

# موهبت های سرطان از زبان یک بهبود یافته



زمانی با آقاابوالفضل آشنا شدم که قرار شد در یکی از شب های سرددی ماه ۹۲ به محل کارش بروم. در آغاز گفت و گو بسته ۳ جلدی کتاب هایی را که چاپ کرده بود، به من داد و گفت: همه مراحل بیماری، تغذیه و فعالیت های ضروری و... را در این کتاب آورده ام. اما من می خواستم از زبان خودش بشنوم که چگونه متوجه بیماری اش شد و چگونه مراحل درمانی اش را پشت سر گذاشت. می گفت: بیماری اش هیچ علامتی نداشت. تنها با مصرف دارویی شبیه پرفن احساس سوزشی در معده اش کرده است و بعد با مشورت یکی از دوستانش آندوسکوپی انجام می دهد و متوجه زخمی کوچک (زائده سرطانی) در معده اش می شود. نمونه را به آزمایشگاه می فرستد که نتیجه آزمایش نشان می دهد، بیماری اش «سرطان» است. بعد از جراحی، رادیوتراپی و شیمی درمانی دچار عارضه می شود. خودش معتقد است، مبارزه اش با سرطان از این مرحله شروع شده است.

وی ۱۰-۷ روز بعد از جراحی کارش را شروع می کند. در طول این مدت آقاابوالفضل ۴ کیلو وزن کم می کند. مدتی بعد از شیمی درمانی و رادیوتراپی، دچار مشکل می شود، هر سه روز یک بار محتویات معده را بالای آورده و با وجود ۷ بار آندوسکوپی و روش های دیگر مانند سیتی اسکن و رادیوتراپی چیزی مشخص نمی شود. با مشورت پزشک معالج تصمیم می گیرد تمام معده اش را بردارد و با تحقیقاتی که انجام می دهد متوجه می شود دچار «فلج معده» شده است. عارضه ای نادر که در پی اعمال جراحی مانند معده و سزارین پیش می آید. (در این عارضه حرکات معده مختل می شود و مواد غذایی مدت ها داخل معده باقی می ماند). بالاخره در عمل جراحی دوم بقیه معده برداشته می شود و آقاابوالفضل در طول این مدت حدود ۲۵ کیلو گرم وزن کم می کند. به علت ضعف زیاد پزشکان مجبور می شوند ۳ روز قبل از عمل از داروهای تقویتی استفاده کنند تا وی بتواند زیر عمل طاقت بیاورد.

بعد از جراحی دوم فیزیوتراپی، تغذیه و مصرف مکمل به او کمک می کند تا پس از دوره نقاهت سرپا بماند و بتواند دوباره شروع به کار کند. در طول این مدت وی در کنار درمان های تکمیلی، از انجام وظایف خودش غافل نمی شود.

وی در توصیف رادیوتراپی و شیمی درمانی می گوید: با این که من با بیماران سرو کار داشتم اما تصویری درباره روش شیمی درمانی و رادیوتراپی نداشتم، فقط همین را بگویم که رادیوتراپی همان قدر از بیمار انرژی می گیرد که فردی در مردادماه ۳ بار دور میدان ورزشی دیده باشد.

وی که دهه ۵۰ زندگی خود را پشت سر گذاشته است، می گوید: قبل از بیماری انرژی ام بیشتر بود و در جمع روحیه خوبی داشتم. بعد از بیماری کمی کم حوصله شده ام. با این حال سعی می کنم خودم را پر انرژی و شاد نشان دهم. در طول دوره بیماری گاهی ناراحتی ام زیاد می شد طوری که با اطرافیان رفتار خوبی نداشتم و بدخلقی می کردم، اما بعد سعی می کردم جبران کنم. او می گوید: اگرچه در مقطعی از زندگی استرس داشتم و یا در مواردی نسبت به حفظ تندرستی ام کم توجه بوده ام، اما از آن جا که سرطان علت های مختلفی دارد، نمی توانم علت خاصی را برای بیماری ام در نظر بگیرم.

