

Stoma je način života



Snežana Cmiljanić Milojević već gotovo četvrt veka živi s ovim pomagalom i pruža podršku pacijentima i njihovim porodicama

Tekst: Eva Čubrović

Umetnost je osmisliti život – prva je rečenica koju ćete pročitati kad kliknete na internet adresu Udruženja pacijenata sa stomom Srbije ILCO (www.ilco.org.rs), osnovanog pre trinaest godina s ciljem da edukuje i informiše pacijente i članove njihovih porodica, kao i da omogući njihovu resocijalizaciju i povratak uobičajenim životnim aktivnostima. Osnivač udruženja je diplomirani ekonomista Snežana Cmiljanić Milojević, koja se na taj korak odlučila pošto se i sama suočila s bolešću zbog koje joj je izvedena stoma (otvor na stomaku kroz koji se sadržaj debelog creva preusmerava u kesu).

Smršala sam 25 kg

„U 21. godini dijagnosticiran mi je ulcerozni kolitis, čiji su simptomi promene u pražnjenju, česte i krvave stolice nakon kojih bih se osećala izmrcvareno... Niko u porodici nije imao tu bolest, a kad sam pitala šta je njen uzrok, odgovor je glasio: 'To je na nervnoj bazi'. U to vreme bila sam apsolvent ekonomije, igrala sam folklor i jedina briga mi je bila kud će mo-

putovati na turneve. Zaista sam živila vrlo opušteno. Nikad nisam pušila ni pila i vodila sam računa o ishrani...”, kaže naša sagovornica.

Bolest je duže od deceniju bila pod kontrolom zahvaljujući lekovima, ali se otprilike svake dve godine vraćala sa svim nepriyatnim simptomima.

Prekretnica u Srežaninom životu bila je kad je sa 35 godina otišla na ispitivanje trudnoće. Po povratku s ginekološkog pregleda iznenada joj je pozlilo. Hitno je prebačena u bolnicu na Bežanijskoj kosi, gde je konstatovano da joj je, usled

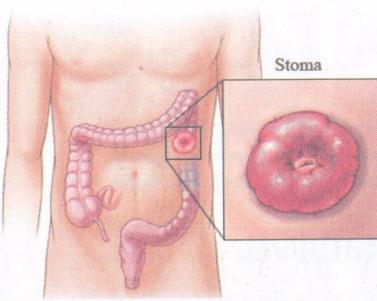
Kronove bolesti, debelo crevo puklo, te je zbog izlivanja sadržaja creva postojala velika opasnost od sepse, pa je Srežana podvragnuta operaciji visokog rizika tokom koje joj je izvedena stoma.

„To je bilo u subotu, a u ponedeljak sam operisana na Prvoj hirurškoj klinici. Doktor koji me je operisao nije mogao da se načudi kako sam uopšte stigla do njega... U bolnici sam bila tri meseca, od jula do septembra 1991. godine, i za to vreme smršala sam 25 kg. Kad su me, deset dana nakon operacije, podigli iz kreveta – pala sam u nesvest. U tako lošem stanju sam

Udruženje ILCO

Udruženje pacijenata sa stomom Srbije ILCO osnovano je 2002. godine. Član je Evropskog i Svetskog kongresa pacijenata sa stomom, a posebno su dragoceni kontakti s danskim udruženjem, koje postoji 60 godina, i austrijskim, koje je obeležilo 40 godina rada. Takođe, značajno je učešće članova udruženja na kongresima lekara i udruženja sestara kako bi se ova tema približila pacijentima i ukazalo im se na mogućnost da se sa stomom može normalno živeti – putovati, baviti sportom, rađati decu...

Pored niza aktivnosti, udruženje svake srede organizuje druženje prijatelja i pacijenata kome prisustvuje lekar opšte prakse, a po potrebi dolazi i psiholog. Punu podršku i savete iz prve ruke pruža Mira Popović, jedan od najstarijih pacijenata sa stomom, i to u svetskim okvirima.



oila. Posle dve nedelje prvi put sam se pogledala u ogledalu – prepoznaš sam samo svoje oči”, ističe Snežana.

Probudila me je tuđa životna priča

Bez obzira na visoko obrazovanje i životno iskustvo, Snežana nije znala kakva je bolest u pitanju i od šoka nije mogla da prihvati da ima kesu na stomaku. Tako su nakon oporavka od zahvata usledili teški dani, a njena osećanja su varirala između zbuđenosti i očaja.

„Jednog dana do ruku su mi došle novine u kojima je bio intervj u s glumicom Merimom Isaković, koja je nakon saobraćajne nesreće život nastavila u kolicima. Jedna njena rečenica me je probudila, osvestila i ubedila da zagrlim život: ‘Za jedan korak, koji izvodim centimetar po centimetar, potrebna su mi i po tri sata’. Pomislila sam: ‘Pa zar ja, koja sam pokretna, sažaljevam samu sebe?! Ljudi se suočavaju s mnogo gorim stvarima pa žive’. Taj intervj u dao mi je snagu da spoznam sebe, a ujedno je i jedan od razloga zašto rado istupam u javnosti. Ako sam svojom pričom bar jednoj osobi pomogla da prigrli život, ja sam svoj cilj ispunila”, kaže Snežana.

