich bliskich



przedstawiono obraz opieki paliatywnej i hospicyjnej w Polsce oraz kierunki zmian. Eksperti stwierdzili, że konieczne jest między innymi opracowanie i wdrożenie Narodowego Planu na rzecz Medycyny Paliatywnej w Polsce. Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej oraz Polskie Towarzystwo Pielęgniarstwa Opieki Paliatywnej zgłosiło swój akces i wzięło udział w konferencji popierając całe przedsięwzięcie.

KONGRES KOPENHAGA

XIV Światowy Kongres Europejskiego Stowarzyszenia Opieki Paliatywnej (European Association for Palliative Care EAPC).



W dniach 8-10 maja 2015 roku w Kopenhadze odbył się 14. światowy Kongres Europejskiego Stowarzyszenia Opieki Paliatywnej (European Association for Palliative Care EAPC).



Plakat opracowany i zaprezentowany przez Izabelę Kaptacz (Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej) oraz Bożenę Łukaszek (Hospicjum Puław).

W kongresie uczestniczyły trzy tysiące osób z całego świata, w tym z Polski. Głównym mottem tego rocznego Kongresu były słowa „budujemy mosty”, nawiązujące do spektakularnych mostów łączących Danię i Szwecję. Wykłady, panele dyskusje i spotkania z ekspertami dotyczyły szeregu ważnych i aktualnych wyzwań stojących przed nami w opiece nad pacjentami u kresu życia. Podczas Kongresu odbyły się również wybory zarządu do Europejskiego Stowarzyszenia Opieki Paliatywnej. Udział w Kongresie, obok cennych doniesień naukowych, był okazją do wymiany doświadczeń i nawiązania nowych relacji z ludźmi dzielącymi naszą wspólną pasję.

Ponadto był inspiracją do podejmowania nowych wyzwań i utwierdzeniem w przekonaniu o potrzebie promowania i dalszego rozwoju opieki paliatywnej.

Podczas Kongresu przedstawiono raport wyników przyjętej dwa lata temu Karty Praskiej (Prague Charter) - działania promującego opiekę paliatywną jako podstawowe prawo człowieka. Szczegóły w języku polskim na temat Karty Praskiej:

► <http://www.eapcnet.eu/LinkClick.aspx?fileticket=eAp-N0lFgduU%3d&tabid=1904>

Aby przyłączyć się do międzynarodowego głosu, mającego na celu poprawę dostępu do wysokiej jakości opieki paliatywnej, Kartę Praską można podpisać na stronie internetowej:

► https://secure.avaaz.org/en/petition/The_Prague_Charter_Relieving_suffering

KONKURS LITERACKI KOLORY NADZIEI

I miejsce

Magdalena Jarkiewicz kl. II d
Gimnazjum nr 18
z Od działami Integracyjnymi
im Kazimierza Wielkiego
ul. Orkana 95/109 w Częstochowie

13.04.2015r.

„Znowu w życiu Mi nie wyszło...”

(Adam Sikorski)

To był chyba najgorszy dzień w moim życiu.
W szkole dostałam jedynkę z chemii, choć
uczyłam się jej przez cały weekend. Na lekcji
wf-u znów rozboleła mnie kostka, którą
skręciłam
na zawodach piłki nożnej i pewnie nie będę
mogła pojechać na Mistrzostwa Polski. Na
dodatek pokłóciłam się z moją najlepszą
przyjaciółką. Czy jeszcze coś może się zda-
rzyć trzynastego, choć to nie piątek? Może.
Tata wrócił do domu z ponurą miną i po-
wiedział,
że stracił pracę.
Mama od razu się zdenerwowała, a ja
nawet nie odważyłam się wspomnieć, że
w tym tygodniu mija termin wpłaty zaliczki
na obóz sportowy.

14.04.2015r.

„I chodź pomaluj mój świat na żółto i na niebiesko...”

(Marek Dutkiewicz)

Jak dobrze, że lubię malować.
Poszłam odreagować zły humor na kółko
plastyczne. Tam dałam upust złości, malu-
jąc pracę na konkurs
„Kolory nadziei”. Jakie kolory?
Najchętniej wszystko pomalowałabym
na czarno i szaro!
Nagle, spojrzałam na pracę mojej koleżanki
z klasy, Zuzi.
Była kolorowa, radosna,
choć jej autorka jest poważnie chora.
Ma nauczanie indywidualne
i spotykamy się tylko na kółku. Zerknęłam
na nią – zobaczyłam opuchniętą twarz,
dziwne włosy (czyżby peruka?) i wesołe
oczy. Zrobiło mi się wstyd,

że rzadko do niej dzwonię,
nie mówiąc już
o odwiedzinach.
Z kółka wróciliśmy już razem
i gadałyśmy, gadałyśmy, gadałyśmy...