وقتی از وی درباره زندگی بعد از سرطان سوال می کنم، می گوید: دوره شفایافتگی بیماری یا بهبود یافتگی عنوان زندگی بعد از سرطان است. در این دوره جنبه معنوی زندگی برای فرد پررنگ تر می شود. چه بسا افرادی هستند که پس از این که خودشان یا اطرافیان شان به سرطان مبتلا شدند، مراکز خیریه، NGO و... را تأسیس کرده اند و در زمینه پیشگیری و درمان سرطان فعالیت می کنند.

در این دوره فرد بهبود یافته باید برای تولد دوباره اش جشن بگیرد. این افراد نگاهشان به زندگی، دنیا، بیماری، پزشکان، مردم، جامعه و... متفاوت می شود.



آقاابوالفضل که خودش جراح و متخصص کلیه و مجاری ادراری است، حالا نگاهش به بیماری، درمان و... فرق کرده است. او که تجربه بیماری سرطان را پشت سر گذاشته، رنج و درد بیمار را حس می کند و می داند که باید تا حد امکان مراعات حال وی را بکند.

وی در یادداشت هایش درباره دوره شفایافتگی یا بهبود یافتگی «Cancer Survivor Ship» می گوید: این دوره به مرحله ای گفته می شود که شروع آن زمان اتمام همه درمان های مربوط به سرطان است و پایان آن، پایان عمر فرد است.

وی در ادامه آورده است: بعد از سرطان نگرش انسان به جهان، انسان، همسر، خانواده، جامعه، دوست و دشمن، مهر و عشق و کینه عوض می شود. این کلمات معنای دیگری پیدا می کند. نگرش فرد نسبت به خدا، دین، نماز، عبادت، دعا و نیایش تغییر می کند. نه برای ترس از مرگ بلکه احتمال نبودن را بهتر می شناسد و سستی و بی بنیادی دنیا را، نازکی شیشه عمر را، به مویی بند بودن جان آدمی را با پوست و گوشتش لمس می کند. همه این ها باعث می شود روح لطیف تر و احساسات رقیق تر شود. وقتی از همسرش می گوید: اشک در چشمانش حلقه می زند، می گوید لحظه ای نبود که به من آمپولی بزنند و همسرم همراه من نباشد.

وی آورده است: پس از اتمام دوره درمان سرطان، که بیش از یک سال طول کشید، به تدریج سعی کردم به روند معمول زندگی ام بازگردم. البته باید به این نکته اشاره کنم که به جز دوره ای که برای جراحی ها بستری بودم و حداکثر دوبار و هر بار ۱۰ یا ۱۵ روز بود، اصلاً کار قبلی و اصلی خود را تعطیل نکردم و خیلی زود به مطب برگشتم و حتی ۱۵ روز بعد از جراحی ها، به اتاق عمل برگشتم و جراحی های خودم را شروع کردم، اما باز گشت به آن فعالیت ها کار ساده ای نبود.

در مورد فعالیت فیزیکی هم باید بگویم وقتی ورزش را شروع کردم، متوجه شدم انرژی ام بسیار تحلیل رفته و جسمم بسیار ضعیف شده و مانند گذشته امکان انجام آن ها را ندارم؛ به همین دلیل خیلی زود آن را ترک کردم و به ورزش سبک تری روی آوردم مثل یوگا که برایم بسیار مناسب بود.

در مورد مسائل روحی روانی، در دوره درمان بسیار خوددار بودم و از خود روحیه ای بسیار قوی نشان می دادم طوری که مورد تحسین دیگران قرار می گرفتم و حتی یک سال به عنوان پزشک نمونه شناخته شدم، چون برایشان عجیب بود که هم سرطان داشته باشم و هم سر کار بروم، هم شیمی درمانی بشوم و هم بعد از جلسه درمان بلافاصله به در مانگاه بروم.

اکنون طوری شده ام که نمی خواهم حتی یک لحظه از عمرم را بیهوده از دست بدهم، هر چقدر که مانده باشد، چه یک روز چه

صد سال، دیگر به طولش نمی اندیشم، بلکه به چگونگی زندگی فکر می کنم. این که در لحظه باشم و در لحظه زندگی کنم. این که بدانم در این «لحظه» آیا زندگی می کنم یا در حال از دست دادن آنم و به تدریج در حال رفتن به سمت پایان آن هستم.

