

„Moje życie z NTM”

Na każdym etapie życia, przeżywamy przyjemności ale i problemy, w większości zupełnie niezależne od nas, o czym dobrze wiemy. Zwróćmy uwagę na sytuację, które w sposób wyjątkowo zenujący się objawiają, pierwsze, dość łagodne sygnały o nadejściu jesieni życia, prawie wszyscy znają. Pojawiają się zmarszczki, siwizna, brodawki, starcze plamy, pocieszające, że zjawisko sprawiedliwie dotyka zarówno panów, jak i damy. Zaczyna się niewinnie, kiedy w świetnym nastroju adorujesz partnera lub partnerkę, niespodziewanie kichasz czy kaszlesz i ... popuszczasz kropelkę. Jeśli ten dyskomfort zbyt często się powtarza, masz problem, tzw. wysiłkowe NTM – potrzebujesz porady lekarza. Oczywiście to nie powód do rozpacz, czy załamania, schorzenie uleczalne, przyczyny bywają różne ale do zdiagnozowania. Czasem, jak przysłowio- wy kot z pęcherzem, biegasz co chwile do toalety, to nie jest zabawne ani normalne lecz poważny problem niestety. W żadnym razie nie lekceważ objawów – chociaż czujesz złość, to NTM – pęcherz nadreaktywny tak daje Ci w kość. Wszystko co można w tym momencie dla niego zrobić, to zażywać stosowne leki i nie pozwalając się za nos wodzić. Kiedy „potrzeba”, do muru zbyt mocno Cię przypiera, zanim popędzisz do toalety, licząc od trzydziestu do zera. A gdy nadejdzie następne na pęcherz napieranie, miej świadomość, że Ty tu rządysz i wydłuż odliczanie. Jednakże, nie owijaj problemu w bawełnę, udając, że nic się nie dzieje, rozsądniej będzie spotkać się z lekarzem, który pomoże i nie wyśmiej. Na wszystkie, przykre dolegliwości, na pewno znajdzie się rada, zwłaszcza członkom Stowarzyszenia „UroConti” – głośno mówić o nich wypada. Oni ten trudny problem szczególnie dobrze znają, pomogą pokonać lęki i obawy, które was nęka. Są otwarci na zwyczajne, czasem wstydlive dolegliwości, tak nieodłącznie związane z nadejściem starości. Jeśli dręczą was wątpliwości o potrzebie leczenia, w „UroConti” czekają profesjonaliści bogaci w doświadczenia.”

Małgosia

Mój problem zaczął się bardzo wiele lat temu, po urodzeniu pierwszego dziecka – 32 lata temu. Poród nie należał do łatwych, trwał ponad 49 godzin. Od tego czasu nie rozstaję się z podpaskami. Po sześciu latach urodziłam drugie dziecko, było trochę lżej, ale problem nasilił się. Zdarzały mi się coraz większe wycieki, jedna podpaska już nie wystarczała, więc zakładałam dwie na raz. Zaczęły się też częste zapalenia pęcherza. Zużywałam wtedy dwie paczki podpasek dziennie. Zaczęłam mieć obsesję na punkcie tego czy nie mam plam na siedzeniu, czy nie śmierdzieć. Wylewałam na siebie „litry perfum”, przestałam chodzić w spodniach...



Trzy lata po urodzeniu drugiego dziecka przeżyłam straszny koszmar, chwile ogromnego wstydu i zażenowania. Nie potrafię tego dokładnie opisać, ponieważ nie znajduję słów, które wyraziłyby moje odczucia.

Otóż będąc na przyjęciu u znajomych, ktoś opowiedział bardzo zabawną historię. Śmialiśmy się wszyscy tak mocno, że po prostu posikałam się na krzesło [...]. Nie wiedziałam co mam zrobić. Zamurowało mnie. Dobry humor prysł, jak bańka mydlana. Robiłam dobrą minę do złej gry. Siedziałam na tym krześle jak przyklejona półtorej godziny, może dwie. Goście zaczęli się pomału rozchodzić i nie wiem, ile czasu tkwiła-

bym tak na tym krześle, gdyby nie przypadek. Moje trzyletnie dziecko usiadło mi na kolanach i zrobiło siku. Byłam uratowana. Mogłam się ruszyć i rzucić winę na moją latorośl, powiedzieć że zmoczyło krzesło. Nawet po latach, gdy to piszę, przechodzą mnie ciarki.

W listopadzie 2005 r. na antenie Radia Lublin usłyszałam informację o tym, że są organizowane ćwiczenia dla osób, które przy kichaniu, kaszlu, śmiechu popuszczają moc. Zdziwiłam się bardzo, bo nie miałam zielonego pojęcia, że można ćwiczyć, aby zrobić coś z tym problemem. Poszłam, czułam się bardzo niepewna ale zobaczyłam, że nie ja jedna przyszłam na spotkanie. Takich odważnych przyszło dwanaście. Dowiedziałyśmy się, że z tym problemem możemy sobie radzić, nie musimy biernie poddawać się i cierpieć. Zaczęły się ćwiczenia. Przychodziłyśmy regularnie, Pań przybywało. [...] powstało stowarzyszenie zrzeszające osoby z tą chorobą. Po przypomnieniu sobie tego strasznego incydentu z mojego życia, postanowiłam dołączyć do ludzi tworzących stowarzyszenie. Na początek był wykład lekarza ginekologa – kobiety, która opowiedziała o sposobach leczenia NTM. Wtedy po raz pierwszy usłyszałam o środkach wchłaniających, które są zbawienne dla mnie i innych cierpiących. Po wykładzie zostało zorganizowane zebranie założycielskie stowarzyszenia – weszłam w skład Zarządu i zostałam w „UroConti” do dziś.

Mając przed oczami ten mój przykry incydent sprzed lat, postanowiłam podjąć trudną walkę o lepszy komfort życia osób z NTM, by takie historie, jak moja, nigdy nie przytrafiły się nikomu.

Opowiadanie o mojej pracy i walce w Stowarzyszeniu, o pokonaniu trudności i stereotypów, to materiał na książkę.

Teresa

Listy zostały opublikowane z drobnymi zmianami i skrótami redakcji.

Powyższe listy zajęły odpowiednio drugie i trzecie miejsce w konkursie pt. „Moje życie z NTM”, organizowanym przez Program Społeczny „NTM – Normalnie Życ” i Stowarzyszenie Osób z NTM „UroConti”. ■