



Edyta Hetmanowska, 2015-12-24 06:21

Pacjenci: jak ważna jest rola pozytywnego myślenia



Fot. Thinkstock/Getty

O to jak ważna jest wiara i pozytywne myślenie w procesie leczenia zapytaliśmy Piotra Pagona, który mimo resekcji płuca po chorobie nowotworowej, bierze udział w maratonach i zawodach triathlonowych.



O to jak ważna jest wiara i pozytywne myślenie w procesie leczenia zapytaliśmy Piotra Pagona, który mimo resekcji płuca po chorobie nowotworowej, bierze udział w maratonach i zawodach triathlonowych.

Jak się zaczęła Pana przygoda ze sportem?

To długa historia, bo ja już jestem stary jak węgiel, mam prawie 48 lat. Przygodę ze sportem rozpocząłem dzięki ojcu, który jest fanem każdej aktywności fizycznej. Najpierw działałem w TKKF, w którym graliśmy intensywnie w hokeja. Później uczęszczałem do szkoły sportowej.

Czyli sport towarzyszył Panu od najmłodszych lat?

Tak. Tak jak choroba, niestety, bo pierwszy raz, kiedy trafiłem do Instytutu Onkologii miałem 16 lat. Później był kolejny przerzut i usunięto mi płuco. Za trzecim razem nowotwór pojawił się na czole. Całe moje życie jest w tle białych fartuchów, ale z wielką aktywnością sportową.

A jak choroba wpłynęła na Pana aktywność sportową?

Mam ogromny problem, bo żaden profesjonalny opiekun sportowy nie chciał się podjąć opieki nade mną. Jeżeli pojawia się człowiek bez płuca i chce biegać maratony albo startować w triathlonie, w których udział zdrowego człowieka jest wyzwaniem, to nikt nie chciał brać za to odpowiedzialności. Nie ukrywam, że wszystkie moje działania sportowe są oparte na osobistym doświadczeniu począwszy od biegania po górach, kiedy musiałem zmierzyć się z tętnem 190 uderzeń i widzeniem tunelowym, wzrostem ciśnienia wewnątrzocznego. To były testy na sobie. Z jednej strony to duże wyzwania a z drugiej nie prawdopodobna satysfakcja.

Czy otrzymuje Pan jakieś wsparcie, pomoc?

Jest coraz lepiej. Kiedyś organizatorzy imprez sportowych sceptycznie patrzyli na start osób „niepełnosprawnych”. W tej chwili dla wielu organizatorów jest zaszczytem mieć grupę zawodników z dysfunkcją. Cieszę się, bo w tej materii Polska poszła do przodu. Wiem jak biegało się osiem lat temu a jak teraz. W tej chwili nie ma problemów ze startem a wręcz przeciwnie, zawodnicy dysfunkcyjni są wabieni do uczestnictwa w takich imprezach, ponieważ dają swym udziałem wartość dodaną, która jest nie do przecenienia.

Jaką wartość ma pozytywne myślenie?

Nie do ocenienia. Prawdziwa mądrość życiowa, którą usłyszałem, zdanie nie od filozofa tylko drwała z Zawoi, brzmiało: każda część naszego życia jest jak węzełek, jeśli ktoś chce się po nim tylko ślizgać, to pewna część ciała strasznie zaboli, a jak jest się mądrym, to każdy ten węzełek wykorzysta się po to, by wejść wyżej, na wierzch, ku Panu. Gdyby mi ktoś w roku 1991 powiedział wpinając pięć kart prześwietleń kart rentgenowskich, że za parę lat przebiegnę kilkaset kilometrów po ulicach Tokio czy Nowego Jorku, że będę przewodnikiem niewidomego przyjaciela na wysokości 7 tysięcy metrów n.p.m. i będę podróżował po Afryce, nie uwierzyłbym. Na tym polega cud życia i ja tym się zachwyca.

Co powiedziałyby Pan wszystkim chorym mającym chwile zwątpienia?

Aby wykorzystali siłę, która tkwi w każdym z nas. Często nie zdajemy sobie z tego sprawy. Lekci to jedno. Drugie to nasze nastawienie i chęć do życia. To podstawa, której jeśli zabraknie, to kończy się wszystko.

Piotr Pagon jest inicjatorem akcji: SPORTOWCY WSPIERAJĄ PACJENTÓW SZPITALI! - THINK POSITIVE! Akcja Think positive! ma na celu podniesienie na duchu pacjentów, a przez to wsparcie pracy lekarzy. Do akcji zostały zaproszone szpitale z całej Polski. W ramach akcji 100 szpitali w całej Polsce otrzyma bezpłatną wystawę zdjęć wyjątkowych sportowców, którzy pomimo chorób i niepełnosprawności osiągają spektakularne sukcesy. Aby zgłosić swój akces i otrzymać bezpłatną motywacyjną wystawę fotograficzną wystarczy wypełnić formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie www.thinkpositive.org.pl.