Gábor Melinda

Még a rák sem bír velem

Egy ráktúlélő blogkönyve

Köszönetnyilvánítás

- Elsősorban köszönöm családomnak: férjemnek, és két gyermekemnek a támogatást.

- Köszönöm a munkahelyemnek, supervisoraimnak és kollégáimnak, a cég alkalmazottainak a pénzügyi és minden egyéb támogatást, amit kaptam, kiváltképpen kolléganőmnek, aki segített az osztrák magánklinika kiválasztásában.

- Barátaimnak, hogy hoztak-vittek, belém karoltak.

- Rokonaimnak, akik szintén támogattak, érdeklődtek, és hoztak-vittek, belém karoltak, segítettek kijutni Ausztriába, tologattak kerekesszékkel, és haza is hoztak.

- Mindenkinek, akik támogattak lelkileg vagy bármilyen módon: onkológus doktornőmnek, sorstársaimnak.

- Köszönöm a lektoromnak és tervezőmnek is, akik odaadással javították a könyvemet.

A kezdetek

Épp túl a szilveszteren, egy új év hajnalán. Szívemben reménnyel, optimistán tekintettem a jövő felé. De valami aggasztott. A nyakamon az a dög. Így neveztem, mert mégsem hívhattam kiscsillagnak, amikor annyira nyomott-szorított, hogy már állandóan nyeldekeltem. És ekkor már sokkal többet tudtam, mint december 27-én, amikor a majdnem egy hónapos refluxnak hitt tünetek és sok Salvus-víz után végre végig tapintottam a nyakamat. Sehol semmi. Valamiért lecsúszott az ujjam a bal kulcscsontomra, és hirtelen hátrahőköltem. Egy hatalmas kemény csomót éreztem közvetlenül a kulcscsont felett. Körülbelül 2 cm lehetett. Konkrétan ott ült a csonton. Mozdítani sem lehetett. Mi lehet ez? Egyből elkezdett járni az agyam, és már jöttek is a magvas gondolatok. Pajzsmirigy. Csak az lehet. Már tizenöt éve baj van vele: vagy alul-, vagy túlműködik.

Az elkövetkezendő napok az interneten való nyomozásról szóltak. Mindent elolvastam, ami arról szólt, hogy kemény és csomó a kulcscsonton és környékén. Volt benne jó és rossz is. De csak a jóra tudtam gondolni, az agyam nem engedte a rosszat befurakodni.

Még aznap hívtam az endokrinológiát, és időpontot kértem, mert egészen biztos voltam abban, hogy ez a pajzsmirigyem. Nem értettem tisztán, hogy nőhet ennyire távol tőle valami, de mégis ez ragadt meg leginkább bennem. Ellenben csak január közepére kaptam időpontot. Ami egyébként jónak számított ahhoz képest, amilyen várakozási idők léteznek az egészségügyben.

Azonban valami kattant bennem, és riadót fújt, így délután meglátogattam a háziorvost. Kissé féltem, hogy nem fogad, mert nem vagyok sürgős eset. Márpedig időpont nélkül csak sürgős esetben lehet menni hozzá. Egészen meglepődtem, amikor vizsgálat nélkül azonnal az SBO-ra küldött.

Sokat kellett várnom a sürgősségin. Este volt, és várakoztak már jó páran előttem. Éjfél körül járhatott az idő, amikor bejutottam nyaki ultrahangra. Szúrós szemű fiatal doktornő és álmos asszisztense fogadott. Csúnyán leteremtettek, hogy miért ide jöttem. Próbáltam magyarázni, hogy én nem akartam, úgy küldtek. Pajzsmirigy beteg vagyok, akkor mikor jártam kontrollon utoljára, ki kezel? – csattantak a kérdések. De aztán nagy lett a csend, csak az ultrahang fej járt ide-oda a nyakamon, és állt meg időről időre, hogy mérjenek valamit. Jó ideig időzött a doktornő keze egy helyen és nyomta az ultrahang fejet, ami nyelésre ingerelt. A doktornő mutatta is a nővérnek a képernyőn, hogy mit lát, de felém nem fordították a monitort. Hosszú idő múlva kezdett zümmögni a nyomtató, és máris a kezembe nyomták a leletet. Elköszöntem, de válasz nem jött. Már másról beszélgettek…

A leletet az alagsorban olvastam a váróban, és egyszer csak óriásit dobbant a szívem: malignus. Ez állt a papíron. A szót ismertem, tudtam, hogy rosszindulatút jelent. Nem akartam hinni a szememnek, újra és újra végig szaladtam rajta. Pedig ide az van írva!

