

»Mladi za napredek Maribora 2018«

35. srečanje

# JAZ IN LIMFOM

Raziskovalno področje: Zdravstvo

Raziskovalna naloga

Avtor: KATARINA VIDOVIČ

Mentor: BOŽENA KRIVEC

Šola: OŠ PREŽIHOVEGA VORANCA MARIBOR

**Maribor, februar 2018**

**»Mladi za napredek Maribora 2018«**

**35. srečanje**

# **JAZ IN LIMFOM**

Raziskovalno področje: Zdravstvo

Raziskovalna naloga

**Maribor, februar 2018**

## **Zahvala**

Priprava raziskovalne naloge je bila nova izkušnja in izziv. Ob pripravi naloge sem spoznala marsikaj zelo zanimivega in se ob tem tudi veliko naučila. Tukaj bi se rada zahvalila svoji mentorici, ki me je podpirala in veliko pripomogla k nastanku te raziskovalne naloge, prav tako svoji družini, ki sem jo potrebovala za mnenja in odzive, saj brez njih raziskovalna naloga ne bi bila tako zanimiva.

## KAZALO

1. UVOD .....	1
2. HIPOTEZE.....	1
3. KAJ JE RAK.....	2
4. VZROKI.....	3
5. ALI JE RES RAK ŽE TAKO POGOST.....	3
6. LIMFOMI.....	4
6.1 Razlika med limfomoma.....	5
7. KDAJ PRISTOPITI DO ZDRAVNIKA?.....	5
8. DIAGNOZA.....	6
9. ZDRAVLJENJE.....	7
9.1 Stranski učinki zdravljenja.....	7
10. UKREPI DOMA.....	8
11. MOJE ZDRAVLJENJE.....	9
12. PSIHOLOŠKA PODPORA.....	11
12.1 Podpora otrokom.....	11
12.2 S psihologom.....	11
13. UČENJE DOMA.....	12
14. KAJ MISLI O RAKU MOJA OŽJA DRUŽINA.....	13
15. ANALIZA ANKET.....	16
16. RAZPRAVA.....	22
17. ZAKLJUČEK.....	22
18. VIRI IN LITERATURA.....	23

## **POVZETEK**

Predstavila bom limfom, ki sem ga nedavno tudi sama imela. V nalogi želim raziskovati kako pride do rakavega obolenja, kakšni so simptomi obolenja in kdaj je potrebno pristopiti do zdravnika.

Predstavila bom anketo, ki sem jo izvedla na svoji družini. Anketa govori o tem kako mlajši ljudje na obolenje, predvsem rakavo, gledamo veliko drugače kot odrasli.

V nadaljevanju bom predstavila svojo zgodbo. V svoji zgodbi bom izpostavila kako je najbolje ravnati, če te doleti takšna usoda, kdaj ti je najtežje in kaj je najbolje storiti v tistem trenutku ter kako je biti v bolnici dlje časa kot običajno.

Za konec pa poročam kako se spet vključiti v ritem življenja po napornih cikli kemoterapij. In ali je dobro o tem govoriti sošolcem, prijateljem in širšemu krogu družine ter nekaj vzpodbudnih misli o bolezni, v primeru, če te slučajno bolezen doleti.

## 1. UVOD

Rak je eno izmed težjih obolenj, ki se v današnjem svetu vedno bolj prisoten. Ljudje imamo vsak svoj pogled na bolezen kot je rak. Tisti, ki so raka preboleli gledajo na bolezen zelo drugače kot tisti, ki boleznimi še niso imeli. V raziskovalni nalogi bom več časa namenila raku pri otrocih. Kot statistika kaže je raka pri otrocih in mladostnikih zelo malo, le 1 % vseh onkoloških bolnikov. Vsako leto zbolijo 13/100.000 otrok do 15. leta starosti. Kar je približno 50 otrok na leto. Pri otrocih je možnost ozdravitve veliko večja kot pri odraslih. Ozdravi namreč 70 % vseh otrok z rakom. Najpogostejša rakava obolenja so levkemija (30 %), tumorji osrednjega živčevja (20 %), limfomi – Hodgkinov in Ne-hodgkinov (12 %).

Ko otrok zbolijo za rakom, je to morda ena najtežjih preizkušenj za vso družino. Takrat se v starših in otroku prebudijo mnoge še neodkrite veščine in moč, ki je potrebna za soočanje z težavami v obdobju boleznimi in zdravljenja ter tudi kasneje. Zato je vedno bolj potrebna psihosocialna podpora, ki je eden pomembnejših sestavnih delov zdravljenja. V obdobju pubertete je šok nad diagnozo večji kot v ostalih obdobjih življenja. Starši otrok so v velikem strahu in prizadetosti, ker želijo izvedeti odgovore na vprašanja, na katera preprostih odgovorov enostavno ni. Ena izmed takšnih vprašanj so: »Zakaj je zbolel ravno moj otrok?« in »Ali bi raka lahko kako preprečili?«

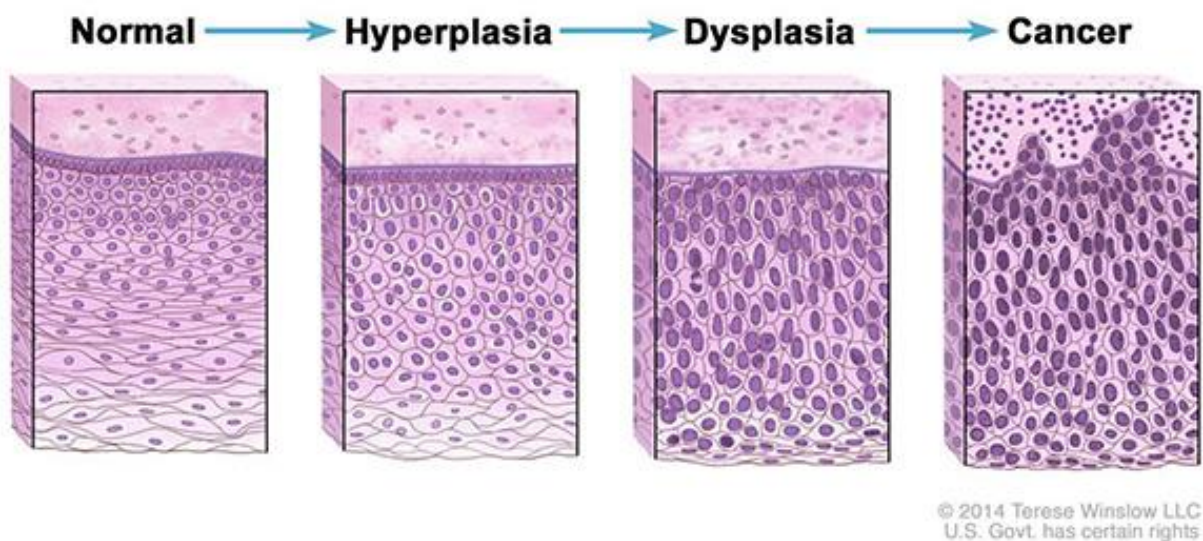
Pomembno je, da zdravstvene ustanove, v katerih se otrok zdravi, omogočajo prilagojeno šolanje, da se v "prejšnje življenje" vrnemo čim bolj podobni našim vrstnikom. Hkrati so potrebni tudi pogovori s kom, ki je na oddelku usposobljen za to (psiholog).

## 2. HIPOTEZE

- Rak pomeni večno skrb in strah.
- Hodgkinov limfom je med večino anketiranih neznana bolezen.
- Psihološka podpora je potrebna tudi po končanem zdravljenju.
- Otroci in odrasli človeki gledata na diagnozo povsem drugače.

### 3. KAJ JE RAK?

Vzroka za nastanek raka še niso odkrili. Na splošno pa velja, da z besedo rak opisujemo skupino bolezni, za katere je značilna nenadzorovana celična delitev in zmožnost teh celic, da se vrinejo v druga zdrava tkiva. Nenadzorovana delitev celic se zgodi zaradi mutacije enega ali več genov. Spremenjeni geni začnejo pošiljati napačna sporočila. Že iz ene mutirane celice lahko nastane velika tvorba, saj ne pridobiva več pravilnih signalov za delitev. Takrat se celica začne nenadzorovano deliti in tvoriti tumor. Tumor je nenormalna gnota tkiva, ki je lahko malignen ali benignen. Malignen tumor ima dve osnovni značilnosti. Prva značilnost je, da nima jasno izražene meje in se širi tudi v okolna tkiva. Druga značilnost pa je, da se širi tudi v druge dele telesa, saj se celice odluščijo od tumorja in tako potujejo v druga tkiva, kjer nadaljujejo s pospešeno rastjo in nenadzorovano delitvijo. Potrebno vedeti, da ima vsak človek v svojem organizmu tudi celice raka. Le te ne moremo prepoznati z običajnimi testi, dokler jih ne nastane okrog milijarde. Preden se to zgodi te celice za človeka niso nevarne.



