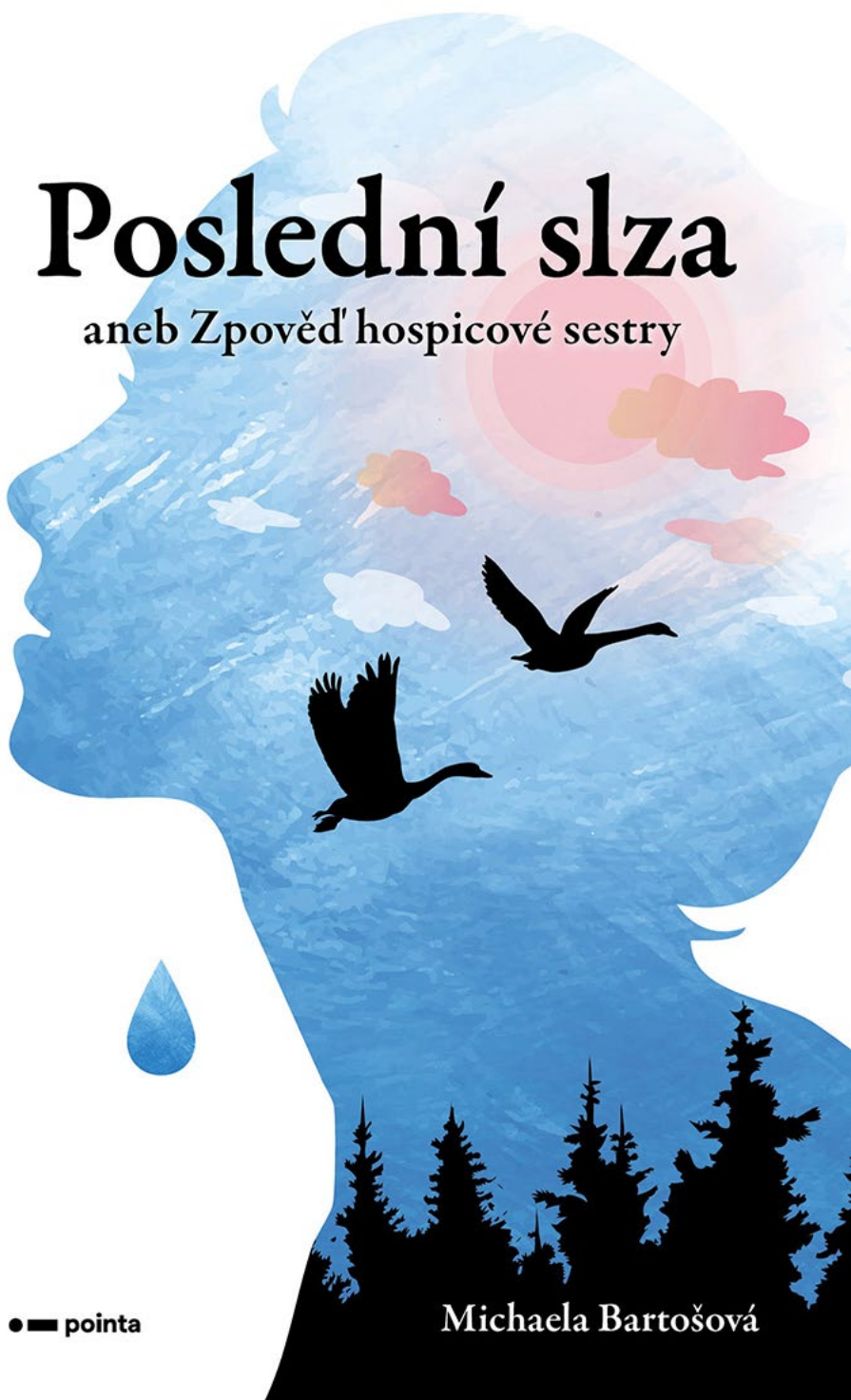


Poslední slza

aneb Zpověď hospicové sestry



Poslední slza

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.pointa.cz
www.albatrosmedia.cz



Michaela Bartošová
Poslední slza – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2026

