

MALIŠANI IZ ISTRE, ŽELJNO OČEKUJU PREUREĐENJE

svijeti djecu



Doktorica Jelena Roganović s malim bolesnicima

Na tom mjestu postoji pokretan rendgen aparat, a jedinica intenzivnog liječenja je na istom katu. Prostor će prema planu imati 350 kvadrata, s dnevnom bolnicom, prostorijom za intervenci-

U nerazvijenim i srednje razvijenim zemljama preživi tek jedna petina djece

Međunarodni savez organizacija roditelja djece oboljele od malignih bolesti (ICCCPO, International Confederation of Childhood Cancer Parent Organizations), započeo je kampanju podizanja društvene svijesti o raku u djece 2002. godine utvrđivanjem Međunarodnog dana djeteta oboljelog od maligne bolesti svake godine 15. veljače. Hrvatski Sabor je odluku o proglašenju Nacionalnog dana djeteta oboljelog od maligne bolesti donio četiri godine kasnije. Ovih dana upravo se navršila godina dana od početka javne akcije koju je inicirala Udruga "Krijesnica", a zahvaljujući kojoj su nakon dugog niza godina i pojedinačnih humanitarnih akcija napokon prikupljena sredstva za preseljenje i skrenuta pažnja na potrebe Odjela dječje onkologije u Rijeci.

Iako dječje maligne bolesti čine malu frakciju globalnog obolijevanja od raka, one su u razvijenim zemljama drugi po učestalosti uzrok smrtnosti u djece. Unatoč ogromnom napretku u liječenju ove djece sa stopom izlječivosti većom od 75 posto, sasvim je drugačija situacija u nerazvijenim i srednje razvijenim zemljama svijeta, koja čini 80 posto globalne incidencije dječjih tumora, i u kojima, nažalost, preživi samo 20 posto djece, budući da im adekvatna terapija nije dostupna.

- Svjesni smo činjenice da u ovim zemljama dio djece umire od raka prije nego što se postavi dijagnoza. Stoga je i jedan od ciljeva obilježavanja Međunarodnog dana djeteta oboljelog od maligne bolesti upozoriti na velike razlike u kvaliteti skrbi za djecu s rakom između nerazvijenog i razvijenog svijeta. Kako je istaknuto u programu našeg Ministarstva, pružanje adekvatne i pravovremene skrbi za djecu oboljelu od malignih bolesti jedan je od prioriteta hrvatskog društva. Stoga je Nacionalni dan djeteta oboljelog od maligne bolesti prigoda da se podsjetimo koliko je važno prepoznati i rješavati kompleksne medicinske i psihosocijalne potrebe i probleme teško oboljele djece i njihovih obitelji, ističe pročelnica Odjela hematologije i onkologije dječje bolnice Kantrida prof. dr. Jelena Roganović.



je, šest suvremenih dvokrevetnih soba sa sanitarnim čvorovima, predprostore kao ulaze u izolacijske jedinice i sobu za terminalno bolesno dijete. Korisnicima će na raspolaganju biti veliki dnevni boravak za djecu i roditelje s čajnom kuhinjom, prateće prostorije poput prostori- je za nešto rublje i otpadni materijal. Središnje mjesto zauzimat će pult za medicinske sestre s jedinicom za centralni monitoring, na čijim ekranima će sestra imati zbirni prikaz stanja vitalnih

funkcija ležećih bolesnika.

- Na kraju, ali ne manje važno, bit će omogućen 24-satni boravak roditelja uz dijete. Osim toga, u novim okolnostima bitno će se poboljšati uvjeti liječenja. Nećemo izmišljati nove lijekove, samo ćemo suvremene protokole liječenja provoditi u suvremenim uvjetima. Neće biti problem izolirati febrilno dijete s niskim krvnim nalazima. Ili pak omogućiti primjeren prostor terminalno bolesnom djetetu i njegovoj obitelji, objašnjava prof. dr. Roganović.

Život u sadašnjem trenutku

U skladivanju s vlastitim životom zahtijeva prisebnost, kakvu mnogi od nas nemaju. Dani se izmjenjuju, a mi nismo ni svjesni da vrijeme prolazi. Ako energiju ne rasipate razmišljajući o prošlosti ili budućnosti, sposobni ste uravnoteženo doživjeti svaku situaciju. Važno je stvarati energiju, ali je jednako važno i znati izbjegavati njezino besmisleno trošenje. Živeći u sadašnjem trenutku pojačavate vašu povezanost s vlastitim tijelom i okruženjem i povećavate svoju energiju.

U sadašnjem se trenutku krećete, plovite kroz vječno sada tjelesno i emocionalno živi. Ako ste udaljeni od trenutne prisutnosti, vi ste mahom obamrli, rastreseni, zatočeni u svojim mislima pokušavajući obaviti što više poslova u jednom momentu.

Teškoća je u tome što mno-

gi od nas djeluju u vrlo zahtjevnom svijetu u kojemu gube iz vida sadašnji trenutak. Kako ćete doživjeti sadašnji trenutak? Trebate najprije zaustaviti stalnu buku misli u glavi, kada vas vaš um tjera da obavite što više posla. Da biste potpuno pojmili moć prisutnosti, promatrajte one koji su u njemu: mala djeca spontano žive u sadašnjem trenutku jer za njih prošlost ili budućnost još uvijek ne postoje; njihova koncentracija je samo na onom momentu u kojemu se nalaze. Zato su uvijek veseli i nasmiješeni jer imaju obilje energije i ne troše je na razmišljanje što je bilo jučer ili će biti sutra.

Ali, ako nismo djeca, možemo se vratiti u prisutnost (sadašnji trenutak) kada se usredotočimo na disanje. Kada pratimo svoje disanje, ne možemo misliti što ćemo sutra ra-

di, a kada nešto radimo, onda moramo biti u tom poslu, bilo da je to hodanje, pjevanje i naši profesionalni poslovi. Odvojite nekoliko trenutaka da biste se u tišini opustili zatvorenih očiju, usredotočeni na udisaje i izdisaje i tako umirili bujicu svojih misli.

Trenutno rješenje za povratak u ovdje i sada jest osjećanje vlastitog bila (kucanje srca) ili izgovaranje riječi koje si sami možete izabrati, bilo da su to molitve ili neke druge vaše riječi. Svaki posao koji radite od onih najjednostavnijih do najzahtjevnijih radite s velikom prisutnošću. Počnite polako s ovih nekoliko savjeta. Ako ne uspijevate odmah umiriti um, ne uzrujavajte se, svima nama se to događa. Ne zaboravite: svaka minuta uspjeha obnavlja životnu energiju i puni vas oduševljenjem.

LJ. PETRIĆ



Tjelovježba

Piše body instruktorka
Morena Poglajen Carić

Svakodnevne vježbe rasterećenja u uredu

Neka vam ove vježbe budu nadahvat ruke i odradite mišićnu napetost dok radite u uredu. Svaki položaj zadržite desetak sekundi, izvodite ga polako, opuštenu, osviještenu i uz duboko disanje.



SUNSET
centar