

11. Dudonienė V., Vaškevičiūtė R., Kesminas R. Fizinio aktyvumo poveikis nėsčiųjų gyvenimo kokybei. Sveikatos mokslai: slauga, kineziterapija, ergoterapija. Kaunas: Lietuvos sporto universitetas, 2012; 2 (7): 3–8.
12. Katinė N. Šiuolaikinė kompresinė terapija. Slauga. Mokslas ir praktika. Vilnius: Sveikatos priežiūros ir farmacijos specialistų kompetencijų centras, 2016; (4): 232.
13. Kotherja O. Rapti E. The Importance of Motivation in Employees' Performance in Schools. Rome: MSCR publishin, 2015; 5 (2): 117–121.
14. Mačiulis V., Norkienė S., Šalyga J. Pacientų mokymo poreikiai prieš atliekamas operacijas bendrosios ir dienos chirurgijos skyriuose: palyginamoji analizė. Sveikatos mokslai. Vilnius: „UAB ciklonas“, 2015; 25 (6): 34–37.
15. Lele R. D. Prevention is better and cheaper than cure. [Žiūrėta 2018-10-22]. Prieiga per internetą: <http://medind.nic.in/jaw/t14/i1/jawt14i1p3.pdf>.

## GEROJI PATIRTIS

## Dvasingumo reikšmė nepagydomos ligos atveju: gydytojų ir slaugytojų pagalba

*Žydrūnė Luneckaitė*

*Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Bioetikos katedra*

Šiandieninė sveikatos priežiūros sistema, taip pat ir slauga, kaip labai reikšminga ir didelė jos dalis, patiria daugybę iššūkių. Medikalizacija, užėmusi redukcioništinę biomedicininę poziciją ir tęsusi R. Dekarto kūno kaip mechanizmo atskyrimo nuo dvasinės substancijos tradiciją, patiria pokyčius. Sveikatos priežiūros sistema keičia kryptį, orientuodamasi į pacientą kaip asmenį, iš redukcioništinės į holistinę. Nebeužtenka gydyti, slaugyti tik kūną. Dėl šio pokyčio reikšminga tampa dvasingumo dimensija, kurią užčiuopia, ja rūpinasi ir medicinos profesionalai – gydytojai bei slaugytojai. Ypač ši žmogiškos egzistencijos dalis svarbi tampa nepagydomos ligos atveju, nes ji sutrikdo normalius biologinius organizmo ryšius (sužlugdo organizmo vientisumą), kartu sutrinka ir visos kitos sąveikos: kinta laiko ir erdvės samprata; galios santykis – pacientas, kontroliavęs savo gyvenimą, veiklą, pomėgius, darbą, – tampa pacientu. Galios santykis jau kitas: gydytojas ir pacientas, slaugytojas ir pacientas. Jie, medicinos profesionalai, tampa tais, kurie diagnozuoja, kuria gydymo algoritmus, vertina, atpažįsta... Keičiasi sergančio žmogaus santykis su aplinka (darbas, socialinė veikla); keičiasi ir jo ryšys, santykis su aukštesnėmis galiomis – Dievu, prarandamas arba atrandamas tikėjimas; perkainojamos vertybės, permašomi gyvenimo tikslai ir prasmės. Tai įrodo ir moksliniai tyrimai, atliekami Europos šalyse (Nyderlandai, Vokietija, Norvegija, Didžioji Britanija, Portugalija ir kt.) bei pasaulyje. Tai leidžia nustatyti ir Lietuvos sveikatos mokslų universiteto (LSMU) Slaugos ir rūpybos katedros profesorės O. Riklikienės suburtos mokslininkų komandos atliekamas tyrimas „Dvasingumas slaugoje: onkologinių ligonių dvasinė gerovė ir dvasiniai poreikiai – mišrių metodų tyrimas, SPIRITcare“ (P-MIP-17-168), kurį finansuoja Lietuvos mokslo taryba. Vykdomos ir kitos dvasingumo tematikos veiklos, panaudojant įvairių fondų lėšas bei užsienio kolegų patirtį: tarptautiniai seminarai slaugos studentams, dėstytojams, slaugytojams, gydytojams ir kitiems dvasinės pagalbos teikėjams. LSMU kartu su partneriais iš Estijos ir Vokietijos 2018 m. vykdė projektą „Tarpdisciplinis požiūris stiprinant lėtinėmis ligomis sergančių pacientų ir vyresnio amžiaus žmonių dvasinės pagalbos kokybę“. Projektas buvo remiamas Baltijos šalių

ir Vokietijos aukštųjų mokyklų biuro per Vokietijos akademinių mainų tarnybą (DAAD) Vokietijos Federacinės Respublikos Užsienio reikalų ministerijos lėšomis.

