

Sanatorium ludzkich serc

Justyna Kafel-Wituszyńska



Patronat medialny:

Gazeta Krakowska

Wstęp

Istnieje ukryta droga do szczęścia. Oślepiająco szybka droga na skróty, dzięki której osiągniesz pełnię radości. Wystarczy, że zagłębisz się w historię, poznasz losy moich bohaterów i pozwolisz pokierować się cennym, pozostawionym przez nich wskazówkom. Jako młody człowiek, ucząc się na życiowych błędach kuracjuszy, możesz zapobiec własnym złym wyborom. Jako dojrzała osoba, dostajesz szansę wcielenia się w przedstawionych bohaterów. W ten sposób możesz naprawić to, co być może dzieli cię od poczucia całkowitego spełnienia.

„Sanatorium ludzkich serc” to książka, która powstała z pasji do leczenia sanatoryjnego oraz powołania do bycia lekarzem. Potrzeby pacjentów ujęto na pierwszym miejscu. Znajdziesz tu gotowe, profesjonalne zalecenia lekarskie w walce z najczęstszymi chorobami przewlekłymi. Cierpisz na chorobę zwyrodnieniową stawów, nadwagę, nadciśnienie, cukrzycę, astmę, depresję? Jeśli tak, ta lektura jest właśnie dla ciebie! Poznając terapię zastosowaną u kuracjuszy, dowiesz się, jak skutecznie skorzystać z dobrodziejstw medycyny.

Rozpoczynasz właśnie fascynującą przygodę. Jesteś na to gotowa/y? Za chwilę zapoznasz się z przeżyciami dwunastu kuracjuszy. Każdy z nich otworzy przed tobą swoją życiową księgę. Najpierw zostaniesz zaproszona/y do gabinetu lekarskiego, w którym dowiesz się, jakie doskwierały im schorzenia. Następnie kuracjusze otworzą się przed tobą, aby podzielić się swoimi, niejednokrotnie niezwykle bolesnymi historiami. W trakcie trzytygodniowego turnusu dowiesz się, jakie możliwości daje leczenie uzdrowiskowe. Być może od dawna zwlekasz z decyzją udania się do sanatorium? Mam nadzieję, że zawarte w książce treści, przekonają cię do nadania ci miana kuracjuszeki/a. Oprócz możliwości terapeutycznych zaznajomię cię też z atrakcjami, jakie czekają na ciebie w urokliwej Krynicy-Zdroju i okolicach.

Najpierw jednak opowiem ci nieco o moim świecie. Pochodzę z malowniczej miejscowości w Dolinie Dunajca na południu Polski. Częstkę swojego życia spędziłam w niesłychanie klimatycznym mieście we wschodniej części kraju. Ukończyłam sześcioletnie studia na kierunku lekarskim na Uniwersytecie Medycznym w Lublinie. Lekarski staż podyplomowy odbyłam w Samodzielnym Publicznym Szpitalu Klinicznym nr 4 w Lublinie. Tęskniłam jednak za rodzinną okolicą. Zdecydowałam się więc wrócić do korzeni. Wybrałam oryginalną specjalizację lekarską, a mianowicie balneologię i medycynę fizykalną. W ramach pięciu lat specjalizacji mogłam zebrać cenne doświadczenia zawodowe. Najpierw na trzy lata udałam się do pracy na Oddziale Chorób Wewnętrznych z Pododdziałami Geriatrii i Kardiologii w szpitalu powiatowym w okolicy Krakowa. Następnie czekała mnie dwuletnia przygoda w ośrodku sanatoryjno-wypoczynkowym w Krynicy-Zdroju. Bogactwo umiejętności i wiedzy, które zgromadziłam, umożliwiło mi podejść profesjonalnie do „Sanatorium ludzkich serc”. Zawarte na kartach tej książki informacje są więc w pełni zgodne z wiedzą medyczną, a prezentowane zalecenia odpowiadają realnym potrzebom konkretnych przypadków.

Wszystko, co tutaj znajdziesz, jest pisane prosto z serca, z ogromną sympatią do pacjentów, będących w jesieni swojego życia.

