

ikki. Okkara fremsta sjúkrarøkt-araamboð er samtalan. Og tað er grundleggjandi sjúkrarøkt, kanst tú siga«, greiða tær frá og sipa til, at samtala og umsorgan er ein av hornasteinunum í sjúkrarøktini.

»Tað er ofta tað fyrsta, siga tær. At vit tosa saman. Um vit skulu kenna teirra tørv, so verður samtalan av tí sama tað amboðið, sum er í miðdeplinum«

Eftir eina avklárandi samrøðu eru tilboðini nógv í at velja. Sera nógv, tá ið hugsað verður um, at Krabbameinsfelagið hevur tveir sjúkrarøktarfrøðingar í føstum starvið, umframt eitt skrivstovu-fólk nakrar tímar um vikuna.

»Vit hava eina rúgvu av ymskum tilboðum. Bæði til sjúklingar og avvarandi. Vit hava til dømis ymskar samrøðubólkar, bólkar fyri sjúkl-ingar, bólkar fyri avvarandi, og bólkar fyri fólk, sum hava mist. Eisini ber til at koma í samband við tey sjálvbodnu hjá felagnum, sum hava skipað seg í ymskar bólkar, alt eftir hvørja sjúku tey eru rakt av. Og so skipa vit fyri skeiðum og fyrilestrum, sum venda sær til bæði almenningin, fakfólk og fólk, ið eru rakt av krabbameini«, siga tær og vísa á, at har er ein góð grund til, at tiltøkini fevna so víða:

»Krabbamein rakar so breitt, og tað rakar meint. Tað er ikki bert tann sjúki, ið gerst sjúkur – tað rakar alla familjuna, sum kemur í eina trupla og torføra støðu. Ofta er tað onkur í familjuni, sum ringir fyrst til felagið fyri at fáa ráð og vegleiðing. Og tað kann vera nógv ymiskt, tey hava tørv á at fáa hjálp til. Tað kann til dømis vera tað figgjarliga, sum er farið av kós. Tí tá ið tú gerst sjúkur, so vil tað ofta hava ávirkan á figgjarstøðuna. Tað kunnu tey hava tørv á at tosa um, og so kunnu vit heita á sosialráðgevan hjá okkum um at práta við tey og at vegleiða teimum. Tað kann eisini vera soleiðis, at lívið beint tá er eitt stórt kaos alt sum tað er, og at tey bara hava brúk fyri at fáa sett orð á tingini fyri líkasum at fáa sett system í kaosið hjá teimum«, siga tær.

»Ofta ringja foreldur eisini inn, tí tey eru ørkymlaði um børnini í

støðuni, altso um hvussu tey skulu lofta teimum, og um tey nú geva teimum tað, sum tey hava tørv á. Vit bjóða okkum eisini at at fara út á skúlar og stovnar at ráðgeva og vegleiða um, hvussu man tekur hond um ta krabbameinsraktu familjuna við børnum – bæði við sjúku og deyða. Tað er alt eftir tørvi. Krabbameinsfelagið er sostatt ein brikkur í eini størri heild. Tess fleiri vit eru rundanum tey sum eru rakt, tess betri verða tey tikin hond um. Vit kunnu vera við til at sam-skipa samstarvið millum til dømis heilsufrøðingar, lærarar, Krabba-meinsfelagið og foreldur«, greiða tær frá.

Samtalan er gull

Jansy Gardlykke og Sólrún Jacobsen eru sostatt vanar at arbeiða í tí, sum tær rópa krossøkið millum liv og deyða. Samstundis arbeiða tær í einum øðrum krossøki, nevniliga millum tað fakliga og tað persónliga. Og miðskeiðis í øllum tí er tað samtalan, tað at tala saman, sum knýtir alt saman.

»Vit bjóða eisini familjusamrøður. Tað kann vera gott hjá familjum at fáa eitt høvi til at tosa nærri um tað, sum fyllir. Tað kann ofta vera trupult at finna stundir og yvirhøvur at taka stig til hetta í gerandisdegnum. Ofta er tað eisini soleiðis, at foreldrini stúra fyri at gera børnini meiri kedd. Og tí kunnu tey hava lyndi til at verja tey og vilja ikki páðraga teimum meiri pínu, enn tey longu hava frammanundan. Tá kann tað vera ein hjálp at seta seg saman her hjá okkum, har vit eru til staðar og seta teimum nakrar spurningar. Har vit halda meiri fast í teimum torføru samtalanum, sum ofta eru neyðugar, men sum sjúklingar og avvarandi kanska kunnu hava lyndi til annars at vilja sleppa sær burturúr, ella ikki hava orku til«, greiða tær frá og gera samstundis vart við, at tað í stóran mun snýr seg um at skapa góðar og tryggar rammur fyri prátinum.