Tyrimas leidžia nustatyti, kad nepagydoma liga turi poveikį dvasingumo raiškai. Gydytojai ir slaugytojai, dalyvavę kokybiniame tyrime, teigia, kad tik suvokdami paciento dvasinės gerovės būseną ir žinodami jo dvasinius poreikius bei juos lemiančius veiksnius sveikatos priežiūros komandos nariai suteikia individualią ir į pacientą orientuotą pagalbą, padės pacientui susigyventi su liga, o tai patvirtina jų patirtys.

Apibrėždami, kas yra dvasingumas, sveikatos profesionalai teigia, kad tai susiję su vidiniu žmogaus pasauliu, dvasia, kai išeinama už kūniškų ribų arba ne tik jos yra reikšmingos.

Gydytojai: *<...> tai labai plati sąvoka. Dvasingumas – tai toks daugiau asmeninis prasmės supratimas, kančios sąvokos supratimas ir t. t. Tai žymiai platesnė sąvoka <...>; <...> dvasingumas yra tas, kas yra už mūsų kūno ribų, už mūsų santykio ribų. Kai aš pradėdu galvoti: išvis prasmė – mano gyvenimo, ligos, ateities. Kai mes paliečiame tuos klausimus, kuriuos apeiname kas dieną, kada negalvojame nei apie save, nei ligonio neklausiam. Dažniausiai šitas klausimas iškyla ir pačiam ligoniui. Kai jis pradeda sakyti ar kaltinti kažką ar pradeda ieškoti atsakymų, kai pakyla viršum žemės, nesvarbu kokio jis bus religijoj, tikrai nesvarbu, bet kai pradeda sakyti: ir kam viso to reikia, kokia yra prasmė tolimesnio buvimo, arba artimieji klausia, kokia prasmė va šitokio buvimo, vegetuojančio žmogaus? Va, tai tada mes galime sakyti, kad tai jau yra dvasingumas <...>; <...> gydymami kūną, gydome ir dvasią. Tai vidinis gyvenimas... Nėra žmogaus, kuris neturėtų vidinio gyvenimo, kuris sakytu: aš esu va šitas, kurį matote <...>.*

Slaugytojai: *<...> tai sielos ramybė ir gebėjimas išklausti kitą, neperšant savo nuomonės. Sugebėti išklausti, o kitą kartą ir patyėti <...>.*

Atpažįstant pacientų dvasinės raiškos įvairovę, buvo įvardyta, kas slaugos kasdienybėje tampa labai reikšminga, – pacientų tikėjimo, religinių praktikų palaikymas; supratinimas, pasitikėjimo ir dialogo kūrimas, vilties palaikymas; gyvenimo prasmės ir naujų tikslų paieškų krypties paieškos; orumo išsaugojimas; vertybės; tarpdalykinės komandos kūrimas ir komandinio darbo svarba, teikiant paslaugas. Tyrimo radiniai tai patvirtina.

## Tikėjimo, religijos raiška

Mokslinėje literatūroje akcentuojama Tikėjimo reikšmė dvasingumui išlaikyti ir stiprinti, mūsų duomenys rodo, kad kartais pacientai praranda tikėjimą, kaip jie sako, „susipyksta su Dievu“, ir tada su jais būna sunku. Tačiau vilties paieškos, religinės praktikos leidžia permąstyti savo patirtis ir vėl rasti jėgų.