Slika 1:

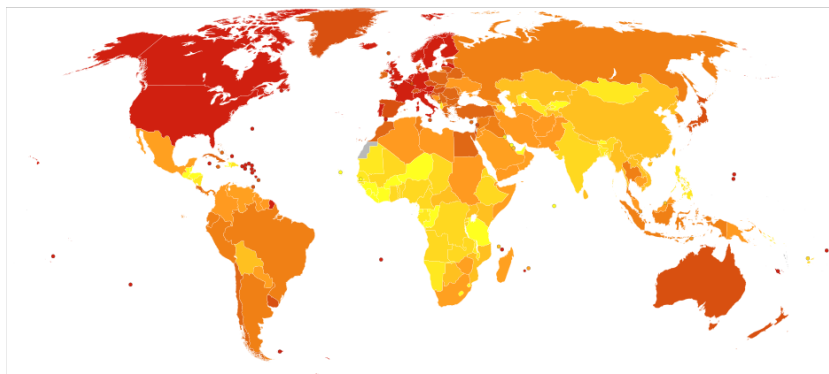
<https://de.wikipedia.org/wiki/Hodgkin-Lymphom> [29. december 2017]

#### 4. VZROKI

Natančen vzrok za pojav raka kot že rečeno ni znan. Je pa nekaj stvari, ki bi lahko povzročale bolezen kot je rak. Prvi izmed vzrokov je lahko dednost. Pri otrocih je sicer to zelo redko vendar se tudi lahko pojavi. Drugi vzroki so še kajenje, pitje alkohola, nezdravo prehranjevanje, pomanjkanje telesne aktivnosti, pretirano izpostavljanje soncu, stres, vendar je večina izmed navedenih vzrokov bolj prisotna pri odraslih. Natančen vzrok je torej še vedno nepoznan in je redko predmet aktualnih raziskav, ker večina raziskav ni usmerjana v iskanje vzroka, temveč v izboljšavo terapije. Vendar se ponekod sumi, da bi to lahko bila okužba z Epstein-Barr-virusom.

#### 5. ALI JE RES RAK ŽE TAKO POGOST?

Rak je velik problem javnega zdravstvenega sistema v Evropi, saj vsako leto zabeležijo dva milijona novih primerov, od tega pa jih umre kar 1,7 milijona. To ni samo problem Evrope, saj število obolelih skokovito narašča tudi v Severni Ameriki. Raka več v razvitih državah, torej je bolj pogost na severu kot na jugu in na zahodu kot na vzhodu. Bogati imajo sicer več primerov raka, vendar ga uspešneje zdravijo. Revnejši beležijo manj obolelih za rakom, vendar jih tudi manj preživi.



0-13 14-18 19-22 23-28 29-34 35-42 43-57 58-88 89-121 122-184

Slika 2: Pogostost limfoma po svetu leta 2012

<https://de.wikipedia.org/wiki/Hodgkin-Lymphom> [29. december 2017]



Iz slike lahko sklepamo, da je v letu 2012 bilo največ primerov limfoma zaznanega v severnem ter zahodnem delu Evrope. Veliko obolelih je bilo tudi v Severni Ameriki. Dosti manj pa v Srednji in Južni Ameriki. Malce bolj temno oranžno je obarvana tudi Avstralija in Grenlandija. Celina, kjer je primerov obolenja najmanj je Afrika.

## **6. LIMFOMI**

V telesu imamo enajst organskih sistemov, ki so vsak posebej zelo pomembni za delovanje celotnega organizma. En izmed teh organskih sistemov je tudi limfni sistem. Ta sodeluje s krvnim obtokom pri prenosu hranilnih snovi iz prebavnega sistema do telesnih celic, tkiv in organov. Pomembna naloga limfe je kopičenje belih krvnih telesc (levkociti), ki branijo naše telo. Limfni sistem je sestavljen iz bezgavk, limfnih žil, priželjca in vranice. Limfom se lahko pojavi na vidnih bezgavkah na vratu, pod pazduho ali v dimljah in v notranjosti prsnega koša.

Ker sem obolela za Hodgkinovim limfom bom malce več časa namenila predstavljanju te oblike rakavega obolenja. Dve najbolj pogosti vrsti tega rakavega obolenja sta Hodgkinov limfom in Ne-hodgkinov limfom. Za Ne-hodgkinovim limfomom v Sloveniji vsako leto zboli 5 otrok, ozdravi približno 80 % otrok.

Hodgkinov limfom je dobil ime po Thomasu Hodgkinu, ki ga je prvi opisal leta 1832. V preteklosti naj bi bil Hodgkinov limfom eden prvih vrst raka, ki so ga lahko zdravili z radioterapijo, kasneje pa tudi eden od prvih zdravljen s kombinirano kemoterapijo. Znaki: otrok ima neboleče bezgavke na vratu ali v prstnem košu. Lahko pa se pojavijo tudi B – simptomi, kot so povišana telesna temperatura, izguba telesna teže, nočno znojenje in še nepojasnjeno srbenje po celotnem telesu. Osebno bi dodala, da sem imela vse štiri simptome limfoma, vendar zaradi nepojasnjene srbenja do svoje diagnoze nisem prišla hitro. Do diagnoze obolenja pridemo z različnimi preiskavami kot so CT, rentgen, PET – CT, magnetna resonanca, ultrazvok, včasih tudi punkcija kostnega mozga.

Ta oblika raka se zdravi s kemoterapijami in obsevanji. Zdravljenje bolezni traja od 3 – 8 mesecev. Ozdravljivost otrok pri tem oblika raka je malce boljša kot pri Ne-hodgkinovem limfomu (90 %). Klasični Hodgkinov limfom se deli še na štiri podtipe:

Tip nodularne skleroze – najpogostejši tip do 70% (moja diagnoza)

Mešano celični tip – 20% do 25%

Z limfociti bogati tip - redka oblika do 5%

Tip limfocitne deplecije - manj kot 1%

Hodgkinov limfom ima 4 stadije:

Stadij I: prizadeta je posamezna bezgavka (IN) ali posamezno lokalizirano zunaj vozliščno žarišče (IE)

Stadij II: prizadeti sta dve ali več območij bezgavk na eni strani diafragme (IIN) ali lokalizirana zunaj vozliščna žarišča in okužba ene ali več območij bezgavk na eni strani diafragme (IIE)

Stadij III: prizadeti sta dve ali več območij bezgavk na obeh straneh diafragme (IIIN) ali lokalizirana zunaj vozliščna žarišča na obeh straneh diafragme (IIIE)

Stadij IV: razširjena (diseminirana) prizadetost enega ali več ekstra limfatičnih organov z ali brez prizadetosti limfnih vozlov.

**6.1 Razlika med limfomoma:** Razlika se skriva predvsem v celicah, ki naj bi bile diagnostične za Hodgkinov limfom – torej po histološki sliki, drugačni je tudi naravni potek bolezni, klinična slika, starostni vrh pojavljanja in seveda prognoza bolezni. Hodgkinov limfom izvira iz B-limfocitov, pojavlja se z dvema starostnima vrhovoma; prvi je med 14. in 34. letom, drugi pa po 50. letu starosti. Največkrat se začne v vratnih bezgavkah, redkeje drugje. Tako kot ne-Hodgkinovega ga lahko razdelimo v 4 stadije, se pa zdravi z drugim izborom citostatikov in ima sorazmerno dobro preživetje.