»Vit eru har til at halda fokus og tryggja rammurnar rundanum prátið. Og tað úrslitar ofta í, at fólk fáa innlit í hvønn annan. Bara tað

at hoyra, hvat hvør annar situr við, tað kann vera við til at avklára mangt og harvið lætta um. Tað sum er við tí, tað er eisini, at tá ið ein familja kemur í eina slíka kreppu, so vilja familjulimirnir ofta vera staddir á hvør sínum stað. Tað er púra natúrligt. Summi eru ørkymlaði, summi eru ill, meðan onnur eru kedd. Av tí sama verjir man hvønn annan og tosar kanska ikki saman, tí man ikki veit, hvussu tað skal handfarast. Man vil til dømis ikki vera illur við onkran, sum er keddur«, siga tær og vísa til, atlitini ofta kunnu vera mong og verða tikin frá øllum síðum.

»Børnini verja eisini foreldrini. So tað gongur báðar vegir. Hetta gongur eisini fyri seg millum systkin. Og á tann háttá kann tað vera ein hjálp, at vit koma inn sum uttanfyrirstandandi og loysa tað torføra og svára meiri upp fyri familjuna. So verður tað ofta meiri opið, og tey skilja hvønn annan betur. Tað ger eisini, at tá tey so fara heim, hava tey lættari við at taka tey evni upp aftur, sum tey hava tosað um undir samrøðuni«, siga tær og vísa á, at samtalurnar kunnu gera stóran mun.

»Tað sum er serliga gott við hesum, tað er at tað styrkir saman-haldið, og tey hava eina kenslu av, at tey standa saman sum familja, og at einsemiskenslan minkar ella hvørvur«, siga tær og gera vart við, at sjúkrarøktin er eitt tilboð, sum familjurnar fáa meðan sjúkan er og um familjan endar við at missa tann sjúka.

»Tá fólk seta seg í samband við felagið, tað verði seg sjúk ella avvarðandi, bjóða vit teimum ofta at koma til eina avklárandi samrøðu, sum snýr seg um at finna útav, hvat vit kunnu hjálpa við. Hvat hava tey tørv á. Tað kann til dømis vera at tosa við onkran, sum hevur verið úti fyri tí sama. Og her hava vit eina rúgvu av sjálvbodnum, sum sjálvi hava verið sjúk, og sum gera eitt stórt arbeiði. Tey eru ómetaliga virðismikil at hava. Tí vit eru professionellar, tað vil siga, at okkara førleikar røkka bara til eitt vist. Hjá summum sjúklingum og avvarandi kann tann seinasti

parturin tískil mangla, nevniliga tað at sleppa at práta við onkran, sum hevur verið ígjøgnum tað sama. Tað er ofta sera gevandi. Fyri tað fyrsta at sleppa at síggja onkran, sum er vorðin frískur og hevur tað gott. Tað gevur lívmót. At sleppa at hoyra, hvussu viðkomandi hevði tað, hvussu hann ella hon hugsar og hvussu tey eru komin har til, sum tey eru í dag«, enda tær.

Tøgn er silvur

Men um tú ikki hevur fakligu førleikarnar og royndirnar, men bara er ein vanligur borgari, hvussu er tá best at vera um fólk, sum eru rakt av krabbameini?

»Tað er ringt at koma við ítøkiligari loysn, sum riggar til allar støður. Men vit kunnu siga, at tað týðningarmikla er at vera tann, sum tú plagar at vera yvirfyri viðkomandi. Og tað vil hinvegin siga, at tú ikki skalt royna at vera nakað annað: tí tað vil ofta kunna merkja tann, sum er sjúkur. Alt botnar sjálvandi í, at tú vilt gera tað so gott sum til ber. Tú vilt ikki gera støðuna verri hjá tí, sum er sjúkur. Man vil allatið taka atlit. Sjálvt um tú arbeiðir í hesum feltinum so leingi sum vit, so kann tað onkuntíð framvegis vera torført at vita akkurát, hvussu tú skalt handfara støður«, greiða tær frá, men vísa samstundis á, at tað snýr seg um at tora, og at tað ofta kann vísa seg at vera meiri líkatil, enn fólk ganga og stúra fyri.

»Tað er umráðandi at man torir at taka samband. Tað er ongin føst uppskrift. Tú mást føla teg fram, heldur enn at leita eftir eini uppskrift at lena teg aftur. Og hóast Jansy Gaardlykke og Sólrún Jacobsen hava bæði útbúgving og royndir, so er hetta kravið eisini galdandi í teirra arbeiði.

»Í hesum starvinum kunnu vit ongantíð loyva okkum at lata samrøður blíva til eina rutinu«, staðfesta tær og vísa á, at intuitiónin og royndirnar mugu setast í staðin fyri rutinu.