Na koniec, zanim poznasz pierwszą bohaterkę, mam dla ciebie jeszcze pewne przesłanie. Pamiętaj, że bycie seniorem nie oznacza konieczności rezygnacji z przyjemności, które daje nam świat. Być może bagaż twoich doświadczeń, jest na tyle ciężki, że nie pozwala ci zrobić pierwszego kroku ku nowej przygodzie. Chciałabym, abyś czytając tę książkę, odkryła/ł w sobie młodzieniaszka, który tkwi głęboko w tobie. Pamiętaj, że *podróż tysiąca mil zaczyna się od jednego kroku* (Lao Tsy).

A więc do dzieła!

Rozdział 1 – Krystyna

Zapoznałam się z dokumentacją medyczną mojej pierwszej pacjentki. Składała się zaledwie z kilku kartek. Wśród nich znalazła się opinia kierującego chorą do sanatorium lekarza rodzinnego o stanie jej zdrowia. Ponadto mogłam sprawdzić wyniki ostatnich badań laboratoryjnych oraz obrazowych, które zostały dołączone do dokumentacji. Miałam również do dyspozycji pomiary i podstawowe parametry chorej, zmierzone przed momentem w gabinecie zabiegowym przez pielęgniarkę. Dzięki tym dokumentom mogłam zapoznać się z kuracjuszką, jeszcze zanim przekroczyła próg mojego gabinetu. Wcześniejsza analiza pozwoliła mi skupić się na badaniu fizykalnym i konkretnych problemach zdrowotnych pacjentki. Dokładnie zebrany wywiad oraz badanie fizykalne umożliwiały określić wskazania i przeciwwskazania do danych zabiegów leczniczych. Był to bardzo istotny aspekt pracy specjalisty balneologii i medycyny fizykalnej. Nieprawidłowo dobrany zabieg u chorego obciążonego kardiologicznie mógł na przykład wywołać zawał serca. W takim przypadku, zamiast powrotu do zdrowia oraz wypoczynku, chory wylądowałby w szpitalu. Innym przykładem nieuwagi mogłoby być zlecenie pacjentowi z przebytych w przeszłości leczeniem onkologicznym zabiegów fizykoterapeutycznych, mogących ponownie pobudzić proces nowotworowy. Dlatego też do każdego pacjenta podchodziłam indywidualnie. Dokładnie badałam i zapoznawałam się z dokumentacją medyczną wszystkich kuracjuszy. Kiedyś usłyszałam od mojego profesora z oddziału chorób wewnętrznych, że jestem dobrym obserwatorem. Bo choć wielu czynności można się wyuczyć w toku studiów medycznych, to istnieją jednak cechy, których nie da się od kogoś przejąć, trzeba je po prostu mieć. Umiejętność obserwacji i dostrzegania szczegółów połączona z dociekliwością to istotna cecha lekarza.

W opinii medycznej lekarza kierującego przeczytałam: „Pacjentka 61-letnia, obciążona nadciśnieniem tętniczym oraz chorobą zwyrodnieniową stawów, kierowana do leczenia sanatoryjnego celem poprawy efektów klinicznych dotychczasowej farmakoterapii oraz leczenia rehabilitacyjnego. W wywiadzie hospitalizacja na Oddziale Chirurgii Urazowo-Ortopedycznej oraz Oddziale Rehabilitacji w Tarnowie z powodu stanu po upadku ze schodów. Rozpoznano wówczas złamanie kości promieniowej prawej z przemieszczeniem w okolicy stawu promieniowo-nadgarstkowego, ponadto pęknięcie kości kulszowej oraz kości krzyżowej (vide karta informacyjna z leczenia szpitalnego). Chora pozostaje pod stałą opieką poradni rehabilitacyjnej. Odebrała ambulatoryjnie cztery cykle zabiegów rehabilitacyjnych. Ciśnienie tętnicze krwi ustabilizowane, średnie wartości w pomiarach domowych — 125/70 mmHg. Pacjentka stabilna, w logicznym kontakcie słownym i dość dobrym stanie ogólnym. Nie stwierdza się przeciwwskazań bezwzględnych do leczenia uzdrowskiego. Proszę o objęcie leczeniem oraz dalsze zalecenia lekarskie”.

