

# MUDr. Štanclová: Nikdo ještě nedokázal žít věčně

**TŘEBÍČ (ap) - Jak žít s vážnou nemocí? To je téma novinařského projektu, který jsme se rozhodli rozvíjet na stránkách Horáckých novin. Především geriatr a primář domácího hospice sv. Zdislavy v Třebíči MUDr. Ladislav Kabelka, Ph.D. v nich povede rozhovory se zdravotníky, pacienty či pozůstalými, kteří pečovali o své blízké v závěru jejich života, a o svůj prožitíka životní zkušenost jsou ochotni se podílit se čtenáři Horáckých novin.**

Snahou MUDr. Kabelky je změna českého zdravotně-sociálního systému ve prospěch zásadního zlepšení organizace a kvality péče o závažné chronicky nemocné v naší republice. I proto v oblasti Třebíče rozvíjí v ČR dosud ojedinělý projekt, propůjčující domácí i nemocniční léčbu a péči o nevyléčitelně nemocné pacienty.

Život tomu chtěl, že k prvnímu rozhovoru o nových přístupech k péči o nevyléčitelně nemocné lidi v závěru života mohl přizvat ukrajinskou lékařku Halynu Štanclovou. Tato devětadvacetiletá lékařka už několik let žije a pracuje v Třebíči, působí čtvrtým rokem na plicním oddělení trebičské nemocnice a pro pohotovostní služby v Domácím hospici sv. Zdislavy Oblastní charity Třebíč. A jak sama říká: „Jako koníček a práci napůl mám hospic.“

**Přiznám se, že po našem seznámení jsem vás písemně oslovoval jako Halinu, tedy s "i". A vy jste mě pořád opravovala, že se vaše křestní jméno píše s "y". Za ty čtyři roky, co se známe, jste mě vždycky překvapovala tím, co já nazývám statečnost před nebezpečími, které nám přicházejí do života. A tu statečnost provázela pracovitostí, úsměv i optimismus. Než přijdeme k vašemu působení v hospici, zeptám se, co vás vlastně přivedlo do České republiky?**

V České republice žiji pátým rokem. Univerzitu jsem dokončila v roce 2015. Během studia jsem pracovala na brigádách v Polsku a Česku. Po absolvování školy jsem si myslela, že nejdříve půjdu pracovat jako lékařka do Polska. Zůstat na Ukrajině jsem nechtěla, protože tam existuje dost velká korupce. A aby člověk dostal dobrou práci, musel by někoho uplácat. A přitom bych tam měla hrozně malý plat. Hodně lékařů na Ukrajině žije z toho, že lidé v rámci vděčnosti za péči jim dávají nějaké dárky v podobě peněz nebo potravin atd. Tak to bylo v roce 2015 a trvá to i dosud. Já mám takovou povahu, že bych si asi nemohla vzít něco od lidí, kteří mají málo nebo nic. Z takové představy jsem měla hrozný pocit. Tak jsem si řekla, že si na svůj život musím nějak vydělat sama - zkusím to nejdřív někde ve světě a pak bych se třeba vrátila na Ukrajinu.

V pátém ročníku školy jsem přijela na brigádu do Česka a hrozně se mi tady líbilo. Prostě jsem se zamilovala do Česka. Lidé jsou tady hodně vstřícní a tak jsem si řekla - ano, pojeďu pracovat do Česka. Po ukončení studia jsem byla ještě chvíli na Ukrajině, ještě se vzdělávala a také se začala učit česky, abych věděla, co a jak se řekne. Ale znala jsem už v té době i svého budoucího manžela, který má ukrajinské kořeny. A během roku, jak jsme si neustále psali, jsem se rozhodla, že místo toho, abych pracovala jako oční lékařka ve Strakoněch, jsem skončila v Třebíči a za chvíli jsme se vzali.

