

# Měla rakovinu, po vyléčení

Letošní Žena regionu **Eva Barkmanová** je člověkem, kterého určitě potkáte, pokud onemocníte rakovinou. Rozdává naději, víru v život a optimismus.

ny, kde se rakovina objevila, chce hlavně vědět, co dělat, jak s tímto nepřítelem bojovat. Už jen slovo RAKOVINA je stále strašák, neboť pořád na ni umírají lidé kolem nás. Ne každý lékař umí šetrně pacienta připravit na to, co ho čeká, a tak jako já kdysi, člověk hledá někoho, kdo mu dodá odvalu to nevzdávat, překonat ten šok a dá naději na pokračování života.

**Mnozí lékaři už za léta praxe dokážou na první pohled poznat, jestli pacient rakovinu přežije nebo ne. Vypěstovala jste si také podobný smysl?**

To určitě ne. I když nám před dvěma lety odešla naše dlouhodobá členka a byla jsem jí s kamarádkou navštívit dva dny před její smrtí, v podvědomí jsem cítila, že to je poslední návštěva. Samozřejmě, že lékař odborník může toto odhadnout, ale víme, že i taková špatná předpověď se nemusí vyplnit a tělo samo dokáže při vhodných životních podmínkách rozsudek smrti oddálit i o několik let.

**Co přesně je pro nemocné rakovinou nejdůležitější? Někdo se rychle vrhne do nevyřešených vztahů, jiný si začne uspořádat majetek, další propadne depresi, je nějaká univerzální rada?**

Univerzální rada snad ani není. Každý z nás je jiný, jinak zátěž prožívá. Podle mě je velmi důležitá osobnost ošetřujícího lékaře. Ten by měl zvážit, jaké informace a jakou formou pacientovi předá. A doporučovala bych, aby u toho byl ještě někdo blízký, protože i podle vlastní zkušenosti vím, že mozek vypíná a nevnímá to, co je sdělováno. Lékař by měl vysvětlit, proč a jaký druh léčby se hodí na ten určitý druh nádoru, předem upo-



Eva Barkmanová zachycená při přebírání titulu Žena regionu. FOTO | J. LANGER

zornit na vedlejší příznaky, možnost komplikací. Nejvíce si lidé stěžují, že s nimi lékaři málo mluví.

**Rakovina je stále v naší společnosti trochu tabu. Nemluví se o ní. V čem je podle vás chyba?**

Teď jste mi připomenul můj pobyt v liberecké nemocnici. Vedle mě ležela naše sousedka se stejnou diagnózou. Prosila mě, abych, až se vrátíme domů, nikomu neřekla, že má rakovinu - styděla se za to. Když děláme informační akce k prevenci zhoubných nádorů, často slyšíme, nás se to netýká! Potom také, bohužel, mnozí, mají-li nějaké zdravotní problémy, přichází k lékaři pozdě. Chce to asi otevřeně o rakovině mluvit, využít ještě více média k osvětě.

V zásadě se člověk věřící dokáže lépe vyrovnat s nastalou situací. Modlitba přináší duševní útěchu. Proto nevěřící vyhledávají psychoterapeuty, psychology, protože psychická pohoda je důležitou součástí léčby.

**Je obtížné pečovat o pacienty, u nichž víte, že nejspíše zemřou?**

Hodně záleží na tom, kde pacient je. Po-

kud je v nemocnici, která má pro tyto lidi zvlášť upravené pokoje, kde mohou být se svými blízkými, je to lehčí, protože odbornou pomoc a ošetření zajistí personál nemocnice, a my můžeme poslední chvíle zpřijemnit už třeba jen tím, že jsme přítomni. Pokud máme nemocného doma, je to velká zátěž na psychiku všech v domácnosti, je to vyčerpávající, deprimující. Chtěli bychom pomoci - ale už to nejde. Pacient se v domácím prostředí cítí mnohem lépe, a proto je dobré využít službu domácí ošetrovatelské péče.

**U rakoviny se říká, že postihne každého čtvrtého člověka v populaci. Není to děsivé zjištění? Vzala vám nemoc někoho blízkého?**

Jezdím každý rok několikrát na přednášky, které pořádá Liga proti rakovině Praha, Aliance žen s rakovinou prsu nebo Onko-unie. Stíhají se přednášející, kapacity v oboru, a vždy se dovídáme, že počet zhoubných novotvarů se každoročně zvyšuje, ale úmrtnost stagnuje nebo klesá - to je dobrá informace. Z toho plyne, že se jedná o včasné záchyty nemocí, lepší diagnostiku a účinnější léčbu.