16.04.2015r.

„Nadzieja uczy czekać pomaleńku”

(ks. Jan Twardowski)

Minęły już dwa dni,
a ja wciąż rozmyślałam o rozmowie z Zuzką.
Po raz pierwszy opowiedziała mi
o swojej chorobie – autoagresji,
która niszczy jej nerki, serce i inne organy.
Walczyć z nią można tylko za pomocą che-
mioteraapii, podczas której wypadają włosy,
puchnie twarz od sterydów,
a odporność spada tak bardzo,
że nie można się z nikim spotykać.
Zastanawia mnie tylko,
że Zuzia wcale nie wygląda na zmartwioną.
Dzwonię, pytam, jak się czujei słyszę:
„Nadzieja nauczyła mnie czekać
i doczekałam się,
mogę wychodzić coraz więcej z domu
i spotykać się z koleżankami...
Może wkrótce wrócę do szkoły?”

17.04.2015r.

„Nadzieja to jest czas. Jeśli człowiek coś robi – ma czas, ma jeszcze nadzieję...”

(Czesław Miłosz)

Rozmowy z Zuzią powoli przewartościo-
wują moje życie. Boląca noga? Wygoi się.
Jedynka z chemii?
Mimo założonej ortozy mogę przecież cho-
dzić do szkoły i ją poprawić. Brak pieniędzy
na obóz sportowy?
Mam trochę oszczędności z kieszonkowego,
może dołoży babcia,
a i rodzice coś na pewno wygosposodarują.
A jak nie?

Pojadę za rok.
Wtedy czas spędzę z Zuzą.
Ona nigdzie nie pojedzie.
Na pewno nie będziemy się nudzić.
Obie mamy mnóstwo pomysłów.
Jak będzie się czuć gorzej, położymy przed
telewizorem. Tak po prostu.
Bez zbędnych słów.

19.04.2015r.

„Wy jesteście moją nadzieją”

(Jan Paweł II)

Dziś, po mszy świętej
moje koleżanki z Wolontariatu zbierały
pieniądze na Hospicjum w Częstochowie.
Przeczytałam otrzymaną od nich notatkę.
Zwróciły moją uwagę słowa:
„pomagając, wspierając, dając nadzieję.”
Zrozumiałam, że do tej pory myślałam
głównie o sobie. Przyjaźń z Zuzką pokazała
mi, co w życiu jest naprawdę ważne – zdro-
wie, przyjaciele, nadzieja,
czasami wbrew wszystkiemu.
Może i ja spróbuję dawać wsparcie
i zapiszę się do
Wolontariatu?

20.04.2015r.

„Nadzieje się chyba spełniają, bo jest ich coraz mniej...”

(Stanisław Jerzy Lec)

Bardzo spodobała mi się ta fraszka.
Wierzę, że spełni się jeszcze jedna nadzieja
i Zuzia wróci do szkoły.
A jeśli nie? –
– „Nadzieja umiera ostatnia.”

SZTUKĄ JEST BYĆ DOBRĄ PIELEŃNIARKĄ

Droga zawodowa pielęgniarzek na co dzień nie jest usłana różami. Stosunkowo niskie płace, ogromna odpowiedzialność za ludzkie życie, obcowanie z niewyobrażalnym cierpieniem i śmiercią jednocześnie – to tylko kilka aspektów, które pojawiają się w pracy każdej z nich. Jaka w takim razie jest recepta na wytrwałość w tym zawodzie? Trzeba go po prostu pokochać – mówi Beata Gradoń, pielęgniarzka oddziałowa w częstochowskim hospicjum przy ulicy Krakowskiej 45A.

W tym roku mija 20 lat odkąd pracuje Pani jako pielęgniarzka w Stowarzyszeniu Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej. Praca to niezwykła, bo wymagająca dużej odwagi, cierpliwości, empatii, zrozumienia. Jak trafiła Pani do hospicjum?