زمان های بیکاری را دوست ندارم، حتی اگر فیلم خوبی تماشا کنم، آن را بهتر از خوابیدن یا چرت زدن و زانوی غم به بغل گرفتن می دانم. همان خواب شش یا هفت ساعته شب را برای استراحت کافی می دانم و اگر در روز حتی برای استراحت کردن دراز بکشم، فکر می کنم زمان را از دست داده ام (شاید این جا را کمی اشتباه می کنم - که می کنم - چون استراحت جزو لاینفک و ضروری دوره شفایافتگی است و همچون غذا و هوا و ویتامین، برای شفایافته ضروری است، ولی این نظر من است و نیاز بیشتر به استراحت را احساس نمی کنم).

جمله معروف سعدی را که: «هر نفسی که فرو می رود ممد حیات است و چون بر می آید مفرح ذات»، به معنای واقعی کلمه و با تمام وجود حس می کنم. به جز هوا برای ما مبتلایان به سرطان معده، هر لقمه ای که فرو می رود، هم ممد حیات است و هم مفرح ذات! به دلیل محرومیتی که در آن روزهای سخت به دلیل تهوع، استفراغ و گیر کردن غذاها متحمل شدم، اکنون هر لقمه را در دهان مزه مزه می کنم و از خوردنش لذت می برم.

به دلیل از بین رفتن حس چشایی و تمام مزه هادر مرحله شیمی درمانی، اکنون حتی آب و چای را در دهان می چشم و لذت می برم و بعد فرو می برم، چه رسد به غذاهای خوشمزه ای که مدت ها از آن محروم بودم.

وقتی غذایی به راحتی بلع می شود و گیر نمی کند و حالم را دگرگون نمی کند، آن قدر خوردنش برایم لذت بخش است که قابل شرح و توصیف نیست.

تغییر مثبت دیگر من، قدر دانستن محبت انسان ها و در کنار آن ها بودن است. چرایی دوست داشتن و دوست داشته شدن و اهمیت آن را بیش از پیش می فهمم و درک می کنم. اکنون اثر محبت و مهربانی را، که از هر اثری عمیق تر و ماندگارتر است، بسیار بیشتر می فهمم و می بینم و حس می کنم. نوشتن کتاب شاید اثری ماندگار از انسان باشد اما اثری که مهربانی و مهرورزی بر دل انسان ها می گذارد، چون «نقش بر سنگ» تا ابد الودهر بر لوح ضمیر انسان والبتنه «هستی» باقی خواهد ماند. این ها همه از موهبت سرطان است برای من. برای دیگران ممکن است موهبت های دیگری نیز داشته باشد. سرطان فقط درد، رنج، تعب و سختی نیست، که اگر نیک بنگریم از درون این سختی ها، حتما حکمت ها و مصلحت ها را باز خواهیم شناخت.

اگر به دوره شفایافتگی رسیده و قدری از سختی ها دور شده باشی و زمان و حوصله اندیشیدن به این حکمت ها را پیدا کنی، حتماً بی شمار موهبت را خواهی یافت و علت این که خداوند چند صباحی به عمر توافزوده را خواهی دانست. پس اکنون که زنده مانده ای، جست و جو کن و حکمت زنده ماندنت را - هر چند کوتاه - دریاب که برای هیچ کس حتی انسان های سالم فرصت زیادی نمانده و این را تنها بیماران سرطانی که از مرگ گریخته اند و خداوند فرصت دیگری به آن ها عطا کرده و به دور شفایافتگی رسانده است، خوب درک می کنند. لذا همه شفایافتگان از سرطان بالاخص و انسان های سالم، به طور عام، باید با چشم باز به این موهبت ها فکر کنند و به یاد داشته باشند این روزها آقاابوالفضل مانند همیشه پرکار و پرن انرژی بیمارانش را مداوا می کند و بیشتر از گذشته به زندگی لبخند می زند. او معتقد است، رسالتی بر دوش دارد، این که انگیزه زندگی را حتی در یک بیمار زنده کند. او و همسرش در «انجمن سلامت برتر» و در جلسات «خویش یار» به بیماران سرطانی کمک می کنند تا خود بیمار بدانند مسئول پیگیری بیماری اش است و این روشی است که به تقویت سیستم ایمنی کمک می کند و فرد می داند که آخرین لحظه عمر باید زندگی کند.