Gydytojai: <...> *Yra kelios pacientų grupės. Kitą kartą tu turi su juo kovoti ir nuleisti ant žemės. Ne visada pavyksta, eina ieškoti pagalbos kitur. Kitur patarimo, kitur atradimo, vėl ta vilties problema. Vilties tu neužgesini bet koku atveju, ar tu esi toj grupėj, ar kitoj, viltį tu vis tiek turi palaikyti ir, kaip toj Jobo dramoj, ir mane pačią stiprina, ir ligoniui – kad ir kokie būtų išmėginimai, jis vis tiek žino, kad Dievas yra. Jobas išlaiko, jis pyksta, bet jis turi ant ko pykti, žino, ant ko pyksta, ir labai yra baisu, kai neturi ant ko pykti. Kas tada darosi, tada dar blogesnė situacija <...>.*

Slaugytojai: <...> *reikia sakyti, palaikyti, kad ne Dievas tave baudžia <...>; <...> pagalbos jie visi nori, paramos nori <...>.*

## Supratingumo, pasitikėjimo, dialogo reikšmė

Tyrimo duomenys rodo, kad labai svarbus ir santykio tarp pacientų ir gydytojų, slaugytojų kūrimas. Tai leidžia gyventi su liga, sumažinti egzistencinį nerimą.

Gydytojai: <...> *pirmiausia pasitikėjimas. Pirmiausia sužadinti žmogui pasitikėjimą, kad jis yra mylimas, vėl grįžti prie to šerdinio dalyko <...>; <...>. Dažnai tenka pasakyti ligoniui, kad jis nepagydomas. Tas pasakymas labai sunkus, gydytoja ruošiasi kelias dienas. Kai ji įvykdo savo pareigą ir kai padaro tai gerai, kai nesutinka baises krizės iš žmogaus pusės. Tai yra... Kaip ir visur, kai aš vykdu pareigą savo ir kai neturiu sąžinės konflikto. Kai esu rami savo viduje, kad aš neturiu jokios graužaties, nieko tokio, aš esu saugi visais atžvilgiais, visais dvasiniais kriterijais, kokius aš turiu. Jeigu aš neturiu jokių vidinių konfliktų – tada yra gerai. Tą mes norime padaryti ir su savo ligoniais <...>.*

Slaugytojai: <...> *kartais žmogui tikrai užtenka tik pasikalbėti. Yra darbuotojos, kurios šiltesnės, kurios išklauso, žmonės ir atsiveria, net ir susidraugauja <...>; <...> pasimelsti, paskaityti, kiekvienam individualiai tai reikia padaryti. Kalbėtis reikia <...>.*

## Gyvenimo prasmės naujų tikslų (AT)radimas

Tyrimo duomenimis, sveikatos profesionalai padeda ir ligai atsiradus rasti naujas prasmes gyventi.

Gydytojai: <...> *yra prasmė... Kokia prasmė tokio gyvenimo? Būna atveža kominių, apleistų, tatuiruotų, kurių bijai. Atrodo, atsimerks, atsikels ir duos, tokia išvaizda. Praeina metai. Jisai yra gydomas, prausiamas, glostomas, maitinamas. Ir jis keičiasi, ir kai po metų, pusantrų ateina mergaitė savanorė su gitara ir gieda giesmę, kad yra viena širdis, kuri tavęs neišduos, tu matai, kaip ašaros bėga iš to buvusio komoje, baises ligonio akių. Tada tu sakai: mes prižiūrime kūną, o kas vyksta su siela, dvasioj? Net visiškai netikinčiam. Vis tiek jis savo vidinį gyvenimą pripažįsta. Tas vidinis gyvenimas keičiasi ir ta koma gal buvo reikalinga. Tai tas vidinis gyvenimas irgi reikalingas, nesvarbu, kokiam jis lygmeny. Nėra žmogaus, kuris neturėtų vidinio gyvenimo, kuris sakytų, kad aš esu va šitas, kurį matot. Tą dvasinę pagalbą, tam vidiniam gyvenimui labai svarbi <...>.*

Gydytoja rezidentė: <...> *man tai prasmė kiekvieną dieną santykį sukurti čia ir dabar. Tu nežinai, pas kokį žmogų ateini, nežinai, pas kokį nueisi, bet išvelgti kiekviename tai <...>.*

## Tarpdalykinės komandos reikšmė (komandinis darbas)

Patirtimis pasidaliję gydytojai ir slaugytojai patvirtino, kad svarbus komandinis darbas, į kurį įsitraukia ir sielovadininkai, teologai, psichologai, socialiniai darbuotojai, ligonių artimieji. Gera tarpdalykinė profesionalų komanda padeda vieni kitiems ir pacientams.

