

W 1978 r. zdiagnozowano u mnie dystrofię obręczowo-kończynową. Do 2004 roku chodziłam o własnych siłach, a potem na dalsze odległości (na zakupy, do kościoła, do rodziny itd.) jeździłam na elektrycznym wózku inwalidzkim. Ale po mieszkaniu chodziłam i prawie wszystko robiłam sama, starałam się być samodzielna.

Piątego października 2011 r. miałam wypadek. Wypadłam razem z wózkiem z autobusu i uderzyłam głową w chodnik. Miałam stłuczenie mózgu, pękniętą potylicę i wybroczyny, straciłam węch i częściowo zmienił mi się smak. Miałam też okropne zawroty głowy, nie mogłam unieść głowy. Przez dwa tygodnie leżałam w szpitalu jak kłoda. Nie mogłam się poruszać ani jeść. Karmiono mnie i przewijano. Po tygodniu przyszli rehabilitanci i naprawdę nie wiedzieli, co ze mną robić, ponieważ nogi były bezwładne. Lekarze też nie wiedzieli, na czym to polega – mózg działa, a ciało nie. Dziś bardzo wąska specjalizacja w medycynie nie pozwala na głębszą analizę jakiejś mniej znanej choroby. Tym bardziej, że na dystrofię nie ma leku, jedynym lekiem jest umiejętna, wspomagająca rehabilitacja. Trudno się więc czasami dziwić bezradności lekarzy. A jeszcze jak trafia się pacjentka taka, jak ja z cukrzycą, migotaniem przedsionków i innymi komplikacjami!

Po dwóch tygodniach wróciłam do domu. Nadal byłam jak niemowlę. Płynne jedzenie jadłam przez rurkę (rosół z makaronem też – nawet nieźle przechodził). Rehabilitantki – Agnieszka i Sylwia – robiły wszystko, co mogły. Próbowaly posadzić, obkładały poduszkami i kołdrą, abym mogła siedzieć. Nic to na razie nie dawało, przewracałam się jak niemowlak. W tym czasie nie mogłam nawet utrzymać w ręku długopisu. I ja, i moi bliscy mieliśmy chwile zwątpienia, czy będę samodzielna. W listopadzie miałam zamiar złożyć wniosek o przyjęcie do Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego. Było bardzo ciężko. Po dwóch miesiącach (7 grudnia) tomografia głowy wykazała, że mam ostrego krwaka podtwardówkowego i należy go usunąć. Operacja – trepanacja czaszki ze znieczuleniem miejscowym – udała się. Ale zawroty głowy nie ustąpiły, nadal nie mogłam ruszać głową. Pomogły mi w końcu tzw. manewry uwalniające. Laryngolog przewracał mnie kilkakrotnie na zmianę na lewy i prawy bok, na koniec posadził mnie na łóżku i zapytał, jak się czuję. Wtedy poczułam, że już nie kręci mi się w głowie. Od tego momentu mogłam, przez chwilę i z czyjąś pomocą, siedzieć. Wróciłam do domu 23.12.2011 r. z zaleceniami od lekarza: kontrolne wizyty u neurochirurga , u audiologa, ostrożna rehabilitacja, jazda na wózku (jeżeli kiedykolwiek usiądę na wózek) w kasku.

Od tego momentu zaczęła się moja walka o samodzielność. Codzienna, nudna, ciężka, ale ostrożna rehabilitacja. Dzięki wspaniałym rehabilitantom znającym zasady ćwiczeń przy chorobach nerwowo-mięśniowych były postępy. Wierzyłam, że jeszcze trochę i stanę na nogi. Rok 2012 to mozolne zdobywanie kolejnych umiejętności.

Luty – sama próbuję podnosić się i siedzieć na łóżku, spuszczałam nogi z łóżka.

Marzec – pierwsza jaskółka: sama przesiadam się z łóżka na wózek i odwrotnie.

Kwiecień – staję na nogi i sama stoję, krótko, ale co dzień po kilka sekund dłużej.

Maj – próbuję stawiać pierwsze kroki przy asekuracji rehabilitantki, ćwiczę na stole rehabilitacyjnym. Jest bardzo ciężko, przepona nie daje mi się dobrze wyprostować – boli i ciągnie. Przy pomocy asystentów, wolontariuszy i rodziny zaczynam wyjeżdżać wózkiem elektrycznym na dwór, szczególnie do lekarzy i po zakupy.

Czerwiec – próbuję chodzić w chodziku, jestem zgięta w pół, jest ciężko. Pierwsza kąpiel pod prysznicem, myje mnie córka. Co za radość, jestem „normalnie” czysta! Zaczynam wyjeżdżać wózkiem elektrycznym sama, nie mogę i nie chcę być kulą u nogi dla wszystkich. Czy się boję? Oczywiście, że się boję, szczególnie wtedy, kiedy sama wsiadam i wysiadam z autobusu.

Mijają miesiące. Lipiec, sierpień, wrzesień, październik – cały czas codziennie ćwiczę. Chwilami mam już dość, bo praca ciężka, a efekty małe.

Listopad – zaczynam sama korzystać z łazienki, po raz pierwszy samodzielnie myję się i ubieram. Po toalecie zmęczenie jest ogromne, muszę odpoczywać. A jednak jest coraz lepiej. Wchodzę do kuchni – jak dawno tu nie byłam! Pomału robię sobie kanapki i herbatę. Najgorzej przenieść to wszystko do pokoju, ale i na to są sposoby.

Grudzień – próbuję odgrzewać obiady. Jest coraz lepiej, ale ta cholerna przepona nadal utrudnia trzymanie pionu. Na Święta sama robię pierogi i rybę w galarecie. Czy to nie sukces? Dziś wszystkim trudno uwierzyć, że jednak stoję i próbuję chodzić.

Styczeń 2013 – próbuję chodzić po kilkanaście minut w chodziku. Jest ciężko, często odpoczywam, ale nikt mi nie obiecywał, że będzie lekko.

Dziś jest **9.01.2013** r. Po roku i trzech miesiącach pierwszy raz zrobiłam sama obiad. Wierzę i wiem, że jeszcze stanę mocno na nogach i będę chodziła. Nareszcie nie będę dla innych kulą u nogi, wreszcie będę decydowała sama o sobie.

Kochani, a teraz apel do Was, a właściwie do Waszej wyobraźni. Tylko wiara, upór i ciężka praca mogą nam pomóc. Życzę wszystkim wiary, uporów i samozaparć.

Elżbieta Bańczyk

Warszawa, styczeń 2013