## 7. KDAJ PRISTOPITI DO ZDRAVNIKA?

Povečane bezgavke na vratu lahko hitro zamenjamo za kakšno drugo bolezen kot je angina ali gripa. Če se pojavijo povečane bezgavke v prstnem košu teh ne opazimo,

vendar kmalu se pojavijo znaki težkega kašljanja, kar lahko hitro zamenjamo za pljučnico. Pomembno je, da znamo telesne spremembe prepoznati in o njih govoriti z osebnim zdravnikom, namreč, če ne ukrepamo takoj in simptome zavračamo, s tem pomagamo, da se bolezen še hitreje razširi. Tukaj je potrebno dodati še, da vsaka gripa ali pljučnica ne vodi nujno do rakavega obolenja. Moramo se s tem dobro seznaniti in ne dvigovati panike že ob prvem kašlju ali povišani telesni temperaturi.

## **8. DIAGNOZA**

Ob diagnozi rak se moramo tudi zavedati, da je biologija rakastih celic izredno dinamična. Če genska napaka ni preveč trdovratna in je telo v dobrem splošnem stanju, večinoma omeji rast številnih celic. Genske napake v celicah se dogajajo nenehno. Telo ima dobre varovalne ukrepe za odpravljanje »defektnih« celic. Le najbolj prebrisane preživijo. Do neke mere jim pomagajo tudi vplivi okolja. Do same diagnoze pa pridemo lahko zelo hitro ali pa tudi ne. Namen diagnostike je določiti izhodiščni stadij bolezni in natančno opredeliti histološki podtip limfoma pred odločitvijo o vrsti zdravljenja. Preden se zdravnik (onkolog) odloči za najprimernejši način zdravljenja mora otrok opraviti nekaj preiskav. Najpogostejše preiskave so slikovne preiskave, kot na primer: CT (računalniška tomografija) to je popolnoma neboleča preiskava vendar mora otrok pri tem biti pri miru. Zato pogosto manjše otroke uspavajo. Nato preiskava PET – CT. Pri tej preiskavi ti vbrizgajo pozitronski sevalec, ki prikaže mesto tumorja in njegovo razširjenost. Ter tudi MRI (magnetno resonančno slikanje). To je neboleča preiskava, vendar je zelo hrupna. Traja pa malce več kot pol ure odvisno od tega, kaj je potrebno slikati. Zraven teh slikovnih preiskav je tukaj vedno prisotna tudi preiskava krvi.

Pri raku, ki sem ga imela nedavno je bila pot do diagnoze dolga. Noč, v kateri sem diagnozo izvedela je bila grozna. Na začetku vsega ne dojameš prav dobro in se slepiš s tem, da je to le pomota, nato še izvem, da moram oditi v Ljubljano... Kaj pa šola, prijatelji, družina, zakaj jaz... Takrat sem bila od joka čisto izmučena.

## **9. ZDRAVLJENJE**

Ko pridejo izvidi vseh preiskav se zdravniki na konziliju dogovorijo o najprimernejšem zdravljenju otroka. Eno najpogostejših zdravljenj je zdravljenje s kemoterapijo. Tukaj gre za zdravljenje s kemičnimi sredstvi, ki razgrajujejo celice in hkrati preprečujejo njihovo delitev. Citostatiki in infuzija pa v telo pritekajo preko osrednjega venskega katetra, ki ga vstavijo z operacijo. Tudi sama sem bila na operaciji kjer so mi vstavili kateter, odstranili eno izmed okuženih bezgavk in odvzeli delček kostnega mozga. Vse to je trajalo nekaj ur, vendar je v meni minilo vse zelo hitro. Obstajajo pa še obsevalno zdravljenje, zdravljenje z biološkimi zdravili, komplementarno zdravljenje... Hodgkinove limfome nizkih stadijev (I ali II) zdravimo z dvema do štirimi cikli kemoterapije, sledi obsevanje prizadetih področij telesa. Hodgkinove limfome višjih stadijev ( III ali IV) zdravimo s šestimi cikli bolj intenzivne ali 8 cikli manj intenzivne sistemske terapije. V poteku zdravljenja bolezní opravijo tudi preiskave za oceno učinka zdravljenja. Ali se je tumor zmanjšal ali ne. In na podlagi dobljenih rezultatov se odločajo za nadaljnje zdravljenje otroka. Če se tumor ni zmanjšal to lahko privede do manjših težav, zaradi neustreznega zdravljenja. Vendar je takrat potrebno hitro ukrepati, se je tumor lahko že zelo razširil.

### **9.1 Stranski učinki zdravljenja**

Kemoterapija in obsevanja uničujeta celice, ne le rakaste, uničujeta tudi zdrave celice, zato se v telesu lahko marsikaj spremeni. To lahko opazimo kot bruhanje, slabost, spremeni se nam tek, pojavita se lahko driska in zaprtje, velika nevarnost okužbe, kožne reakcije, pojavijo se lahko tudi težave v ustih in žrelu, zniža se lahko število krvnih celic v kostnem mozgu (levkociti, eritrociti, hemoglobin...), kar privede do večje izpostavljenosti okužbam. K enemu najbolj čustvenih stranskih učinkov vsekakor sodi alopecija, to je izguba las. Meni osebno je izguba las pomenila zelo veliko težavo, saj sem svoje lase skrbno negovala. Pojavijo se lahko tudi pozni stranski učinki, ki so opazni šele po nekaj letih. To so slabša rast zaradi obsevanj, ki jih je otrok dobival na območju hrbtenice, roke ali noge. Če so bili obsevani možgani to lahko privede do slabše rasti rastnega hormona. Obsevanja in kemoterapije lahko poškodujejo spolne

žleze. To lahko povzroči kasnejšo neplodnost. Trpi lahko tudi otrokov intelektualni razvoj. Kar pomeni, da bo v šoli, ki jo obiskuje morda potreboval dodatno strokovno pomoč. Poleg tega imajo vsa zdravila, ki jih je otrok dobival v času zdravljenja, svoje stranske učinke.

## 10. UKREPI DOMA

Ko se otrok zdravi je potrebno tudi doma uvesti nekatere ukrepe. Zelo pomembno je, da je otrok v čim manj prašnem okolju. Najbolje je, da se čiščenja stanovanja lotite kadar je otrok v bolnici in ne kadar je doma. Prav tako ni dobro, da se otrok približuje hlevom in predelom, kjer se nahajajo domače živali. Hišni ljubljenci niso priporočljivi. Hkrati je pomembno tudi družabno življenje, kot so obiski zdravih prijateljev, sošolcev in sorodnikov. V prijetnem vremenu je dobro, da se otrok giblje zunaj in hodi na kratke sprehode v naravo. Priporočljivo je, da obolel otrok ne hodi v nakupovana središča, blagovnice in dvorane z prireditvami (kino, lutkovno gledališče, koncerti). V poletnem času je dobro, da med zdravljenja ne hodite na javna kopališča, saj so tam bazeni lahko zelo onesnaženi. Prav tako se otrok ne sme sončiti na vročem soncu na glavi pa mora imeti pokrivalo.

**Prehrana:** Doma je prav tako potrebno, da se otrok ustrezno prehranjuje. Prepovedano je jesti surovo ali slabo kuhano oziroma pečeno meso. Velja tudi za ribe. Pri sadju se je izogibati jagod, borovnic, malin, robid in vsega sadja, ki se ga ne da olupiti. Mleko, ki ga otrok pije mora biti pasterizirano ali sterilizirano. Sladoled se lahko je vendar le iz zaprte embalaže. Jogurt, kruh in zelenjava ne smejo biti stari več kot en dan. Medu se med zdravljenjem večinoma izogibamo. Začimbe lahko dodajamo jedem vendar le, če jih dodamo na začetku kuhanja. Prepovedano jesti tudi sir s kakršnimikoli plesnimi.

**Nega:** Dobro je, da se otroku vsak dan pregledajo usta. Priporočljiva je uporaba zobne ščetke z mehкими ščetinami. Po vsakem obroku naj si otrok splakne usta. Potrebno je tudi negovanje kože. Priporočljiva je uporaba vlažilnega mila. Redno umivanje rok in dnevna menjava oblačil in spodnjega perila.

Navadno se zgodi, da otrok po dlje časnem obisku bolnice ne bo imel več veliko energije.

