Neporazená porážkou

Alžbeta Husarovič (35) dostala mozgovú mŕtvicu, keď bola tehotná. Liečbu odmietla. Dnes má dve deti a čoskoro bude právnička.

TEXT Lenka Štefánková
FOTO Robo Hubač, Shutterstock

Mala dvadsaťosem rokov a s manželom sa tešili na prvé dieťa. Alžbeta Husarovič úspešne ukončila právo a pracovala ako advokátska koncipientka. Aj v ten deň bola v práci, ale necítila sa najlepšie. Keď sa vracala z toalety, vypadli jej z ruky kľúče. „Bola som unavená, tak som si išla radšej domov ľahnúť," spomína štíhla blondínka. Bola v desiatom týždni tehotenstva, takže únavu pripisovala najmä tomu. „

Vnímala všetko

Podarilo sa jej zájsť až k autu na parkovisku. Nevedela nájsť kľúče, našla však mobil. Zavolala manželovi. „Do telefónu som iba niečo zahuhňala, nedokázala som už hovoriť. Podlamovala sa mi pravá časť tela. Manžel ma našiel, ani neviem, ako prišiel na to, kde parkujem. Okamžite ma naložil do auta a odviezol do nemocnice," opisuje Alžbeta to, čo sa dialo. Vnímala všetko okolo seba, ale nebola schopná nič povedať. Jej muž zvolal do nemocnice celú svoju rodinu a nič lepšie nemohol spraviť. Väčšina vyštudovala medicínu. „Mladí lekári na centrálnom príjme nerozpoznali príznaky cievnej mozgovej príhody. Mysleli si, že je to z cukrovky alebo mám v mozgu nádor. Až svokra, tiež lekárka, ich presvedčila, že je to mŕtvica a nech ihneď volajú neurológa," spomína a nezabudne podotknúť, aké je nevyhnutné dookola opakovať príznaky. Alžbete neklesol kútik úst ihneď, chvíľu to trvalo. Tým si vysvetľuje, prečo jej stav mohol začínajúcich lekárov zmiasť.

Svokra má vždy pravdu

Alžbetina svokra sa nemýlila. Vyšetrenia jej slová potvrdili. Mladá žena mala kombinovanú mozgovú mŕtvicu. Najprv jej cievku v mozgu upchala zrazenina, ktorá sa následne uvoľnila, cieva praskla a zakrvácala časť mozgu. „Prišli za mnou dve lekárky s vyplneným papierom a chceli, aby som prerušila tehotenstvo. Potom by mi mohli dať správnu liečbu. Dieťatko mi však bolo prednejšie," priznáva, že terapiu odmietla. Nedokázala síce komunikovať ústne ani písomne, rezolútne však krútila hlavou. „Nechápala som, čo sa so mnou deje. Nikto v mojej rodine mozgovú príhodu nemal. Lekárky ma presviedčali, že mi liečba uľahčí regeneráciu. Požiadali o názor aj môjho gynekológa. Ten povedal, že keď

sa mi podarilo otehotnieť raz, otehotniem opäť. Boli aj za manželom, ktorý chcel, samozrejme, najskôr zachrániť mňa a keby mi to malo pomôcť...“ pokrčí Alžbeta bezradne plecami, potom sa však usmeje a hrdo vyhlási: „Dnes má Alžbetka šesť rokov, je zdravá a veľmi šikovná.“

Je to porážka?

▸ **TVÁR:** Povedzte postihnutému, aby sa usmial, zapískal a ukázal zuby. Ak utrpel mozgový infarkt, ústny kútik mu klesne a pri úsmeve to bude zreteľne vidno.

▸ **RUKY:** Požiadajte ho, aby natiahol ruky pred seba a otočil ich dlaňami hore. Ochrnutá ruka rýchlo klesne.

▸ **REČ:** Poproste ho, aby povedal jednoduchú vetu, napríklad: Včera som raňajkoval ovsené vločky. Človek s cievnou príhodou ju nevysloví alebo bude komoliť slová. Príznaky nemusia trvať dlho a do niekoľkých minút môžu odznieť. Aj vtedy je však potrebné, aby človek šiel na vyšetrenie, riziko, že dostane závažnú cievnu príhodu, je vysoké.

Kým som bola schopná normálne povedať manželovi, že ho ľúbim alebo že idem nakúpiť, prešlo asi sedem mesiacov intenzívneho cvičenia.

