

Онкология. Это не приговор!

Если вы узнали о том, что у вас или у близкого вам человека обнаружено онкологическое заболевание и поставлен диагноз, который вселяет тревогу и неуверенность, не поддавайтесь этим чувствам, ведь сейчас вам особенно нужны все ваши душевные силы, ясный ум и воля для борьбы с возникшей опасностью.

Не закрывайтесь в себе.

Прежде всего, подумайте о том, с кем обсудить, с кем поделиться этой проблемой. Многократно обдумывая и взвешивая тревожные факты, вы невольно усугубляете свою реакцию на них, «запугивает» себя. В старину говорили: «Что высказано – то улетело». Это очень точное наблюдение. Поэтому в первую очередь вам нужен собеседник.

Поговорите с теми, кому вы действительно дороги, кто к вам привязан. Почувствуйте, как они переживают за вас, ведь наши близкие часто переживают даже по поводу обычной простуды, и вы знаете, что их страх – это не характеристика опасности болезни, а просто выражение их любви и заботы. Вам важно понять, что вы им нужны. Пусть это будет стимулом забыть на время о работе, домашних хлопотах и четко выполнить предписания врача.

Доверяйте доктору.

Расспросите своего врача, какие действия вам нужно предпринять. Возможно, он приведет вам реальную статистику по вашему виду заболевания – а ведь на самом деле, что бы ни говорили порой «бабушки на лавочке», онкологическое заболевание на сегодня имеет несколько десятков диагнозов, которые признаны во всем мире (в том числе и в России) 100% излечимыми. По этому, не следует воспринимать онкологический диагноз, как приговор.

Цените время.

Помните, в онкологии, как и в любой области медицины, время является важным фактором, и здесь главное не тянуть и не мучить себя сомнениями – «разве это мне надо?» – сделать все дополнительные действия быстро, четко и своевременно. Врачи часто торопят Вас не потому, что все уже плохо, а как раз потому, что именно сейчас они видят хорошие перспективы лечения. Кроме того, ученые разрабатывают стандарты диагностики и лечения исключительно для достижения положительного исхода. Онкологический диагноз не всегда означает путь к хроническому, рецидивирующему заболеванию, часто нужно просто потратить на лечение определенное время.

Побеждает верующий.

Вы должны понимать, что очень опасно принимать болезнь как составную часть себя, «впускать» ее в свою жизнь. Учитывая природу онкологического заболевания, наш организм уже совершил ошибку, приняв клетки, подлежащие умиранию, за новые и ценные элементы своей структуры, которые он активно питает и растит (именно на этом «сбое» построено распространение опухолевых клеток). Поэтому наша психика должна быть активно настроена на отторжение болезни, отторжение опухоли. Не считайте, что эта проблема вошла в вашу жизнь навсегда. Подумайте о том, что будет после этапа лечения, – поверьте, что такое время наступит, – подумайте, к чему вы хотите прийти, чего добиться. Побеждает верующий – об этом надо помнить всегда и везде, и не только в болезни.

Жизнь.

Иногда во время болезни нам кажется, что она отделила нас от привычного круга людей, забот, интересов, и тем самым сделала нас одинокими. Жизнь представляется поделенной на время «до» и «после» диагноза. Но часто такими одинокими мы делаем себя сами. Ищите тех, кто может оказать вам помощь, и вы увидите, что таких людей много. Сохраняйте «ясную голову», не передоверяйте свою судьбу ни смутным страхам, ни назойливым «кудесникам».

И главное! Искренне верьте в то, что всё всегда можно исправить и наверстать, было бы желание. Исправить нельзя только одно - это смерть.

А всё остальное, пока ты жив и живы твои желания, можно успеть сделать!!



**ЖИТЬ ЗАХОЧЕШЬ-
перешагнешь через невозможное**