



Čo môže byť viac ako zdravie?... počuť často z úst ľudí. Áno, zdravie je veľmi veľká a základná ľudská hodnota. Vážil si ho aj Pán Ježiš, keď si zvlášť všimnal chorých a uzdravoval ich.

Zdravie...?

Dejiny kresťanstva sú plné zázračných uzdravení. Najviac sa ich deje na mariánskych pútnických miestach, ako sú napríklad francúzske Lurdy. Tam sa 11.2. 1858 Nepoškvrnená Panna Mária zjavila Bernadete Soubirousovej v jaskyni zvanej Massabielle. Prostredníctvom tohoto jednoduchého dievčaťa volá Mária hriešnikov, aby sa obrátili, a v Cirkvi vzbudzuje veľkú horlivosť v modlitbe a v láske k bližnému, ktorá sa prejavuje osobitnou starostlivosťou o chorých. Sem prichádzajú chorí so svojím bremenom a vrúcne túžia po uzdravení. Niektorí sú aj vypočutí. Ale prevažná väčšina odchádza domov aj so svojou chorobou. A predsa odchádzajú obdarení! V Lurdoch ide predovšetkým o uzdravenie duše. Púťou, pokáním, sebazaprením, modlitbou a vierou sa chorý zbavuje hriechov a tým sa uzdravuje. Potom často prijíma svoju chorobu ako dar. Pre seba i pre druhých.

A to sú tie pravé zázraky Lurdov, pravé zázraky Panny Márie. Jedenásty február je Cirkvou vyhlásený za Svetový deň chorých. Žime tak, aby sme si vážili svoje zdravie, chránili ho. Ak príde choroba, spravme všetko, aby sme sa uzdravili. Ale, ak to nejde, nevešajme hlavu, možno sme získali poklad, ktorého hodnotu plne pochopíme až vo večnosti.

Vaša sr. Barbora, Dkl.

Katolícka sociálna náuka Cirkvi vo vzťahu k starým, chorým a zomierajúcim

Aj v núdzi možno žiť dôstojne

Tento článok si nenárokuje vyčerpať predstaví široký obsah témy naznačenej v titulku. Ide skôr o veľmi krátke dotknutie sa problematiky, ako Cirkve hľadí na človeka v núdzi, v systéme, ktorým sa riadi štát.

Prednedávnom sa pápež Ján Pavol II. s lútosťou vyjadril o skutočnosti, že katolícka sociálna náuka je málo známa. Na jednej z audiencií povedal: „Niekedy má človek dojem, že sa z nej viac cituje ako o nej vie. Treba ešte veľa urobiť, aby bohatý prínos cirkevnej náuky sa stal skutočným kritériom rozhodnutí ako aj inšpirujúcou silou sociálnych aktivít kresťanov.“ Z tejto jeho myšlienky je možné vybadať, čím má byť sociálna náuka: 1. kritériom rozhodnutí kresťanov; 2. inšpirujúcou silou ich aktivít.

Dôstojnosť – nie zisk

Zo sociálnej náuky pápežov je zrejmé, že jasne vidia ako sú „neproduktívne“ skupiny ľudí vytláčané na okraj spoločnosti. Ekonomika a trh pozerajú na človeka ako na prostriedok zisku a nie ako na niekoho, kto má jedinečnú dôstojnosť. A práve z pohľadu Katolíckej cirkvi je ľudská dôstojnosť omnoho hodnotnejšia, než akýkoľvek zisk. Štátu blahobytu (v ktorom sú ekonomické úspechy prioritou) hrozí, že sa stane tzv. zaopatrovacím štátom. Čiže sociálnu otázku starých, chorých, zomierajúcich začne riešiť prebujenosťou štátneho aparátu, ovládanú viac byrokratickou logikou, než snahou slúžiť občanom.

