

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΚΕΡΑΜΙΔΑΣ



ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

ΣΤΗΝ ΑΙΜΟΚΑΘΑΡΣΗ

ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΣΤΗΝ ΑΙΜΟΚΑΘΑΡΣΗ

ΑΠΟ ΤΗΝ ΜΕΡΙΑ ΤΟΥ ΑΙΜΟΚΑΘΑΙΡΟΜΕΝΟΥ

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΚΕΡΑΜΙΔΑΣ Μηχανικός

Η Ποιότητα Ζωής στην αιμοκάθαρση είναι ένα καθαρά υποκειμενικό θέμα που έχει να κάνει με πάρα πολλές παραμέτρους στη ζωή του καθ' ενός από εμάς και με αυτό που καθ' ένας θεωρεί ποιότητα για τη ζωή του.

'Όταν διεγνώσθη η νεφρική μου ανεπάρκεια οι πρώτες σκέψεις μου ήταν <<Είμαι δέσμιος ενός μηχανήματος τέρμα τα ταξίδια, τέρμα οι διακοπές, τέρμα οι μικρές χαρές της ζωής.>> 'Ημουν προβληματισμένος και κατηφής τόσο πολύ που επηρέασα την οικογένειά μου. Η γυναίκα μου ήταν αυτή που στήριξε ενεργά και εμένα και τον γυιό μας ώστε να συνέλθουμε γρήγορα και να προσαρμοστούμε στις εντελώς νέες απαιτήσεις της ζωής μας σαν οικογένεια.

'Αρχισα δειλά δειλά να ερωτώ τις νοσηλεύτριες και τους γιατρούς κατά πόσον είναι δυνατόν να πηγαίνω ταξίδι για διακοπές. Οι απαντήσεις τους μου έδωσαν να καταλάβω ότι η φιλοξενία σε άλλα κέντρα αιμοκάθαρσης είναι συνηθισμένη και με διαδικασία σχετικά απλή. Απλώς χρειάζεται λίγη οργάνωση από νωρίς.

Από τα προ τριετίας παρόμοια σεμινάρια που πραγματοποιήθηκαν, απεκόμισα πάρα πολλές χρήσιμες πληροφορίες και εμπειρίες, αναθάρρησα και από τότε ψάχνω στο διαδίκτυο. Το θέμα των διακοπών για εμένα έχει επιλυθεί με τον καλύτερο τρόπο και μου έδωσε αισιοδοξία, όρεξη για ζωή, οικογενειακή ηρεμία και γαλήνη.

Θέλω να μοιραστώ μαζί σας μερικές ακόμα σκέψεις.

Στην περίπτωση ημών των αιμοκαθαιρόμενων, η Ποιότητα της Ζωής ξεκινάει από την ίδια την Αιμοκάθαρση.

Από την προσωπική μου σκοπιά, απαραίτητες προϋποθέσεις είναι: η αποδοχή του προβλήματος, η γνώση, η προσαρμογή στα νέα δεδομένα ο προγραμματισμός, η συμμόρφωση στις οδηγίες των ιατρών της Μονάδας Τεχνητού Νεφρού.

Οι άριστα καταρτισμένοι και έμπειροι ιατροί μαζί με νοσηλευτικό προσωπικό, που όλοι μαζί μας υποστηρίζουν και ψυχολογικά μας στηρίζουν, με κάθε αιμοκάθαρση μας δίνουν δύο μέρες ζωής, όπως πολύ εύστοχα παρατήρησε ο πατήρ-Νεκτάριος στην πρώτη μας συνάντηση. Φροντίζω λοιπόν, αυτές τις ημέρες να τις περνάω καλά, κάνοντας μικρά καθημερινά πράγματα που πρίν δεν πολυέκανα. Βγαίνω συχνά για περιπάτους, κάνω χιλιάδες μικροπράγματα, που όλα μαζί ομορφαίνουν τη ζωή μου, απολαμβάνω με μέτρο το καλό φαγητό, διότι η ζυγαριά караδοκεί, εργάζομαι κανονικά και έχω ενεργή συμμετοχή σε όλες σχεδόν τις δραστηριότητες της καθημερινότητας.

Από τις αιμοκαθάρσεις δεν φεύγω κάθε φορά το ίδιο. 'Άλλοτε είμαι μιά χαρά, άλλοτε είμαι κουρασμένος, όμως η αιμοκάθαρση με έκανε να εκτιμώ και να απολαμβάνω πράγματα και καταστάσεις που παλιά τα θεωρούσα δεδομένα και βαρετά.

Σε αντίθεση με τον πρώτο καιρό, τώρα έχω εντάξει την αιμοκάθαρση στην καθημερινότητά μου και έμαθα να ζω μαζί της.

Τελειώνοντας, ευχαριστώ τον κ. Μουτάφη και την ιατρική του ομάδα, την κα Βουρλιώτη που είναι η προσωπική μου ιατρός, την κα Κοντούλη και το νοσηλευτικό προσωπικό της Μονάδος, που με τη γνώση τους και το χαμόγελό τους μας παρέχουν ποιότητα ζωής, καθώς και το Διοικητικό και το βοηθητικό προσωπικό.

Ευχαριστώ την οικογένειά μου που με στηρίζει.

Κυριακή 11 Μαρτίου 2018