Beata Gradoń: Tak naprawdę przez przypadek. To było chyba zrzęcenie losu. Byłam bezrobotną pielęgniarzką. Oczywiście, słyszałam wcześniej o hospicjum w Częstochowie. Pewnego dnia trafiłam do Urzędu Pracy i dostałam skierowanie na prace interwencyjne do hospicjum. Dwadzieścia lat temu praca w ramach takiej umowy trwała przez pół roku. Potem były dwa, trzy miesiące wolontariatu i znowu można było podpisać kolejną umowę (i jak pamiętam robiłam to sześć razy). W przerwach między umowami nie przestawałam pracować. Przychodziłam wówczas do hospicjum wolontaryjnie. To były czasy, kiedy pracowała tam niewielka grupka pielęgniarzek, do tego był lekarz, a do dyspozycji tylko jeden samochód, którym trzeba było dojeżdżać do pacjentów z terenu byłego województwa częstochowskiego. Wciąż pamiętam te trudne czasy i naprawdę ekstremalne warunki.

Czy rozpoczynając pracę w hospicjum miała Pani pełną świadomość jej specyfiki, tego, że niemal codziennie trzeba będzie obcować z bólem, cierpieniem, śmiercią?

Beata Gradoń: Tak. Niedługo przed rozpoczęciem pracy w hospicjum miałam pod opieką babcię, którą zajmowałyśmy się wspólnie z mamą i siostrą. Nigdy nie bałam się śmierci. Tak zostałam wychowana.

Pamięta Pani pierwszą osobę, która odeszła przy Pani w hospicjum?

Beata Gradoń: Pamiętam... To była kobieta około 40-letnia. Miałam wówczas popołudniowy dyżur. Otrzymałam telefon, by do niej natychmiast przyjechać. Kobieta umierała, podczas gdy jej rodzina była na to zupełnie nieprzygotowana, wyizolowana, pełna



Beata Gradoń na sali przy pacjencie

obaw i lęku przed śmiercią. To ja musiałam towarzyszyć jej w odchodzeniu. Zmarła przy mnie.

Do odchodzenia pacjentów, do widoku śmierci można się przyzwyczaić? Czy za każdym razem to jest pewnego rodzaju trauma?

Beata Gradoń: Każdy pacjent odchodzi inaczej. Jednych lubimy bardziej, innych mniej, to ludzkie. To wszystko zależy od osobowości pacjenta – do jednych przywiązujemy się mocniej. Ale zawsze śmierć jest bólem, przykrym doświadczeniem. Najtrudniej jest wtedy, gdy odchodzą młode osoby. Jak wytłumaczyć taką śmierć ich bliskim? Jako pracownicy sporo czerpiemy od pacjentów, uczą nas pokory, szacunku do życia, radości. Kiedy byłam młodsza na pewno było mi trudniej patrzeć na śmierć. Dziś wiem, że jest ona nieodłączną częścią życia, którą wcześniej czy później musimy zaakceptować. Nie warto się kłócić. Szkoda czasu. Trzeba po prostu żyć. Tłumaczymy to dziś nie tylko pacjentom, ale i młodym pielęgniarzkom, które rozpoczynają pracę w hospicjum.

Czy w takim razie o zatrudnieniu w hospicjum można mówić w kategorii pracy? Może jest to jednak pewnego rodzaju misja?

Beata Gradoń: To jest misja, zaangażowanie. To coś więcej, niż praca. Nie mając w sobie poczucia misji, a potem empatii i współczucia, trudno byłoby przychodzić każdego dnia do hospicjum, tak po prostu. To byłoby nie do zniesienia.

Mam wrażenie, że jako pielęgniarzki hospicyjne musicie być także dobrymi psychologami. Każdego dnia patrzycie na tych, którzy odchodzą, ale też na ból ich rodzin. Im też przecież trzeba coś powiedzieć, przekazać...

Beata Gradoń: Każda z pielęgniarzek pracujących w hospicjum jest przygotowana pod względem psychologicznym. Przechodzimy szereg szkoleń z tego zakresu. I niejednokrotnie zdarza się tak, że gdy nie ma na oddziale psychologa, to my musimy pełnić jego rolę. Oczywiście, nie jesteśmy psychologami w pełnym tego słowa znaczeniu, ale powinniśmy umieć przygotować rodzinę i pacjenta do tego, co ma nadejść. Z reguły chorzy doskonale wiedzą, kiedy zbliża się koniec i jaka jest diagnoza.

Lepiej w takim razie żyć w świadomości czy nieświadomości?