Ajjaj, még ha csak egy lenne, de itt az áll, hogy amit tapintottam, azon kívül számos metasztatikus (áttétes) nyirokcsomó található a kulcscsont körül. A fő daganat pedig a pajzsmirigy állományában volt.

Álljunk csak meg egy szóra, tudok én bármit egyáltalán a pajzsmirigy daganatokról? És a rákról?

Pajzsmirigydaganat.

Áttétes!!!

Lehetetlen. Nekem? Remélem, csak álmodom. Nagy sötétséget vizionáltam, és azt, hogy VÉGE mindennek. Minden zsigerem azt kiáltotta, hogy itt a HALÁL, nincs tovább!

A férjemnek sms-ben üzentem, hogy jöjjön azonnal, nagy baj van. A gyerekek már aludtak.

Az igen fiatal ügyeletes doktornő kicsit aggódó arccal súgta a fülembe, hogy húzódjunk kicsit arrébb, hogy hatszemközt legyünk. Elmondta, amit már olvastam előzőleg is. CT-t szeretett volna csináltatni, de nem engedélyezték, majd nappal lesz elvégezve – közölte. Nagyon veszélyes kórság, szörnyű hormon löketeket adhat a vérbe – mondta. Benn kellene maradni. Itt kezdtem józanodni. Miért maradjak benn, mit tudnak velem tenni? Éjjel vizsgálat nincs, kezelés sincs, orvos sem…

Saját felelősségre elmehetek. Így inkább hazajöttem, és miután becsomagoltam a kórházi pakkot, azt a pár órát, ami reggel fél 7-ig még hátravolt, itthon töltöttem, az internetet búvva és ébren hánykolódva.

Az első nap történései felejthetetlenné váltak. A halálos diagnózis éjjel a sürgősségin ért és ami utána jött, még borzalmasabb volt.

Reggel 7:30-kor már egészen más tudati állapotban, de gyakorlatilag nulla alvással az endokrinológiai ambulancián ültem és vártam a főorvost. Amit megtudtam a netről, az az volt, hogy ez a legjobban kezelhető fajta rák, és nem kell feltétlenül belehalni. Megvolt a kapaszkodó, és máris felálltam romjaimból, valamint készen is álltam a harcra azonnal. Nálam eddig tartott a megzuhanás.

Közben bekísértek a kórterembe, és megmutatták az ágyamat. A helyzet siralmas volt, a szűk szobában hat idős néni feküdt. Elkezdtem kipakolni lassan a táskámból. Nem siettem. A halál előbb-utóbb úgyis eljön értem, gondoltam.

A főorvos igen határozott és lendületes ember volt. Beviharzott a kórterembe, és megkérdezte, hogy én tulajdonképpen mit is csinálok itt. Mondtam, hogy pakolok ki, ahogy kérték. Pakoljak azonnal vissza – parancsolta, és üljek le kinn a váróban.

Pár óra elteltével már egy vizsgálóasztalon feküdtem, körülöttem legalább tíz orvos és nővér vegyesen, és már vették is a mintát a megnagyobbodott nyirokcsomó-konglomerátumból, (tudniillik, amikor több nyirokcsomó összeolvad vagy összetapad), valamint a pajzsmirigy gyanús részéből. Ha pontos szeretnék lenni, egy idősebb, de igen kedves orvos vette a mintát vékony tűvel. Nagy tudásúnak tűnt, és elég közvetlen volt, nagyon szimpatikus ember. Mint később kiderült, valóban prominens személyiséget ismerhettem meg személyében, az aspirációs citológia atyját Magyarországon. Ő hozta be ezt a vizsgálati módszert az országba, és ő maga patológusként szúrja a tűt, veszi a mintát a betegektől.