## **11. MOJE ZDRAVLJENJE**

Sama sem začela z zdravljenjem kakšna dva tedna po odkritju bolezni. Ko smo prišli v Ljubljano sem, kot že rečeno, morala opraviti nekaj preiskav, da so domnevo o Hodgkinovem limfomu potrdili. Občutki ko sem prišla v Ljubljano so bili mešani. Na eni strani sem se počutila rešeno, saj so postavili diagnozo. Na drugi strani pa sem bila v velikih skrbih zaradi "prejšnjega življenja" v katerem nisem še ničesar zaključila, namreč ravno sem končevala sedmi razred osnovne šole in to, da moram ostati v Ljubljani je povzročalo strah. Po vseh preiskavah me je obiskal zdravnik in mi pojasnil nekatere stvari. Po dolgem pogovoru sem imela možnosti za vprašanja. Takrat sem vprašala le eno stvar »Ali je res, da mi bodo izpadli lasje?«. Takrat sem čutila velik cmok v grlu, saj sem doumela, da je odgovor na moje vprašanje, da. In s tem se je v Ljubljani vse skupaj začelo. Odločila sem se, da začnem pisati dnevnik: od takrat, ko sem zbolela do takrat ko ozdravim. Kar hitro po preiskavah sem dobila prvo kemoterapijo. V bolnici sta bili dve učiteljici, s katerima smo lahko vsi, ki smo se zdravili likovno ustvarjali. Jaz sem bila tam veliko časa, saj me izdelovanje zelo sproščalo in lahko sem spet razmišljala o čem drugem kot le o tem, da se zdravim. Med zdravljenjem sem ogromno raziskovala. Vsaka preiskava je potrebovala svojo pojasnitev. Res je tudi, da sem že pred zdravljenjem vedno sanjala, da bom postala biologinja. Začela so se mi odpirati vedno nova vprašanja na katera sem iskala odgovor. Čeprav sem bila še vedno povsem zmedena zaradi novega okolja, sem se poskušala na novosti čim hitreje privaditi. Moj nasvet je, da je samopomilovanje popolnoma odveč. Namreč, ko se ozreš naokoli vidiš tudi druge otroke, ki se prav tako zdravijo in imajo težave, ki so podobne mojim ali morda celo hujše. Po koncu prve kemoterapije sem v petek lahko šla domov, za vikend. Ugotovila sem, da nekaterih stvari več nisem zmogla opraviti zaradi nenadne izgube kondicije. To se je zgodilo, ker sem v bolnici le ležala dobri 15 dni. To je malce čudno in hkrati grozno, saj se telo že ob najmanjšem naporu ekstremno utruje. Moram priznati, da je bila to na začetku presneto velika ovira, namreč bližalo se je poletje v katerem vsak otrok želi biti aktiven. Do takrat sem še

ohranjala dolge lase, kasneje sem si jih dala postriči in kito, ki jo je naredila frizerka sem shranila za spomin.

Kmalu smo se morali spet vrniti v Ljubljano. Če na kratko opišem cikle kemoterapij, ki sem jih dobivala bi rekla takole, najprej prideš in ostaneš dlje zaradi preiskav, nato dobiš prvo kemoterapijo, ta traja 10 dni. Med vikendi si večinoma doma razen v primeru slabšega počutja. Po 13 dneh se celoten cikel kemoterapije ponovi. Med prvima dvema cikloma kemoterapij sem bila, kar malo duševno odsotna od vsega, saj so se stvari začele dogajati zelo hitro. Vendar sem bila pa vesela prav vsakega obiska mojih prijateljic, ki so me podpirale. K meni je večkrat prihajala tudi pedagoginja. Z njo sem se dobro ujela in nadaljevala šolske obveznosti doma. Bila sem vesela, da lahko od doma naredim sedmi razred, saj mi je to, ko sem izvedela diagnozo delalo največje skrbi. Počasi so začeli izpadati tudi lasje. Postelja, stanovanje in oblačila so bila polna mojih las. Ko sem bila že bolj ali manj plešasta sem lase dokončno odrezala. Takrat mi je bilo zelo hudo, saj me moja nova podoba ni veselila. Bila sem razočarana, ampak kmalu sem se na novo podobo morala navaditi, saj sem pod mojo novo podobo še vedno stala jaz. Malce spremenjena ampak še vedno Katarina kot jo poznajo vsi, ki so mi blizu.

Ko sta prva cikla kemoterapij minila sem spet opravila določene preiskave in se podala še v druga dva cikla malce drugačnih kemoterapij. Moje zdravljenje se je končalo v najbolj vročem mesecu v letu in na to sem bila zelo ponosna. Čeprav mi je bilo, zaradi zdravja marsikaj preprečeno sem vseeno počela dosti zanimivih stvari in se spet začela vračati v boljšo telesno pripravljenost. Vendar ali res drži, da bo ob dobrem koncu vse dobro? To res ne morem reči, ampak zaradi varnosti pred ponovitvijo bolezni se vsake nekaj časa opravi na kontrole. Ko se zdravljenje konča se marsikatero stvari začnejo obračati na bolje. Svojo bližnjo preteklost bi morda rada pustila za sabo, vendar ne vem ali to res želim. To bo vedno del mene. Če bi v nekaj besedah morala opisala, kar se dogaja v telesu, bi rekla le nekaj se močno spremeni. Zato tistim, ki raka še niso preboleli sporočam le, da je to stvar pri kateri so potrebne mišice uma in obilo poguma.

## **12. PSIHOLOŠKA PODPORA**

Rak je težka bolezen, ki te prizadene tako telesno kot čustveno. Žalost in potrto sta normalni čustveni reakciji na boleče življenjske dogodke. Pri bolnikih z rakom se sprva pojavi strah pred smrtjo, strah pred kemoterapijo ali radioterapijo, kasneje pa se lahko pojavi tudi strah pred invalidnostjo in odvisnostjo od drugih, pred vidnimi spremembami telesa, spremembo telesnih funkcij ter pred izgubo socialnih stikov. Intenzivnost strahu se med bolniki razlikuje, le ta pa je odvisna od treh poglavitnih dejavnikov: značilnosti telesne bolezni, psiholoških dejavnikov in socialnih dejavnikov. Številne študije so pokazale, da se pri rakavih bolnikih tudi pogosteje pojavljajo psihične motnje, predvsem depresija in anksioznost. Dobro je imeti vsaj kak kratek pogovor s psihologom ob postavitvi diagnoze. To pa ne velja le za otroke. To mora veljati tudi za starše otrok, namreč lahko se zgodi, da imajo starši večji strah kot otroci, saj na mnoge stvari gledajo povsem drugače.

### **12.1 Podpora otrokom**

Kadar otroci dlje ostanejo v bolnici lahko spoznajo Rdeče noske. To so zdravniki klovni, ki želijo otroke s smešno in zanimivo predstavo odvrniti od dolgčasa v bolnici. Delujejo in predstavljajo se v parih in to en moški, ki se lažje poveže s fanti in ena punca, ki se lažje poveže z dekletimi. Namen Rdečih noskov ni le kratkočasenje, ampak tudi vpliv na otrokovo razmišljanje in nadaljnji potek zdravljenja. Sama menim, da humor, vpliva na tvoje počutje. Namreč smeh pospeši srčni utrip, krvni pritisk, sprošča dihalne poti in še marsikaj. Tudi sama moram priznati, da sem se vedno veselila srede, saj je bil to dan, ko so prišli na obisk Rdeči noski. Venomer so imeli pripravljeno točko, ki nas je spravila v smeh. Tudi preobleke v katerih so prihajali so bile nadvse zanimive. Večino časa so peli in malo zaplesali. Ob koncu pa so vsakemu otroku podarili še majhen rdeč nosek, kot v spomin na zabavne trenutke ob njih.



## **12.2 S psihologom**

Ko sem marca prišla v bolnico sem seveda na celotno stvar gledala predvsem pesimistično, črno in delno so me oblivala tudi čustva jeze. To vse se je odražalo tudi na mojih dejanjih. Ampak to je vse verjetno tudi zaradi stresa. Namreč koža, ki me neprestano srbela mi ni pustila spati. Praskala sem se tako močno, da je kri, kar špricala iz mojega telesa. Vzrok pa je še vedno bil popolna neznanka. Vse kreme, ki zdravijo najrazličnejše in najtrdovratnejše dermatološke bolezni, niso pomagale. Iz nepojasnjenega srbenja je rak vedno bolj napredoval in s tem so prihajali tudi novi simptomi. Gospa psihologinja je bila zelo prijazna gospa. Pogovor je bil, kar dolg a zanimiv. Marsikaj sem tudi novega izvedela in počutila sem se bolje. Kasneje sem se še dva-krat pogovarjala z njo.

