

ŽIVLJENJE Z RAKOM

Življenje z rakom. Odkrivanje, zdravljenje, nega. M. Dollinger, E. H. Rosenbaum, G. Cable in sodelavci, slovenski prevod dr. Tomaž Kiauta in prof. dr. Franc Lukič. 602 strani, številne črtne risbe in preglednice, obširno vsebinsko kazalo, bogat slovarček medicinskih izrazov, priložen pregled kemoterapevtikov in njihovih stranskih učinkov. Tehniška založba Slovenije, Ljubljana 1995, cena okoli 8.000,00 SIT.

*Kaj naj naredim, da bom rešen?
Edino znanje in poznavanje dejstev
nam daje dokončno rešitev.*

Mahatma Gandhi

Po dolgih premorih med izidi izvirmih poljudnejših slovenskih del o raku prim. dr. Jožeta Žitnika (Rak – bolezen naših dni, MD Celje 1966), prof. dr. Franca Lukiča (Rak ni smrt, ZTS Trst 1980), dr. Bojana Pirca in dr. Alenke Vodnik-Cerar (Živeti z rakom, Forma 7, Ljubljana 1992) ter ob občasnem poljudnem gradivu Zveze društev za boj proti raku Slovenije, glasilu Društva onkoloških bolnikov (Okno) in nekaj prevodov v slovenščino, smo v letu 1995 dobili kar več pomembnih domačih novosti: ob 45-letnici delovanja Registra raka za Slovenijo »Preživetje bolnikov z rakom v Sloveniji 1963–1990« (Vera Pompe-Kirn in sod.), učbenik »Onkologija« (Albert Peter Fras in 43 sodelavcev) ter zgoraj navedeni prevod, ki ga danes predstavljam. Priporočim ga lahko vsakomur, ki želi ali mora (iz)vedeti kaj več o raku, predvsem pa vsem, ki se z njim vsakodnevno srečujejo. Ker je cena sorazmerno visoka, naj ne bi manjkal vsaj v strokovnih knjižnicah zdravstvenih ustanov!

Izvirnik tega obsežnega in za nas vse – od bolnikov z rakom in njihovih svojcev do zdravstvenih delavcev najrazličnejših smeri in stopenj izobrazbe – zanimivega dela je pripravilo 42 ameriških strokovnjakov z naslovom: *Everyone's guide to cancer therapy: Low cancer is diagnosed, treated and managed day to day.* Eden izmed obeh prevajalcev, prof. dr. Franc Lukič je v tehtnem uvodu poudaril nekaj izhodišč, ki jih v kratkem povzemam: Na srečanje z rakom nismo pripravljeni, čeprav zanj vemo ter ga znamo, moremo in moramo zdraviti. Zavedanje tega dejstva (in splošnega prepričanja, da je rak smrtna bolezen!) ter izkušnje, da dajeta zgodnja ugotovitev in čimprejšnji začetek ustreznega zdravljenja največ možnosti za preživetje že zbolelega – je torej odločilnega pomena. Še pomembnejše so možnosti, da nastanek cele vrste rakov lahko sploh preprečimo. Zato bo izvajanje programa »Slovenija 2000 in rak«, ki temelji na preprostih zahtevah zdravega načina življenja:

- opuščanje kajenja in omejevanje uživanja alkohola,
- bolj zdrava prehrana z manj maščobami in z več vlakninami (balastne snovi),
- skrb za bolj zdravo okolje,
- zgodnje odkrivanje prvih, opozorilnih znakov raka

marsikomu ohranilo ne le zdravje, ampak celo življenje. V boju proti raku nam je ustrezno znanje že od nekdaj najpomembnejše orožje. Zato je takšno delo tako potrebno in koristno!

Knjiga obravnava v štirih delih bistveno znanje in dosežke sodobne onkologije ter številnih stičnih področij; poglavja in podpoglavja izboljšujejo preglednost in olajšujejo iskanje najustreznjšega odgovora na izbrano vprašanje.

Prvi del (diagnoza in zdravljenje) pomaga k razumevanju raka; razlaga, kako nastane in napreduje, njegovo odkrivanje, načine zdravljenja in obvladovanja stranskih učinkov; pojasni tudi nevarnosti »alternativnih« načinov zdravljenja, ki včasih zavedejo zbolelega, da zamudi čas, ko bi še lahko začeli z učinkovitim, znanstveno preizkušenim zdravljenjem; poudari pomembno vlogo medsebojnega zaupanja ter sodelovanja med bolnikom, svojci in zdravstvenimi delavci – še posebej vlogo medicinskih sester.

Drugi del (podporna nega) je v bistvu vodnik za življenje z rakom in k aktivnemu sodelovanju pri zdravljenju. Obravnava odnose v družini in med prijatelji, obvladovanje negativnih čustev in bolečin ter neugodne učinke zdravljenja; vzdrževanje telesne in duševne kondicije, sproščanje, skrb za boljše počutje, spolnost, načrtovanje prihodnosti; nego na domu, vzdrževanje dobre prehrane in varovanje pred okužbami.

