

Κατέβα στην πορεία!

Ορθοδοξία / Κοινωνικά θέματα

Μαρία Λουπίδου



Τί είναι αυτό που βγάζει στους δρόμους όλους τους ανθρώπους, κάθε ηλικίας, σε όλες τις πόλεις της Κύπρου, κάθε χρόνο, εδώ και 47 έτη; Μια ιστορία. Κάτι παραπάνω από μια αληθινή ιστορία...

Ήταν 26 Αυγούστου 1974 στην Κύπρο. Η Χριστοδούλα ήταν 70 χρονών και πάλευε για χρόνια με τον καρκίνο. Η εισβολή την ανάγκασε να φύγει από το σπίτι της στην Αμμόχωστο και να γίνει πρόσφυγας. Ο Δρ. Δημήτρης Σουλιώτης περιέγραψε την τελευταία συνάντησή του με την Χριστοδούλα με τα παρακάτω λόγια:

«Αυτός είναι ο πίνακας που θα 'θελα να ζωγραφίσω αν ήμουν ζωγράφος. Η Χριστοδούλα, 70 χρόνων, απ' την Αμμόχωστο, τώρα κάτω από μια πορτοκαλιά στη Σωτήρα. Ήρθε και με είδε σήμερα το πρωί. ...«Που βρίσκεσαι τώρα, Χριστοδούλα;» την ρώτησα, μ' ένα γλυκόπικρο χαμόγελο.

«Κάτω από μια πορτοκαλιά στη Σωτήρα.»

...Η αναπνοή της ήταν δύσκολη. Την εξέτασα. Η δεξιά της μεριά, απ' όπου της

είχαν αφαιρέσει το στήθος, πριν πολλά χρόνια, φαινόταν εντάξει. Χτύπησα με τα δάχτυλά μου την πλάτη της. Ένας αμβλύς ήχος έβγαινε από το κάτω μέρος. Υγρό. Γι' αυτό δυσκολευόταν ν' αναπνεύσει.



...Της έβγαλα πλάκες. Το μισό δεξί μέρος του στήθους της ήταν θολό, γεμάτο υγρό. Κανόνισα για παρακέντηση. Καθαρό υγρό, ανοιχτόχρωμο. Υπάρχει αμυδρή ελπίδα να μην είναι μετάσταση. ...Την έστειλα «σπίτι». Δεν υπήρχε κρεβάτι. Το νοσοκομείο γεμάτο πληγωμένους στρατιώτες.

«Ξαναέλα τη Δευτέρα Χριστοδούλα. Καλή τύχη».

Χαμογέλασε το πικρό χαμόγελο της απόγνωσης. Δεν νομίζω πως θα την ξαναδώ. Θα πεθάνει κάτω από την πορτοκαλιά, στη Σωτήρα, κοντά στην Αγγλική Βάση της Δεκέλειας, στην Κύπρο, θύμα του καρκίνου και του Αττίλα.

Θα ήθελα να 'μουν ζωγράφος, για να ζωγραφίσω τη Χριστοδούλα να κάθεται κάτω από την πορτοκαλιά, με το γλυκόπικρο χαμόγελό της».

Η πονεμένη κοινωνία της Κύπρου συγκλονίστηκε από την περιγραφή του γιατρού. Με αντανακλαστικά οξυμένα από την πρόσφατη τραγωδία του ξεριζωμού, τον

φόβο και την ανασφάλεια, αποφάσισε να μην αφήσει άλλον συνάνθρωπο να πεθάνει αβοήθητος, με πόνο στο σώμα και την ψυχή, χωρίς στοργή, φροντίδα και συμπαράσταση. Οι άνθρωποι σταμάτησαν να ζητάνε από το κράτος να κάνει κάτι και αποφάσισαν να πάρουν τα πράγματα στα χέρια τους. Η πρώτη Πορεία Χριστοδούλας πραγματοποιήθηκε το 1976 και από τότε πραγματοποιείται κάθε Απρίλιο!

Πρόκειται για έναν οδικό έρανο που ενημερώνει για τον καρκίνο, τις πολιτικές που ισχύουν για την φροντίδα και την περίθαλψη των ασθενών, το έργο των φορέων που δραστηριοποιούνται στην μάχη ενάντια στον καρκίνο. Μέσα από τις δράσεις που πραγματοποιούνται με αφορμή την Πορεία της Χριστοδούλας, οι υπηρεσίες που προσφέρει ο Αντικαρκινικός Σύνδεσμος, οι ανάγκες για μηχανήματα ακτινοθεραπείας, ο τρόπος λειτουργίας του ογκολογικού νοσοκομείου, το πρόγραμμα του Ινστιτούτου Εθνικής Στρατηγικής για τον Καρκίνο, κ.ά. γίνονται γνωστά σε όλους. Μια σκυταλοδρομία ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης που ξεκινά από το νηπιαγωγείο, αφού βλέπεις μικρούς μαθητές πιασμένους χέρι - χέρι με τις δασκάλες και τους συμμαθητές τους, να περπατούν στην πορεία με χαρά, επειδή καταφέρνουν να νικήσουν τον φόβο, την μοναξιά, την άγνοια και την απόγνωση που προκαλεί αυτή η αρρώστια.