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

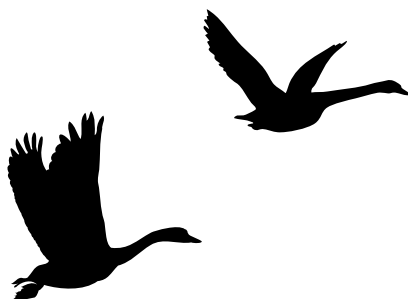


Poslední slza
aneb Zpověď hospicové sestry

● ■ pointa

Poslední slza

aneb Zpověď hospicové sestry



Michaela Bartošová

OBSAH

Úvod.....	7
Poslední slza.....	9
Proč zrovna hospic?.....	11
Mýty o umírání a smrti	13
Smrt.....	17
Život není náhoda	19
Fáze smířování se s nemocí a se smrtí	22
Znát svou diagnózu, nebo nikoliv?.....	26
Víra – nevíra.....	28
Modlitba	30
Komunikace s umírajícím klientem a jeho rodinou	32
Ukázka rozhovoru s umírajícím klientem	34
(Ne)komunikace s umírajícím	37
Plnění posledního přání	39
Mladí lidé – často maminky, co mají děti	41
Dopisy	43
Chci doprovázet, co mě čeká?	45
Jak poznám, že se blíží konec?	47
Truchlení	48
Moje dětství.....	50
Moje matka.....	55
Já a smrt	61
Smrt pohledem mého dítěte.....	63
Vlastní zkušenost s terénní službou.....	66

Když mi umíral děda	68
Dušičky	70
Pocity jako ruka v ruce	72
Labutí píseň	75
Taková normální denní služba	78
Taková normální noční... ..	81
Když se úplně nedaří aneb Druhá tvář práce v hospicových službách	83
Konflikt rolí	86
Jak je občas člověk naivní	90
Zastavte čas	93
Viděla jsem ducha?	95
Moje desatero	99
Statistický výzkum	100
Pár slov na závěr	115
Poděkování	117

Úvod

Ráda bych v této knize představila svou práci hospicové sestry.

Když jsem studovala na VOŠce a psala jsem diplomovou práci na téma hospicová péče, zjistila jsem, že při hledání odborné literatury jsem nebyla dostatečně spokojená. Ne proto, že by jí nebylo dostatek, ale že mi chyběly informace, co se skutečně u lůžka děje. A tak jsem se začala zajímat. Brzy jsem našla spoustu webů, kde jsou skutečně praktické rady a pocity doprovázejících.

Další nápad byl od mé odborné učitelky, která byla i mým oponentem. Součástí mé práce byl rozhovor s umírajícím klientem a hodnocení paní I. D. i její věta „to by stálo za vydání“ mě přivedla na myšlenku, že to zkusím hodit na papír. Mé prožitky, pocity, potřeby, zkušenosti a věci, které nikdo nikdy nepochopí, věci mezi nebem a zemí.

Název knihy *Poslední slza* jsem zvolila hlavně proto, že když jsem u umírajícího klienta, pak to, co se ve vás odehrává, je nepopsatelný pocit. Asi nikdo z nás si nedokáže dopředu říct, co bude ve své poslední chvíli cítit a dělat. Kam povedou jeho myšlenky? Bude to bolet? Co uvidím? A proto název *Poslední slza*. Je to poslední slza bolesti, strachu, vyčerpání, odevzdání se, nebo poděkování, uspokojení a klidu?

Knihu jsem psala z potřeby ukázat světu potřebu paliativní péče, jak je důležitá a v mnoha ohledech opomíjená. Najdete v ní, jak může taková péče o umírajícího klienta vypadat, jak se klient a jeho rodina může cítit, jak se může asi cítit člověk doprovázející.

Kapitoly jsou psány formou zpovědi – deníku, kdy píšu sama za sebe, své pocity, názory a rady, které se nemusí vždy líbit všem. Určitě není mým cílem někoho urazit, zesmutnit nebo naštvat. Chci předvést, jak se může cítit profesionál v konfliktu rolí a ukázat, že ne vždy je život zalitý sluncem a že i za úsměvem se může odehrávat vnitřní životní boj – boj minulosti. Že kdokoli může mít za sebou prožitky, ze kterých těžko hledá cestu ven. Cestu smíření, životního štěstí a odpuštění.