**5plus2**  
**ROZHOVOR**  
TOMÁŠ LÁNSKÝ

**ČESKÁ LÍPA |** Sama před lety onemocněla rakovinou. Po vyléčení se rozhodla, že onkologicky nemocným lidem bude pomáhat. Celoživotní učitelka Eva Barkmanová se stala předsedkyní Českolipské Vesny, která lidem s rakovinou pomáhá a šíří poznatky o této nemoci. Za svůj přínos byla oceněna titulem Žena regionu.

**Už přes dvacet let pomáháte onkologicky nemocným lidem. V čem přesně vaše pomoc spočívá a co konkrétně jim poskytlujete?**

Naše klubová činnost je postavena na pravidelných schůzkách, pořádání přednášek a besed, pořádáme výlety a zájezdy, zapojujeme se do charitativních akcí, jezdíme na ozdravné rekondiční pobyty, sbíráme víčka pro postiženou holčičku z Rumburka, spolupracujeme s dalšími organizacemi. Ale hlavně připravujeme akce pro širokou veřejnost, kde informujeme o tom, jak se dá rakovině předcházet.

**Na co se nemocní lidé nejvíce ptají? Pokud přijde někdo nový, nebo člen rodi-**

INZERCE

**Obchod a zpracování dřeva**

**PALIVOVÉ DŘEVO štípané**

**TVRDÉ (buk, dub) 1000,- Kč / prms**

**POLOTVRDÉ (javor, jasan, olše - mix) 900,- Kč / prms**

**NOVĚ PRODEJ HLÍNY 400,- Kč / m<sup>3</sup>**

**VÍCE INFO A OBJEDNÁVKY NA:**  
tel.: 777 808 417 - p. Beneš  
[www.drevocli.cz](http://www.drevocli.cz)

**5 PLUS<sup>2</sup>**

Vydává: MAFRA, a.s., IČ: 45313351, se sídlem Praha 5, Karla Englišova 519/11, PSC 150 00 • Evidenční číslo: MK ČR E 20628 • Šéfredaktor 5plus2: Petr Škarda • Zástupce šéfredaktora 5plus2: Jan Korbel • Vedoucí krajské redakce MAFRA: Jan Stránský, jan.stransky@mafra.cz • Editor: Milada Prokopová, milada.prokopova@mafra.cz • Vedoucí krajské inzerce: Sárka Zpěváková, sarka.zpevakova@mafra.cz • Inspektor distribuční sítě: Walter Oberländer, tel.: 602 180 358, walter.oberlander@mafra.cz • Krajská redakce: OC Forum, Soukenné náměstí 2a/669, 460 01 Liberec • Okresní redakce: Tomáš Lánský, tel.: 601 393 270, tomas.lansky@mafra.cz • Inzerce: Hana Pravdová, tel.: 601 393 279, hana.pravdova@mafra.cz • Tisk: TISKÁRNÝ MAFRAPRINT Praha a Olomouc • Vydání je neprodejné, vychází každý pátek. © MAFRA, a.s. 2014 nebo uvedení dodavatele obsahu. Jakékoli užití a šíření částí nebo celku obsahu týdeníku 5plus2 (včetně jeho překladu) bez písemného svolení vydavatele je zakázáno. Nevyžádané příspěvky se nevracejí. Vydavatel si vyhrazuje právo bez udání důvodu nepřijmout inzerce. • Vydavatelství MAFRA, a.s. je součástí koncernu AGROFERT ovládaného Ing. Andrejem Babišem.

# pomáhá sama lidem s nádory

Děsivé je to, že mnoho lidí nevyužívá ani screening, na který jsou zváni. A koho mi rakovina vzala? Oba rodiče, nezávno tchána mojí dcery, kolegyni ve škole, několik členů Českolipské Vesny, kamarády a kamarádky, bohužel i mé bývalé žáky.

## Sama jste kdysi onemocněla rakovinou. Povězte, jak se s takovou diagnózou žije?

Začátky byly tak jako u ostatních hrozné, po operaci jsem se nechtěla vzbudit, myslela jsem, že to už je konec. To bylo v nemocnici v Ústí nad Labem. Na ozařování jsem si zažádala o přeložení do Liberce, byl mi bližší - studovala jsem tam. To už jsem na tom byla relativně dobře, mohla jsem pomáhat ostatním pacientkám. Umluvila jsem pana doktora a nastoupila po osmi měsících zpět do školy. Všichni ke mně byli pozorní, milí, jak kolegyně, tak žáci a jejich rodiče. O rakovině jsem mluvila se žáky, na školu jsem několikrát pozvala paní doktorku Miroslavu Skovajsovou a začala se věnovat preventivním aktivitám. Jak ve školství, tak v Českolipské Vesně. A kdybych to neměla v lékařské dokumentaci, tak

bych si to prakticky ani neuvědomovala.