ŻYCIE TOCZY SIĘ KAŻDEGO DNIA

Badania, leki, wizyty lekarskie, kontrole. Raz jest lepiej, innym razem gorzej. Życie chorego na raka toczy się w określonym rytmie. Choroba zabiera nie tylko dodatkowe kilogramy, czasem także chęć do życia. Co zrobić, by na zawsze jej nie utracić? Zapraszamy na spotkanie z pacjentką częstochowskiego hospicjum – Elżbietą Markiewicz

Zachorowała w czerwcu 2014 roku. Niespodziewanie. Przez wiele lat leczono jej rzekomo chory kręgosłup. Ból był promieniujący, silny. Dostawała kolejne leki, a on wciąż nie mijał. Wykonała niemal wszystkie badania. W końcu ktoś wpadł na pomysł zrobienia kolonoskopii. Wyniki? Zaskakujące. Już wiadomo było, że to nie kręgosłup. Na jelicie grubym przez dziesięć lat rozwijał się guz. Diagnoza: nowotwór złośliwy, brak przepływu światła. Podjęto decyzję o jego natychmiastowym usunięciu. Jednocześnie okazało się, że ma jeszcze pękniętą

kość udową biodra. Dwie operacje, w Piekarach i Bytomiu! Guz usunięty. Wstawiona endoproteza. Rekonwalescencja. Ile trzeba sił, by znów wrócić do zdrowia... Ale to już przecież nie to samo. Nie to samo zdrowie, nie te same siły. Dziś nie może samodzielnie chodzić, porusza się o kuli. I wciąż uczy się stawiania kroków. Uszkodzony nerw kolana też daje o sobie znać. Choroba sprawiła, że życie wkroczyło w całkiem inny etap. Gorszy? Z pewnością. Bo nic już nie jest takie jak wcześniej. Myślenie o przyszłości trzeba czasem odłożyć na bok. Bo wciąż nie ma pewności, czy ta nadejdzie. Ale jest za to terazniejszość. I z tego trzeba się cieszyć. Są pielęgniarki, lekarze, wolontariusze, inni pacjenci, tyle dobra wokół... Tyle nadziei... Jak można tego nie doceniać? I docenia i cieszy się każdym kolejnym dniem. Choć te są przecież podobne do siebie. Badania, leki, wizyty lekarskie, kontrole. Raz lepiej, raz gorzej. Przez chorobę schudła ponad 30 kilogramów i wciąż chudnie. To niepokoi. Ale docenia, że nie ma stomii. Wciąż może jeszcze naturalnie się wypróżniać. Dziś nie ma około 9 centymetrów jelita grubego. Ale żyje. Na razie nie ma przerzutów. Jest niespełna 70 – letnią kobietą.

Beata Gradoń: Ja chciałabym wiedzieć. Ale są rodziny, które twierdzą, że tatuś czy mamusia nie chcą mieć pełnej świadomości tego, co im dolega i co ich jeszcze czeka w przyszłości. Kiedy jednak pacjent nie jest ubezwłasnowolniony i pyta, gdzie się znajduje, my po prostu odpowiadamy.

Cały czas rozmawiamy o śmierci i różnych jej aspektach, ale przecież od dłuższego czasu hospicja w Polsce chcą przekonać do tego, że w nich też jest życie. Gdzie w takim razie szukać jego przejawów?

Beata Gradoń: Zapraszamy na nasze akcje, podczas których widać radość, uśmiech, życie. Kiedyś mówiło się, że hospicjum to umieralnia. Dziś jest inaczej. Wizerunek hospicjów stale się zmienia i duża w tym zasługa różnych kampanii. Oczywiście, pacjenci miewają lepsze i gorsze dni, ale też potrafią się cieszyć, np. wtedy, gdy widzą swoje ulubione pielęgniarki, gdy wspólnie obchodzą święta i inne okazje. Nie sztuką jest być tutaj pielęgniarką, sztuką jest być dobrą pielęgniarką, która we wszystkim chorym pomoże, będzie radosna, pomimo bólu i cierpienia i przede wszystkim wróci do pracy następnego dnia. Tu muszą pracować ludzie, którzy cieszą się z życia, którzy to życie, energię mają cały czas w sobie.

W maju obchodziliśmy Międzynarodowy Dzień Pielęgniarki. Czego Wam życzyć?

Beata Gradoń: Satysfakcji z pracy, dużo uśmiechu, żeby decydenci w Warszawie zauważyli, jak trudny zawód wykonujemy i zwrócili uwagę na wciąż spadającą liczbę pielęgniarek. Mam nadzieję, że w przyszłości zmienią się także płace polskich pielęgniarek, które, jak powszechnie wiadomo, cenione są na całym świecie.

Dziękuję za rozmowę.

