

ПИСЬМО-ОТКРОВЕНИЕ

Рак — тема, о которой не принято говорить, поэтому люди растеряны, когда узнают свой диагноз. Откуда берется этот страх и стыд?

Молчала несколько лет, боялась рассказать вот так всем в открытую о своем диагнозе. Может боялась увидеть жалость к себе в глазах других. Ведь как от чумной. Но желание поддержать женщин с диагнозом онкология так и не ушло. У меня два раз был рак- РМЖ и рак щитовидной железы.

Когда в руках листочек, где написано «обнаружены раковые клетки», у всех одна реакция — страх. А вот дальше у каждого начинается своя история: кто-то начинает паниковать, кто-то собирает информацию в интернете, кто-то записывается на прием к врачу, кто-то не знает, что делать, уходит в себя, а кто-то ищет поддержки. Могу сказать о себе. Сказать, что испугалась, ничего не сказать. Время остановилось.

Не буду вдаваться сейчас в подробности как я прошла этот путь (ответу на любые вопросы) Тяжело было. Почему я? Зачем? Хаос в голове. Постоянный разговор с собой. Мысли - сколько мне осталось...Шок. Нет, я не плакала. Мне повезло -рядом были сильные люди со мной. Мощная поддержка.

Слава богу они и по сей день со мной! Делала все что говорили врачи. Решила об этом буду думать потом. Операция. Химия. Лучи. Ездила по городу, слушала музыку. Громко слушала. Я не бегала от диагноза. Но принять не могла, пока не повезли в операционную. Позже сдала анализ на мутацию гена рака молочной железы BRSA -1 - ответ положительный.

Сейчас я понимаю, в моей ситуации врачи сделали все возможное. Мы редко задумываемся о ценности жизни. Когда приходит боль - повод задуматься: как я живу? Мы теряем вкус к жизни, перестаем радоваться каждому дню, постоянное недовольство погодой, стресс на работе, да много чего происходит каждый день.

К сожалению, ну не умеем ценить, что у нас есть, мы не умеем быть благодарными за то, что у нас есть. И только когда теряем, понимаем, что такое ценности. Любите каждый день, даже если он прошел не так, как бы вам хотелось, примите его, как опыт — с благодарностью.

Могу сказать от себя -при таком диагнозе, не стоит стыдиться (мне даже было стыдно в магазин ходить), молчать, замыкаться и уходить в себя.

Родственникам тоже страшно и смотреть вам в глаза им тоже страшно. Искать и просить помощь, даже если вы этого никогда не делали. Помощь

иногда приходит оттуда, откуда не ждешь. Но всегда помните, никакого самолечения не должно быть и реальную помощь вам окажут только врачи.

Выдох! Я это сделала!

Будьте здоровы, берегите себя и своих близких!