Poslední slza

*Poslední slza teče z tváře,
když mizí z očí záře.
Poslední slza z bolesti,
poslední slza z radosti.*

*Po slze mokrá cestička,
po utrpení chvílička.
Po slze oko suché,
očistění těla i psyché.*

*Duše klidu dostála,
když nahoře přistála.
Ve slunci i ve stínu,
v javoru i v modřínu.*

*Otevírám světu vrata,
nejsem vůbec žádná svatá.
Vypíšu se papíru,
zkusím dojít klidu, míru.*

*Za ranního kokrhání
píšu deník, zpovídání.
Za slunečných západů,
za plnění nápadů.*

*Píšu s láskou a nadějí,
ty mi srdce zahřejí.
Píšu o životě a o práci,
o bolístkách i legraci.*

*Pokud najdeš pravou chvíli,
přečti knihu s pevnou pílí.
Jak umírajícího obstarat
a jak se z toho neposrat.*



Proč zrovna hospic?

Můj život nebyl jednoduchý. Svého biologického otce jsem poznala až ve třiceti. Po devíti letech práce v hospici jsem dospěla k názoru, že bych nechtěla zemřít, a nemít přitom svůj život v pořádku. U každého klienta vidím, jak je důležité si před smrtí „uklidit stůl“. Tak jsem začala.

Nejdříve jsem musela odpustit své matce. Nebylo to jednoduché, jelikož byla silná alkoholička a jela v podstatě jen na vodce. Vlastně celý její život se točil pouze okolo alkoholu a chlapů. Měla tři děti. Každé úplně jiné. Já, cílevědomý Štír, který si jde za svým cílem. Pak bratr – o něm psát nebudu. A moje o deset let mladší sestra.

O sestru jsem pečovala v podstatě jen já. Byla pro mě vším. Můj hnací motor, aby neskončila v děčáku. Starala jsem se o ni, moje studium na vejšce šlo na druhou kolej, nastoupila jsem do práce a bydleli jsme spolu jen my dvě. Není nic hezkého stát v soudní síni a vypovídat proti matce, ale aspoň jednou v životě nedělala problémy a sestru jsem dostala do péče. Od té doby se mi život začal obracet v dobré. Pro sestru jsem v podstatě matka, nejen proto, že mě má tak uloženou v telefonu, ale hlavně proto, že tu pro ni vždy jsem a vždy budu.

Po maturitě jsem pracovala několik let v zubní ordinaci. Když jsem zjistila, že bych mohla pracovat v hospicové péči, neváhala jsem. Pořád se mi vracely zkušenosti ze zdravotky z praxe, když jsme pečovali o umírajícího člověka. To nechce. Z jedné klientky mám noční můru doteď.

Už v osmnácti letech jsem věděla, že pokud někdy budu pracovat mimo ambulanci, nemocnice to nebude. Byla jsem na stáži v hospici v Červeném Kostelci a upřímně mohu říct, že kdybych neměla doma malou sestru, už tehdy bych tam zůstala. Natolik mě práce v hospici nadchla. Tak jsem tam nastoupila.

První dojem byl úžasný. Kolektiv, který se o vás zajímá, prostředí, kde se cítíte jako doma. Vrchní sestra, která se o vás zajímá jako o člověka, nejen jako o zaměstnance. Prostě bomba. Můžu říct, že každý, opravdu každý, kdo pracuje v hospici, je empatický, ne proto, že ho to někdo naučil nebo že okoukal postupy doprovázení, ale proto, že vše prožívá se svým klientem, ale proto, že ho do hospice zavedla jeho životní cesta.