Gydytojai: <...> *jei tu su visu dėmesiu, visu rūpesčiu (tada daug gali padėti). Ir artimųjų būna labai didelis indėlis, ko mes nepajėgtume pakelti, turi kartu dirbti. Labai svarbu, kai yra mūsų komanda, tada tu darai, ką tu gali. Tada tikrai gali pasiekti gero rezultato. Tada ir tas perdegimo sindromas nutolsta <...>; <...> yra užuojauta vienas kitam, kaip ir pacientams <...>.*

Slaugytojai: <...> *Visko būna, kiti ir grasina, ir skundus rašo. Ir personalo tarpe visko būna, ir tarp slaugučių. Tarp visų <...>; <...>. Dažnai tai žmonės nešasi ir namo, pamaina pasibaigę aštuntą valandą ir jis išeina su tuo, nešasi ir į šeimą. Nėra sistema sutvarkyta, mes neturime jokios kitos galimybės. Kartais padeda gydytojai, kartais dvasinis asistentas. Vieni kitiems padedam. Čia nėra kažkaip kitaip, visoj Lietuvoj taip <...>; <...> aštuonias valandas per dieną kontaktuoja su ligoniu, ar tau patinka, ar nepatinka, būna, jog iškeikia, bet aš vis tiek turiu eiti prie jo. Prisitaikyti, susitaikyti. Būna, kad nebenori net eiti. Tada pasikeiti su kita. Taip padedi viena kitai. Supranti. Svarbu, kad tarpusavio santykiuose nebūtų streso, kad nebijočiau eiti į darbą, kad nebijočiau sutikti direktoriaus ar gydytojo. Kad nubaust <...>.*

## Orumo išsaugojimas ir vertybės

Orumo išsaugojimas svarbus kiekvienam žmogui, ypač atsiradus ligai, jo garantavimas sumažina negatyvius išgyvenimus. Tyrimo duomenys rodo, kad orumo išsaugojimas, garantavimas taip pat yra dvasinių poreikių dalis.

Gydytoja: <...> *absoliuti vertybė yra žmogaus orumas. Ir tu viską turi daryti dėl orumo. Genai tiems vienuoliams, kurie yra misijose. Jie turi meilę. O tie paprastieji, kaip jiems idiegti, kad žmogus turi būti orus? Kad jam neskaudėtų, kad jis nesmirdėtų. Kiek įmanoma pagarbiai su juo kalbėti. Turbūt per orumą galima priartėti ir prie dvasingumo. Laipsniškai. Eiti į žmogų kaip unikalų, vienintelį <...>.*

Slaugytoja: <...> *juk iš šeimos ir atsinešam visas savo vertybes... Jeigu tu jų neturi, tai ir gyvenime neaišku paskui, kas ir kaip būna <...>.*

Gydytoja: <...> *vertybės turėtų būti nepajudinamos ir nekeičiamos. Ne Seimas turi nustatyti vertybes, ne laikmetis, bet mes patys turime turėti vertybes, kurios eina tūkstantmečiais <...>.*

Tai tik nedidelė tyrimo radinių dalis, kuri atskleidė, kad dvasingumo supratimas priklauso nuo individualių asmens pasirinkimų; kad dvasingumo raiška kuria sąlygas dialogui, bendravimui ir tarp pačių sveikatos profesionalų – gydytojų ir slaugytojų, ir tarp gydytojų – pacientų, slaugytojų – pacientų.

Dvasingumo raiška lemia humaniškus, sunkiai, nepagydomai sergančiųjų ir juos globojančių, slaugančių žmonių santykių metmenis. Taip pat leidžia kurti bendrą reikšmių pasaulį, nukreipia į naujus tikslus, net ir nepagydomos ligos atveju leidžia išvelgti naujas prasmes ir palaikyti viltį.