**Pak už jste nastoupila na plicní oddělení trebičské nemocnice?**

Ne, nejprve na internu a pak jsem přestoupila na plicní oddělení. To jsem si přála už dříve, protože na Ukrajině je hodně tuberkulózy, chybí tam proočkovanost jako v Česku, a chtěla jsem být zpočátku lékařka, který léčí vložení tuberkulózy. Ale mi učitelé mě přesvědčovali, že to není úplně dobrá volba, že je to hodně nebezpečná nakažlivá nemoc, která je na Ukrajině velmi rozšířená. Tak jsem to své rozhodnutí na nějaký čas potlačila, ale jsem ráda, že se teď mohu plicním onemocněním věnovat v Třebíči.

**Jak se stalo, že jste se objevila v Hospici svatě Zdislavy?**

S vámi jsem se setkala zhruba před čtyřmi lety na lékařských konziliích, někdy jsme spolu prohodili pár slov a po velmi krátké době jste mi nabídli, jestli bych neměla zájem pracovat i pro hospic. V té době jsem musela v Česku absolvovat ještě i vyrovnávací zkoušky, přejít z jednoho jazyka na jiný pracovat na interně, což je velmi náročný lékařský obor, a na mě toho bylo najednou hrozně moc. Takže jsem se nejprve na práci v hospici necítila být připravená. Ale po absolvování vyrovnávacích zkoušek, když už bylo více času, jsem k paliativní péči přišla sama, protože jsem na plicním oddělení léčila poměrně dost lidí, kteří na tom byli dost špatně. A já jsem nevěděla, jak jim mám co nejlépe pomoci v situaci, kdy sice ještě nemoc léčím, ale už ji nemohu vyléčit.

**To je vlastně ta zmíněná paliativní medicína, kdy se člověku snažíme ulehčit život s jeho nemocí.**

Přesně tak. A hrozně mě zájímalo, jak můžu těm lidem pomoci. A tak jsem se začala zajímat, jestli byste v hospici měli tento svůj „koníček“, a zároveň se vzdělával v další oblasti. Velice se mi ta práce líbí, protože je velmi smysluplná.

**To je moc hezké, že to říkáte, já to cítím podobně. A musím říct, že jsem při vaší přítomnosti tady v hospici zažíval vředy jen dobrou zkušenost, protože máte v sobě něco, čemu se říká empatie, tedy vcítění. Z čeho vychází tento váš vztah k lidem, ta vnitřní vstřícnost a touha jim pomoci? Vychází třeba už ze zážitků z vašeho dětství, z vaší rodiny?**

Já si vždycky místo toho dotyčného pacienta snažím představit sebe, své příbuzné a jak bych chtěla, aby lékaři zacházeli se mnou a s nimi.

**Chtěla jste být třeba ve věku 12 - 15 let doktorkou?**

Ano, tehdy už ano. Prostě, co může být lepšího, než dělat nějakou takovou smysluplnou práci? Co může být lepšího, než zachránit život?

**Máte v rodině nějaké lékaře?**

Ne, ne, já jsem úplně první člověk v naší rodině, který se věnuje medicíně. A doma mě velmi dlouho přesvědčovali, že je to velmi náročné studium a povolání, že jsem na to moc klidná a že budu těžko zvládat nějaké neúspěchy nebo něco, co se mi nepodaří. Ať prý dělám kuchařku, že dobře vařím.

**A trvá dál to vaše dobré vaření?**

Až poznáte mého manžela, smějte všechny otázky na toto téma na něj (smích).

**Dobře, poptám se.**

Myslím si, že dobře vařím, je to i taková moje záliba - a pak



S MUDr. Halynou Štanclovou rozmlouval na téma jak žít s vážnou nemocí primář domácího hospice sv. Zdislavy v Třebíči MUDr. Ladislav Kabelka, Ph.D. Foto HoN: Arnošt Pacola

si s manželem pochutnáváme na dobrém jídle. A člověk se vzdělává i v umění kuchařském.

**Jak se vám žije v Třebíči a na Třebíčsku?**

Dobře se mi žije v Třebíči a mám to tu ráda už proto, že tady žije můj manžel. Mám také hrozně fajn tchýni. A přitom už jsem slyšela od některých známých a kamarádek, že tchýně, to je ten největší nepřítel. A najednou člověk pozná úžasnou paní, která pro něj udělá to první i poslední. Poznala jsem v Třebíči i další výborné lidi a kolektiv plicního oddělení. Primář i kolegyně se mi snažili hodně pomoci v dalším vzdělání a naučili mě hodně věcí. Ten veliký posun, kterého jsem dosáhla, je jejich zásluha. Myslím si, že nikde jinde by se mi nedostalo tolik pomoci od kolegů lékařů jako v Třebíči.