Tabu tema

Kad je Snežana započela život sa stomom, niko od medicinskog osoblja nije nalazio za shodno da pacijenta poduci šta i kako dalje i kako živeti „s kesom”. „Većini ljudi treba mnogo vremena da se priviknu na novonastalu situaciju, a neki se nikad ne pomire s tim da moraju nositi kesu na stomaku. Zbog toga s članovima udruženja posećujem pacijente u bolnici kako bismo im pružili psihološku podršku, informisali ih, posavetovali... Često ne veruju da imam stomu, pa onda moram da im pokažem kesu. Kad shvate da normalno živimo, krećemo se, nosimo usku garderobu, to im daje nadu da i oni mogu nastaviti sa svojim životom”, ističe naša sagovornica.

Iako invaliditet nije vidljiv i ne umanjuje kvalitet života, mnoge osobe kojima je izvedena stoma povlače se u sebe, plase se reakcije okoline, pitajući se zašto se to baš njima desilo, a u takvoj situaciji trpi cela porodica.

„Ova bolest je na neki način i dalje

Moguće je živeti sasvim normalno!

Izvođenje stome spasava život i nakon bolesti ili povrede, omogućavajući tako normalno življenje. Postoji nekoliko vrsta stoma:

Ileostoma – otvoreni kraj tankog creva izvodi se na površinu stomaka i tu fiksira kako bi se formirao nov otvor za izbacivanje sadržaja iz creva.

Kolostoma – nakon uklanjanja dela debelog creva zdravi kraj se izvede na površinu stomaka i tu se fiksira kako bi se formirao nov otvor za izbacivanje sadržaja.

Urostoma – izvodi se kad je neophodno preusmeriti tok urina iz bešike. Nov otvor za izbacivanje urina pravi se od dela tankog creva i formira se na površini stomaka.

Čest je slučaj da pacijent ima privremenu stому, ali se kasnije ipak opredeljuje za stalnu, obrazlažući da se navikao na kesu i da nema snage da ponovo ide na operaciju.

Osnovna pomagala za pacijente jesu disk (podloga) i kesa koja se stavlja na disk. Mogu biti jednodelna (spojeni su disk i kesa) i dvodelna (disk i kesa su zasebni). Pomoćna pomagala su pojas, kreme i paste za negu stome, specijalne vlažne maramice. Ova pomagala se dobijaju nakon operacije. Potrebno je s otpusnom listom otići kod izabranog lekara, a on će dati uput za komisiju za odobravanje pomagala.

Život sa stomom nije komplikovan: potrebno je piti dva do dva i po litra tečnosti dnevno, jesti bareno povrće, makrobiotičke proizvode, kuvano i dinstano pileće meso, ribu... Voće je poželjno uzimati pre podne, oljušteno ili u vidu komposta. S druge strane, treba izbegavati gazirana pića, jela sa zaprškom, dimljena mesa i mesne prerađevine, mahunasto povrće (pasulj, boranija, grashak...). Obroci bi trebalo da budu u manjim porcijama, više puta u toku dana. Takođe, pacijentima se preporučuje što više kretanja.

tabu tema. Postoje i lekari s izvedenom stomom, ali ni oni ne žele da govore o tome. Srećni smo što je član našeg društva Mira Popović, viša medicinska sestra, kojoj je stoma izvedena pre 53 godine, kad je imala samo 14 godina. Ona je uvek spremna da pomogne i savetom i delom. Svakodnevno se susrećemo s različitim slučajevima i pričama, budući da nam se obraćaju i studenti i stariji ljudi koji slabo vide i imaju razne zdravstvene probleme pa se brinu da li će sami moći da menjaju kesu... Sećam se i jedne starije gospođe koja nam je pričala da snaha ide za njom

i alkoholom briše kvake, ne dozvoljava joj da viđa unučice... Preminula je, nažalost – napustila ju je želja za takvim životom”, kaže Snežana i dodaje da su članovi udruženja i neke javne ličnosti koje normalno žive, rade...

Bolest je donela preokret u životu

Snežanin život sa stonom s vremenom je dobio sasvim novu dimenziju, a bolest ju je zbližila i sa sadašnjim suprugom.

„Sreli smo se na jednom seminaru u Banjaluci 2007, iste godine kad sam se razvela od prvog muža. Najpre smo bili saradnici, pa prijatelji, a poslednjih sedam godina i supružnici. Mom Draganu je stoma izvedena u 35. godini, kao posledica karcinoma”, priča Snežana. Za bivšeg sportista, odbojkaškog reprezentativca koji nikad nije bio bolestan, to je bio šok i on je izgubio volju za životom. Ipak, uspeo je da se trgne i započne nov život. Osnovao je udruženje pacijenata sa stonom u Bosni i Hercegovini i zajedno sa Snežanom planira da unapredi rad s osobama sa stonom i njihovim porodicama.

„Imam hiljadu planova i radujem se svakom novom danu! Eto, u šestoj deceniji počela sam da učim engleski! Ako ne možete da pobedite problem, a svako od nas ima neku muku, ščepajte ga i s njim napred – kroz život”, kaže s osmehom Snežana.

Bolest me je zbljžila s Dragom, koji je stomu dobio kao posledicu karcinoma