Egész életemben rettegtem a mintavételtől. Már tíz évvel ezelőtt is citológiai vizsgálatot szerettek volna végezni a pajzsmirigyemből, de megfutamodtam. Nem is értem, miért, hiszen akkor már egy tucat műtéten is túl voltam, és nemigen lehetett nekem már újat mutatni. Ez viszont egy más élethelyzet volt. Az életért indult a harc, és nem lehetett ellentmondani. Legalábbis így éreztem. Aztán rendkívüli módon meg is nyugodtam a tanár úr kezei között, és itt vezettem be azt a szokásomat, hogy (akkor még zavaromban) megpróbáltam még jobban oldani a hangulatot. Így hát az első mintavétel után elhagyta a számat egy ilyen mondat: „Jaj de jó volt!” 😄 És ezt úgy értettem: nem volt semmiféle nagyobb kellemetlenség. Hatalmas megkönnyebbülés járt át, és én ezt szerettem volna mindenkivel megosztani. A terem hallgatósága (értsd: orvosok, nővérek stb.) felmorajlott, és páran elkacagták magukat.

Másodszorra pedig az előzőhöz hasonlóan így szóltam: „Nevetséges, hogy én ettől úgy féltem eddig. Nagyon jó volt! Jól szúr a doktor úr!” A tanár úrnak volt humora, megkérdezte: „Szeretne még?”

Mire én rávágtam: „Hát hogyne!”

Ilyen jó hangulatban telt el az első aspirációs citológiám.

Ezután pedig olyan jó hírt hallottam, amit még álmomban sem gondoltam volna: másnapra meglesz az eredmény! Mi-

közben tudtam, hogy a patológiai leletekre hat hetet is várni kell. Ez maga volt hát a csoda! Egy bökkenő volt mindössze: péntek lévén a másnap szombat lesz, azaz várnom kell hétfőig, hogy megtudjam, mi lakozik bennem.

Kaptam tehát két napot, hogy összekapjam magam agyilag, és összerakjak egy kórházi táskát, hiszen a pajzsmirigyrák elsődleges kezelése az operáció. Be is vásároltam mindent: hálóinget (olyat, ami teljesen kigombolható mellkasig, mert utánanéztem, és pontosan ilyen szükséges a műtéthez), papucsot, köntöst, mindenféle folyékony fertőtlenítőt és fertőtlenítő kendőt is.

Hétfő: Hogyan is indulhatna jobban egy elcseszett nap, mint, hogy van egy jó hír, amit meg is tudtam abban a pillanatban.

Nincs gond a pajzsmirigyemmel!

Örömöm nem volt teljes, mert tudtam, hogy még van egy rossz hír is.

Mégpedig az, hogy a nyirokcsomóból vett minta rosszindulatú áttétet igazolt. De nem tudjuk, honnan származik, a szövettani analízis még folyamatban van. Mindez azt jelentette, hogy van valahol egy primer (elsődleges/fő) daganat a testemben. Nyilván az első kérdésem az volt, hogy hol lehet? Önmagamtól kérdeztem ezt, és le is játszódott bennem az elmúlt időszak minden rezzenése, ami arra utalhatott, hogy valahol gond van. Talán a beleim? Hiszen szinte születésem óta emésztési problémáim vannak, és valami rejtélyes bélbetegségem is, amit a mai napig nem tudtak diagnosztizálni. A gyomrom? Reflux is gyötör évtizedek óta…

Megvan! A mellemben a csomó! Majdnem leestem a székről, amikor realizáltam mindezt. Vártam egy kicsit, majd kinyögtem ezt a velem szemben ülő endokrinológus főorvosnak, aki éppen bőszen írta a beutalókat a CT-kre, hogy kiderítsük, hol is van gond.

Ennek a csomónak története van, amely 2018 augusztusára datálódik, amikor még a világ egyik legboldogabb em-

bere voltam (habár most is az vagyok), és azt hittem, hogy a meglévő nyavalyáimat leszámítva tulajdonképpen egészséges.

Egy jó nevű magán nőgyógyászatra jártam akkoriban szűrésekre Budapesten. Mellcsomók ügyében jelentem meg újra a nőgyógyásznál júliusban, aki be is utalt egyből ultrahangra. Tudni kell, hogy mindig voltak csomóim, méghozzá sok. Jöttek és mentek, ciklustól függően változtak. Fájtak vagy éppen nem fájtak, már hozzászoktam, az életem részei voltak. De most az átlagosnál is több csomót tapintottam.