Každý z našeho týmu má za sebou nějaká životní traumata a bolesti, která dokázal překonat, a proto si dokáže vážít života a pomáhat lidem na jeho konci v jejich nelehkých chvílích. V tom je hospicová péče jiná. V týmu. Tým, který spolupracuje, musí spolupracovat, neshody v týmu nejsou možné, nejsme tam pro tým, ale pro klienta a ten, kdo si tohle uvědomí, má vyhráno, a proto to funguje. Já si o kolegovi můžu v osobním životě myslet, že je to arogantní šašek, ale když jsem s ním u lůžka, kde pracuje, jak má, dá se s ním domluvit a pro klienta udělá první i poslední, tak proč řešit můj názor na něho. Klient byl a je vždy na prvním místě.

Mýty o umírání a smrti

Hospic je zařízení pro staré lidi

Hospic je zařízení pro jakéhokoliv klienta, který tuto péči potřebuje, nehledě na věk, rasu, náboženství... Nejen pro staré, ale i mladé lidi, i děti – bohužel. Hospic není domov pro seniory ani pečovatelská služba.

Umírají pouze staří lidé

To také není pravda. Smrt se nevyhýbá nikomu. Je to jediná stejná jistota všech bez rozdílu, jen nevíme kdy...

Hospic je zařízení pro věřící

Vůbec ne. Víra ke konci života patří, protože když se ocitnete na konci, tak jediné, co vám zbývá, je věřit. Věřit v něco dalšího, možná i lepšího, kde není bolest, nemoc, beznaděj. I když víte, že je to konečná, stejně věříte v poslední naději, věříte v zázrak a věříte v sebe, že to zvládnete. Takže víra se chytá každého. I ten největší ateista si na sklonku života přehrává otázky a obrací se k Bohu, k víře, k andělům... Být věřící není podmínka pro hospicovou péči. Ani tam nepracují žádní svatí – svatí jsme, ale nejsme jeptišky...

Umírání a smrt by děti neměly vidět

Kdo tohle vymyslel a řekl? Moje babička mi vyprávěla, že když dříve u nich v rodině někdo umřel, doprovázení bylo naprosto součástí celé rodiny. Babička sama jako dítě seděla u nebožtíka a umývala ho, asi jsem v tomhle po ní, mně to přijde tak samozřejmé a automatické...

Jako dítě jsem byla na pohřbu nějaké stoleté tety a bylo mi divný, proč všichni tak pláčou, tak jsem plakala taky, ale z té depresivní atmosféry. Nevím, proč to tak je, proč se nedá na toho člověka vzpomínat hezky, šťastně a poplakat si, ano, ale proč z toho dělat takové depresivní seance...? A ještě za takový šílený peníze.

Dědovi jsem napsala takovou krásnou vtipnou poslední řeč... a řečník na pohřbu to pojal tak smutně, že to úplně ztratilo kouzlo.

Můj syn o smrti ví, sám doprovázel, byl na pohřbu. Nevím v tom žádný problém. Když vidí, že mně to přijde v pořádku, tak je taky v pořádku.

Děti jsou na smrt mnohem připravenější než my dospělí. Podle mě – pokud má ze smrti blok rodič, tak ho přenáší i na dítě. Nejlepší je nechat dítě vybrat, jestli chce, nebo ne. Kolikrát jsem slyšela od dospělých, že jim rodiče zakázali, aby se šli rozloučit s babičkou a že toho strašně litují, že ji neviděli...

Jednou přišla maminka se svým dítětem na návštěvu za dědečkem a on chvilinku před tím naposledy vydechl. Snažili jsme se to s kolegyní mamince nějak vysvětlit předem před tím dítětem a ono nám samo řeklo, že už ví, že dědeček už spinká napořád a že ho chce jít pohladit. Maminka se bála, ale její dítě to vyřešilo za ni.

Umírání je bolestivé a smutné

Většinou ne. Záleží na každém, jak si to nastaví. Může to být i hezké... Kolikrát jsme se u doprovázení s rodinou nasmáli při vzpomínkách, co veselého zažili. Spousta lidí mě má za blázna, když řeknu: jé, ta paní odcházela tak hezky, tak připraveně, že ani nebyla smutná... Bylo to celé takové hezké... Jak to jako myslíš? Hezké? Jsi padlá na hlavu nebo úchylná?