Alment er tilgongdin til sjúkl-ingar tó broytt í mun til fyrr.

»Fyrr var avbjóðingin tann, at man ikki tordi at nærkast sjúkl-ingum og til dømis seta hol á eina samrøðu. So varð skrivað og tosað meira alment um hetta, at tú ikki skalt vera bangin fyri at uppsøkja tey, sum eru rakt. Men hinvegin hoyra vit onkuntíð eisini, at tað stundum kann blíva ov nógv. At man ikki fær frið. Til dømis um tú sum sjúklingur fert í eina veitslu ella í ein føðingardag, og so tú so verður yvirrendur av fólki, sum spyrja inn til tað. Tað er alt samalt í góðari meining, eingin ivi um tað. Men um tú til dømis ert farin út fyri at gloyma trupulleikarnar eina løtu, so kann tað akkurát tá vera ein trupulleiki, um øll koma til tín. So vit mugu eisini royna at hava eitt sindur av flair fyri, hvat sømir seg at gera í ymsu støðunum. Altso er tað til dømis beint nú, eg skal spyrja viðkomandi, hvussu hann ella hon hevur tað, tá ið hann situr og hugnar sær í einari stórari veitslu«, greiða Jansy Gaardlykke og Sólrún Jacobsen frá.

Í krossøkinum millum tað fakliga og persónliga hevur intuitiónin, og hvussu vit mæta menniskjum, nógv at siga

»Tað ræður um at vera tilvitaður um, hvat tað vil siga at vera meðmenniskja og menniskjansligur. Tú mást allatiðina brúka intuitiónina í samskiptinum og í møtinum við menniskju«, siga tær.

»Intuitiónin er grundleggjandi í sjúkrarøktini. Og vit brúka hana at kalla alla tíðina. Tá ið man er so vanur við at vera til staðar í møtinum við eitt annað menniskja, so verður intuitiónin onkursvegna eisini tað meiri útviklað. Tað ber ikki til at skriva alt niður og koyra alt í kassar frammanundan í møtinum við onnur menniskju. Tú kanst ikki hava manualar til alt, serliga ikki tá ið tú arbeiðir við menniskjum, og tí noyðist tú at brúka teg sjálvan. Tína vitan og títt vit og skil. Tað vil siga bæði fakliga og persónliga. Í hesum starvinum arbeiðir tú jú eisini alla tíð í krossfeltinum millum tað persónliga og tað fakliga. Tað ber illa til at skilja hesi at, tá ið tú hevur við menniskju at gera. Tú mást brúka tína fakligu og tína persónligu vitan. Og tá mennist intuitiónin av sær sjálvum«, greiða tær frá, men minna eisini á, at hóast tær eru útbúnir sjúkrarøktarfrøðingar og terapeutar við royndum, so eru tær ikki ekspertarnir. Tí í roynd og veru er tað sjúklingurin, sum er eksperturin í sínum egna lívi.

»Vit eru meiri at rokna sum ein gestur. Vit kunnu kanska eisini siga: Ein skikkaður gestur, sum er tí fyri teirra skyld«, leggja tær aftrat.

Hetta vil jú alt samalt eisini siga, at man er vitni. Og tað er ein annar partur av søguni. Tí hvussu fyríheldur man seg persónliga til tað, sum man er vitni til? Slepst undan at taka torfórar upplivingar inn at sær og heim við?

»Man er bara eitt menniskja, so tað er klárt, at tú tekur ting inn at tær. At vera vitni til torføru støðuna fólk eru í, kann vera ómetaliga svárt. Summar støður fara meiri inn undir húðina enn aðrar. Tað vil so vera, og tað er púra natúrligt, hóast tað kann vera hart. Men tá ið tú hevur arbeitt nógv ár, so dugir tú eisini betur at leggja ting frá tær, hóast tú ikki fært skilt tí heilt knívskorið at. Og tað skal man heldur ikki«, sigur Jansy Gaardlykke.

»Eg plagi at siga, at tann dagin eg hangi mín kittul uppá krókin og fari heim og slettis ikki hugsi um mitt arbeiði, tá haldi eg, at tá er tíð at gevast. Tí tað eru støður, sum fara inn undir húðina, og tað haldi eg, man skal loyva. Hinvegin mást tú syrgja fyri, at tað ikki fyllir so nógv, at tú gerst óarbeiðsfør«, leggur Sólrún Jacobsen aftrat.

Tí eru tær ómetaliga glaðar fyri at fáa regluliga supervisión. Tað hevur stóran týðning fyri, at tær kunnu mennast og framhaldandi veita góða sjúkrarøkt, siga tær at enda.