Lopta? Pero

Jej vôľu nechať si dieťa napokon všetci akceptovali. Dúfali, že sa mladý organizmus s porážkou vyrovná. Infúziou dostala lieky na riedenie krvi a absolvovala množstvo vyšetrení. Medzi prvými ju navštívila logopedička. „Prišla za mnou a ukázala mi papier. Bolo na ňom pár obrázkov: lopta, pero, žirafa, cukrík... Požiadala ma, aby som jej ukázala pero. Pomyslela som si, prečo mi dáva tieto úlohy pre deti, a bez zaváhania som ukázala na loptu,“ hovorí, ako jednoduché zadanie nezvládla. „Vedela som, čo odo mňa chce, ale môj mozog nechápal. Skúšala, ako veľmi je poškodený. Po ďalších testoch stanovila diagnózy: deväťdesiatdeväťpercentná afázia – porucha reči, agrafia – poškodenie schopnosti opisovať text, a alexia – neschopnosť čítať,“ vymenúva následky porážky, ktoré sa začali hromadiť.

Celá večnosť

Mŕtvica zasiahla ľavú stranu mozgu, takže Alžbetina pravá časť tela bola prakticky nehybná. Našťastie, ruku a nohu dokázala rozhýbať pomerne rýchlo. Zrejme vďaka mladému veku. Hoci tvrdí, že starostlivosť v nemocnici bola špičková, trpela tam. Tri týždne sa jej zdali ako celá večnosť. „Veľmi som chcela ísť domov. Každý deň som rehabilitovala, vodili ma po chodbe, stláčala som loptičku, mala som logopedické hodiny. Učila som sa hlásky, slabiky, slová a vety. Bolo to náročné, veľa som spala, potrebovala som oddych.“

Kam chceš ísť?

Z nemocnice ju pustili pár dní pred Silvestrom. Keď sa doma začala baliť na lyžovačku, ktorú mali v pláne už pol roka, manžel sa na ňu nechápavo pozeral. „Kam sa chystáš? Opýtal sa ma. Pozri, v akom si stave. Veď si mala cievnu príhodu. Až vtedy mi to všetko doplo,“ priznáva, že vlastne až do odchodu z nemocnice netušila, čo sa jej stalo. „Nikto mi to nepovedal. Buď ma chceli chrániť, alebo každý považoval za samozrejmé, že viem, čo sa mi stalo,“ uvažuje.

Pred pár rokmi nebola schopná porozumieť čítanému textu.

Dostala ma späť

Po návrate domov bolo nevyhnutné, aby Alžbeta pokračovala v cvičení. Poisťovňa síce hradí štyridsaťpäť minút u logopéda raz za týždeň, ale to je málo. „Aj rehabilitácie môže lekár predpísať len na tri týždne,“ konštatuje smutné fakty. Husarovičovci našli súkromnú logopedičku a Alžbeta s ňou cvičila týždenne

UŽ RAŇAJKUJE

Pred cievnou mozgovou príhodou sa Alžbeta nestravovala práve ukážkovo. Jedla, len keď to bolo nevyhnutné. Vynechávala raňajky a občas aj ostatné jedlá dňa. „Úplne som zmenila životný štýl, snažím sa jesť päťkrát denne, kupujem najmä bio, jem veľa zeleniny, strukovín, menej mäsa. Začala som sa aj pravidelne hýbať. Hoci mám menej energie na cvičenie, lebo druhá dcéra si vyžaduje strašne veľa pozornosti. Hýbem sa však veľmi rada,“ prezrádza.

deväť hodín. Aj súkromná fyzioterapeutka mala zmysel. Najprv zhodnotila jej stav. Tým, že mala spadnutý kútik a nevedela dobre používať pravú stranu tváre, robili prevažne tvárové cvičenia. „Cerila som zuby, dvíhala som obočie. Dostala ma úplne naspäť, už by som potrebovala len vrátiť jemnú motoriku do ruky," priznáva, že doteraz nevie písať. Ani sa podpísať. Je však presvedčená, že aj to je len otázka času.

