

„Beteg szívvel születni és élni”

1988-ban születtem, egy sportot, mozgást szerető családba.

Gyermekeveimet végigkísérte a sport, mert akkor még nem tudtuk, hogy az aortában lévő szívbillentyűm kétzsebes a három helyett, és még semmi tünetet, problémát nem okozott. Jártam ovis tornára, úsztam, szinte ahogy lábra álltam már síelni tanítottak, hétvégenként sokszor kirándultunk. Emlékszem az egyik kedvenc játékom „játék határok nélkül volt”. A tévében ment ez a sportvetélkedő, mi meg a barátaimmal a játszótéren találtunk ki különböző feladatokat a mászókákon. Nyáron a balatoni szomszéd gyerekekkel rendszerint futóversenyeket rendeztünk a réten. A tornaóra a kedvencem volt. S ügyes is voltam sokan mondták, hogy járjak edzésekre. 1997 tavaszán, diákolimpián duatlonban városi bajnok lettem, minden előzetes edzés nélkül, megkaptam életem első aranyérmét. Mikor kiderült a betegségem, rádöbbsentem, hogy ez is volt az utolsó. De soha se mond, hogy soha!

1997 őszétől induló „sportkarrierem” elkezdett akadozni. Térdízületeim váltakozva gyakran begyulladtak, jártam orvostól-orvosig, de nem tudták mi a baj. Kezeltek egy bélben élő élősködőre, azt mondták, ez okozza a gyulladásokat, ritkábban jelentkezett a gyulladás, de végleg nem múlt el. A térdízületi gyulladások miatt többször voltam felmentve a testnevelés órák alól. S persze mindig a legrosszabbkor jelentkezett. Volt egy városi sportvetélkedő, úgy válogatták össze az iskolában a csapatot az egész alsó tagozatból, én is bekerültem, de már csak szurkolóként mehettem el a térdem miatt. Már ekkor szembesültem azzal, hogy milyen kimaradni abból, amit nagyon szeretnék.

12 évesen derült ki szívbetegségem. Magas lázam lett, szívbelhártya gyulladásom volt, amit a streptococcus baktérium egy változata okozott, s mint ekkor kiderült a térdízületi gyulladásaim oka is ez volt. Mivel évekig bennem volt tönkretette az aortában lévő nem szabályos szívbillentyűmet. Ettől kezdve tudtam, hogy szívműtét vár rám, s vissza kell fogni a mozgást. Egy kicsit összeomlott bennem valami, miért pont én, de beletörődtem s megértettem, hogy vigyáznom kell magamra. Hiszen fontos volt, hogy minél később legyen a műtét, hogy a szívem elérje a felnőtt méretét. Egyre kevesebbet bírtam, az elején még részt vettem a tornaórákon, de figyelnem kellett magamra, ahogy kicsit is fáradtam, le kellett ülnöm. Már nem futhattam le a Cooper-tesztet, pedig elsőik között voltam mindig. De nagyon tudtam örülni annak, amit még bírtam. Emlékszem versenyeztünk tornaórán magasugrásból, s ugráltam örömben mikor én lettem az első, még a fiúk között is. De a boldogság közepette felmerült bennem, hogy mikor érezhetem ezt megint. Voltak, akik irigyeltek, mert nem szerették a tornaórát, nem tudták, hogy nekem milyen nehéz meghozni a döntést, hogy most le kell ülnöm, mert nem csinálhatom tovább. Fel kellett nőnöm, nem futhattam el a hógolyók elől szünetekben, míg a többiek nagyban kergetőztek, de a barátaim igyekeztek nem kihagyni a játékból. A mai napig emlékszek, arra a pillanatra, mikor lementem kosárlabdázás közben a pályáról, azzal a tudattal, hogy többet nem mehetek vissza, mert már nem bírtam kergetni a labdát. Tudtam, hogy ez volt az utolsó játékom, legalább is egy jó ideig. Nem tudtam, mikor élvezhetem megint a sport örömeit. Csak az álmaimban kosaraztam, fogócskáztam a többiekkel. A jövő lebegett a szemem előtt, hogy egyszer túl leszek a műtéten s akkor talán újból. De ez a jövő teljesen megfoghatatlannak, bizonytalannak tűnt.

2003-ban 15 évesen került sor a műtetre. De a három év örökkévalóságnak tűnt. Szerencsém volt, mert már nem műbillentyűt kaptam, hanem úgynevezett Ross-műtétem volt. Az aortában lévő rossz billentyűm helyére a saját tüdőartériában lévő billentyűm ültették át, majd ennek a helyére egy homograftot kaptam.

A műtéttől nagyon féltem, de tudtam, hogy ez az egyetlen lehetőségem, ha sportolni, mozogni szeretnék még életemben. A műtét után mindig picivel nagyobb célokat tűztem ki magam elé. Örültem mikor, fel tudtam ülni az ágyon, majd később már sétálni tudtam. Mindig nagyon vártam a gyógytornát, igaz nem mentek egyből könnyen a gyakorlatok, de idővel egyre jobban bírtam. Közelebb s közelebb jutottam álmaimhoz, majd eljött az a pillanat, amire úgy vártam. Egy pesti kontroll után orvosom azt mondta, hogy mindent elkezdhetek csinálni, csak a lényeg, hogy szép lassan. Kellett pár perc mire elhittem, hogy ez valóság, s a folyosón már potyogni kezdtek a könnyeim. Kisebb koromban sosem értettem, hogy tudnak a felnőttek örömben sírni. Ekkor viszont rájöttem, hogy az ember tényleg tud sírni örömeiben, akkor ha valami nagyon várt beteljesül, s mögötte küzdelem van. Egy álom vált valóra mikor doktornőm kimondta a várva várt szavakat, s azóta a mai napig, minden egyes sporttal töltött percem nagy boldogságot jelent.