## **13. UČENJE DOMA**

Ker sem imela postavljeno diagnozo marca 2017, nisem mogla končati sedmega razreda. To me skrbelo od trenutka, ko je zdravnik povedal, da bom morala v bolnici ostati dlje kot običajno. Na začetku sem mislila, da se bom šolala v bolnici, saj so tam bili učitelji, ki so prihajali tja poučevati ostale bolne otroke. Vse to se je uredilo šele po tem, ko so bolnico obiskale gospa ravnateljica, razredničarka in pedagoginja (mentorica). Na srečo je padla odločitev, da se bom šolala doma s pedagoginjo, mojo sedanjo mentorico, meni zelo všeč. Na začetku drugega polletja nisem imela skoraj nobene ocene. Občasno moram reči, da se mi ni ravno ljubilo sestih knjigi, saj sem bila izmučena pa vendar sem večino stvari, kar hitro opravila. Delala nisem ravno tako intenzivno kot moji sošolci, vendar sedaj menim, da za nič nisem bila prikrajšana.

Pri otrocih je sprejemanje diagnoze seveda popolnoma drugačno. Otroci namreč nimajo svojih potomcev in žene/moža. Imajo pa starše in širšo družino. Otroci, ki so še zelo majhni se morda sploh ne bi znali prav soočiti z diagnozo. Verjetno diagnoze sploh ne bi razumeli. Tako bi tudi reagirali povsem drugače kot odrasel človek. Ampak otroci bi okoli sebe začutili strah, zaskrbljenost, bolečino in žalost. Pomembno pa je, da otrok začuti povsem obratno, saj ob žalostni mami ali očku je žalosten tudi otrok.

Pri starejših otrocih je seveda strah in zaskrbljenost bolj razvita in s tem se lahko tudi večkrat pojavi. Ob vzpostavitvi diagnoze sem bila stara 12. let. Diagnozo sem zelo dobro dojela in se z njo tudi primerno soočala. Med zdravljenjem sem morala večkrat miriti svojo mamo, da bo vse dobro in naj na stvar začne gledati optimistično. Dan danes, ko sem diagnozo uspešno prestala ima občasno še vedno pomisleke ob popolni ozdravitvi.

#### **14. KAJ MISLI O RAKU MOJA OŽJA DRUŽINA**

Moj brat je najmlajši član družine, zato je on bil tisti, ki je prvi odgovarjal na vprašanja. Rak njega spomni na bolnico, na bulo, ki je človeku nevarna, bakterije, na bolniško osebje, na operacije in tudi na določeno nevarnost. Po njegovo se rak prične s pomočjo okužbe ali dedovanja. To pa se zgodi zaradi propada imunskega sistema, ki je bil napaden z bakterijo. Meni, da je Hodgkinov limfom tudi v kasnejših obdobjih življenja nevaren zato, ker bi lahko kasneje jemala kakšna zdravila (za drugo bolezen) in ta zdravila bi lahko pripomogla k ponovitvi limfoma.

Če bi v bolnici moral ostati dlje časa upa, da bi spozna dobrega prijatelja, ki spi ob njem. Rad bi se pogovarjal, saj se z tem najlažje kratkočasi. Prav tako si želi dobrih obrokov hrane, saj je to pomembno za zdravje. Zraven bi lahko bile še kakšne igre, ki bi prav tako prekinjale dolgčas. Vesel bi bil prav tako tudi obiskov tako ožje kot širše družine. Meni, da pogovor s psihologom pomaga, saj te on zna pomiriti.

Pravi, da je dobro, da se s stališča fizične moči otrok oziroma mladostnik, vrne v prejšnje življenje. Zato, da lahko ujame ritem življenja, da je v kondiciji, da ne potrebuje pogostega počitka. S stališča psihologije pa se z vrnitvijo v prejšnje življenje ne strinja najbolje. Zato, ker bi nekateri želeli spremeniti življenje, tako na zunaj kot tudi na znotraj, želeli bi živeti bolj zdravo in misliti bolj pozitivno.

Kot druga je odgovarjala moja mama. Njej beseda rak pove nekaj o zelo težki bolezni, ki je velikokrat tudi neozdravljiva. Meni, da je zdravljenje zelo težko in naporno. Naporno pa ni le za bolnika, ampak tudi za družino. Nekoč so vsi menili, da je rak neozdravljiva bolezen. Mislila je, da so za boleznijo kot je rak, obolevali ljudje, ki so

slabo živeli (alkohol, kajenje). Glede na današnje dosežke v medicini verjame, da je zdravljenje bolj uspešno.

Prepričana je, da rak nastane zaradi genetike, stresnega in hitrega način življenja, nepravilne prehrane in vplivov okolja. Če bi bila njena diagnoza podobna moji bi se z vsemi stvarmi lažje spopadala, saj bi ta postopek poznala. Strah bi še vedno bil prisoten. Prav tako bi se zelo obremenjevala z skrbjo za mene in mojega brata.

V trenutku, ko je izvedela za mojo diagnozo je pričakovala pomoč psihologinje ali psihologa. Meni, da je odhod k psihologu še vedno tabu. Izkušnje, ki smo jih pridobili v času mojega zdravljenja pa nam povedo, da je pogovor s psihologinjo dobra stvar.

Meni, da je pogostost limfoma v Evropi velika. Vendar misli, da je drugod po svetu bolj razširjen.

Ko je izvedela za mojo diagnozo je vedela, da bom izgubila lase. Prav tako se je zavedala, da bo to največja preizkušnja. Zavedala se je, da imam svoje lase rada, saj sem jih venomer negovala in so mi ogromno pomenili. Večkrat mi je poskušala povedati, da izguba las ni najpomembnejša in da se moram osredotočiti na zdravljenje. Meni, da je prav, če zdravnik reče naj se bolnik vrne v prejšnje življenje in poskuša živeti enako kot pred diagnozo. Zato, da se bolnik ne bi preveč obremenjeval s tem, kar je preživel. Vrnitev včasih ni enostavna, vendar se je potrebno tudi v tem primeru potruditi zaživeti čim bolj normalno.

Kot zadnji član, ki je odgovarjal na moja vprašanja je moj oče. Besedo rak povezuje z težjim bolezenskim stanjem pri človeku, kjer je zdravljenje zahtevno v novejših časih poteka pogosto ozdravitev. V starih časih pa je pomenili skoraj 100% smrt bolnika s takšno diagnozo. V mladosti je veljalo, da so bile rakave bolezni slabo ozdravljive in ob diagnozi rak je bil strah grozno velik. Prav tako so se bolezni bali, zaradi slabe ozdravitve. Danes gleda na bolezen rak bolj zrelo. Malce bolj je seznanjen z samo boleznijo in njenimi simptomi ter zdravljenje. Ve, da je medicina v tem času zelo napredovala. Meni, da ob pravočasni postavitvi diagnoze in faktorjev sreče (dober zdravnik, dobro ozdravljiva vrsta raka) zdravljenje lahko poteka zelo dobro tudi na dolgi rok.

Če bi bila njegova diagnoza podobna moji bi poskrbel, da bi čim prej ozdravel. Posvečal bi več časa sebi in družini. Besedna zveza psihologija – onkologija mu pove kakšna je povezava med duševnim in rakavim stanje. Pomembno je, da ljudje, ki imajo diagnozo rak razmišljajo pozitivno. Pravi, da »medicina pomaga zdraviti, vsak pa ozdravi sam«. Meni, da je odhod k psihologu tabu zaradi tega, ker bi drugi ljudje mislili, da je oseba, ki hodi k psihologu neuravnovešena. Predvsem pa ljudje radi mešajo poklica psiholog in psihiater.