Dolovali slová

S logopédom to bolo ľahšie. Všetky slová v mozgu mala, bolo ich treba „len" vydolovať. „Presne to robí logopéd. Cvičeniami pomáha vytvoriť v mozgu nové cesty – synapsie, lebo tie pôvodné boli zakrvácané," vysvetľuje Alžbeta. Tvrdí, že ešte ani dnes nemá slovnú zásobu, akú mala pred cievnou príhodou. No mne sa zdá, že je len príliš sebakritická. „Keď som unavená, hovorím ako stredoškoláčka. Po tomto našom rozhovore budem odpálená ešte tri hodiny. Mozog sa musí sústrediť, musí rozmýšľať, ako tvoriť vety." Príde mi ľúto, že ju tak ničím. Zvedavosť mi však nedovolí prestať. Ako zvláda starostlivosť o Alžbetku? „Vyčerpáva ma skôr mladšia, ročná Valéria. Veľa toho nenaspí," prekvapí ma, že po tom, čím prešla, riskla ešte jedno tehotenstvo.

Dnes Alžbeta bez obáv šoféruje.

Nikto mi to nepovedal. Buď ma chceli chrániť, alebo každý považoval za samozrejmé, že viem, čo sa mi stalo.

Iba jeden lekár

Druhého tehotenstva sa bála, ale chcela, aby mala Alžbetka súrodenca. „Chodila som po všetkých možných lekároch. Potrebovala som aspoň od jedného počuť, že môžem otehotnieť a nič mi nehrozí," hovorí presvedčivo. Dôvodov, prečo Alžbete dva roky pred tridsiatkou praskla cievka v mozgu, vidia lekári niekoľko. Mohla za tým byť mutácia krvi spojená s dehydratáciou, ktorú spôsobilo časté vracanie v tehotenstve. Krv jej zhustla a bolo. Podozrievali aj autoimunitné ochorenie lupus. „Práve pre lupus som navštívila primára reumatologického oddelenia v Rakúsku. Pri tomto ochorení je niekoľko kritérií, ale ja spĺňam len štyri," uľavilo sa jej. „Hneď ako som otehotnela, bola som nastavená na liek, ktorý riedi krv," hovorí, že druhé tehotenstvo prebehlo bez problémov.

Všetko stratila

Možno to znie, že uzdravovanie išlo ako po masle, ale aj táto silná žena mala slabé chvíľky. „Hanbila som sa. Prestala som chodiť medzi ľudí. Ako mnohí po cievnej mozgovej príhode," prezrádza, že najmä zo začiatku bola zúfalá. „Veľmi som plakala, že nebudem môcť byť advokátka, že sa budem musieť učiť všetko odznovu. Mala som pocit, že som všetko stratila, ale vlastne sa mi tým iba otvorili dvere do nového sveta," hovorí s úsmevom o občianskom združení, ktoré založila. Vie, že mnohí si súkromných odborníkov nemôžu dovoliť. „Chcem robiť skupinové stretnutia, kde sa budeme rozprávať a motivovať. Postupne sa rozrozprávame a rozhýbeme, bude tam aj logopéd, aj fyzioterapeut. Všetko, samozrejme, zdarma," sníva, no jedným dychom dodáva, že problém nemá ani tak s odborníkmi ako s pacientmi. „Hanbia sa. Aj ja som tým prešla, ale v zahraničí to takto funguje," apeluje na pacientov, že logopéd je prvoradý. Veď len schopnosť vypýtať sa na záchod alebo povedať, že chcete jesť, je ohromne oslobodzujúce a pomáha budovať i stratené sebavedomie. „Kým som dokázala povedať manželovi, že ho ľúbim alebo že idem nakúpiť, prešlo asi sedem mesiacov intenzívneho cvičenia," hovorí Alžbeta.

Bude právnička

Alžbetu čoskoro čaká rigorózna skúška. Chce si dokázať, že má na titul doktorky práv. Venovať sa však tomu neplánuje. „Môj mozog sa skutočne rýchlo unaví, aj preto som vymyslela niečo svoje," hovorí o projekte Porážka.sk. Hoci pacienti sa s ňou nekontaktujú, píšu jej ich príbuzní. Mnohí chcú vidieť, čo so sebou dokázala. „Bola som za jednou ležiacou paňou po mŕtvici, ktorá mala sedemdesiat rokov. Videla ma, povedala som jej, čo sa mi stalo, a o päť rokov som bola na svadbe jej syna. Tá žena sa postavila z vozíka a tancovala. Aj na takýchto prípadoch vidím, že to má zmysel a že motivácia má obrovskú moc," hovorí odhodlane.

ROZCVIČKA PRE MOZOG

Logopedička dávala Alžbete úlohy na krátkodobú pamäť. „Snažila sa zo mňa vydolovať slová, ktoré boli v mojej hlave ukryté. Jedno z takých cvičení bolo napríklad: Máš minútu na to, aby si mi povedala dvadsať druhov zeleniny," hovorí. Vyskúšajte si to.