Jak znalazła się w hospicjum? To była konieczność. Od lat mieszkała sama, jest wdową, mąż zginął w wypadku samochodowym. Problemy z poruszaniem całkowicie wykluczyły samodzielność. Teraz trzeba liczyć tylko na innych. A w hospicjum ma niemal wszystko. Czuje się tu wspaniale, wręcz nie wyobraża sobie powrotu do domu. Niektórzy się dziwią. Nie chcesz iść do siebie? Nie chce. Ma 24-godzinną opiekę. Nie musi się troszczyć o posiłek, zakupy, sprząatanie. Pielęgniarki i lekarze wspaniali. Troskliwi wobec umierających, współczujący i fachowi. Czego chcieć więcej? Marzy jej się wyjście do kina. Wcześniej nie była jego wielką amatorką. Ale w chorobie marzy się o różnych rzeczach. Czasem o tym, czego już po prostu nie ma i nigdy nie wróci. Kiedyś była taka aktywna... Przez 30 lat dyrektor przedszkola w Częstochowie. Przedsiębiorcza, zadbana, z makijażem, pełna życia.

Starość się Panu Bogu nie udała. Choroby też. Starszy, schorowany człowiek czuje się nikomu niepotrzebny. Przysparza problemów, a dziś życie ma być niekłopotliwe, proste i radosne...

W hospicjum dostrzega się w końcu, że jest ono także tragiczne. Śmierć to część życia. Patrzeć na umieranie czasem przygnębia. Nie da się o tym nie myśleć. Ale hospicjum to też życie. Życie, które toczy się tutaj każdego dnia. I o nie właśnie wciąż warto walczyć.

LECZENIE BÓLU TO KONIECZNOŚĆ

Ból ma różne oblicza i nie zawsze uda się go zredukować do zera. Ale pewne jest to, że można go złagodzić. Od kilku lat na rynku medycznym dostępne są już odpowiednie leki, a medycyna paliatywna niejednokrotnie potrafi wygrać z bólem. O cierpieniu pacjentów, a także o ogólnopolskiej kampanii „Rak wolny od bólu” rozmawiamy ze specjalistką medycyny paliatywnej – Marią Szwarc.

Pani doktor, czy wszyscy pacjenci z chorobami nowotworowymi odczuwają ból, cierpią z powodu bólu?

Maria Szwarc: Z powodu bólu cierpi prawie 90 procent pacjentów, ale są to ci pacjenci, którzy mają już zaawansowaną chorobą nowotworową. Natomiast u osób, które są leczone, bądź na jakiś czas zostały wyleczone, ból może występować, ale nie musi.

Jaka jest w takim razie skala bólu u pacjentów z zaawansowaną chorobą nowotworową? Czy możemy określić, opisać to cierpienie?

Maria Szwarc: Ból może być bardzo różny. Ale u osób z chorobą nowotworową nasila się od średniego do dużego. Z reguły, jeśli uda nam się opanować ból w ten sposób, że silny redukuje się do poziomu mało odczuwalnego, to już mamy osiągnięcie, coś na kształt satysfakcji. Ale nie zawsze jesteśmy w stanie opanować silny ból, zredukować go do zera. Mamy różne skale i w różny sposób oceniamy skalę jego natężenia. Mamy np. taką, która daje wynik cyfrowy. Ale często potrzebujemy też od chorego precyzyjnego opisu, jaki to jest ból, kiedy się nasila, co powoduje jego złagodzenie, czy ma na to wpływ lek, pozycja, a może posiłek. Okazuje się, że nawet takie elementy jak pogoda, wilgotność powietrza czy wiatr mogą mieć wpływ na natężenie bólu u pacjentów.

Co się zmieniło w ostatnich latach, jeśli chodzi o podejście do bólu? Jak zmieniły się leki? Kiedyś mówiło się wyłącznie o morfinie, która, jako jedyna, miała łagodzić cierpienie chorych...

Maria Szwarc: Od 1986 roku obowiązuje drabina analgetyczna i w niej rzeczywiście na trzecim szczeblu znajduje się morfina. Ale od tego czasu minęło przecież 30 lat. Medycyna stale się rozwija i dziś mamy różne inne leki opioidowe w typie morfiny. Te leki są dużo bardziej wysublimowane, bardziej ukierunkowane na pewien rodzaj choroby czy bólu. Ale jeżeli przeliczamy dawkę opioidu dla chorego, to jest taka zasada, że zawsze przeliczamy ją w stosunku do morfiny.