Byť bližným v núdzi

Oproti byrokrácii takéhoto zaopatrovacieho štátu však vyniká pravda, že núdzu skutočne viac pozná a nakopené

potreby dokáže uspokojovať najmä ten, komu sú najbližšie a kto sa stáva bližším v núdzi. (porov. Centesimus annus 48) V tomto duchu súčasný pápež povzbudzuje: „Treba myslieť aj na polozenie utečencov, prisťahovalcov, ako aj opustených, starých či chorých a na všetkých tých, čo potrebujú starostlivosť, ako je to



v prípade narkomanov. Všetkým týmto ľuďom môže účinne pomôcť iba ten, kto im okrem potrebnej liečby poskytne aj úprimnú bratskú pomoc.“

Rozmach charity v Cirkvi

Človek v núdzi nie je v Cirkvi poníženy a degradovaný len na predmet starostlivosti, ale pomáha sa mu vyjsť z núdze tým, že sa podporuje jeho ľudská dôstojnosť. Charitatívna činnosť v Cirkvi nikdy nevyhasla a dnes zaznamenáva mnohostranný a povzbudzujúci rozmach.

(Pokračovanie na str. 3)

Na konci cesty...

Som na konci svojej cesty, Pane!

*V slepej uličke, nie iba zákruta,
ale jednoducho bez návratu!*

*Nemám už kam by som išiel,
som na konci svojich síl.*

*Tak rozvážne som plánoval, namáhal sa,
zapieral, no kam to viedlo?*

Premárnená snaha, zmarené nádeje na vyprázdnené sny!

Som na konci svojej cesty,

či azda na vrchole svojej osobnej kalvárie.

Je to však naozaj môj koniec, Pane?

Alebo azda.....azda nájdem silu povedať:

„nie moja, ale Tvoja vôľa nech sa stane“?

*Pomôž mi vidieť a pochopiť, Pane,
že to je práve Tvoja obľúbená metóda,
ako meniť konce ciest na začiatky
pre tých, ktorí Ťa hľadajú!*

*Otvor novú cestu aj pre mňa,
daj mi odvahu a sebadôveru putovať po nej
s vedomím, že iba Ty vieš vytvárať
nové začiatky zo zmŕtvychvstalých nádejí
tam kde my vidíme už iba beznádej a koniec cesty.....*

Podľa Rev. Rona Elbournea, Waverley Gazette 15.4.1981 Pre-
vzaté zo Slovenského kresťanského samizdatu, Kolín, čís. 7/200

Školenie dobrovoľníkov hospicovej starostlivosti Pomáhať možno aj bez slov

Málokto z nezainteresovaných vie, kto je dobrovoľník, čo robí a či je potrebný. Za takého teda považujeme človeka, ktorý sa podujal stať sa členom hospicového tímu, zloženého zo špeciálne vyškoleného lekára, zdravotnej sestry, psychológa, sociálneho a rehabilitačného pracovníka a duchovného.

Tento tím, vrátane dobrovoľníkov, zabezpečuje paliatívnu a hospicovú starostlivosť, to znamená, že pomáha nielen chorému vo finálnom štádiu, ale aj jeho blízkemu okoliu. Dobrovoľník niekedy len svojou prítomnosťou. Aby však mohol byť rovnocenným členom tímu, musí byť na náročnú prácu dobre pripravený a vyškolený.

Občianske združenie Slniečnica Slovensko zorganizovalo v spolupráci s Nadáciou Jozefa Murgaša školenie svojich dobrovoľníkov.

Jeho prvá časť sa konala 25. septembra 2004 v budove provincialátu vincentínov a zúčastnilo sa ho dvanásť členov Slniečnice. Hlavnou témou školenia bol Úvod do komunikácie, ktorý uviedla Ing. Magda Veselská, vedúca nadácie J. Murgaša. Teória prezentovaná slovom aj obrazom, ktorú sme dostali aj v písomnej forme, bola ilustrovaná bohatými príkladmi z praxe, navyše medzi účastníkmi školenia sa rozvinula široká diskusia k danej problematike.

Prebrali sme príčiny zlej komunikácie, aj to, že každý z nás má pre verbálnu i neverbálnu komunikáciu individuálne predpoklady (spôsob vyjadrovania, schopnosť vyberať vhodné slová, gestikuláciu, mimiku a pod.). Rozobrali sme individuálne komunikačné štýly, úrovne komunikácie a typy komunikačných sietí.

Prednášajúca upozornila, že aktívne komunikovať znamená chápať celého človeka, že sa treba vedieť vcítiť do situácie

chorého, že načúvanie alebo mlčanie v určitých situáciách pre chorého znamená viac ako rozhovor.

