



**ŠTASTNÝ KONEC**  
Maruška s dcerou Lucií,  
kterou si vyvdorovala  
proti okolí i osudu.

# NÁVRAT DO ŽIVOTA

# si musí člověk VYBOJOVAT

## PŘÍBĚH ČTENÁRKY

**P**řed patnácti lety se tehdejší studentka zdravotnické školy Marie naplno radovala ze života. Veselá, společenská dívka. Měla spoustu známých a bezvadného přítele. Poslední prázdniny před maturitou cestovala jako zdravotnice po Rumunsku, potom s partou poznávala Slovensko, ale když měly přijít na řadu jižní Čechy, stal se malér, který jí změnil život.

Vyrazili v pěti na zámek Blatná. Bohužel do cíle nedojeli. U Písku mladý řidič narazil do stromu. Ostatním se celkem nic nestalo. Jen Marie se probrala až po čtyřech týdnech. Později se dozvěděla, že měla velké štěstí. Svědkem nehody byl lékař, který jí okamžitě aplikoval injekci zabraňující otoku mozku. I tak zněla diagnóza hroznivě: difúzní axonální poranění mozku. Šance na návrat do života nepatrná.

To ovšem Marie nevěděla. Ležela v nemocnici v Českých Budějovicích a nevnímala svět. Lékaři připravovali rodinu na to, že skončí ve vegetativním stavu, což by znamenalo, že bude sice dýchat a mít otevřené oči, ale struktury kůry mozkové budou trvale odpojeny. Rodina byla zoufalá. Potom se podařilo dojednat Marii převoz do Motola, kde se probudila k životu. První vjemy byly žalostné. Nemohla mluvit, hýbat rukama, nevěděla, kde je a proč. Přítel se sice poznala, ale netušila, jak se jmenuje. Když zjistila, že je v nemocnici, myslela si, že je tam na praxi. Právě do Motola totiž během studia docházela. Pomalu se učila v rehabilitačním centru prof. Pavla Koláře chodit, jíst a trochu myslet. Byla na úrovni předškolního dítěte.

### CO BYLO PŘED PATNÁCTI MINUTAMI? NEVZPOMÍNÁM SI

Po dvou měsících byla z nemocnice propuštěna a začala krušná cesta návratu

do života. Vrátila se do domu přátelových rodičů, kde spolu již rok před úrazem žili. Největší obtíže postupně překonala. Zvládla chůzi, dokázala se najíst a obléknout. Ale s myšlením byly problémy. Nemohla se soustředit, všechno zapomínala. Nevěděla, co dělala před patnácti minutami.

Přítel Lukáš, z kterého se stal záhy manžel, ji nenechal padnout. Nelitoval ji, ale důsledně dohlížel na její pokroky a motivoval ji. „Bez něj bych to nedala,“ říká Marie dnes. Také manželovi rodiče jí pomáhali. A samozřejmě i vlastní rodina. Časem se pokusila dodělat školu, ale sama cítila, že to nejde. Paměť, potřebná k učení, nesloužila tak, jak bylo nutné. Dostala invalidní důchod. Stále byla nejistá sama sebou, neměla odvalu samostatně jednat. V řeči zadržávala, hledala slova. Nezvládala myslet dopředu. Prošla fází plačtivosti a černých myšlenek. „Nač tu jsem, vždýt jsem pro svět nepotřebná! Nic nezvládám,“ říkala si.

### CEREBRUM ZNAMENALO DŮLEŽITÝ OBRAT

Manžel v té době zahlédl inzerát asociace Cerebrum, kde pomáhají podobně postiženým lidem a jejich rodinám. Neměl ale čas ji tam doprovodit. Marie šla sama. Když měla stisknout zvonek, ztratila odvalu a vrátila se domů. Příště se tam vypravili spolu a tento krok pokládá Marie za velkou výhru. Poznala lidi s podobnými problémy. Zkusila šachový kroužek, pak absolvovala kurz tréninku kognitivních funkcí, a dokonce začala v Cerebru vypomáhat, zprvu jen s úklidem a pochůzkami. To všechno mělo vliv na její sebevědomí. Pomalu se začala vracet ta veselá, společenská dívka. Už si věřila na-



### Asociace Cerebrum

Pacientská organizace Cerebrum se snaží zvyšovat povědomí o následcích poranění mozku a o možnostech, jak s nimi bojovat. Její osvětová kampaň byla podpořena Programem Zdraví z Fondů EHP. Cerebrum provozuje komunitní centrum, v němž se sdružují postižení i jejich blízcí a pečující. Dostane se jim zde praktických rad a podpory. Mohou se zúčastnit mnoha skupinových aktivit, jako je kondiční cvičení, trénink kognitivních funkcí, muzikoterapie, šachy, arteterapie, výlety, letní pikniky, návštěvy divadel, ale i týdenní rekondiční pobyty. To vše umožňuje pacientům zlepšovat jejich stav, nalézt nové přátele a nebyť na to »sám«.

tolik, že se přihlásila do kurzu administrativy, který Cerebrum pod názvem Cesta do práce tehdy organizovalo. Úspěšně ho absolvovala a získala půl úvazek ve firmě, která kompletovala zboží. A potom přišlo těhotenství. S ním i obavy. Bude vůbec schopná postarat se o dítě? Když pak jezdila s kočárkem, vypadala jako jiné maminky. Nikdo netušil, jaký nápor musela zvládat. Nezapomenout přebalit, nakrmit, uklidnit plačící miminko... Silný mateřský instinkt vyhrál. Šestiletá Lucinka je krásné zdravé dítě.

Marie se postupně začala v Cerebru čím dál víc zapojovat. Těšilo ji pomáhat lidem, kterým se tak jako jí život ve vteřině změnil. Dnes zde na půl úvazku pracuje ve funkci manažerka komunity. Spíš by se ale hodilo říci, že zastává funkci dobré duše komunity. Nikdy se nemračí, šíří veselou náladu a ví, jak s kým jednat. Členové nedají na svoji Marušku dopustit. A ona našla pevné místo v životě.

Eva Martínková ▼

### Poranění mozku

K poranění mozku dochází většinou náhle. Typickou příčinou je úder do hlavy při dopravní nehodě, pádu, rizikovém sportu, přepadení. Mezi nejohroženější skupiny patří mladí lidé mezi 15–29 lety. S poraněním mozku je ročně hospitalizováno kolem 30 000 pacientů, z nichž většina utrpí pouze poranění lehké, kdy doba ztráty vědomí nepřekročí 15 minut. Ti pak dosáhnou během krátkého času úplného uzdravení. Asi 10 procent hospitalizovaných trpí těžším poraněním mozku s delším kómatem. Tyto osoby se pak potýkají s dlouhodobými důsledky, které mají vliv na jejich osobnost, vztahy, myšlení a pohyblivost. Bez pomoci okolí se často nemohou vrátit k nezávislému životu.