Pani doktor, skoro mamy tak specjalistyczne leki, które można odpowiednio dawkować, indywidualnie dopasować do chorego, to dlaczego tak wielu pacjentów wciąż cierpi z powodu bólu i nie otrzymuje fachowej pomocy?

Maria Szwarc: To jest bardzo złożony problem. Po pierwsze, ból nie zawsze da się zredukować do zera. Jeżeli chory trafi do ośrodka, który zajmuje się leczeniem bólu, to nie zawsze przy pierwszej wizycie wychodzi z odpowiednio dobranymi lekami, ale jest jakiś początek, rozpoczyna się terapia. Można poznać pacjenta, jego odczuwanie bólu, dolegliwości, na to potrzeba czasu. Gorzej, jeżeli pomiędzy chorym a lekarzem czy pielęgniarką nie ma współpracy, odpowiedniej komunikacji, np. pacjent boi się morfiny czy innych leków silnie działających. Wtedy na pewno nie będzie on przyjmował leków według zaleceń. Z moich obserwacji wynika też, że spora część chorych boi się onkologii, medycyny paliatywnej czy hospicjum. Potem trafiają oni na oddziały, które leczą, ale jednokierunkowo, np. ginekologicznie, chirurgicznie, urologicznie. Znam pacjentów, którzy po zabiegu chirurgicznym nigdy nie trafili do onkologa, nie kontrolowali swojego stanu zdrowia i nie rozszerzali terapii. I wtedy leczenie nie daje takich rezultatów, które mogłyby być zadowalające dla pacjenta i lekarza. Trudno oczekiwać od urologa, żeby zajmował się precyzyjnym monitorowaniem bólu czy innych nasilających się objawów choroby.

Czyli tak naprawdę choremu na raka potrzeba stałej, specjalistycznej opieki?

Maria Szwarc: Tak, dzisiaj tak jest w każdej chorobie, nie tylko w przypadku nowotworów. Pacjent musi mieć zapewnioną kompleksową opiekę.

Jeśli chorzy mieliby taką opiekę, nie potrzeba byłoby ogólnopolskiej kampanii „Rak wolny od bólu”, która zachęca pacjentów do w pełni świadomej walki z bólem. Tymczasem wciąż daleko nam do ideału... To dlatego tak wielu pacjentów w Polsce zdecydowało się skorzystać z dyżuru lekarza medycyny paliatywnej podczas trwania kampanii.

Maria Szwarc: 25 kwietnia zgłosili się do nas pacjenci z różnych stron Polski i z bardzo różnymi sprawami. Każda z nich była na tyle poważna, że wymagała sporo czasu na konsultację. W efekcie czas poświęcony chorym był dłuższy, niż początkowo zakładaliśmy. Uważam, że przeznaczenie 20 minut na chorego z nowotworem, którego nie znamy i nie leczymy na co dzień, to zdecydowanie za mało. Dlatego pacjenci, którzy zgłosili się do częstochowskiego hospicjum otrzymali nie tylko fachową pomoc, ale i odpowiednio dużo czasu i uwagi. Wcześniej ci sami

"BÓL ABORCJI"

c.d. z nr 1 (36) 2015



Aborterzy i ich poplecznicy twierdzą, że aborcja nie jest dla dziecka bolesna, że nie powoduje cierpienia.

- Nawet gdybyśmy całkowicie znieczulili matkę i dziecko, aborcja pozostanie złem moralnym, ponieważ jest zabiciem niewinnego człowieka. Dlatego uważam, że spekulacje na temat bólu mają znaczenie drugorzędne i wiodą na manowce. To tak jakbyśmy zastanawiali się nad optymalną – bezbolesną metodą kary śmierci: gilotyna, stryczek, komora gazowa, a może letalny zastrzyk? Co jest bardziej „humanitarne”? Jeżeli przyjmujemy

pacjenci nie mogli liczyć w swoich miastach na prawidłowo dopasowaną terapię i pomoc. W jednym przypadku chory miał złe leczenie, ale brakowało komunikacji i współpracy pomiędzy nim a lekarzem. Inny pacjent dotarł do Częstochowy aż z Leszna, wykonał wielki wysiłek, ale po 1,5 godzinnej wizycie, stwierdził, że warto było tak daleko podróżować. Chorym po prostu należy się ten czas, w którym można wszystko spokojnie i dobrze wytłumaczyć.

Pani doktor, czy wszystkim udało się pomóc, oczywiście na tyle, na ile było to możliwe w ciągu kilkunastu godzinnych dyżuru?