Ukazuje sa, že práca dobrovoľníka s chorým je vzájomne obohacujúca a neznamená iba darovanie sa. Druhá časť školenia bola tiež „psychologická“. V známych priestoroch sa 24. októbra 2004 stretlo 16. dobrovoľníkov s prednášajúcou PhDr. Mgr. Patríciovou Dobríkovou – Porubčanovou, pôsobiacou na Trnavskej univerzite s bohatými skúsenosťami s paliatívnou a hospicovou starostlivosťou nielen z domova, ale aj zo zahraničia.



Na programe boli témy: Nevyhnutnosť sebaopoznania, Typy osobnosti a typológie podľa Pavlova, Junga, Eysencka, Aktivačno-motivačné faktory osobnosti, Komplexný pohľad na nevyliciteľne chorého a jeho bio-psycho-sociálno-spirituálne potreby.

Uvedomovali sme si, že bez adekvátneho a pravdivého sebaopoznania vlastnej osobnosti nie je možné efektívne pomáhať iným. Osobným testom sme si zisťovali aký máme temperament, aký sme typ osobnosti. Skúmali sme, na ktoré potreby pacienta treba dať dôraz a ako ich naplňať v hospici.

Okrem komunikácie a psychológie nás ešte čakajú ďalšie témy školenia a je snahou, aby bol tento kurz dobrovoľníkov v hospicovej starostlivosti akreditovaný Ministerstvom školstva Slovenskej republiky.

Ludmila Baluchová
Foto: Miloslav Ofúkaný

Sestra v akcii 2

V predchádzajúcom čísle sme vám predstavili MUDr. Kristínu Kroftovú, teda sestru Barboru. V tomto máme na programe druhý diel. Vybrala som si Mgr. Moniku Siváčkovú, sestru Moniku. „Ako vyzerá váš plán, kedy by sme mohli urobiť rozhovor pre našu pravidelnú rubriku do časopisu Slniečnica“ – touto telefonickou otázkou som takmer zaskočila sestru Moniku, lebo má – ako ináč – veľmi nabitý program. Napokon sme obe našli voľný termín v diároch a rozhovor sa mohol uskutočniť.

Aké je vaše pôvodné povolanie a špecializácia?

Absolvovala som štúdium na Strednej zdravotníckej škole a špeciálnu pedagogiku so zameraním na logopédiu na Palackého Univerzite v Olomouci. Mám pätnásťročnú prax v zdravotníctve, naposledy v Charitnom dome v Pezinku, pri opatere starých a chorých kňazov.

Odkedy ste rehoľnou sestrou v Spoločnosti dcér kresťanskej lásky (DKL) – vincentkou?

Je to veru už osem rokov, dva roky som bola čakatelkou a šesť rokov som už členkou Spoločnosti.

Ako vyzerá váš dnešný deň – od rána...?

Vstala som ako vždy o piatej hodine, doma sme sa pomodlili ranné chvály a potom sme išli do kostola na svätú omšu. Je to najdôležitejšia časť dňa, kedy sa stretáme s Pánom v Božom slove a Eucharistii. Snažíme sa načerpať čo najviac síl, lebo vidíme utrpenie Krista v rôznych podobách u tých, u ktorých vykonávame službu. Po svätej omši sme sa stretli v ambulancii hospicovej starostlivosti v Misijnom dome Lazaristov a po porade so sestrou Barbarou sme si rozdelili služby. Teraz sa starám o troch pacientov.

Akí sú vaši pacienti, s akými diagnózami?

Väčšinou sú to pacienti s nádorovými ochoreniami. Týmto zabezpečujeme najmä ošetrovanie rán, aplikáciu injekcií a infúzií, náplastí na zmiernenie bolesti, prevenciu preležanín a ďalšie úkony, ktoré ako pacienti odkázaní na cudziu pomoc vyža-

(Dokončenie zo strany 1)

Aj v núdzi možno žiť dôstojne

Osobitne Ján Pavol II. vyzdvihuje záujem laických veriacich: V tejto súvislosti si zasluhuje osobitnú zmienku fenomén dobrovoľnej služby, ktorému Cirkev žičí a podporuje ho tým, že podnecuje do spolupráce všetkých, aby tejto iniciatívach pomáhali a povzbudzovali ju.“ (Centesimus annus 49). Ak sa nemá stať sociálna náuka Katolíckej cirkvi množstvom informácií, ktoré sa často citujú, ale málo z nich sa uskutočňuje, je potrebné: 1. hľadať v nej inšpiráciu a silu 2. formovať podľa nej svoje konkrétne rozhodnutia. Tak sa bude môcť naplniť jedinečný cieľ Cirkvi: starostlivosť a zodpovednosť za človeka, za toho, ktorého jej zveril Kristus.