A szonográfus (ultrahangos vizsgáló egészségügyi személy) igen alapos munkát végzett, mindent megnézett, a hónaljaimban is rengeteget időzött az ultrahang fejjel (itt találhatóak a nyirokcsomók, amelyek közvetlenül kapcsolatban vannak az emlőkkel), szinte aggódtam, hiszen túl soknak tűnt a pásztázás.

De végül megtörölt, és közölte, hogy minden a legnagyobb rendben.

Így jött el a szeptember, ami egy apró, alig tapintható csomót hozott. Ő is ott volt a többi között, azonban mégis feltűnt, pedig igen picinyke volt. Az esti fürdések alkalmával néha tapintottam, de nem tulajdonítottam jelentőséget neki.

Októberben a csomó még mindig ott volt, és úgy tűnt, egy lehelettel nagyobb is lett. Ezt már furcsállottam, mert az eddigi csomók nem maradtak egy hónapnál tovább. Pár hét után döntöttem: ha a következő ciklusban nem tűnik el, bejelentkezem nőgyógyászatra.

Novemberben hívtam az intézetet, és kértem időpontot, amit november 30-ára kaptam. Ekkor már befurakodott a gondolataimba valami rossz érzés, mert ez a csomó kőkemény volt, és már kb. 1,5 cm nagyságú. Nyilallott is néha, és nem hagyott hason aludni, pedig 40 éven át eddig úgy pihentem.

A vizsgálat alapos volt, sok nyomkodással és kérdéssel. Az orvos idegesnek tűnt, de bizonyára megzavarták a válaszaim, miszerint a csomó fáj és elmozdítható. Ez tény volt, ő maga

is arra húzta-vonta, amerre csak akarta, mert minden gond nélkül mozgott. Végül úgy döntött, hogy kenjem gyulladáscsökkentő krémmel, és szedjek rá antibiotikumot. Ha két hét múlva még mindig ott a csomó, kelleni fog mammográfia, szúrás és műtét. Ő így mondta.

Két hét múlva már egy polip eltávolító műtétre feküdtem be a kórházba, ahol ő maga operált, és erre sokkal jobban koncentráltunk, mint a csomóra. Nyilván tudtam, hogy szólnom kell róla, hogy nem múlt el, de valahogy nem mertem. A műtét után a beszélgetés során nem említettem meg, mert a szövettanért vissza kellett (volna) mennem két hét múlva, és úgy gondoltam, hogy akkor mindenképpen megbeszéljük a rendelőjében. Logikus, nem?

Az élet másként döntött, mert a december 14-i műtét után két héttel már 28-a volt, és a patológia is bezárt ez évre. Tehát maradtam kétségek között, és mellé még a hónap elején elkezdett szorítani a torkom is, amit a refluxnak tudtam be, de a tünetek erősödtek.

Így kerültem január elején a sürgősségire. Ki tudja, mi lett volna, ha már augusztusban felfedezik…?

Január 7-én az endokrinológus a CT-k mellett máris intézte a mammográfiát is...

A mammográfia monitorán feltűnő képet sosem fogom elfelejteni. Azt hiszem, akkor még nem nézegettem gyakran a Google-képeket mell daganatokról, ezért nem volt annyira ismerős a kivetített fotó, de megdöbbentően sűrűn erezett, egy pontba futó hálószerű képződmény volt. Először nem is gondoltam, hogy az enyém, de aztán rádöbbentem, hogy mégis.

Azonnal hívták a doktornőt, aki csak rápillantott a felvételre, és már vágtattunk is át az ultrahangra. Még az öltözőben, immár kétségbeesett állapotban kérdeztem a nővértől: „Ugye ezt túl lehet élni? Ugye volt már, aki ebből meggyógyult?” Nem egyből, de apró, szinte észre sem vehető hezitálás után válaszolt, hogy: „Igen, persze.”

Az ultrahangon sok kérdést kaptam: mikor vettem észre, mikor voltam utoljára mammográfián? (Soha! Még csak most fordultam 41-be, és pár hónapja volt ultrahangvizsgálatom, ahol alaposan megnézték, még a hónalji nyirokcsomókat is, és minden rendben volt).