Maria Szwarc: Mam takie poczucie, że tak. Najważniejsze, żeby chory był zrozumiany i miał to poczucie bezpieczeństwa, żeby nie błędził, nie poszukiwał. Bo strata czasu w przebiegu choroby nowotworowej może mieć fatalne skutki. To samo dotyczy reszty leczenia bólu. Nieleczony, przewlekły może nasilać rozwój choroby nowotworowej.

Czy w związku z tym takie akcje są potrzebne w Polsce?

Maria Szwarc: Takie akcje są wręcz niezbędne. Rozszerzenie wiedzy na temat onkologii, medycyny paliatywnej może przynieść tylko pozytywne efekty. Pacjent oswaja się z tematem, a hospicjum może promować swoją niezwykle cenną pracę i misję jednocześnie.

Dziękuję za rozmowę.

taką płaszczyznę dyskusji, to niechybnie dojdziemy do wniosku, że najbardziej bezbolesne dla zabijanego dziecka byłoby wstrzyknięcie potasu do żyły pępowinowej. Ale czy to nie przypominałoby dyskusji esesmanów w Oświęcimiu?

Na kanwie nagonki na prof. Bogdana Chazana niektórzy lekarze (np. prof. Mirosław Wielgoś) próbowali jak gdyby zmniejszać skandal zabijania dzieci, opowiadając, że aborcja nie przebiega w ten sposób, że dziecko jest rozrywane na strzępy, tylko wskutek farmakologicznej indukcji porodu roni się samoistnie. Wcześniej umiera w łonie matki. Ale znane są przecież przypadki, że dziecko roni się żywe.

- Tak jak wspomniałem powyżej, po zamknięciu pępowiny dziecko dusi się, chyba że ma to „szczęście” i np. z powodu wady mózgu nie ma struktur nerwowych odbierających bodźce chemiczne. Ja nie chciałbym umierać, dusząc się przez kilka godzin. Dlatego tak istotna jest odpowiedź na pytanie: czy w takiej sytuacji można dziecku podać morfina i tlen? To pytanie tylko pozornie jest absurdałne.

Natomiast propagowanie i praktykowanie aborcji przez profesorów medycyny uderza w jej podstawy (vide przysięga Hipokratesa: „Nigdy nikomu, także na żądanie, nie dam zabójczego środka ani też nawet nie udzielę w tym względzie rady; podobnie nie dam żadnej kobiecie dopochwowego środka poronnego”). Przyjęcie zasady, że ludzi nieuleczalnie chorych należy zabijać z powodu ich cierpienia (zamiast pozwolić im żyć i łagodzić cierpienie), spowoduje, że medycyna będzie zajmowała się wyłącznie pacjentami, którzy dobrze rokowują i nie cierpią. Mam nadzieję, że nie dożyję takich czasów. Założenie, że możliwy do osiągnięcia jest świat, w którym ludzie nie cierpią, jest oczywiście utopią.

Rozumie Pan te próby przekonania społeczeństwa, że aborcja jest lepszym rozwiązaniem w przypadku chorego dziecka, które nie ma szans na przeżycie, niż pozwolenie mu naturalnie się urodzić i naturalnie umrzeć? Że dziecko mniej cierpi?

- Nie, nie rozumiem i nie akceptuję tych argumentów. Opierają się bowiem na dwóch fałszywych przesłankach: pierwszej, że sztucznie poronione dziecko nie cierpi; drugiej, że naturalnie urodzone dziecko, umierające na oddziale neonatologii albo w domu pod opieką hospicjum, cierpi. Obydwa te twierdzenia są nieprawdziwe.

Proszę zwrócić uwagę, że problem leży gdzie indziej. W istocie cierpią rodzice, gdy nagle otrzymują niepomysłny wynik diagnozy prenatalnej. Przeżywają szok, który powoduje, że stają się podatni na sugestie lekarza. To krytyczny moment, w którym lekarz może pomóc im w zaakceptowaniu choroby dziecka albo przeciwnie – zaproponować aborcję.

Ale czy ich cierpienie uzasadnia zabicie dziecka? Uważam, że lekarze, którzy twierdzą, że przerwanie ciąży „przerzywa” również cierpienie rodziców i w ten sposób im „pomaga”, bo „rozwiązuje problem” – są w błędzie. Nie posiadają bowiem wiedzy na temat dalszych konsekwencji aborcji: poczucia winy i zespołu poaborcyjnego. Dlatego ich rozumowanie jest fałszywe, a nieprzekazanie kobiecie informacji o psychologicznych następstwach aborcji – niezgodne z ustawowym obowiązkiem uzyskania świadomej zgody na przerwanie ciąży.