## Co všechno jste ve svém životě musela změnit a dělat jinak?

Určitě jsem zvolnila své životní tempo. Už jsem nemusela všechno stihnout. Přehodnotila jsem životní priority, lépe chápu ostatní lidi. A snad to nejdůležitější

„Děsivé je, že mnoho lidí nevyužívá ani screening, na který jsou zváni.“

je, že jsem si začala vážit svého života, neriskovat zdraví. Měla jsem to štěstí, že jsem na ZŠ byla do svých 73 let, věnovala jsem se tomu, co mě bavilo a dávalo smysl života.

**Řada onkologicky nemocných lidí dostává v nemocnici nejednoznačné odpovědi, je s nimi nedůstojně zacházeno a nemají žádnou psychologickou podporu. Máte tuto zkušenost?**

Naštěstí jsem vždy přišla do styku s

těmi, kteří jednali s pacienty jako sobě rovnými. Ale dodnes mají i členové Vesny špatné zkušenosti s některými ošetřujícími lékaři. I já jsem při hospitalizaci viděla několik příkladů špatného zacházení s pacienty. Neměli bychom k tomu být lhostejní. Pacient má svá práva, pokud se mu nezdá jednání vhodné, může to projednat s lékařem nebo primářem. A jsou i další možnosti, kde stížnosti řeší i Lékařská komora.

**Říká se, že rakovina je nemocí duše. Věda dokáže léčit nádory, ale psychika a emocemi smrtelně nemocných se už moc nezabývá.**

Svoji duši obhospodařujeme sami. Měli bychom si vypěstovat pozitivní myšlení, nestýkat se s lidmi, kteří všechno vidí černě, naučit se radovat z maličkostí, chodit mezi lidi, se kterými je nám dobře. Poslouchat dobrou hudbu, chodit do přírody, pro radost třeba malovat, vyrábět drobné dárky pro známé, zapojit se do charitativní činnosti. Dělat věci, které nás baví a naši duši potěší.

**Dala vám nemoc něco pozitivního?**

Poznala jsem spoustu dobrých lidí, mám

stále co dělat. Vedení Českolipské Vesny není lehká práce, je to plno běhání, jednání, shánění financí, zajišťování aktivit... I když někdy už říkám, že končím, protože síly dochází, věk nejde zastavit. Ale na druhé straně je to něco, co mě pohání, abych nezlenivěla a nehlídala se, co kde mě bolí. A samozřejmě někde tam přeci jen sedí pochybnost, jestli se rakovina nevrátí v jiné podobě, jako se to stalo už několika známým.

**Za svoji záslužnou činnost jste se stala ženou regionu, těší vás podobné ocenění?**

Podobná ocenění jsem získala v roce 2010 - Duhovou plastiku od bývalé paní starostky Hany Moudré, v Liberci jsem o rok později převzala cenu Křesadlo s motem „Pro obyčejné lidi, kteří dělají neobyčejné věci“. A nyní je to Žena regionu. Nominovaných nás bylo víc, záleželo jen na tom, kolik hlasů přes internet lidé pošlou. Náhodou to vyšlo. Radost mám z toho, že mě nominoval pan senátor Jiří Vosecký a z ohlasů od známých, mých kolegů ze školy, bývalých žáků. A je to opět zavazující, pracovat na poli osvěty dál.

INZERCE

Schwarzkopf elite  
MODEL LOOK CZECH REPUBLIC 2015  
MATTHEW BELL, SIGRID GREVA  
JOIN US!  
24 DUBEN 15 HOD  
OC FORUM | LIBEREC  
ŽENY NAD 170CM / VĚK 13 AŽ 22 LET  
MUŽI NAD 180CM / VĚK 16 AŽ 26 LET  
CASTING  
MODERUJE PAVLINA NĚMCOVÁ

INTERNATIONAL AUTOMOTIVE COMPONENTS GROUP  
V NOVÝCH ZÁKUPECH HLEDÁ VHODNÉ KANDIDÁTY PRO SVÉ STÁLE SE ROZVÍJÍCÍ TÝMY

- Chcete se stát součástí úspěšné celosvětové společnosti?
- Máte zájem o práci v oblasti automobilového průmyslu?
- Rádi byste uplatnili své znalosti, nápady a vize?

**PAK ČEKÁME PŘÁVĚ NA VÁS**

Nabízíme Vám:

- Pracovní uplatnění v zajímavých oborech
- Práci v příjemném kolektivu
- Perspektivní uplatnění
- Kariérní růst a firemní vzdělávání
- Zajímavé zaměstnanecké benefity

CHCETE VIDĚT VÍCE? PŘIJĎTE SE K NÁM PODÍVAT!  
nebo  
SE OBRAŤTE NA PERSONÁLNÍ ODDĚLENÍ, KDE VÁM POSKYTNEME BLIŽŠÍ INFORMACE

Kontakty: Tel.: 720 636 874 E-mail: ZPY-kariera@iacgroup.com  
www.iacgroup.com