Na pierwszy rzut oka, problemy zdrowotne pacjentki wydawały się całkiem dobrze sprecyzowane. Zastanawiającym było jednak, jak doszło do wymienionego wyżej urazu. W wykonanych badaniach: laboratoryjnych, EKG oraz RTG klatki piersiowej — bez odchyleń. W RTG stawów kręgosłupa — cechy zaawansowanego zwyrodnienia stawów. Waga prawidłowa, parametry życiowe stabilne. Uwagę przykuwała informacja o stosowanych w przeszłości lekach. Wśród leków przeciwbólowych i obniżających ciśnienie tętnicze krwi, znalazły się leki przeciwdepresyjne. Co prawda stosowane były krótko, wiele lat temu, ale jednak z tyłu głowy zapaliła się mała, czerwona lampka. Wiedziałam, że w rozmowie z kuracjuszką musiałam być czujna, aby dowiedzieć się jak najwięcej. Czytałam dalej: „W wywiadzie ginekologicznym stan po poronieniu”. Sprawdziłam termin poronienia i porównałam go z okresem przyjmowania leków przeciwdepresyjnych. Daty się pokrywały. Być może fakt przeżycia poronienia tłumaczył konieczność stosowania leków przeciwdepresyjnych. Czy to jednak na pewno było wszystko?

Nie mogłam się już doczekać, aby poznać moją pierwszą kuracjuszkę. Grzecznie poprosiłam panią Krystynę do środka. Do gabinetu weszła szczupła brunetka o lekko kręconych, siwiejących włosach. Na jej twarzy rysowało się zmęczenie i niepewność. Liczne, głębokie zmarszczki na czole oraz wokół oczu, zdradzały udręczenie życiem. Na pierwszy rzut oka kobieta sprawiała wrażenie nieco zaniedbanej i nieszczęśliwej.

– Dzień dobry pani Krystyno, nazywam się Łucja Wituszyńska. Będę pani lekarzem prowadzącym podczas całego pobytu w naszym sanatorium – przedstawiłam się.

– Dzień dobry. Bardzo mi miło – odpowiedziała cicho.

– Czy była już pani kiedykolwiek w sanatorium? – zagadnęłam.

– Nie. Proponowano mi to już wiele razy w przeszłości, ale zdecydowałam się dopiero po raz pierwszy – przyznała.

– Rozumiem. W takim razie cieszę się, że możemy się tutaj spotkać. Dzisiaj odbędzie się nasza wizyta wstępna. Zbiorę z panią wywiad, a następnie wykonam badanie fizykalne. Na tej podstawie zakwalifikuję panią do odpowiednich zabiegów leczniczych, z których będzie pani korzystać codziennie w ciągu trzech tygodni pobytu w sanatorium. Na koniec turnusu ponownie się spotkamy, aby ocenić efekty leczenia i wydać pani dalsze zalecenia lekarskie – wytłumaczyłam pacjentce.

– Czy wszystko jest jasne? – dopytywałam.

– Tak.

– Zapoznałam się z pani dokumentacją medyczną. Przeczytałam w niej, że doznała pani urazu, po którym trafiła pani do szpitala. Jak do niego doszło?

– Przez nieuwagę spadłam ze schodów i strasznie się potłukłam. Złamałam wtedy rękę, uszkodziłam miednicę i kręgosłup. To była zima, wieczór i było ślisko. A poza tym...

Zauważyłam, że kobieta zaczyna się rumienić i nerwowo przekładać nogi z jednej na drugą. Gołym okiem mogłam dostrzec intensywne pulsowanie tętnicy szyjnej, a na jej czole pojawił się pot. Wyraźnie było widać, że moje pytanie ją zestresowało. Byłam pewna, że nie jest ze mną do końca szczerą. Postanowiłam przełamać barierę, która ograniczała pacjentce swobodę mówienia.