Ne nejsem úchyl, ale když člověk odchází smířený, má vše dořešené, nic ho tu už nedrží, rodina je s ním, poslední přání má splněné, tak proč by to nemohlo působit hezkým dojmem?

Jediná možná cesta eutanazie

To je velmi složité téma. Jsem zastánce nemít možnost eutanazie. Pokud je paliativní péče dobře nastavená, eutanazie není potřebná. Avšak párkrát se mi stalo, že už bych tomu člověku přála mít možnost se rozhodnout rychleji a rázně. Sama nevím, co bych dělala já. Já bych asi nedokázala sedět a ležet v posteli a čekat a čekat. Nechtěla bych trápit rodinu a sebe nějakým dlouhým doprovázením. Těžko říct, když člověk v takové situaci není. Nechtěla bych, aby mě děti viděly slabou, vyzáblou, změněnou...

Doma by se umírat nemělo

A kde jinde než doma? Ve svém milovaném prostředí, ve své posteli, se svým psem, u svých kamen. Kde jinde? Děkuji za všechny domácí hospice a za všechny terénní pracovníky, kteří jezdí domů pečovat a umožňují rodinám odcházet doma. Co může být víc? Není se čeho bát. S podporou domácí péče to zvládne opravdu každý, pokud jen trochu chce. Do poslední slzy.

Každý má svůj názor na umírání a smrt. Každý k ní má postoj a každý z ní má strach, když už ne strach, tak respekt určité. Nebojte se bavit na téma umírání a smrt. Nemějte smrt za tabu. Ptejte se svých rodičů a sami sebe, co byste chtěli vy. Jak by měl váš konec vypadat. Informujte se, ptejte se, hledejte informace. Přemýšlejte. Hlavně se nebojte. Nebojte se vystoupit z komfortu a nezavírejte před smrtí oči. Ona tu totiž vždy byla, je a bude. Nezmizí.

Smrt

Konečná stanice, vystupovat...

*Bolest. Utrpení. Strach. Beznaděj. Vysvobození. Naděje. Pláč.
Nespravedlnost. Společenské tabu...*

Smrt náhlá, očekávaná, plánovaná...

Je to osoba? Je to přízrak? Je to energie?

*Co budu cítit? Poznám ji? Je hmatatelná? Boli? Můžu ji nějak
obejít? Dá se s ní smlouvat? Můžu ji nějak ovlivnit? Co bude po ní?*



To jsou otázky, na které se těžko hledá odpověď. Jen vím, že je dost často nespravedlivá. Proč umírají děti? Proč umírají mladí? Proč umírá slušný člověk, co pomáhá a je přínosem pro své okolí? Proč neumře alkoholik odnaproti, co si života nevází? Jak ráda bych věděla proč.

Hospicová péče není jen o smrti. Je taky o radosti. Můžete věřit, nebo ne, ale není jen o bolesti a smutku. Spousta lidí dokáže poslední čas prožít s energií, vášní, spokojeností. Téměř všichni smlouvají o čas.

Když víte, že váš život je pomalu u konce, přemýšlíte jinak. Najednou máte radost z maličkostí. Dokážete se radovat z obyčejného odpoledního kafe, protože nevíte, jestli si ho zítra ještě dáte. Dokážete se radovat z obyčejných pár minut na čerstvém vzduchu pod rozkvetlým kaštanem, protože nevíte, jestli se tam zítra posadíte znovu. Dokážete se radovat z obyčejného filmu, protože nevíte, jestli si ho zítra budete moci zase pustit. Dokážete se radovat z telefonního hovoru s kamarádkou, protože nevíte, jestli ji zítra budete moci zavolat, a ještě ji slyšet. Dokážete se radovat... protože vy víte. My ne.

Život není náhoda

*Jednou mi někdo vyprávěl,
že život není náhoda
ani žádná pohoda,
jen jedna velká příhoda.*

*Nesmíš sejít ze své cesty,
silnou vůli musíš mít,
chytneš-li se záchranné vesty,
pak všechno se dá vyřešit.*

*Život sám sis nedal,
tak neříkej, že bys to vzdal.
Každý má život jenom jeden
a není mnoho rájů jako Eden.*



Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy ***Poslední slza***.

Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.