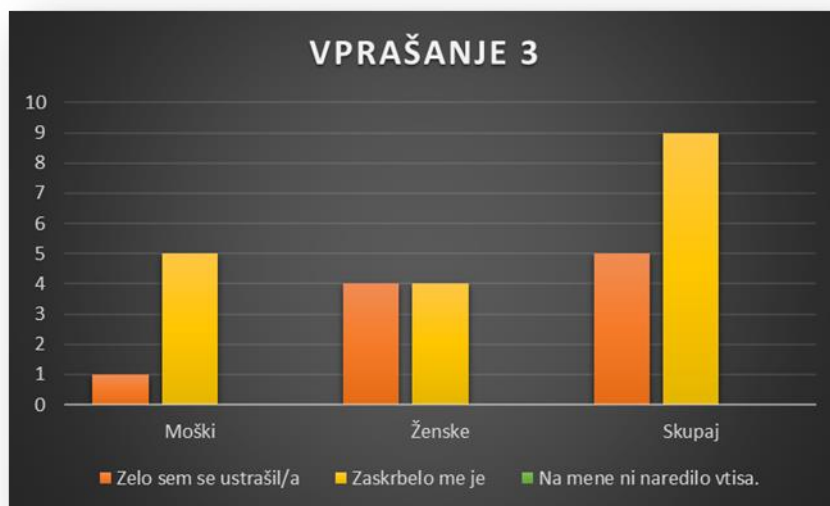
Meni, da limfom v Evropi ni prav pogost. Verjetno je pogostost Hodgkinovega limfoma večja v manj razvitih dežela le, da je zabeleženih primerov manj. Zaradi limfoma je bilo zanj verjetno v preteklosti umrlo veliko ljudi, ampak ga medicina ni uspela pravilno prepoznati. Če pa so bolezen prepoznali pa je po vsej verjetnosti niso znali zdraviti. Zanimivo je tudi to, da je limfom poznan že več kot 150 let, a je vzrok nastanka še vedno neraziskan.

Vedel je, da če se bom zdravila s kemoterapijo bom izgubila lase. Vedel je tudi, da zaradi tega, ker mi dolgi lasje veliko pomenijo, bo sprejeti to, da bom izgubila lase zame zelo težko. Pomembno je bilo, da mi je razložil pozitivne plati izgube las, ne glede na to, da se jaz z nobeno platjo nisem strinjala. Zdravniško odločitev, da se vrnemo v prejšnje potrjuje. Po končanem zdravljenju je potrebno čim prej priti nazaj in nadaljevati svoje življenjske cilje. Vendar je to ena globoka življenjska izkušnja, ki vsekakor v človeku pusti posledice pri razmišljanju. Najpomembneje je se pobrati, iti naprej in misliti pozitivno.

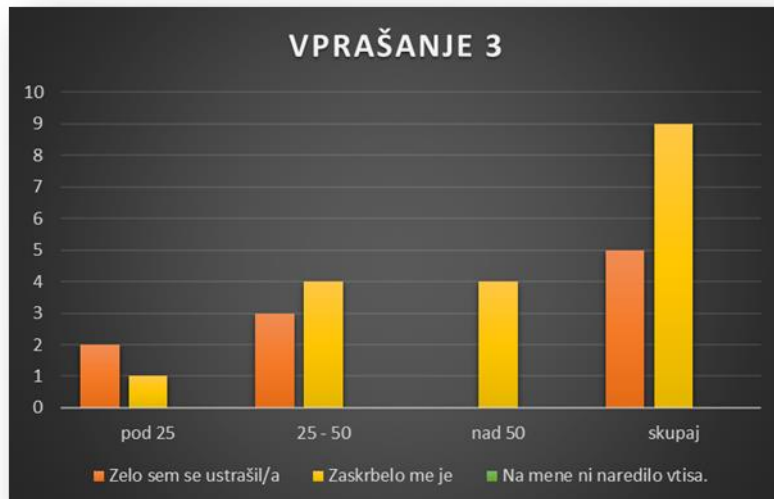
## 15. ANALIZA ANKET

Anketo sem izvajali v razširjenem krogu svoje družine. Bilo je anketiranih 14 ljudi, 8 žensk in 6 moških. Namen anket je bil izvedeti kako moja družina dojema mojo bolezen.

*Tretje vprašanje: »Kako je bilo, ko si izvedel izvedela za mojo diagnozo?«.*



Kot je iz diagrama razvidno je večino moških v družini zaskrbelo zame, ženske bile zaskrbljene ali prestrašene. Iz tega lahko zaključimo, da je večino družinskih članov zaskrbelo zame.

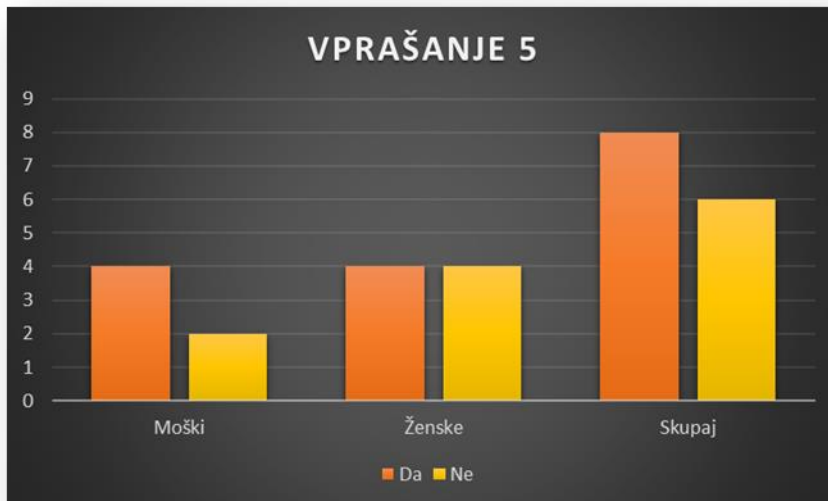


V tretjem vprašanju opazimo, da so družinski člani mlajši od 25. let bili bolj prestrašeni. Medtem ko sta bili drugi dve starostni skupini bolj zaskrbljeni.

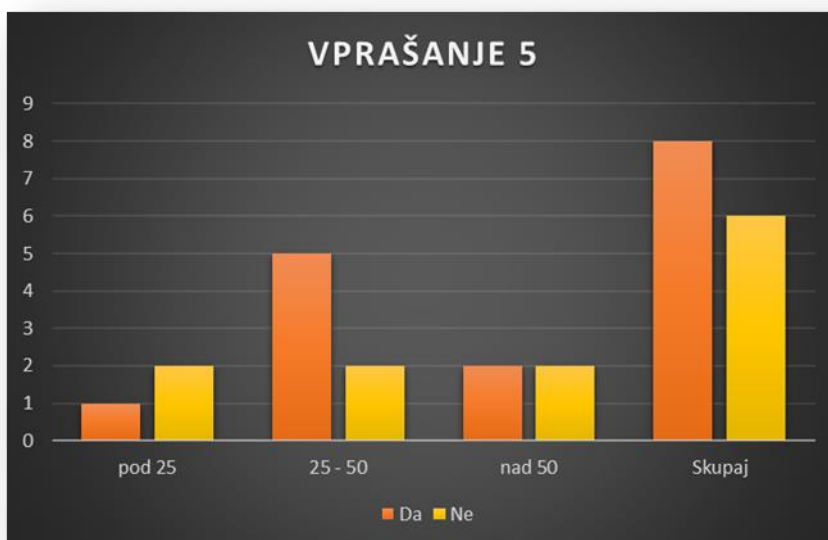
*Četrto vprašanje: »Si mi želel/a takrat kaj sporočiti?«*

Večina je zapisala, da bo vse v redu, da mi stojijo ob strani in da se ne smem predati, da se ne smem bati, saj to ni najhujše, kar se lahko zgodi, da bo vse v redu, če bom jaz verjela da bo vse v redu. Nekdo drug je napisal, da bom hitro ozdravela in nato postala velika deklina.