Μια τόσο μακρά παράδοση ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης για τον καρκίνο έχει πολλαπλά οφέλη στο σήμερα. Το παράδειγμα της Κύπρου είναι εντυπωσιακό. Οι Κύπριοι δεν φοβούνται να πουν την λέξη «καρκίνος», όπως πολύ συχνά συμβαίνει στην χώρα μας. Η ενημέρωση του κοινού έχει ως αποτέλεσμα την αναβάθμιση των υπηρεσιών που προσφέρονται και την ενεργό συμμετοχή για την πραγματοποίηση του στόχου. Το κρίσιμο πρώτο διάστημα της διάγνωσης ο ασθενής νιώθει μεγαλύτερη ασφάλεια και σιγουριά ότι μπορεί να παλέψει την νόσο και ότι δεν είναι μόνος, αφού έχει δραστηριοποιηθεί και ο ίδιος από τα πρώτα του χρόνια απέναντι σε αυτήν. Οι συγγενείς ξέρουν πού να απευθυνθούν και τί να ζητήσουν. Οι διαδικασίες γίνονται γρηγορότερα, η εμπειρία μεταδίδεται και η ελπίδα παραμένει ζωντανή.

Στον Ελλαδικό χώρο η ενημέρωση για τον καρκίνο είναι ακόμα σε πρώιμο στάδιο. Ένας στους τρεις πολίτες έρχονται σε πολύ στενή επαφή με τον καρκίνο, είτε νοσώντας οι ίδιοι είτε πολύ κοντινό τους πρόσωπο, χωρίς όμως να είναι ενημερωμένοι, προετοιμασμένοι και ικανοί να κινηθούν για να αντιμετωπίσουν την νόσο από την δική τους πλευρά. Οι αρμόδιοι φορείς που ασχολούνται και προωθούν την ανακουφιστική φροντίδα στην Ελλάδα είναι οι ακόλουθοι:

- «Μέριμνα», Αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία για τη φροντίδα παιδιών & οικογενειών στην αρρώστια και το θάνατο, <https://merimna.org.gr>
- Μονάδα Ανακουφιστικής Φροντίδας «Γαλιλαία» (στην οποία τον Ιανουάριο 2018 ξεκίνησε η λειτουργία του 1ου Hospice στην Ελλάδα), <http://www.galilee.gr>
- Μονάδα Ανακουφιστικής Φροντίδας «Τζένη Καρέζη», <http://www.monadaanakoufisis.gr>
- ΠΑΡΗ.ΣΥ.Α, Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Πόνου & Παρηγορικής Φροντίδας, <https://grpalliative.gr>

Τί είναι όμως η Ανακουφιστική φροντίδα; Σύμφωνα με τον ορισμό του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, είναι η προσέγγιση που βελτιώνει την ποιότητα ζωής των ασθενών που αντιμετωπίζουν μια απειλητική για τη ζωή τους νόσο, καθώς και των οικογενειών τους. Η βελτίωση επιτυγχάνεται με την έγκαιρη αναγνώριση, αξιολόγηση και αντιμετώπιση συμπτωμάτων, όπως ο πόνος, η άλλων προβλημάτων σωματικών, ψυχοκοινωνικών, ή πνευματικών με στόχο την ανακούφισή τους.

Η Τζένη είναι 44 ετών και ζει με την οικογένειά της στην Θεσσαλονίκη. Έχει νοσήσει 4 φορές από καρκίνο. Φέτος, πρώτη φορά έμαθε πως στα Σπάτα της Αττικής υπάρχει... η «Γαλιλαία»! Στο τμήμα αιμοδοσίας νοσοκομείου της Θεσσαλονίκης, όταν διάβασαν στο όνομα για τον οποίο προορίζεται η φιάλη: «Γαλιλαία», δεν ήξεραν την ύπαρξη της και ζήτησαν πληροφορίες για το αν όντως υπάρχει, μονάδα που να προσφέρει τέτοιες υπηρεσίες στην Ελλάδα! Η Βάσω, χάρισε στο κοινό το πιο αληθινό και αναστάσιμο video που μπορεί να βρει κάποιος καρκινοπαθής στο διαδίκτυο, γυρισμένο μέσα σε ένα από τα δωμάτια της Γαλιλαίας!

Η «Γαλιλαία» δημιουργήθηκε το 2010 με σκοπό να αποτελέσει και στην Ελλάδα η Ανακουφιστική Φροντίδα αναφαίρετο δικαίωμα για όλους τους ασθενείς που την χρειάζονται. Είναι ο φορέας που, λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαίτερες ανάγκες και επιθυμίες κάθε ασθενούς, προσφέρει: πρόσβαση σε εξειδικευμένη και ποιοτική φροντίδα - ιατρική, νοσηλευτική, ψυχοκοινωνική - πρόληψη των συμπτωμάτων, ανακούφιση από αυτά, υποστήριξη ψυχολογική και κοινωνική για τους φροντιστές των ασθενών.