A szívegyesület tagja lettem, ahol sorstársaimmal együtt tornáztam s fokozatosan erősödtem. Mára már a röplabda-csapatukban is benn vagyok. S 3 évvel a műtét után teljesült egy olyan álmom, amiről még álmodni se mertem. Megnyertük az országos szívegyesületi találkozózn a röplabdaversenyt s kaptam egy aranyérmet. Pedig azt hittem, hogy a duatlonon szerzett érmem volt az utolsó. Nem lehet szavakkal leírni azt az örömet, amit akkor éreztem. Biztos vagyok benne, hogy sorstársaim tudják, mire gondolok. Gimnáziumi éveim alatt hetente kétszer röplabdáztam a szívegyesületben, a főiskolán is röplabdáztam, s ott is megnyertem a csapatommal a házibajnokságot 10 csapatból, már az egészségesek között is tudtam első lenni. Gyűlnek az érmeim, a közeli szívegyesületekkel s amatőr csapatokkal az év során többször szervezünk tornákat. Szépen lassan egyre magasabbra jutottam.

Gimnáziumban már részt vettem a testnevelésórákon s egyre többet bírtam, én mutattam be a szertornafeladatokat a többieknek, bent voltam az iskola röpi csapatában is, dicséretet kaptam testnevelésből, kitűnő lettem, de ennek a jegynek örültem a legjobban. Többször körbekerékpároztam barátaimmal a velencei tavat, szüleimmel sokat kirándulunk s már nem felvonóval, hanem saját lábon hódítom meg a csúcsokat. Már jobban síelek, mint apukám, amit nem akartam elhinni, de a videofelvételek meggyőztek. Néha sziklát mászok apukámmal. Bármilyen sportot szívesen kipróbálok egészségi állapotomat figyelembe véve persze.

Minden alkalmat megragadok, amit csak lehet, s szabad, mert igaz, hogy nagyon sok mindent már tudok csinálni, de vannak még határok. Egy kicsit az érem másik oldaláról. A mai napig döntést kell hoznom, hogy mit lehet s mit nem. Szívesen mennék egyedül fiatalokkal is túrázni, de csak vízszintesen bírom velük a tempót az emelkedőkre lassabban tudok felmenni, lemaradok, s nem szeretem, ha rám várnak, de ha családom velem van, apu vagy anyu velem marad. Hívtak páros strandröplabdára is, de nem bírok és nem szabad annyit futnom. Néha bármennyire is megszakad a szívem nemet is kell mondanom, hogy minél tovább mond hassak igent. Nem lehet mindent, tudom, hogy lesz még műtétem, s ezzel a tudattal együtt kell élnem, de a lehetőségeimből megpróbálom kihozni a legtöbbet, s örülök annak amit elérek, mert tudom, hogy honnan indultam. És ha valamikor is félelem fogna el a következő műtétem miatt egyből azt mondom magamnak másoknak is sikerült nekem is fog. Hiszen nem vagyok egyedül, sorstársaim, kiket az alapítványon keresztül ismertem meg, erőt adnak. A mindennapokban kicsit egyedül érezhetjük magunkat a szíves nehézségeinkkel. Barátnőm mondta, hogy biztos nehéz időszakon mentünk mi keresztül szívbetegek, de nem tudja igazán, hogy mennyire, és ez így van rendjén, aki nem esett át hasonlóan az nem tudja. Viszont itt az alapítványi fórumon mindenki tudja, s a sorstársaktól olyan tapasztalatokat, biztatást és tanácsot és hitet kapunk, amit mások nem tudnak adni.

Talán nem meglepő, hogy nem tudtam elszakadni az egészségügytől munka terén sem, hiszen gyógytornász lettem. Ebben a hivatásban mindent megtaláltam amit, csinálni szeretnék, segíteni tudok a betegeken abban, hogy visszakapják azt, amit én is visszakaptam, a mozgás-sport élményét. Habár jelenleg nem kórházban dolgozok, hanem tanítok az egyetemen, de mindenképpen, ha már lesz több időm betegeket is szeretnék kezelni. Addig is közvetve járulok hozzá felépülésükhöz.

Habár nem könnyű beteg szívvel születni és élni, hiszen már gyermekként fel kellett nőnünk, kicsit kilógtunk és kilógunk a korosztályunkból, mert megtapasztaltuk, hogy az élet legnagyobb problémája nem az, hogy egy ponttal maradtunk le az 5-ösről. Átértékeljük a mindennapok apró-cseprő „gondjait” miközben végig tudjuk, hogy gazdagabbak vagyunk, mint sokan mások, mert az ember akkor tud igazán értékelni valamit, ha hiányát már megtapasztalta. Annak is oka van, hogy én tudok a lehangosabban, legjobban örülni egy sikeres pontnak röplabda közben...

**Emlékeznünk kell arra,
hogy nem mi vagyunk az egyetlenek,
akik úgy érzik, zsákutcába jutottunk.
Ahogyan a papírsárkány is
csak magasabbra emelkedik
az erős szélben,
úgy kell a legnagyobb
megpróbáltatásoknak is
megedzenie akaratunkat.
Ahogy előttünk sokan mások
szembenéztek a sorssal és felülkerekedtek rajta,
ugyanúgy nekünk is sikerülhet.
(dr R. Brasch)**

Sió Eszter
sioeszter@gmail.com