



Lucyna Radoszewska

Wróciłam do świata ludzi zdrowych

Nazywam się Lucyna Radoszewska. Mieszkam na Dolnym Śląsku, lata temu przybyłam tu z Łodzi. Mój mąż jest rolnikiem. Całe życie pracowaliśmy razem w naszym gospodarstwie rolnym. Mamy dwójkę dorosłych dzieci i wnuki. Gospodarstwo przekazaliśmy synowi, dzięki czemu jestem już na emeryturze.

Jedenaście lat temu wykryto u mnie badaniami mikroskopowymi **zmiany nowotworowe** szyjki macicy, potem zdiagnozowano **przerzuty** nowotworu do płuc. Miałam wtedy 49 lat. Nie byłam przygotowana na taką diagnozę, ale nie poddałam się. Przeszłam **operację** oraz **chemioterapię**, którą znosiłam dobrze.

– Najgorsze mam już za sobą – pomyślałam, gdy leczenie dobiegło końca.

Trzy lata później jadąc do rodzinnej Łodzi na Święta Bożego Narodzenia miałam przesiadkę we Wrocławiu. Coś mnie tknęło, aby przed wyruszeniem w dalszą drogę zrobić sobie badania kontrolne. Ich wynik był dla mnie szokiem – wykazały **nawrót** choroby nowotworowej w prawym płucu.

– Jak to możliwe?! – myślałam zrozpaczona. – Przecież zostałam wyleczona!

Nie pamiętam, jak wyszłam z gabinetu lekarskiego w DCO we Wrocławiu, pamiętam tylko, że chciałam pójść do szpitalnej kaplicy i to, że choć bywałam w niej już kilkakrotnie, nie mogłam teraz odnaleźć drogi.

– No, wróciłaś do nas. Wróciłaś – usłyszałam nagle ciepły głos księdza, który trzymał mnie za rękę.

Rozejrzałam się – byłam w szpitalnej kaplicy. Nie pamiętałam, momentu, kiedy przekraczałam jej próg. Odruchowo spojrzałam na zegarek. Ogarnęło mnie zdumienie. Z gabinetu lekarskiego wychodziłam po trzynastej. Teraz wskazówka była w okolicy godziny piętnastej. Do dziś nic więcej nie mogę sobie przypomnieć.

– Przejdę i to. Nie poddam się. Mam dla kogo żyć – powiedziałam sobie po otrząśnięciu się z pierwszego szoku.

Czekało mnie kolejne **leczenie**. Zadbaliśmy, aby sprawy potoczyły się jak najszybciej. W Klinice Torakochirurgii usunięto mi **guz** prawego płuca. Początkowo było bardzo ciężko, ale doszłam do siebie – znów czułam to bezcenne **wsparcie bliskich**. Znów moja wrocławska rodzina była przy mnie dzień i noc. Lekarze nie kryli pozytywnego zaskoczenia tym, jak szybko wracam do zdrowia. Już cztery dni po operacji poszłam na salę gimnastyczną, na zajęcia terapeutyczne. Po dziesięciu dniach wyszłam ze szpitala.

Czekało mnie jeszcze sześć kursów chemioterapii. Tym razem znosiłam ją bardzo źle.

– Chcesz ze mną dalej walczyć? Proszę bardzo! Lepiej mnie już nie ruszaj, bo, jak widzisz, jestem gotowa na wszystko by cię zniszczyć! – mówiłam chorobie w chwilach słabości.

Dotrzymałam danego chorobie słowa – zniszczyłam ją. Pomogli mi w tym oczywiście leczący mnie specjaliści z Dolnośląskiego Centrum Onkologii. Miałam tu znakomitą opiekę i zawsze mogłam porozmawiać z lekarzami o moim stanie zdrowia.



Autorka w trakcie warsztatów psychoonkologicznych, fot. archiwum Stowarzyszenia „Różowe Okulary”

Teraz, z perspektywy czasu (od ostatniej operacji płuca minęło już 7 lat), mogę podać **osobistą receptę na tę chorobę**:

Nie wolno się załamać i trzeba otoczyć się bliskimi sercu ludźmi.

Należy wspierać się wewnątrznie i mieć wsparcie z zewnątrz. Pamiętajmy też zawsze, że wspierające nas osoby biorą na barki bardzo duży ciężar związany z naszą chorobą. Zawsze, kiedy kochający mnie ludzie byli blisko, czułam się lepiej i byłam silniejsza. **Nie robiłam tajemnicy ze swojej choroby**. Wychodziłam z założenia, że **źle zamykać się w sobie**, wstydzić się własnego stanu zdrowia.



Autorka ćwicząca jogę w trakcie warsztatów psychoonkologicznych, fot. archiwum Stowarzyszenia „Różowe Okulary”

**Od lat mam dobre wyniki badań.
Wróciłam do świata ludzi zdrowych.**

Brałam udział w warsztatach terapeutycznych **metodą simontonowską**. Warsztaty są super. Bardzo je sobie chwale – podobnie zresztą, jak inne uczestniczące w nich osoby. Dzięki tym zajęciom udało mi się **zwalczyć stres**, który miałam zawsze przed badaniami kontrolnymi. Był tak silny, że nie mogłam prowadzić normalnych rozmów, miałam kłopoty z poprawnym wysławianiem się. **Zajęcia grupowe i indywidualne** prowadzone przez panią Magdalenę Sadowską pozwoliły mi odnaleźć **wewnętrzny spokój**. Zrozumiałam, że pełny powrót do świata ludzi zdrowych po ciężkiej chorobie jest uwarunkowany nie tylko **samopoczuciem fizycznym**, lecz również **zdrowiem duchowym** budującym poczucie wewnętrznej siły, pewności siebie, radości życia. **Terapia** metodą simontonowską prowadzona przez panią Magdalenę pozwoliła mi tę **radość** w pełni odzyskać.