**Tak to je hezký vyjádření. Předpokládám, že jste hodně pracovně vyčerpána, ale když máte trochu volného času, co děláte nejrady?**

Mám psa, bulteriéra, říká se o něm, že je to bojové plemeno, ale je to velmi hodný pes. Má sice skoro čtyřicet kilo, ale je to milý pes. A pak mám ráda cestování.

**Jaké jsou vaše touhy v tomto směru, proč někam cestujete?**

Protože hrozně ráda poznávám kulturu jiných zemí, která se poznává také přes jídlo a prostřednictvím komunikace s jejich obyvateli. V zásadě hrozně ráda ochutnávám jídlo jiných národů. I v době covidu, když to bylo možné, jsme byli se skupinou kamarádů na Kanárských ostrovech. Byla tam úžasná příroda a člověk si říkal, že pokud je někde ráj, tak je určitě tam.

**Kterou kuchyni máte nejrady?**

Italskou. Mám strašně ráda dezerty a obdivuji, že Italoové jsou schopni z mouky udělat tolik potravin, že je snad ani nejde všechny vyjmenovat.

**Vraťte se k pacientům. Předpokládám, že se velmi často v nemocnici i v hospici setkáváte s řadou lidí, kteří stojí na nějaké životní křižovatce. Teď nemluvíme jen o pacientech, ale i o jejich rodinách. Sám to jako lékař zažívám a myslím si, že jsou to okamžiky, kdy není vůbec snadné se rozhodnout, který směr si vybrat. Už jste toho ve svém životě docela dost zažila, tak by mě zajímalo, co byste lidem poradila, jak mají přemýšlet o nastalé situaci, když do jejich života přijde těžká nemoc?**

Je to asi u každého jiné a beru to hlavně z hlediska věku. Pokud je to velmi starý pacient, tak se mu snažím připomenout, že vedl důstojný život, kolik toho zažil a kolik má

příbuzných, kteří ho každý den navštěvují a mají ho rádi. A že až umře, bude na lepším místě a z nadhledu bude ochraňovat své příbuzné. Že je to vlastně běh života a nikdo ještě nedokázal žít věčně.

Pak je samozřejmě situace, kdy je člověk ještě mladý nebo relativně mladý. A to se pak lidé ptají proč, proč zrovna já mám umřít mladý? Také nevím, proč a nejsem schopna to ovlivnit. Ale to je prostě život, nikdy nevíme, koho to potká.

**Byl vám některý z pacientů třeba i inspirací pro váš vlastní život v tom, jak se postavil ke svému onemocnění, ke svému životu v nemocni?**

Pracuji na plicním oddělení a tam se mi třeba pětáosmdesátiletý pacient přiznal, že celý život kouřil a věděl, že někdy ta nemoc a smrt přijde. A byl s tím smířený, a nebo alespoň v tu chvíli tak vypadal. A pak je třeba člověk, který svou nemoc popírá a neví, proč se mu to děje. Snažím se vžít do jeho situace a dokážu si představit, jak je to pro něho hrozné, když ví, že jeho dny jsou sečteny. Snažím se ho nějak podpořit a promluvit si s jeho rodinou, aby mu byla také podporou. A na řešení takových situací neexistuje nějaká standardní šablona. Pokaždé je to nějak jinak.

**Odkud berete energii pro zvládnutí takových situací, ubírají vám vaši vlastní životní energii?**

To se mě ptají všichni, odkud mám tolik energie? Já nevím. Asi to plyne z toho, že dělám to, co mám dělat, že ta práce mi není na obtíž a pracuji jako lékařka ráda. Nevstávám s tou myšlenkou - bože dneska zase musím do práce, za co mě trestáš?! Naopak, vstávám a říkám si spokojeně - dneska jdu do práce.