Niektorým opúchajú nohy nebezpečnejšie.

Všímajte si lýtka

Či dostanete porážku v tehotenstve, môže ovplyvniť aj to, či dosť pijete, alebo práve prekonávate nejakú infekciu, hovorí neurologička Silvia Mehešová.

▸ MUDr. SILVIA MEHEŠOVÁ
neurologička

Neprekvapuje vás, že mladá, zdravá tehotná žena dostane cievnu mozgovú príhodu?
Stáva sa to a prakticky vždy je za tým neodhalená porucha zrážavosti krvi. Tá sa prejaví práve vplyvom hormonálnych zmien v tehotenstve a môže spôsobiť zrazeninu, ktorá upchá cievu. Alebo nastane zakrvácanie, ktoré vyvolá prasknutá vydutina v cieve – aneuryzma –, o ktorej sa dovtedy nevedelo.

Môže žene niečo napovedať, že má poruchu zrážavosti krvi?
Prvým príznakom sú žilové trombózy, najčastejšie sa objavia na dolných končatinách, ale môžu byť aj inde. Na nohách sa najčastejšie prejavia opuchmi a bolesťami v lýtkach. Taká žena potrebuje kompletné vyšetrenie vrátane hematologického.

Ak sa o probléme vie, dostane tehotná preventívne lieky na riedenie krvi?
Počas celého tehotenstva aj po ňom dostáva zvyčajne nízkomolekulárne heparíny. Táto liečba je bezpečná, nepredstavuje riziko krvácania, lebo vlastne len normalizuje sklon k zvýšenej zrážavosti.

Hrozí mozgová mŕtvica kedykoľvek počas tehotnosti?
Áno. Zvyčajne sa však na vzniku podieľajú aj iné faktory, napríklad infekcia, ktorú práve prekonáva, ale aj nedostatočný príjem tekutín a s tým spojená dehydratácia, ku ktorej môže dôjsť napríklad následkom častého vracania.

Má mozgová mŕtvica v tehotenstve špecifické príznaky?
Príznaky sú rovnaké, aj keď v tehotenstve môžu byť niekedy menej výrazné. Najčastejšie sa objavia bolesti hlavy, nutkanie na vracanie a vracanie, rôzne poruchy zraku, citlivosti a pohyblivosti. Podstatné je myslieť na cievnu mozgovú príhodu už pri prvých príznakoch, lebo vtedy sú aj následky miernejšie.

Je na mieste ukončiť tehotenstvo pre záchranu matky?
Po upchatí mozgovej cievy zrazeninou je metódou prvej voľby trombolytická liečba, ktorá zrazeninu rozpustí. Tehotenstvo nie je absolútnou kontraindikáciou. Naopak, úspešne podanie liečby vedie k záchrane matky aj dieťaťa. Hovorím z vlastnej praxe. Rozhodovanie je však veľmi náročné. Aj zo strany lekára, aj rodiny, ktorá by mala byť informovaná o rizikách, ktoré tu vždy sú.

Zázvor zmierňuje nevoľnosti, ale nie viac ako gram denne.

A keď cieva praskne?
Pri krvácaní do mozgu sa sledujú parametre zrážavosti krvi, tlaku, množstvo krvi a opuch mozgu – podľa toho sa volí individuálny prístup. Sú známe prípady donosenia dieťaťa, aj keď bolo poškodenie mozgu veľké a nezlučiteľné so životom. Liečebné postupy zohľadňujú fakt, že ide o tehotenstvo, a volí sa kompromis, aby dieťa pri úspešnom donosení nebolo poškodené.

Koľko trvá rehabilitácia po mozgovej príhode?
Rehabilitácia je základ a musí byť dlhodobá. Niektoré následky totiž pretrvajú a zvýraznia sa pri zvýšenej fyzickej či psychickej záťaži, v dôsledku únavy či inej choroby.

Čo všetko môže spôsobiť príliš veľká zrážavosť krvi?
Čítajte na
iZdravie.sk

Ranná nevoľnosť?

Myslíte si, že vracanie k tehotenstvu patrí? Aj vydutiny na mozgových cievach sa prejavujú vracaním. Objavuje sa i stuhnutá šija, poruchy vedomia, prudké bolesti hlavy, dvojité videnie, poruchy reči a iné, ktoré závisia od toho, na ktoré centrum v mozgu vydutá cieva tlačí. Najhoršie však je, že aneuryzma sa nemusí prejaviť nijako, až kým nepraskne.