Tretji del (novejši dosežki pri ocenjevanju, diagnozi in zdravljenju) prikazuje novejši dosežki in je bolj zanimiv za zdravstvene delavce; obravnava nevarnostne dejavnike (= dejavnike tveganja ali rizične faktorje), zgodnje odkrivanje, ocene tveganja in napredek v genetiki raka (presejanje = screening, napredek v zdravljenju).

Četrty del podrobneje predstavlja zdravljenje pogostejših rakov (49 podpoglavij), ki so razdeljeni po mestu izvora (= lokalizaciji) raka ali po vrsti raka; pri vsakem podrobneje opisuje vrste, širjenje in potek bolezni, dejavnike tveganja, presejanje, splošne znake in simptome, diagnostične metode, opredelitev stadija, pregled zdravljenja, kontrolne preglede po zdravljenju in morebitno ponovitev bolezni. Zelo koristni so nasveti bolniku (oziroma svojcem), kaj naj predvsem vpraša zdravnika, saj pomaga k sodelovanju. Za zdravstveno manj razgledanega laika je to poglavje zelo zahtevno branje, za zdravstvene delavce pa je dobra osnova za osvežitev znanja, ki bo prišlo prav pri delu z bolnikom in svojci. Prav temu – partnerskemu odnosu – pa v zadnjih letih pripisujemo bistveni delež pri uspehu.

Ob izidu tako potrebnega dela nerad opozorim še na nekatere pomanjkljivosti, čeprav mu ne zmanjšujejo tehtnosti in vloge. Morda bo le prišlo kdaj prav! Pozornejši bralec bo opazil, da je bil izvirnik napisan za ameriške razmere in da včasih pri nas ravnamo drugače. Prva takšna pomembna razlika je *odkrito, stvarno opisovanje* poteka

bolezni in izgledov (= prognoze) bolnika z rakom. Pri nas tako sicer že ravnamo pri drugih, enako hudih in usodnih boleznih (na primer pri infarktu, kapi, hujših prizadetostih ledvic, jeter, sladkorni bolezni...). Pri raku velja marsikdaj še nenapisano pravilo, da povejmo bolniku (in svojcem) toliko resnice, kolikor je lahko še razumejo in prenesejo. Včasih pa raka celo skušamo skriti – že od same prve diagnoze naprej. Pri tem pozabljamo na tako pomembno »aktivno« vlogo zbolelega in svojcev pri zdravljenju in okrevanju. Z izidom te knjige so se stvari bistveno spremenile in možnosti za »skrivanje resnice o raku« hudo zmanjšale. Prav tako se v knjigi navedene smernice Ameriškega združenja (za boj proti raku ponekod razlikujejo od Evropskega kodeksa proti raku (ki ga v naši reviji predstavljamo posebej!) in jih uvajamo pri nas. To je seveda naloga recenzentov (in opombe za uvodom).

Po mojih izkušnjah pri delu s knjigo pa je hujša pomanjkljivost v tem, da tako obsežno delo nujno potrebuje tudi *izčrpno stvarno kazalo*, čeprav njegova priprava zahteva dodatno delo, čas in stroške.

Takšnih in podobnih vprašanj seveda ne moreta rešiti prevajalca sama. Pri tej knjigi sta svojo nelahko nalogo

opravila izredno skrbno in z izostrenim občutkom za razumljivo, poljudno slovensko besedo. Še več – marsikatero tujko, ki jo po nemarnem vsak dan uporabljamo, sta smiselno podomačila. Toliko večja pa je zato odgovornost založb, ki se lotevajo takšnih obsežnih podvigov (danes jim radi rečemo »projekt«), če želijo, da bo izdano delo res vsestransko uporabno pri nas, usklajeno z našimi stališči in prakso ter čimbolj popolno, ne pa samo tržna uspešnica.

Naj zaključim ta prikaz, ki je bolj razmišljanje o življenju z rakom pri nas: knjiga nam omogoča celovito spoznavanje vseh vrst rakov in vsega, kar jih spremlja. V preprostem, vsakomur razumljivem jeziku opisuje dejstva, ki bi jih morali poznati zdravi, da bi to ostali in bolj zdravo živeli; bolnim in svojcem pa je prijazen usmerjevalec in tolmač od prvih znakov bolezni prek zdravljenja in nege do trenutka, ko izzveni bolezen ali življenje. Iz nje res vejejo – kot je napisal prof. dr. Franc Lukič – toplina, resnica in pošteno znanje. Presodite še sami!

Prim. mag. Dušan Repovš, dr. med.,
specialist soc. medicine
in org. zdravstva