**To zní moc hezky, ale přesto se znova zeptám - jít do práce a žít život znamená dávat do něj nějakou energii. Přesněji řečeno, jak děláte to, abyste v sobě cítila určitou rovnováhu? Necítíte někdy, že jste vyčerpána, dnes se říká vyhořelá?**

Možná to cítím občas, když se něco úplně nepodaří nebo nejde podle plánu. V medicíně je to někdy tak, že se lékař o něco snaží, a ono to nefunguje. Možná tu energii čerpám právě od těch lidí, když se uzdraví, hrozně mi děkují a říkají mi - byla jste na mě tak hodná. A říkají, že se určitě musíme ještě někde setkat. A já jim všem říkám - ano, ale někde u kávy, tady už ne. A oni se smějí. Když jsou zkrátka zdraví, tak i já jsem šťastná.

**Lidé, kteří se chtějí podílet na paliativní medicíně, a třeba i na domácí paliativní péči o nevyléčitelně nemocné, mají mnohdy obavy, zda jsou schop-**

**ni se o člověka v závěru života sami postarat.**

Obavy, jestli to zvládnou, jsou samozřejmě časté. Lidé mají strach z toho, zda budou schopni se o svého bližního postarat. Je ale hrozně smutné, když pacient opakovaně říká, že chce být doma, což bych každému přála, protože je to naprosto správné a žádoucí, když člověk chce odejít z rodiny ze svého domu. Ale chápu, že jsou různé životní situace, kdy rodina nemůže o toho člověka sama pečovat. Snažím se jim dát pocit podpory a jistoty, učít je konkrétní činnosti - všechno tohle umí skvěle tým hospice.

**Jako lékaři vstupujeme na to pole medicíny, kdy už daná nemoc nejde vyléčit. A nebo jsme u pacienta, který právě zemřel. Náš hospic se tak při práci sester i lékařů snaží dotáhnout celý příběh nevyléčitelného pacienta až do úplného závěru. Být dané rodině oporou, když on už zemřel, třeba i v hluboké noci.**

Já jsem vždycky hrozně ráda, když je rodina schopná se o toho člověka postarat. Práce té rodiny bývá hrozně náročná a vyčerpávající, pečující nám volají o pomoc s pacientem třeba o půlnoci. A když už nastane konec života, snažím se té pečující rodině poděkovat, protože to od nich bylo moc pěkné, že tu péči zvládli, že se jí nebáli a jejich příbuzný si jich musel velmi vážit, že se o něj tak starali. A ti pečující na sebe musí být také hrdí, že to dokázali.

**Já takovým rodinám říkám profesori života a učím se od nich. Ale obraťme list. Dnes je 1. března roku 2022, vy pocházíte ze západní Ukrajiny.**

Pocházím z vesnice vzdálené osmdesát kilometrů od města Ivano-Frankivsk.

**Jak prožíváte současné období bojů na Ukrajině, kde se váš národ chová neuvěřitelně statečně a bojujete za nás za všechny v Evropě?**

Horší období jsme si ani já ani jakýkoliv Ukrajinec asi ani nedokázali představit. Žít v takové nejistotě, to je hrozné, špatně spím, zdají se mi škaradé sny, budím se několikrát v noci, abych se podívala do zpráv, jestli mi psala matka, jestli mi psali kamarádi, co se děje. Situace tam se mění každou chvíli a je to hrozně vyčerpávající.

**Jak se daří vaší rodině a mamince, zvládají to?**

Jde to, i když těch pár uplynulých dnů už se zdá jako věčnost. Byla situace, kdy mi kolem sedmé hodiny večer volala matka, že se právě schovává ve sklepě u mého bratrance, protože přišla zpráva, že se ani ne dvacet kilometrů odtud bojuje. Bylo tam hodně vystrašených lidí. A tak jsem musela obvolat všechny své známé a kamarády, kteří mohli v danou chvíli vědět víc, než má matka. Samozřejmě jsem měla hrozný strach nejen o ni, ale i o všechny lidi, co znám. Tehdy mě ale kamarádi ujistili, že zpráva nebyla pravdivá a nic nebezpečného se momentálně neděje. Takže jsem mámě znovu volala a uklidňovala ji, i když člověk nemá naprostou jistotu a možnost si pravdivost té zprávy ověřit. Ten večer jsem už ale prakticky nespala a neustále na internetu sledovala, co se o bojích na Ukrajině píše v celém světě. Je to zkrátka pocit velké nejistoty.