ThLic. Ján Martinček, CM

dujú. Je to kŕmenie a všetko, čo je spojené s osobnou hygienou. Medzi mojimi pacientmi je aj jedna pani, ktorá je už na ceste „Domov“. Ešte pred pár dňami sme robili spolu prechádzky po byte, rehabilitovali, debatovali, modlili sa. Náhle sa jej zdravotný stav zhoršil, dnes som bola u nej už dvakrát.

Máte dostatok času na spánok a regeneráciu? Slúžite takmer non-stop ...

Už svätý Vincent prvým sestrám v 17. storočí pripomínal dôležitosť organizácie práce. Nie vždy to ide podľa našich predstáv. Chce to múdrosť, pokoru a rozlišovanie dôležitosti, čo kedy spraviť. Oddych je potrebný aj ako prevencia „syndrómu vyhorenia“. Treba vedieť odpočívať, odreaagovať sa, pobaviť sa, mať zmysel pre humor. Keď sa chce, všetko ide.

Náš rozhovor prerušilo zvonenie telefónu: treba ísť k pacientke, dnes už tretí raz. Prejavila som záujem ísť tiež aj ako budúca dobrovoľníčka v hospicovom tíme. Rodina s mojou návštevou súhlasí. Ponechám však na sestričku aby priblížila, ako taká návšteva vyzerá?

Privítal nás manžel nemocnej, o ktorého sa donedávna jeho manželka starala ako o chorého. Teraz sa úlohy obrátili. Dôkladne som ju poumývala, prezliekla, ošetrila dekubity, namasírovala, dala piť, resp. iba zvlhčiť ústa a pripravila som ju na nočný odpočinok.

Ako pokračuje starostlivosť?

S manželom pacientky sme zhodnotili deň a dohodli sa na programe na ďalšie. Je zaujímavé sledovať, v akej etape prijatia choroby je pacient a v akej jeho príbuzní. Táto pacientka sa s chorobou už dávno vyrovnala, manžel však ešte stále verí vo zvrät.

Sestra Monika sa zvykne vrátiť po službe ešte do ambulancie a nachystá si pomôcky na nasledujúce ošetrovanie. Dnes stihla túto prípravu ešte pred poslednou návštevou. Teraz už kráča domov ku večernej modlitbe, aby nabrala dosť síl do ďalšej služby.

Ludmila Baluchová

Občianske združenie
Slniečnica Slovensko
ul. sv. Vincenta 1
820 12 Bratislava

**Daruj
2% daň**

IČO: 31815804
formuláre na webovej stránke
www.hospic-slnecnica.sk
Ďakujeme.

Obyvatelia Mestskej Časti Bratislava - Ružinov sú za Hospic

Dotazníkový prieskum vykonali členovia Občianskeho združenia Slnecnica Slovensko pred začatím výstavby centra pre mobilný hospic (MH), Domácu opatrovateľskú službu (DOS), Agentúru domácej ošetrovateľskej starostlivosti (ADOS) a denný stacionár hospicu prostredníctvom dotazníka. Respondenti dotazník vyplňovali anonymne a na princípe dobrovoľnosti.

Dotazník obsahoval poučenie, vysvetlenie pojmov a 4 otázky. Respondenti mali možnosť odpovedať Áno, Nie – a zvolenú odpoveď zakrúžkovať; taktiež dať pripomienky a námety.

Členovia o. z. Slnecnica v štvrti Ružinov rozdávali dotazníky priamo t. j. osobne do rúk respondentov a nepriamo – do poštových schránok bytov, a e mailom.