Az eredményemmel, ami nagy valószínűséggel rosszindulatú mellrákot mutatott, baktattam vissza az endokrinológus főorvoshoz. Egy két és fél centiméteres szörnyeteg, amiben még meszesedés is van! Egészen hihetetlen! Előttem mégis mi lebegett? Hogy még mindig van esélyem, még mindig lehet, hogy csak tévedés, és ahogy mondják is: bármi csak akkor válik diagnózissá igazán, ha a kezedben a biopszia eredménye. Hiába, örök optimista vagyok.

Megmozdult bennem a természetgyógyász, hiszen az egész életem e köré épült: a természetes szerek/módszerek és a gyógyteák köré. A folyamathoz tartozik, hogy az ember elkezdi magát ostorozni: hol rontottam el? Nálam ez nem kérdésként jelentkezett, hanem méreg forrt bennem, hiszen mindent elkövettem az elmúlt 41 évben, hogy egészséges legyek. Miért én? Miért nem azok, akik nem úgy kelnek, hogy éhgyomorra almaecetet isznak, és be van osztva az egész nap, hogy mikor mit kell meginniuk-lenyelniük ahhoz, hogy a testük tökéletes harmóniában működjön. Hát milyen egy eljárás ez – kérdeztem?

Nem sokkal később (egy hét múlva) már ugyanazon a vizsgálóasztalon feküdtem, ugyanúgy, mint azon a bizonyos pénteken, és ugyanaz a kedves patológus vette az aspirációs citológiát, mint aki a pajzsmirigyemből és a nyirokcsomóból is. Rám nézett, és azt mondta: „Magát én ismerem." „Természetesen – mondtam, hiszen múltkor kettőt is szúrt a nyakamnál." Egyszer csak fény villant a szemében, és már mondta is, hogy képzeljem, már majdnem készen vannak a nyirokcsomóval, és úgy tűnik, hogy tüdőből vagy gyomorból, esetleg petefészekből származik… Nagyot nyeltem. Hogy miből? Mi van itt, csak nem ott is van még egy…? Amikor a mellet mond-

tam neki, eltorzult kissé az arca, de rögtön rávágta, hogy hát, igen, az is lehet. „Hm, nézzük" – mondta, és már vizsgálták is az ultrahang fejjel, hogy hova kell szúrni. Ez a mintavétel kissé fájdalmas volt, de ez sem különösebben viselt meg. Ilyenkor az orvos egy vékony tűvel pici szövetmintát vesz a daganatból. Kicsi ragasztót kaptam rá, és már öltözhettem is.

Viszont mire végeztem, az orvos közölte velem, hogy ne menjek sehova, mert megyünk le a „pincébe", máris vesznek egy vastag tűs mintát, mert nem érdemes ezzel várni, viszont sajnos hivatalosan nem lehet kihagyni ezt a lépést.

A vékonytűs szúrás helye bekékült, belilult, és úgy tűnt, még gyulladásba is jött az egész procedúra után hetekkel. Valamint ennek tulajdonítom, hogy az addig 2,5 cm-es csomómat a következő vizsgálatok már 4 cm-esnek mérték.

Az aznapra tervezett oviba való utazás (összesen 3 buszmegálló) is meghiúsult, mert elgyengültem, és még szédültem is. Így anyukámnak, aki felutazott vidékről, egyedül kellett mennie.

Egyébiránt a prof. mindig maga mondja el a pácienseknek az ítéletet, amit a saját kollégáival elemeztet. Ő az egyetlen patológus az országban (tudtommal), aki belefolyik az onkológiai folyamatokba. Ettől különleges és jó vele dolgozni. Mivel igen jó tulajdonságokkal áldották meg őt, nem is bánja az ember.

A napjaim kétségek közt teltek. Az internet ilyenkor nem barátod, mert egyrészt nem találtam a besorolásomat (I-IV.), másrészt igen kevés esélyt adtak ilyen paraméterekkel a statisztikák.

A blogom valójában valahol itt kezdett íródni, amelyből most idézek. Egy kis útmutató: Ahol a napi blog végén más betűtípust láttok mondatokban, ott hozzáfűztem a jelenlegi (2024, 2025) véleményemet.