– Rozumiem. Oczywiście jeśli nie będzie pani chciała odpowiadać na któreś z moich pytań, nie musi pani tego robić. Ma pani święte prawo odmówić. Proszę czuć się swobodnie. Nie jestem tutaj, aby panią oceniać czy wścibsko wypytywać. Staram się tylko dokładnie zebrać wywiad, żeby prawidłowo zakwalifikować panią do zabiegów i skierować do odpowiednich specjalistów z naszego zespołu. Nie mam w zwyczaju kierować chorych na zabiegi losowo. Każdy kuracjusz jest traktowany indywidualnie. Proszę tylko o szczerść, to wiele ułatwia – wyjaśniłam najdelikatniej, jak tylko potrafiłam.

– Dobrze, będę z panią doktor szczerą – urwała, niejako przyznając się do unikania prawdy. – Do tego wypadku nie doszło przypadkowo... – zaczęła nerwowo. – Mocno pokłóciliśmy się wtedy z mężem. Był pijany jak co dzień. Popchnął mnie w złości na strome schody, na stopniach był lód, straciłam równowagę i runęłam w dół.

Zamarłam. Właśnie uświadomiłam sobie, że wcześniejsze podejrzenia dotyczące powodów przyjmowania leków przeciwdepresyjnych, były tylko wierzchołkiem góry lodowej przeżyć tej kobiety. Zachowałam się profesjonalnie. Skrywając emocje, przeszłam dalej.

– Czy poronienie, konieczność stosowania leków przeciwdepresyjnych i rozpoznanie nadciśnienia, miały również związek z chorobą alkoholową pani męża? – zapytałam odważnie.

– Ale jak... Skąd pani wie? – pytała zdziwiona.

– Pani Krystyno, usłyszałam wiele podobnych historii w swoim życiu zawodowym. Połączyłam po prostu umieszczone w pani dokumentacji medycznej fakty.

Jej osłupienie trwało kilka dobrych sekund. W tej jednej chwili zrozumiała, że nie jestem kolejnym człowiekiem w białym kitlu, który wypytuje o jej przeszłość tylko po to, aby wystawić jakiś świstek i w pośpiechu krzyknąć „następny proszę”. Zainteresowałam się jej historią, aby jej pomóc. Gdybym nie zwróciła uwagi na jej dokumentację oraz na jej zachowanie, nasza rozmowa ograniczyłaby się tylko do niezbędnego minimum. W efekcie chora otrzymałaby jedynie skierowanie na zabiegi rehabilitacyjne z powodu choroby zwyrodnieniowej. Kuracjuszka potrzebowała jednak dużo więcej, aby faktycznie poczuć efekty sanatoryjnego leczenia. Choroby ciała to jedno, choroby psychiki to drugie. Terapia ciała bądź psychiki w pojedynkę, nigdy nie przyniesie oczekiwanych rezultatów. Każdy pacjent wymaga kompleksowego podejścia do jego problemów zdrowotnych.

Dalsza część wywiadu szła całkiem sprawnie. Wreszcie poczułam, że pacjentka jest ze mną szczerą i czuje się swobodnie. Nic więcej nie budziło moich wątpliwości, mogłam więc przejść do badania fizykalnego. Podczas osłuchiwania płuc oraz serca pacjentki, zauważyłam liczne blizny na skórze grzbietu, klatki piersiowej i brzucha. W żaden sposób nie można było wytłumaczyć obecności tych blizn urazem, którego doznała. Część blizn była naprawdę głęboka. Najbardziej w oczy rzuciła mi się okrągła blizna o średnicy około trzech centymetrów w okolicy lewej piersi. Jej pofałdowane dno oraz wyraźne brzegi odpowiadały oparzeniu. Ktoś przypalił ją papierosem. Łzy cisnęły się do oczu. Delikatnie dotknęłam brzegów blizny. Wymieniłyśmy porozumiewawcze spojrzenia. Widziałam w jej oczach niewyobrażalny ból. Nie musiałam o nic pytać. Wiedziałam, kto był sprawcą. Zachowując pełen profesjonalizm, jednocześnie okazując współczucie, dokończyłam badanie fizykalne. Nie spodziewałam się, że zwyczajne zapoznanie się z dokumentacją tej pacjentki, zebranie rutynowego wywiadu i przeprowadzenie badania, wywoła we mnie tak intensywne emocje. Myślałam o ogromnym cierpieniu, które naznaczyło życie tej kobiety. Los postawił ją przede mną, a ja mogłam sobie tylko wyobrazić, przez jakie piekło przeszła moja kuracjuszka. Dotarło do mnie wtedy, za co kocham swój zawód. Ogrom bagażu doświadczeń oraz wartości, którymi kierowali się w swoim życiu seniorzy, których było mi dane poznać, pozwalały mi czerpać ze źródła ich życiowych przeżyć, aby codziennie stawać się lepszym człowiekiem.