*Peto vprašanje: »Ali si že pred tem kdaj slišal/a za Hodgkinov limfom?«*

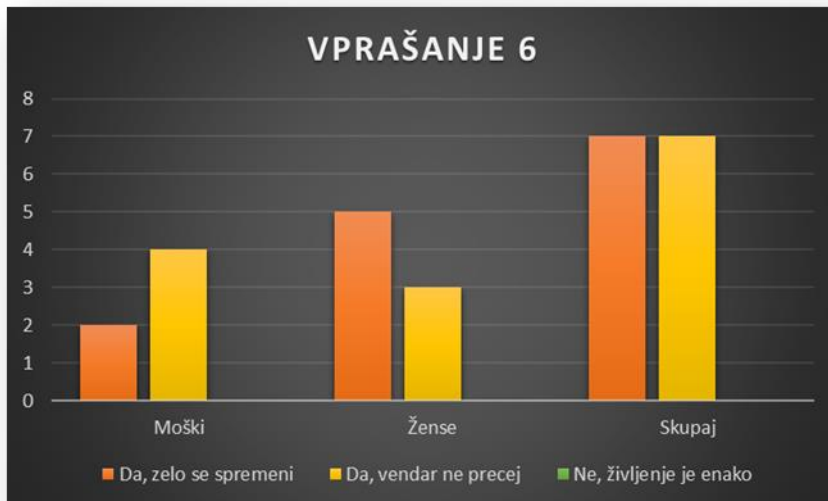


Iz tabele je razvidno, da je večina moških Hodgkinov limfom že prej poznala. Sklepam, da je večina Hodgkinov limfom že poznala.

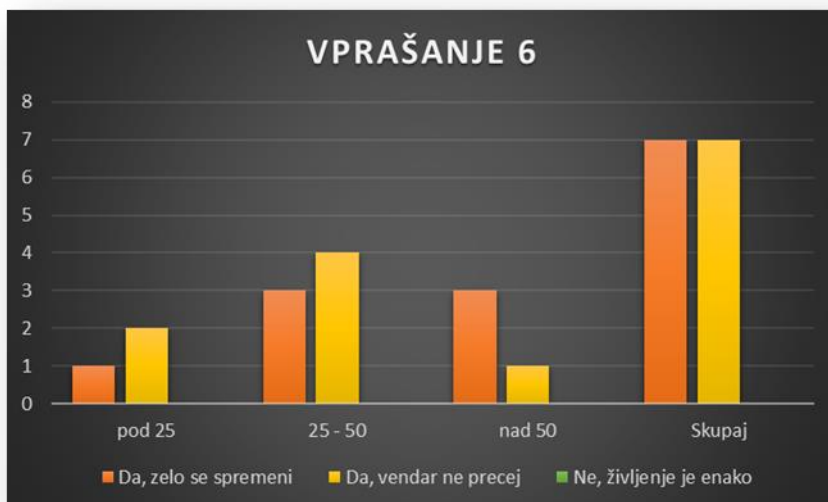


Po starostnih skupinah pa je razvidno, da družinski člani stari med 25 in 50 let v večini bolezen poznajo.

Šesto vprašanje: »Ali meniš, da se življenje po diagnozi spremeni?«



Kot je iz diagrama razvidno moški menijo, da se življenje po diagnozi spremeni, ženske pa menijo, da se življenje, kar močno spremeni.



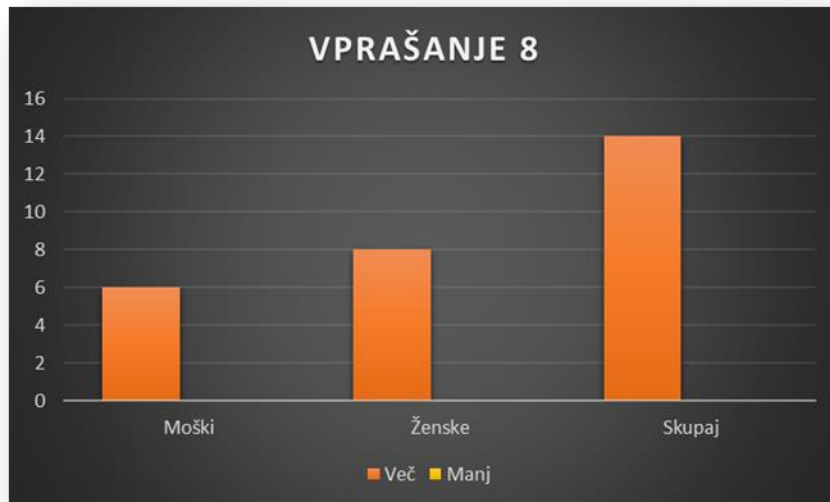
Kar se tiče starostnih skupin bi lahko rekli, da jih je večina starih manj kot 50. let menila, da se življenje spremeni vendar ne precej. Starejši družinski člani pa menijo, da se življenje, kar precej spremeni.

*Sedmo vprašanje: »Ali meniš, da je psihološka podpora in pomoč pri zdravljenju pomembna?«*



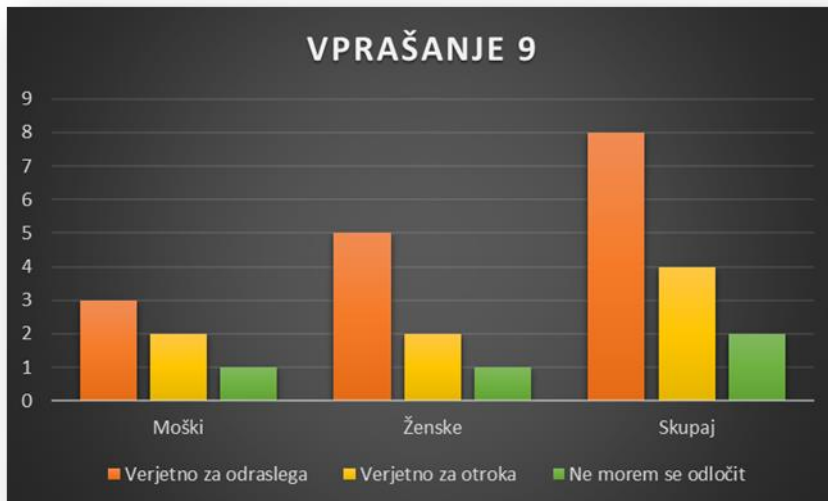
Na to vprašanje so vsi anketirani odgovorili z DA. Kot razlago so mnogi navedli, da s psihološko pomočjo lahko lažje in hitreje ozdraviš, da ne misliš le na slabo temveč tudi na pozitivne stvari. Drugi so napisali, da je težka bolezen za vsakega posameznika nevšečen dogodek, zato je nujno potrebno, da ljudem pomagajo tudi s psihologi.

*Osmo vprašanje: »Meniš, da je rakavih obolenj na svetu vedno več ali vedno manj?«*

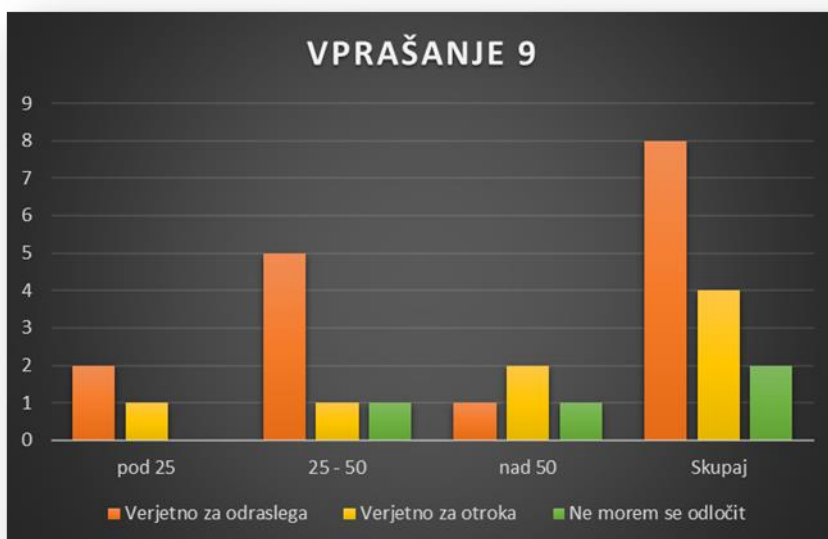


Na to vprašanje so seveda vsi poznali odgovor. To pomeni, da se vsi zavedajo, da je raka vedno več. Vprašanje se postavila z razlogom, da bi videla ali se vsi zavedajo znatnega povečanja raka po celem svetu.

*Deveto vprašanje: »Za koga meniš, da je huje, ko otrok zboli za rakom?«*



Iz diagrama je razvidno, da tako moški kot tudi ženske menijo, da je za odraslega huje, ko otrok zbolí za rakom. Nekateri se zaradi težkega vprašanja niso mogli opredeliti. Spet drugi menijo, da je najhuje ob diagnozi otroku samemu.



