

Na první pohled zdravá

Příběh jako z učebnice: druhé dítě, nekonečná radost, císařský řez. Jenže po několika letech od porodu už jsem nebyla „jen“ máma s jizvou po sekci v kalhotkách, ale také žena, kterou začal v noci budit ostrý bolestivý záblesk v pravém podbřišku. Nejprve jsem si říkala, že je to normální, že se tělo jen bouří a zase se zklidní. Jenže bolest se vrátila. Znovu. A znovu. Nakonec už nepřicházela jen při menstruaci, ale i mimo cyklus. Jako lékařka jsem si rychle spojila souvislosti: bolest, únava, trávicí potíže. Diagnóza? Endometrióza. Skvělý dárek k pozdnímu mateřství.

Endometrióza je jako nepozvaný host na mejdanu, který se odmítá zvednout a odejít – a ještě si rozbalí spacák tam, kde vůbec nemá být. Tkáň, co má růst v děloze, si řekne: „Hele, proč bych se neusadila třeba na vaječníku nebo střevech?“ A pak tam každý měsíc slaví menzes jako silvestr. Jenže místo ohňostroje je to bolest, krvácení, zánět.

U mě to začalo pomalu a nenápadně, ale skončilo to na operačním sále, kde mi kamarád gynekolog – vynikající chirurg – vypaloval ložiska z pobřišnice. Doufala jsem, že při tom neshoří i můj smysl pro humor. Ten přežil. Vaječník ne.

Endometrióza se u mě rozšířila právě v souvislosti s císařským řezem, a jak se ukazuje, nejsem jediná. Studie potvrzují, že císařský řez je potenciální a opomíjené riziko endometriózy (Ananiasová et al., 2021). Riziko je vyšší u žen s vyšším BMI nebo výrazným hmotnostním přírůstkem v těhotenství. Já si ve druhém těhotenství „nadělila“ přes dvacet kilo navíc. A moje tělo mi to následně dalo pocítit.

Když se stav po operaci zlepšil, myslela jsem si, že mám do důchodu vybojováno. Ale ne. Přišla rakovina prsu. A ta si, podobně jako endometrióza, zvolila neviditelnou cestu.

Nepodstoupila jsem chemoterapii, nevypadaly mi vlasy. Podstoupila jsem bilaterální mastektomii a ozařování. Zůstalo prázdné

na hrudi a plno jizev pod kůží – fyzických i těch, které nikdo nevidí. A právě proto, že nemoc není na první pohled vidět, začne se okolí postupně chovat, jako by se vlastně nic nestalo. Ale právě to je past.

Lidé mě vidí v těch dobrých okamžicích a myslí si, že už je všechno v pořádku. Jenže já se jen snažím pracovat a žít. Ne být hrdinka. Jen se snažím obvykle lidsky fungovat. Dýchat. Přežít. Rakovina totiž nemá jeden scénář. Nemusí znamenat holou hlavu. Někdy je to jen jizva přes hrudník, chronická únava, výkyvy nálad, porucha spánku. Ale protože to nejde poznat na první pohled, lidé si to často nechťejí ani připustit. A někdy ani nejbližší rodina.

Studie potvrzují, že pacienti s viditelnými změnami vzhledu v důsledku onkologické léčby (například ztráta vlasů, otoky nebo jizvy) častěji čelí sociálním obtížím, jako je obava ze soucitu, snížený počet společenských kontaktů a emoční izolace (Nozawao-vá et al., 2023). Pacienti často prožívají sociální tíseň, zejména když jejich nemoc není bezprostředně chápána nebo sdílěna okolím (Afrasiabi a Barzidehová, 2020). Pacienti s onkologickou diagnózou často čelí neviditelnému tlaku okolí „nevypadat nemocně“ a být co nejrychleji zpět ve své sociální roli, což může vést k prohloubení psychického vyčerpání a pocitu osamění (Pospíchal, 2024).

V práci přestávají chápat, proč si potřebuju odpočinout. Někteří blízcí zlehčují: „Ale to nebylo chemo.“ Jiní dělají, že se nic nestalo. A pak jsou tu ti, co chtějí rychle uzavřít kapitolu: „Teď už je to dobrý, ne?“ Ale není.

Rakovina má mnoho podob. A hlavně – je to na dlouho. I když už ti z těla vyřízli nádor. I když jsi „po léčbě“. Trauma, úzkost, únava – to všechno pokračuje. Skrytě. V tichu. A ty přitom musíš fungovat. Kvůli dětem. Kvůli práci. Kvůli sobě. Funguješ na autopilota. Směješ se. Učíš. Vaříš. Ale uvnitř se ti mění DNA všeho, čemu jsi dřív říkala „moje já“.

Moje osobní zkušenost s kolegy byla naštěstí pozitivní. Drželi mě. Byli přítomní. Vnímali mě. Ale ne každá žena má to štěstí. Okolí často reaguje typicky: popírači („nevypadáš nemocně“),