– Pani Krystyno, nasza konsultacja dobiegła końca. Jest mi niezmiernie miło, że mogłam panią poznać. Chciałabym, aby pani pamiętała, że jest pani piękną i bardzo wartościową kobietą, której po prostu los nie oszczędzał. Wierzę, że pobyt w naszym sanatorium odmieni panią i czuje się pani uleczona nie tylko fizycznie, ale przede wszystkim duchowo – powiedziałam głosem pełnym empatii.

– To ja dziękuję serdecznie za rozmowę. Zazwyczaj nie jestem w stanie otworzyć się tak przed ludźmi. W całym swoim życiu nie spotkałam tak wyjątkowego lekarza. Do tej pory nikt nie

zwracał uwagi na moje życiowe problemy. Dziękuję raz jeszcze – powiedziała, obdarzając mnie uśmiechem.

– To naprawdę miłe słowa, dziękuję. Do zobaczenia pod koniec turnusu, na konsultacji końcowej. Życzę pani przeżycia pięknej przygody i powrotu do zdrowia – odpowiedziałam.

Wręczyłam pani Krystynie skierowania na poszczególne zabiegi lecznicze oraz na konsultację psychologiczną, której niewątpliwie potrzebowała. Po wszystkim mocno ją uściskałam. Po chwili zniknęła w długim korytarzu za drzwiami. Z głębi serca zależało mi, aby pomóc tej skrzywdzonej kobiecie. Już dosyć wycierpiała, teraz powinna po prostu móc cieszyć się życiem. A jeśli mogłam się do tego przyczynić, choćby poprzez wydanie odpowiedniego skierowania, chciałam dołożyć cegiełkę do jej wewnętrznej przemiany. Zaslugiwała na błogi relaks.

Intensywny początek dnia, pomyślałam. Co jeszcze czekało mnie dalej?

– Dzień dobry, nazywam się Alicja Wagner, jestem psychoterapeutką. Zapraszam pani Krystyno, proszę usiąść – przywitała się wysoka blondynka.

– Dzień dobry, dziękuję – odpowiedziała cicho Krystyna.

– Została pani do mnie skierowana przez lekarza prowadzącego, aby pomóc pani uporać się z przykrymi wydarzeniami z pani życia. Nasza rozmowa będzie miała charakter psychologicznego wsparcia. Postaram się lepiej panią poznać i wyjaśnić, jak może pani sobie radzić ze swoimi przeżyciami. Sesja potrwa mniej więcej godzinę. Na końcu otrzyma pani ode mnie dalsze zalecenia. Po zapoznaniu się z pani historią pokieruję panią na wybrane warsztaty, które będą odbywać się każdego dnia turnusu poza weekendami. Tematyka i rodzaj warsztatów są dobierane indywidualnie do każdego pacjenta, w zależności od jego potrzeb i doznanych przeżyć. Jeśli zajdzie taka potrzeba, podczas ostatniej konsultacji lekarskiej otrzyma pani od pani doktor skierowanie do poradni zdrowia psychicznego w pobliżu miejsca zamieszkania celem kontynuacji terapii – wyjaśniła psychoterapeutka. – Czy wszystko jest jasne? Czy jest pani gotowa, aby rozpocząć naszą rozmowę? – zapytała.

– Tak, wszystko jest jasne. Myślę, że możemy zaczynać – odparła nieco wystraszona Krystyna.