Iz diagrama je razvidno, da vsi družinski člani do 50. leta starosti menijo, da je ko otrok zbolí za rakom je huje odraslemu (staršu). Družinski člani stari nad 50. let pa menijo, da je huje otroku. Tukaj bi dodala, da je po mojem mnenju huje odraslemu. Otroci, ki so zelo majhni stvari težko dojemajo – starejši otroci stvari dojemajo vendar se jih ne

zavedajo prav dobro. Mladostniki v puberteti pa so seveda zelo razdražljivi in je lahko za njih to celo malce bolj boleče kot za starše. Vendar moramo vzeti v obzir tudi to, da nas imajo starši seveda zelo radi in s tem jih tudi tako težka diagnoza kot je rak, zelo prizadene.

## 16. RAZPRAVA

Hipoteze, ki sem jih navedla na začetku lahko na podlagi vseh ugotovitev do sedaj potrdim ali zavržem.

- Hipoteza 1: Rak pomeni večno skrb in strah. To hipotezo bi potrdila, saj ima vsaka oblika raka zaradi svojega zdravljenja tudi različne posledice. Seveda je vse odvisno od posameznika, od njegovega imunskega sistema in vpliva okolja.
- Hipoteza 2: Hodgkinov limfom je med večino anketiranih ne znana bolezen. To hipotezo lahko zavržen glede na rezultate anket. Ankete so namreč pokazale, da je 8 družinskih članov bolezen že od prej poznalo, 6 članov pa ne.
- Hipoteza 3: Psihološka podpora je potrebna tudi po končanem zdravljenju. To hipotezo potrjujem. To pomeni, da se v začetku sploh ne zavedamo, da prebolevamo raka, kasneje pa ga doletijo občutki groze in straha.
- Hipoteza 4: Otrok in odrasel gledata na diagnozo povsem drugače. To hipotezo le delno potrjujem. V nekaterih pogledih razmišljajo otroci in odrasli podobno, v drugih primerih pa spet različno. To je morda posledica razvitosti uma in pogleda na bolezen kot je rak.

## 17. ZAKLJUČEK

Svoje raziskovalne naloge sem se lotilo z velikim zanimanjem o vsem, kar še o svoji bolezni ne vem. Na začetku sem si zastavila pet hipotez, ki so me vodile skozi sestavljanje raziskovalne naloge. Med raziskovanjem novih stvari sem ugotovila, da kadar iščemo stvari o bolezni kot je Hodgkinov limfom moramo venomer iskati tudi na nemških in angleških straneh. Pogosto se namreč zgodi, da na določeno vprašanje ne najdeš odgovora v slovenskem jeziku. Skozi oblikovanje raziskovalne naloge so se postavljala venomer nova vprašanja na katera sem iskala odgovor. Na nekatera morda odgovora nisem našla na večino vprašanj pa sem dobila odgovore. Tudi anketa, ki sem

jo izvedla v širšem krogu družine je predstavile nekatere stvari, ki jih na internetu ne moreš najti.

Raziskovanje o tem, da je psihologija res pomembna tudi v povezavi z onkologijo je razširila obzorja, namreč prej se nisem sploh zavedala, da je psihološka podpora tako velikega pomena. Pri tem, da govorim o psihologiji bi rada omenila, da ne sme ta veda biti razširjena kot tabu. Prav tako je pomembno, da v družbi ne zavračamo ljudi, ki se kakorkoli zdravijo pri psihologu ali psihiatru.

Prav tako me je razveselilo tudi raziskovanje v limfni sistem. Biologijo namreč obožujem in prav zato je bila izdelava te naloge prav prijetna. Izvedela sem marsikaj novega o tem kaj lahko gre vse pri delitvi celic narobe. Ugotovila sem tudi da se DNK vedno ne deli pravilno in zato pride do posledic. To vse skupaj mi je dalo misliti, da je človeško telo en poseben stroj, kjer je vse med seboj povezano.

Izdelava naloge je bila zelo poučna in z veseljem bi se še kdaj lotila delati kaj takšnega. Vendar vem, da mi bo prihodnja izdelava raziskovalne naloge predstavljala manj težav, saj zdaj že vem kako začeti, iskati in kako zaključiti.

## **18. VIRI IN LITERATURA**

### **LITERATURA:**

- Pripravili strokovnjaki s Kliničnega oddelka za otroško hematologijo in onkologijo Pediatrične klinike Univerzitetnega kliničnega centra (Ljubljana-Celje 2009) Ko otrok zboli za rakom
- J.E.W.M. Van Dongen – Melman Preživeti raka v otroštvu-Konec dober vse dobro!?

### **SPLETNI VIRI:**

- <https://www.dnevnik.si/1042389515> [28. december 2017]
- <https://www.zdravjejevnas.si/strah-pred-boleznijo/> [28. december 2017]
- <https://de.wikipedia.org/wiki/Hodgkin-Lymphom> [29. december 2017]
- <http://www.limfom-levkemija.org/psiholoska-podpora-bolniku-z-rakom.html#> [31. december 2017]

- <https://polet.delo.si/zdravje-prehrana/ko-slisis-diagnoza-rak-kaj-narediti> [31. december 2017]
- Posnetek - <http://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/what-is-cancer/how-cancer-starts> [22. januar 2018]
- Pogovori s psihologom - <https://mariborinfo.com/novica/lokalno/zakaj-je-obisk-psihologa-med-mariborcani-se-vedno-tabu/125175> [23. januar 2018]
- <http://www.limfom-levkemija.org/hl/hodkinov-limfom-zgodbe.html> [23. januar 2018g]
- [http://www.najboljsanovica.si/najboljsa-novica.html#Irena\\_katja\\_8](http://www.najboljsanovica.si/najboljsa-novica.html#Irena_katja_8) [24. januar 2018]

#### **VIRI SLIK:**

- <https://de.wikipedia.org/wiki/Hodgkin-Lymphom> [29. december 2017]
- <https://www.cancer.gov/about-cancer/understanding/what-is-cancer> [22. januar 2018]
- <http://blogs.sonamkabra.com/psychology-understanding-mind-brain-and-behaviour/> [23. januar 2018]

## PRILOGE

### ANKETNI VPRAŠALNIK ZA ŠIRŠO DRUŽINO

Vem, da je od moje diagnoze in zdravljenja minilo že dolgo, vendar imam nekaj vprašanj na katera odgovarjaj iskreno.

1. Spol:      M      Ž
2. Starost:      pod 25 let      nad 25 let      nad 50 let
3. Kako je bilo ko si izvedel/a za mojo diagnozo?
  - Zelo sem se ustrašil/a.
  - Zaskrbelo me je.
  - Na mene to ni naredilo vtisa.

4. Si mi želel/a takrat kaj sporočiti?

- NE.
- DA.

Če je tvoj odgovor DA. Povej kaj si mi želel/a sporočiti?

---

---

5. Ali si pred tem že kdaj slišal/a za HODGKINOV limfom?

- DA.
- NE.

6. Ali meniš, da se življenje po diagnozi spremeni?

- Da, zelo se spremeni.
- Da, vendar ne precej.
- Ne življenje je enako.

7. Ali misliš, da je psihološka podpora in pomoč pri zdravljenju pomembna?

- DA.
- NE.

Zakaj?

---

---

8. Meniš, da je rakavih obolenj na svetu vedno več ali vedno manj?

- Več.
- Manj.

9. Za koga meniš, da je huje, ko otrok zboli za rakom.

- Verjetno za odraslega (starše).
- Verjetno za otroka.
- Ne morem se odločiti.



## **VPRAŠALNIK ZA OŽJO DRUŽINO**

### **Vprašalnik za ožjo družino**

1. Kaj ti pove beseda rak?
2. Kako si raka doumel nekoč in kako ga dojameš danes?
3. Kako misliš, da rak nastane?
4. Misliš, da je Hodgkinov limfom nevaren tudi kasneje? Zakaj?
5. Kaj bi storil ti, če bi bila tvoja diagnoza podobna moji?
6. Zakaj meniš, da je odhod k psihologu še za nekatere vedno tabu?
7. Misliš, da je v Evropi limfom zelo razširjen?
8. Alopecija (izguba las) je bila zame v tistem obdobju zelo kritična sprememba. Kaj povedati na to temo?
9. Zdravnik bolnemu velikokrat reče, da se mora vrniti v prejšnje življenje. Meniš, da je tako prav ali ne? Zakaj?