Στην πράξη η «Γαλιλαία» είναι η μονάδα που θα ήθελε κάθε Δήμος να έχει στα δικά του όρια ώστε να μπορεί να προσφέρει στους πολίτες του το, ανεκτίμητο και υποχρεωτικά δωρεάν, έργο της φροντίδας και της υποστήριξης όταν νοσήσουν

από καρκίνο. Φτιάχτηκε με την στήριξη της Μητρόπολης Μεσογαίας και Λαυρεωτικής και έχει μέχρι σήμερα φροντίσει περισσότερους από 1550 ασθενείς της ευρύτερης περιοχής της Μητροπόλεως αλλά και ολόκληρης της Αττικής.

«Μια πορεία για τη Γαλιλαία».

Μια νέα πορεία ξεκινά ως θεσμός και στην Ελλάδα, στις 7 Ιουνίου 2022. Οι οκτώ δήμοι της περιοχής Μεσογείων και Λαυρεωτικής στηρίζουν ενωμένοι την «Γαλιλαία» στην πρωτοποριακή της αυτή δράση. Για πρώτη φορά οι δήμαρχοι ενώνονται σε εκστρατεία ευαισθητοποίησης και καταφέρνουν να εκφράσουν αλληλεγγύη, ευαισθησία, συμπαράσταση, ανθρωπιά.

Με σύνθημα «Οκτώ δήμοι, Μία αγκαλιά ανακούφισης ασθενών με καρκίνο», η «Γαλιλαία» θα υποδεχτεί όλους τους φίλους και συνοδοιπόρους στην προσπάθεια βελτίωσης της ποιότητας ζωής των ασθενών με καρκίνο. Στις 7 Ιουνίου 2022 και ώρα 19:00 η πορεία θα ξεκινήσει από τον προαύλιο χώρο της Μονάδας στα Σπάτα και η συμβολική πεζοπορία θα οδηγήσει στο Δημοτικό Στάδιο Σπάτων όπου θα πραγματοποιηθεί εορταστική εκδήλωση. Η συμμετοχή είναι ελεύθερη. Όπως ελεύθερη είναι η επιλογή της κίνησης προς τον συνάνθρωπο που πάσχει. Μια κίνηση που επιστρέφει πολλαπλάσια σαν κρυμμένος θησαυρός που τον ανακαλύπτεις ξανά όταν τον χρειαστείς. Κι αν δεν τον χρειαστείς εσύ, θα είναι εκεί για όποιον θα τον χρειαστεί.

Οι Σύλλογοι Γονέων και Κηδεμόνων Σχολείων απ' όλη την Ελλάδα μπορούν να εμπνευστούν από το παράδειγμα της Κύπρου και της «Γαλιλαίας». Τα ΚΑΠΗ, οι πολιτιστικοί σύλλογοι, οι πολιτικοί φορείς και τα σωματεία, οι οικογένειες και οι φίλοι. Η «Πορεία της Γαλιλαίας» είναι πορεία για την ζωή. Δεν χρειάζεται να μπει σε ένα νοσοκομείο για να νιώσεις αδύναμος και ευάλωτος ώστε να γίνεις ευαίσθητος και αληθινός απέναντι στον πόνο. Μπορείς να συμμετάσχεις στην πορεία, να οργανώσεις την «πορεία της Γαλιλαίας» στον δικό σου δήμο και να ξέρεις πως μπορεί και στην Ελλάδα ο καρκίνος να γίνει υπόθεση όλων μας.

Κατέβα στην πορεία γιατί αξίζει όλοι ανεξαιρέτως να έχουν την ανακούφιση και την φροντίδα που θέλουμε για όσους αγαπάμε.

Κατέβα στην πορεία να γιορτάσουμε την δυνατότητα που έχουμε να παρέχουμε ανακουφιστική φροντίδα σε αυτούς που πονάνε και να υποστηρίξουμε το έργο όσων το κάνουν ήδη. Τα τελευταία δύο χρόνια, λόγω πανδημίας, δεν μπορούσαμε καν να κατέβουμε σε μια τέτοια πορεία.

Κατέβα στην πορεία για να δείξουμε πόσο ζωτικής σημασίας είναι όλοι να έχουν πρόσβαση στην ανακούφιση από τον πόνο άσχετα με το που ζουν, ποιόν έχουν να

τους φροντίζει και να τους αγαπάει, τι ηλικία έχουν, ποιο μορφωτικό, κοινωνικό και οικονομικό επίπεδο έχουν.

Κατέβα στην πορεία χωρίς να φοβάσαι τα βιώματα που θα νιώσεις γιατί οι ιστορίες ανακουφιστικής φροντίδας είναι αληθινές και θα σε κάνουν να κλάψεις, να γελάσεις και να σκεφτείς!

Μάθετε περισσότερα εδώ: <https://galilee.gr/>

<https://bit.ly/3amhFzL>