**Zeptám se ještě na jednu věc. Sám si dělám nějakou představu o ukrajinské povaze. Člověk si ji dělá i podle lidí, jako jste**

**vy, se kterými spolupracuje. Už jsem vám několikrát řekl, že jste statečná. Řekněte mi, proč Ukrajinci ten boj nevzdávají a myslím, že nevzdají?**

Ukrajina si už historicky musela neustále vybojovávat svoje místo pod sluncem. Trpíme celá staletí nejrůznějšími válkami, pod různými okupanty a takové situace lidi zakalují. V té poslední válce žijeme od okupace Krymu už osm let. Tam se neustále bojovalo a vystřídala se tam spousta lidí, kteří se i dnešní situaci snaží nějakým způsobem zachránit. Zemřel mi tam spolužák ze střední školy, mladý kluk, kterému bylo jednadvalet let, byla jsem mu na pohřbu. Je to strašné být na pohřbu tak mladého kluka. Před pár dny zemřel ze sousední vesnice ve válce opět mladý kluk někde u Kyjeva. Ve válce je bratr mé matky, samozřejmě mám o něj také strach. Včera zmizel jeden můj učitel z vysoké školy, také mám o něj strach, je to velký pocit nejistoty. Osm let se dějí strašné věci a téměř každý den na východě někdo zemře. Je pro mě nepochopitelné, proč přijde nějaký člověk na cizí území a snaží se tam za něco bojovat, ani neví za co. Zachraňovat někoho, kdo to ani nepotřebuje. A ještě touto formou.

**Mně opravdu přijde, že váš národ nyní bojuje za celou Evropu, že to není jen za vás a vaše území.**

Myslím si, že pokud se to nezastaví na Ukrajině, může se to samé stát jakémukoliv dalšímu státu. Vypadá to tak, že z Putina se stal velký šílenec schopný udělat vlastně cokoli. Byla bych hrozně ráda, kdyby to v nejbližších hodinách skončilo a zapomněli jsme na to. Klidně ať si Rusko zůstane jako Severní Korea a dělají si tam, co chtějí. Ale my Ukrajinci určitě nepotřebujeme být zachraňováni Ruskem. Putinovo tvrzení, že přišel na Ukrajinu s tím, že chce zničit fašisty, banderovce, kteří utlačují ruský lid, to je něco hrozného. Včera umřelo osmnáct dětí a viděla jsem záběr šestiletého děvčátka s rodiči, kterou rozstříleli Rusové před vstupem do obchodu. V Kyjevě stříleli po velké nemocnici, kde lékaři a sestry pečují o malé děti, které ještě nejsou schopny samostatně dýchat. Jak někdo může střílet po takové nemocnici? Jak někdo může střílet po dětských školkách? A přitom Rusové tvrdí, že útočí jen na vojenské objekty.

**Co byste sama za sebe přála v těchto dnech nejen Ukrajině, ale všem lidem?**

Já bych spíš přála lidem, kteří bydlí v Rusku, aby se konečně probudili z toho hlubokého putinovského spánku, uvědomili si, co se na světě děje, co dělá Putinova vláda, vyšli do ulic a svrhli režim, který tam teď momentálně je. Protože jinak nečeká nic dobrého svět, ani je. Prostě se musí probudit. Už to tak dál zkrátka nejde.

**Děkuji za rozhovor.**

Já také děkuji. A musím ještě dodat, že v posledních dnech dostávám hromadu zpráv od lidí v Česku, se kterými jsem třeba už dávno ztratila kontakt. Všichni mně píší a ptají se, jestli nepotřebují nějak pomoci. To je prostě neskutecné, takový zájem o mě. A jsem moc ráda, že se tak moc snaží podpořit Ukrajinu. Byla jsem sama překvapena, jaké množství zdravotnického materiálu a další pomoci jsou lidi v Česku ochotni poslat na Ukrajinu. Nikdy bych to nečekala, jsem hrozně vděčná všem. Češi jsou prostě skvělí lidé.