Od 15 lat prowadzimy tzw. hospicjum perinatalne, które polega na objęciu opieką rodziców od momentu przekazania im diagnozy wady letalnej. Zajmują się tym w naszej fundacji moja żona, prof. Joanna Szymkiewicz-Dangel oraz psycholodzy naszego hospicjum: mgr Agnieszka Chmiel-Baranowska i mgr Dominika Maksiewicz.

Dziękuję za rozmowę.

HOSPICJUM NA PIKNIKU

Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej było jedną z organizacji, które 30 maja zaprezentowały swoją działalność podczas Pikniku Pozarządowego na Promenadzie im. Czesława Niemena. Wydarzenie zorganizowano w ramach 25. edycji Dni Samorządu Terytorialnego.



Krzysztof Matyjaszczyk - Prezydent Miasta Częstochowy odwiedził stoisko Stowarzyszenia

Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej było jedną z 60 organizacji, które uczestniczyły w tej imprezie i zaprezentowały swój bogaty dwudziestoletni dorobek w zakresie ochrony zdrowia i pomocy społecznej dla mieszkańców regionu częstochowskiego. Podczas Pikniku wolontariusze stowarzyszenia rozdawali biuletyny, ulotki i watę cukrową

rozpoznawczymi Stowarzyszenia jest Kampania „Pola Nadziei” oraz kolorowy „Marsz Nadziei”, który każdego roku przechodzi częstochowskimi Alejami na Jasną Górę.

Stoisko Stowarzyszenia Opieki Hospicyjnej licznie odwiedzili mieszkańcy miasta a wśród nich najznamienitszy tj. Prezydent Miasta Czę-



Ryszard Majer - Radny Sejmiku Województwa Śląskiego wraz z przedstawicielami Hospicjum

stochowy Krzysztof Matyjaszczyk. Warto podkreślić, że taki bezpośredni kontakt często przynosi konkretne rezultaty. Zdarza się, że o ofercie

Prezentacja działalności Hospicjum na stoisku podczas Dnia Samorządu Terytorialnego



w kolorze „Pól Nadziei”. Pielęgniarki mierzyły ciśnienie tętnicze oraz udzielały informacji, odpowiadały na wiele pytań nurtujących mieszkańców w zakresie opieki nad ciężko chorymi i niepełnosprawnymi. Od wielu lat znakami

stowarzyszenia dowiadują się Ci, którzy właśnie potrzebują wsparcia, inni decydują się na bezpłatną formę pomocy, jaką jest wolontariat hospicyjny.

Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej
Ziemi Częstochowskiej

Częstochowa, ul. Krakowska 45a
www.hospicjum-czestochowa.pl



Zarząd
Stowarzyszenia Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej
zaprasza na

Teatralną Podróż
„Od Pana Moliera do Big Brothera”

W Programie :

Spektakl kabaretowy pt: „Wielki Brat Patrzy”
Sztuka Moliera pt: „Chory z urojenia”

w dniu 25.06.2015 o godz. 18.00

w Klubie Politechnik Al. Armii Krajowej 23
w Częstochowie

Dobrowolna wpłata na Hospicjum 20 zł

szczegółowe informacje pod nr
tel 602 388 768 oraz 502 025 442



DZIĘKUJEMY!

**Składamy serdeczne podziękowania
Wszystkim, którzy podarowali 1% podatku dochodowego
na Hospicjum przy ul. Krakowskiej 45A
Zarząd Stowarzyszenia
Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej**



Biuletyn „Palium” Wydawca: **Stowarzyszenie Opieki Hospicyjnej Ziemi Częstochowskiej Pożytku Publicznego** OPP KRS 0000056401
Częstochowa 42-202; ul. Krakowska 45a; tel./fax 34 360 54 91; e-mail: hospicjum.czystochowa@wp.pl; www.hospicjum-czystochowa.pl;

konto bankow: Bank PeKaO S.A Oddział Częstochowa 15 1240 1213 1111 0000 2379 4368

Zespół reakcyjny: Izabela Kaptacz, Dagmara Jarosik, Marta Kachel

Foto: Aneta Moćko, Artur Kaptacz

Opracowanie graficzne i skład: Sylwia Mitreva

Druk: Drukarnia Częstochowskie Zakłady Graficzne Sp. z o.o.

Aleja NMP 52, 42-217 Częstochowa

www.hospicjum-czystochowa.pl