

Jmenuji se Alena a jsem pacientka s RS. Lékaři mi tuto nemoc diagnostikovali koncem roku 2012. Tento rok byl pro mne šťastný i nešťastný zároveň. Šťastný proto, že jsem v únoru porodila zdravou holčičku Alžbětku a nešťastný v tom, že zhruba po půl roce od této radostné události mi byla sdělena krutá diagnóza nevléčitelné nemoci, která u mě propukla naplno právě proto, že můj organismus prošel velkou hormonální změnou vlivem dvou po sobě jdoucích těhotenství. Zdravotní potíže se u mě objevily již dříve, ale nikoho nenapadlo, že se jedná o první projevy RS. Trápila mě častá nemocnost a její zdlouhavé léčení a také se občas objevila porucha rovnováhy, točení hlavy, závratě a celkové fyzické vyčerpání. Nakonec ale tyto občasné potíže vymizely a život šel dál. Když jsem se dozvěděla o projektu „Překonej sám sebe“, tak mě okamžitě napadlo, o čem chci psát. Ano, já jsem skutečně měla příležitost překonat sama sebe a tento nezapomenutelný zážitek mi zůstal v duši. Jsem za něj moc ráda. Tato nabytá síla mi později prokázala obrovskou službu. Poprvé jsem ji využila k tomu, abych odhodila předsudky a začala žít s mužem, který je těžce postižený a od dětství je na invalidním vozíku. Naše láska začala nesměle kvést již po absolvování střední školy. Ale tenkrát jsme se rozešli, protože jsem se manželova postižení zalekla. Po letech jsme se ale znovu našli a začali spolu žít. Dnes litujeme, že jsme spolu nebyli hned od začátku. Jsme spolu nesmírně šťastni. Podruhé, když jsem se musela vyrovnat s tím, že jsem onemocněla nevléčitelnou nemocí. K tomu, abych se s diagnózou co nejdříve smířila a byla schopna jít dál. I když ten další život už je jiný, přesto zůstal pro mne krásným a jsem nesmírně vděčná za to, že ho mohu dál žít. Síla, která mi pomohla pramenila ze zážitku z cesty po Aftice. Můj obvodní lékař mi můj záměr připojit se k expedici na Kilimandžáro moc nedoporučoval (z důvodu mého kolísavějšího zdravotního stavu). Ale nakonec byl velmi mile překvapen, když jsem mu po návratu položila na stůl kousek vyvělé lávy, třpytící se v umělém osvětlení a s úsměvem na rtech jsem mu sdělila, že jsem v pořádku a cítím se skvěle. Měla jsem možnost vidět na vlastní oči zajímavé věci kolem sebe a podařilo se mi skutečně překonat sama sebe. Bylo mi jasné, že nejedu na dovolenou k moři, ale že mě čeká těžká zkouška mého fyzického i psychického stavu. A to mě na tomto bláznivém nápadu lákalo i děsilo zároveň. Když jsme byli domlouvati podrobnosti této akce ve společnosti, která nás bude doprovázet, vznikla taková legrační situace. Zatímco já jsem čekala na parkovišti před kanceláří v obležení místních afrických obyvatel, kteří mi přišli nabízet suvenýry, můj kamarád na mě nahlížel spolu s majitelem společnost oknem, aby zhodnotili, jestli budu schopná tuto cestu absolvovat. Byla jsem ohodnocena jako schopná, i když jsem podle kamaráda vážila 45 kg i s botama a nohy jsem prý měla jak pavouk. Mezi námi, členové naší výpravy (kromě kuchaře) vypadali zhruba stejně jako já a můj kamarád, který byl mírně při těle měl nakonec v závěrečném výstupu, kdy už byla cesta hodně strmá, lehké zdravotní problémy. Protože na vrcholu bylo asi kolem - 25 °C, nemohli jsme na něj příliš dlouho čekat. Nakonec jsme se na vrcholu sešli. Bylo to pro mne velké vítězství a také uvědomění si toho, co je v životě člověka nejdůležitější. Tato zkušenost mě od té doby provází mým životem a já žiju tak nějak víc v klidu a duševní pohodě. Afriku jsem si zamilovala a neustále se k ní vracím například sledováním různých dokumentárních pořadů, navštěvuji besedy s lidmi, kteří tuto zemi důvěrně znají a čtu knihy o tomto nádherném světadílu. Když jsem byla malá holka, dostala jsem od rodičů knihu s názvem „Mzuri Africa“, kde byly fotografie ze života v Africe. Ráda jsem tenkrát sledovala seriál o slavné lvici Else. Nikdy by mě nenapadlo, že přijde v životě příležitost a já se do Afriky podívám. Je to skvělé, splnit si svůj sen z dětství. Než jsem do Afriky odcestovala, přinesla mi jedna moje kamarádka trilogii knih o Africe. Byl to příběh ženy, která si zkusila žít nějakou dobu v Africe a všechny své zážitky později sepsala a vydala. Já jsem po přečtení těchto knížek měla možnost všechno vidět na vlastní oči. Byl to úžasný zážitek. Také jsem zatoužila stát se spisovatelkou a proto jsem se přihlásila do soutěže Česko hledá spisovatelky, kde bojuji ve finálovém kole se svým příspěvkem Piloti z předměstí.

Chtěla bych vyzvat všechny lidi, kteří jsou postiženi nemocí RS, aby se života po sdělení diagnózy nebáli, aby se udržovali v dobré psychické kondici, třeba tak, že si splní své sny. A vůbec to nemusí být nic světoborného. Stačí, když opráší něco, na co neměli dříve čas a co by jim dělalo radost, co by je bavilo a naplňovalo, protože být pozitivně naladěni je podle mne velmi důležitou složkou v léčbě a její úspěšnosti. V každém z nás dříme něco, co lze rozvinout a nechat, aby nás to povzbuzovalo a těšilo. Aby jsme se cítili dobře a taky trochu prospěšně.

Chtěla bych poděkovat také svému báječnému manželovi, který mě i přes své vlastní těžké postižení podržel ve chvílích nejtěžších a pomáhá mi i nadále. Samozřejmě kolektivitu zdravotníků v MS centru Brno Bohunice, kteří se o nás pacienty starají, také časopisu RS KOMPAS, který nás povzbuzuje pozitivními příspěvky ze strany pacientů a informuje o všem kolem RS a nesmím zapomenout na sebe, protože jsem dokázala PŘEKONAT SAMA SEBE!

V současné době se cítím dobře, mám injekční léčbu, která udržuje nemoc v klidu. Trápí mne ale neustále se opakující infekty horních i dolních cest dýchacích a občasná ztuhlost svalů. Proto bych si moc přála pořídit si na doma infraSaunu, jako prevenci této nemocnosti a k prohřívání svalů celého těla, což usnadní následně protahovací a uvolňovací cvičení, které provádím doma na gymnastickém míči. Z rodinných důvodů si zatím nemohu dovolit potřebnou kúru, kterou by mi mohl splnit například lázeňský pobyt. InfraSauna je k tomuto účelu vhodnou alternativou.