– Zacznijmy od zapoznania się. Proszę powiedzieć, czym zajmowała się pani przed emeryturą?

– Zajmowałam się gospodarstwem domowym. Wychowywanie dzieci pochłonęło większość mojego czasu. Ukończyłam szkołę średnią na kierunku technik żywienia, ale nie pracowałam w zawodzie. Wcześniej wyszłam za mąż, miałam zaledwie dwadzieścia lat. Wtedy były inne czasy. Normalnością było wczesne zamążpójście, budowa domu, urodzenie dzieci. Mało kto myślał o pójściu na studia, o rozwoju intelektualnym. Można więc powiedzieć, że większość życia zajmowałam się głównie dziećmi i domem. Po rozstaniu z mężem przejęłam osiedlowy sklepik spożywczy rodziców, którym jeszcze do niedawna się zajmowałam. Po przejściu na emeryturę zdecydowałam o jego zamknięciu, aby móc poświęcić więcej czasu sobie i rodzinie – odpowiedziała kuracjuszka.

– Jakie są pani zainteresowania? – dopytywała specjalistka.

– Uwielbiam długie spacery oraz jazdę na rowerze. To mnie odpręża. W Krynicy-Zdroju jest tyle pięknych szlaków, że codziennie staram się przemierzać nową trasę. Wyruszę z ośrodka zazwyczaj z samego rana lub po południu, pomiędzy wyznaczonymi zabiegami. Zawsze mam ze sobą przewodnik, zapoznają się z okolicą i ruszam w drogę. Lubię spacerować samotnie, wtedy dużo rozmyślam. To czas, w którym staram się poukładać swoje myśli, przeżywam wewnętrzne rozterki. Niestety przez moją tendencję do izolacji od innych, mogę być źle odbierana przez kuracjuszy. Jako osoba stroniąca od rówieśników. No ale taka już jestem. W towarzystwie czuję się po prostu niepewnie – opowiedziała szczerze.

– Rozumiem. Proszę, aby wymieniła pani swoje zalety.

– Ojej, to dość trudne zadanie – przyznała. – Myślę, że jestem opiekuńcza i mam dobre serce. Zawsze staram się pomóc ludziom w potrzebie. Często biorę udział w wydarzeniach charytatywnych. Jestem wolontariuszką w różnych akcjach na rzecz potrzebujących. Tak, sądzę, że to moja największa zaleta – odpowiedziała dumnie Krystyna.

– To bardzo szlachetne z pani strony i godne podziwu. Proszę w takim razie powiedzieć, jak kształtowała się w pani ta dobroć wobec innych? Co sprawiło, że jest pani teraz takim, a nie innym człowiekiem?

– Myślę, że chęć pomocy innym wynika z moich własnych przeżyć. Kiedyś to ja potrzebowałam pomocnej dłoni, teraz sama staram się pomagać innym – zwierzyła się kuracjuszka.

– Czy chce się pani ze mną podzielić wydarzeniami ze swojego życia? Czy może wolałaby pani o tym nie mówić? – zapytała zapobiegawczo psychoterapeutka.

– Właściwie chcę to z siebie wyrzucić. Rzadko dzielę się z innymi swoją przeszłością, ale myślę, że jestem na to gotowa – przyznała Krystyna.

– Cieszę się, że mogę być osobą, przed którą będzie mogła się pani otworzyć. Jestem pewna, że po wszystkim poczuje pani ulgę. Proszę pamiętać, że wszystko, co pani powie, zostanie między nami, w tym gabinecie. A teraz proszę o sobie opowiedzieć.

