

NEŘÍKAL JSEM, CO SI MYSLÍM, A TRÁVIL JSEM ŽIVOT V PRÁCI

Bronnie Wareová je australská sestra, která se léta starala o umírající. Své rozhovory s nimi o tom, čeho nejvíce litují, popsala nejdříve na blogu a pak v knize. Ta způsobila takový rozruch, že její téma převzal i významný deník The Guardian.

Měl jsem mít odvahu žít život po svém. Těm, které jsem miloval, jsem to měl říkat častěji, a ty, kteří mě štvali, jsem měl poslat do háje. To jsou jen dvě z věcí, jichž nejčastěji litují umírající lidé. Kniha ošetřovatelky, která popisuje jejich výčitky, se stala světovou senzací. Umírající vůbec nejčastěji litovali, že žili podle toho, co od nich očekávali druzí, a **neměli odvahu žít život podle svých přání**. Na druhém místě byl povzdech (nejčastěji mužů), že **příliš pracovali**. „Přišel jsem tak o mládí svých dětí a o společnost partnerek,“ opakovali. Na třetím místě je lítost, že **často potlačovali své city**. A to v obou směrech. Lidé litovali, že se zbytečně snažili mírnit negativní pocity, aby udrželi smír s druhými. A také toho, že častěji neříkali: Mám tě rád nebo miluji tě...

Následoval postesk, že **měli více času trávit s přáteli a neměli být tak zaujati vlastním životem**. A nakonec byl podle Bronnie Wareové překvapivě častý povzdech, že se umírající „nerozhodli“ být v životě šťastnější. A že si neuvědomili, že **pocit štěstí je také životní volba**.

Jak je to v Česku?



Žádné smlouvání - I statkář z pohádky Dařbuján a Pandrholo pochopil, že se před smrtí neschová. Mnoho důležitých věcí si však člověk uvědomí, až když přichází.

Češi litují jinak

Podle zkušeností ošetřovatelů, kteří se s umírajícími setkávají denně, Češi litují trochu jiných věcí. Nevyčítají si tolik, že neopečovali svá přátelství. Ani to, že příliš tvrdě pracovali. Tedy – zatím. Doba, kdy takové výčitky přijdou, prý teprve nastane, až bude umírat dnešní střední a mladší generace, která už ví, co to je obětovat veškerý čas kariéře.

Češi zato více litují toho, že přerušili vztahy s blízkými nebo se je nepokusili napravit po hádce. „Chuť vidět se s rodinou, s těmi, s nimiž jsme se kdysi pohádali, a zažít před smrtí ten pocit smíření se s nimi, i když si to člověk už nestihne všechno vyříkat, ten je tady velmi častý,“ říká Lucie Vařílková z hospice Svatého Jana Nepomuckého v Prachaticích. A v

hospicích – pokud to jde – se taková přání ošetřovatelé snaží lidem splnit.

Totéž potvrzuje i Miroslava Karhanová, staniční sestra z hematoonkologie Fakultní nemocnice na Královských Vinohradech, která se dál vzdělává v paliativní medicíně. Tedy v té, která doprovází umírající lidi v posledních dnech života.

„Starali jsme se třeba o paní, která čtyři roky nemluvila se synem. A její poslední přání bylo vidět se s ním. Napjali jsme veškeré síly, abychom ho vůbec našli, a když se to povedlo, tak přestože už paní neměla sílu na žádné vysvětlování, stačilo jí, že ji držel za ruku, když umírala, a že jí dal pusu na rozloučenou,“ říká Karhanová.

Podle ní totiž často ani není nic víc potřeba než účast blízkých. Pohladit, držet za ruku, být s nimi. Jinak si totiž člověk může sám na smrtelné posteli vyčítat nenapravené vztahy a to, že nebyl tam, kde v danou chvíli být měl. Ti nejbližší a křivdy, které mezi nimi zůstávají, jsou totiž nejčastějšími myšlenkami umírajících lidí.

Čeho umírající litují

- » Kéž bych měl odvahu žít skutečně podle sebe, ne podle toho, co ode mě očekávali druzí.
- » Přál bych si, abych tak tvrdě nepracoval.
- » Přál bych si, abych měl odvahu vyjádřit své city.
- » Přál bych si, abych zůstal v kontaktu se svými přáteli.
- » Přál bych si, abych byl šťastnější.

I ČEŠI SI BUDOU BRZY VYČÍTAT, ŽE TO PŘEHNALI S KARIÉROU

„Lidé na konci života nemyslí na kariéru, kterou udělali. Myslí na své blízké,“ říká staniční sestra z hematoonkologického oddělení Fakultní nemocnice na Vinohradech Miroslava Karhanová, která se specializuje i na péči o umírající.

*** Je nějaký rozdíl mezi tím, když lidé umírají v nemocnici a v hospici? Máte zkušenosti z obou institucí...**

Je, veliký. V nemocnici se to, že umírá, člověk často ani nedozví. Zčásti proto, že se to někdy stane rychle, dílem proto, že řada lékařů to ještě neumí a nechce pacientům říkat. Kdežto v hospici lidé vědí, že umírají, a snaží se stihnout si zařídit poslední věci: vypořádat dědictví, usmířit se s rodinou nebo se třeba i oženit.

*** Oženit? Proč?**

Ano. Jeden pán se po dvanácti letech soužití s přítelkyní toužil s ní oženit a my jsme věděli, že mu zbývají jen hodiny do smrti. Zázrakem se nám podařilo zařídit všechna razítka oddávajícího kněze. Zemřel dvě hodiny po svatbě jako šťastný muž, protože svou ženu zabezpečil, což za života nestihl. Při umírání je smíření se se smrtí důležité.

*** Liší se Češi od jiných národů v tom, čeho při umírání litují?**

Ještě nikdy jsem se nesečkala s tím, že by někdo litoval toho, že si nevybudoval kariéru. Ale vždycky lidé litují toho, že nestihli být více s rodinou. Přesto si myslím, že v zahraničí jsou v tomhle o dvacet let napřed, takže u nás ta doba, kdy lidé budou litovat své tvrdé práce, teprve ještě přijde.