Priame rozdávanie dotazníkov sa uskutočnilo v auguste 2004 na uliciach, pri autobusových zastávkach našej štvrte, v OD Ružinov, v čakárniach polikliniky, aj v ambulanciách lekárov našej štvrte, tiež v kostole sv. Vincenta de Paul v Ružinove. Rozdalo sa 800 dotazníkov priamo, 134 nepriamo do schránok a e mailom, spolu 934 dotazníkov.

Výsledky prieskumu uvádzame v tabuľke

Odpoveď	Áno		Nie		Neodpovedali		Spolu	
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
Vedeli by ste sa postarať o vášho ťažko chorého príbuzného krátkodobo (viac ako 3 mesiace)?	228	57,0	164	41,0	8	2	400	100
detto dlhodobo (viac ako 3 mesiace)?	64	16	328	82,0	8	2	400	100
Je podľa vás uvedená služba potrebná?	400	100,0	0	0,0	0	0,0	400	100
Súhlasili by ste s výstavbou mobilného hospicu s denným stacionárom?	398	99,5	1	0,3	1	0,3	400	100

Záver: Väčšina opýtaných = 82,7% by nebola spôsobilá ošetrovať svojich príbuzných dlhodobo, t.j. dlhšie ako 3 mesiace a krátkodobo, t.j. do 3 mesiacov by nevedelo príbuzných ošetriť 41% opýtaných. Všetci respondenti chcú, aby v našej štvrti boli zariadenia typu DOS, ADOS, MH. Iba dvaja opýtaní nechcú,

aby sa v našej štvrti zriadil denný stacionár; z toho jeden respondent problému nerozumie a druhý o stacionár nemá záujem. Teda 99,5% obyvateľov stacionár chce.

Leopoldína Scheidová

Naši darcovia, prispievatelia, dobordinci

(Prvých 50; pokračovanie v ďalšom čísle.)

Bernardína **Abelovičová**, Bratislava, JUDr. Milan **Baluch**, Bratislava, Jozefa **Bernáthová**, Bratislava, Ing. Štefan **Bogdan-Bielik**, Bratislava, Mária **Bubniaková**, Bratislava, Rodina **Bystrianová**, Bratislava, MUDr. Magdaléna **Dornetzhuberová (2x)**, Bratislava, Terézia **Dudášová**, Bratislava, Anna **Fauleová**, Bratislava, Marianna **Galovcová**, P. **Bystrica**, Alžbeta **Hajtmanková**, Bratislava, Peter **Holec**, Bratislava, Daniela **Hornáková**, Bratislava, Jozef **Hrica**, Bratislava, Mária **Jakubčíková**, Bratislava, Stanislav **Jakubek**, Bratislava, Magda **Jakubičková**, Bratislava, Anna **Jurišová**, Bratislava, Mária **Kochanová**, Bratislava, Jozefína **Korbeľová**, Bratislava, Margaréta **Krajčíková**, Bojná, Mária **Krchnáková**, Bratislava, Katarína **Križanovičová**, Bratislava, Ing. Mária **Kučerová**, Bratislava, Viera **Kurčabová**, Bratislava, PhDr. Jozef **Majchrák**, Bratislava, Matilda **Markovičová**, Udiča, Terézia **Mifkovičová**, Bratislava, Kláštor

Noter Dame, Bratislava, Serafína **Pet'ková**, Bratislava, Eva **Porubská**, Bratislava, Magdaléna **Považanová**, Bratislava, Bernadeta **RačKayová (2x)**, Bratislava, Rozália **Rosenbergerová**, Bratislava, Helena **Sallaiová**, Bratislava, Genovéva **Sedláčková**, Bratislava, Eleonóra **Stachovičová**, Bratislava, Klára **Stachovičová**, Bratislava, Dagmar **Šikutová**, Bratislava, Jana **Štinerová**, Bratislava, Pavla **Takáčová**, Bratislava, Ladislav **Tomašek**, Bratislava, Ingrid **Tóthová**, Bratislava, Magdaléna **Trebenská**, Bratislava, Jozef **Tukovčák**, Bratislava, Edita **Urlandová**, Bratislava, Ružena **Vinceková**, Bratislava, Helena **Werniková**, Bratislava, Anna **Zipková (2x)**, Bratislava.

**Ďakujeme aj tým anonymným darcom,
ktorých adresy nepoznáme!**