– Od czego by zacząć... – rozpoczęła w wyraźnym zamyśleniu. – Byłam żoną alkoholika. Byłam wielokrotnie bita, poniżana i gwałcona przez swojego męża. Dopiero po latach zdałam sobie sprawę, jak bardzo mąż mną manipulował. Wmawiałam sobie, że wszystko jest w porządku, że jakoś to będzie, że się zmieni. Ukrywałam przed wszystkimi jego nałóg. Udawałam, że nasze małżeństwo jest idealne. Chowałam siniaki i blizny pod ubraniami, nosiłam mocny makijaż, aby kamuflować podbite oczy. Kłamstwa, przekleństwa, groźby były na porządku dziennym. Wiele razy obiecywał mi, że się zmieni, że zapisze się na terapię. Nic takiego się jednak nie stało. Wciągnięta w jego nałóg, całkowicie zmanipulowana, czułam bezradność, chaos i niepewność o to, co przyniesie jutro. Obawiałam się życia i wychowywania dzieci w pojedynkę. Między innymi dlatego tak długo z nim byłam. Wytrzymałam w przerażającej niewoli osiemnaście długich i nieszczęśliwych lat. Wiele razy myślałam w tamtym czasie o samobójstwie. Zaszczuta i niekochana, chciałam po prostu ze sobą skończyć. Jakiś wewnętrzny głos jednak mówił mi, że nie mogę tego zrobić, bo mam dla kogo żyć. Znalazłam w sobie siłę dla swoich dzieci. Bez nich nie byłoby mnie dziś tutaj, jestem tego pewna. One były moim sensem istnienia. Można powiedzieć, że dzieci podtrzymywały mnie przy życiu, jak wbity patyk podtrzymuje storczyk przed złamaniem

łodygi. Mąż uważał, że w pełni kontroluje swój nałóg i w każdej chwili może przestać pić. Twierdził, że właściwie to pije przeze mnie. To ja zawsze byłam wszystkiemu winna. Zawsze znajdował okazje do picia. Pracował na budowie. Tłumaczył się, że na przykład miał ciężki dzień w pracy, więc musiał się odstresować, sięgając po kieliszek. Innym razem jeden z wielu jego kolegów miał imieniny i oczywiście nie mógł odmówić, skoro wszyscy pili. Okazji nie brakowało, a przykłady można mnożyć – urwała, głośno wzdychając. – Boli mnie za każdym razem, gdy wracam do przeszłości. Zranił mnie tak wiele razy, że nawet nie jestem w stanie zliczyć – dodała z goryczą.

– Z czym najbardziej nie mogła sobie pani poradzić? – dopytywała psychoterapeutka.

– Myślę, że z przemocą. Był agresywny wobec mnie i dzieci. Bałam się go. Nieraz dostałam od niego w twarz za „nieposłuszeństwo”. Najgorzej było, jak ubzdurał sobie, że go zdradzam. Pamiętam, jak pewnego dnia wrócił chwiejnym krokiem z popijawy, dzieci już spały, zobaczył mnie po kąpieli w samych majtkach i wpadł w szal. Twierdził, że mam kochanka i podczas jego nieobecności „kurwiłam się”. Biegał po całym domu, wywrócił wszystko do góry nogami, szukając wymyślanego mężczyzny. Gdy nikogo nie znalazł, rzucił się na mnie i okładał pięściami. Przewrócił mnie na podłogę i kopał z całych sił w brzuch. Jeszcze wtedy nie wiedział, że byłam w szóstym tygodniu ciąży. Zakryłam rękoma głowę i zwinęłam się w kłębek. Byłam bezsilna. Gdyby nie krzyk przerażonych dzieci, być może by mnie wtedy zabił. W tamtym momencie życzyłam sobie śmierci. Nie widziałam drogi ucieczki od mojego oprawcy. Jak się później okazało, z powodu doznanych obrażeń, poroniłam...

**Więcej o książce *Sanatorium ludzkich serc* znajdziesz
na:**

<https://sanatorium-ludzkich-serc.pl/>

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej książki nie może być reprodukowana, przechowywana jako źródło danych i przekazywana w jakiegokolwiek formie zapisu bez pisemnej zgody posiadacza praw.

Wydawca:

Justyna Kafel-Wituszyńska - wydawnictwo & sklep internetowy
32-840 Zakliczyn, ul. Spokojna 3
sanatorium.ludzkich.serc@gmail.com
www.sanatorium-ludzkich-serc.pl

Dystrybucja wysyłkowa za pośrednictwem sklepu internetowego:
www.sanatorium-ludzkich-serc.pl