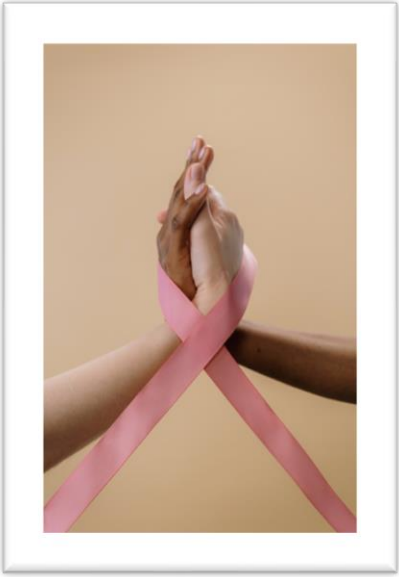
‘N GELIEFDE IS GEDIAGNOSEER



Wat moet ek van kanker weet?

Wanneer iemand naby jou met kanker gediagnoseer word, is die kans goed dat jy gevoelens van oorweldiging, onsekerheid, hartseer, angs en vrees gaan ervaar en dat jy oningelig gaan voel. Jy gaan moontlik rondsoek vir stap-vir-stap boeke wat die woordeskat en prosesse aan jou gaan verduidelik. Indien jy so ‘n boek vind, lees hom, maar onthou dat dit nog steeds nie die unieke ervaring van die kankerpasiënt kan verduidelik nie. Dit beteken egter nie dat jy hierdie reis oningelig hoef aan te pak nie.

Dit is jou reis, maar dit is ook nie jou reis nie

Baie mense verkies om hul biopsie en mediese ondersoeke privaat te hou. Dit is hulle voorreg om te kies hoe hulle hierdie reis wil aanpak – wie en wanneer hulle nooi om saam met hulle te stap.

Daar is nie noodwendig reëls wat jy op hierdie reis moet nakom nie, maar daar is ‘n paar goed wat jy in ag sal moet neem.

- Wees oop om te hoor wat die gediagnoseerde persoon nodig het.
- Gee aandag aan jou eie emosies en wat jy nodig het. Die mat is ook onder jou voete uitgeruk. Jy sit dalk met ander bekommernisse oor wat moontlik voorlê.
- Jy voel dalk dat dit selfsugtig is om ook jou gevoelens te deel. Neem 'n oomblik; asemhaal; let op die spanning in jou liggaam en die bekommernisse in jou eie hart en verstand. Oorweeg dit om met 'n terapeut te praat.
- Kies gepaste tye om jou vrese en bekommernis met jou geliefde te deel. Leer hoe om effektief te kommunikeer gedurende hierdie tyd en kommunikeer wat jy nodig het.
- Laat ook ander toe om vir jou om te gee, jou te ondersteun en vir jou te bid.

Soekenjins

Wees versigtig om alles te glo wat jy aanlyn lees. Gedurende die wagtydperk vir ‘n diagnose draai ons ons dikwels na dr. Google, op soek na antwoorde. Ons doen dit omdat ons nie noodwendig self in die spreekkamer saam kan luister en vrae kan vra nie. Sommige vrae is ook makliker om op ‘n soekenjin te soek, as om dit hardop te sê.

Onthou egter dat elke pasiënt se reis verskil, en 'n soekenjin se raad sal nie altyd ooreenstem met die kundigheid van 'n onkoloog ('n kankerdokter) nie. Probeer om nie aanhoudend inligting te stuur aan jou geliefde wat amper, moontlik of pas met kanker gediagnoseer is nie. Hulle moet eerder nuus en verduidelikings direk van hul dokter hoor.

Vertrou die proses

Min dinge is so ontstellend soos om buite beheer te voel. As 'n familielid of vriend kan jy nie beheer in hierdie situasie neem nie, en moet ook nie probeer nie.

- Jou rol is om ondersteunend, luisterend en teenwoordig te wees.
- Plaas jou vertroue in die mediese proses en die aanbevelings van die dokters. Om die dokter se advies voortdurend te bevraagteken, kan die pasiënt se vertroue en gevoel van sekuriteit ondermyn.
- Daar is niks fout daarmee om ‘n tweede opinie in te roep of om jou eie navorsing te doen nie, maar onthou dat jy nie die pasiënt se dokter is nie – jou rol is anders.

Onsekerheid

Nadat jou geliefde met kanker gediagnoseer is, is dit verstaanbaar dat jy ook ‘n oomblik of twee nodig gaan hê om die nuus te verwerk. Dit is hoogswaarskynlik dat jy en jou geliefde baie vrae gaan hê, en afhangend van waar hulle in die proses is, sal hulle meer of minder inligting kan oordra.

Onsekerheid is 'n konstante in hierdie reis. Hierdie onsekerheid spruit nie uit 'n gebrek aan kundigheid of deernis van die dokter se kant nie; dit spruit uit die inherente onsekerheid wat kanker meebring.
Jy gaan mense op hierdie reis ontmoet wat met groot sekerheid praat uit eerstehandse ondervinding of dié van ’n vriend of familielid. Soms is hierdie raad vertroostend, soms is dit nie. Onthou dat almal se liggaam verskillend op behandeling reageer. Oorlewingsuitkomste kan verskil al sien hulle dieselfde dokter, ontvang dieselfde behandeling en deel dieselfde geloof.

Hoe praat ek oor God en kanker?

Kanker word gekenmerk aan onsekerheid. Dit daag beide die samelewing en die evangelie uit wat dikwels die klem op sekerheid plaas. Tydens 'n diagnose, moeilike behandeling en moontlike dood, is dit normaal om te soek na iets wat ons sekerheid kan bied. Ons wil God en ook ons lyding verstaan.

Sommige mense vind troos in die idee dat God hulle siekte veroorsaak het. As God die kanker oor hulle gebring het, moet daar 'n groter doel wees; miskien toets God hulle geloof. Ander glo dat kanker bloot deel van die lewe is; dit het nie 'n groter doel nie, dit is net hoe die lewe is. Dat siektes – soos kanker – deel is van die gebroke wêreld waarvan ons deel is. Dit is wat dit is en daar is nie noodwendig verskuilde redes daarvoor nie.

Beteken dit dat God niks deel het aan hierdie kanker reis nie?

Nee, God is met ons in die oppe en affe van die lewe; tydens die geboorte van 'n kind en ook by die graf van 'n geliefde. God gee nie kanker om mense te toets of om goed te lyk nie. God kan ons beslis gebruik deur die manier waarop ons as dissipels lewe; in die manier waarop ons van God se teenwoordigheid te midde van onsekerheid getuig.

Jou rol as 'n geliefde is om langs die kankerpasiënt te staan waar hulle hulself ook al bevind, met deernis vir hul geestelike reis. Wanneer dit by die kankerpasiënt kom, probeer luister na hoe hulle dink oor God se rol in hierdie reis. As hulle persepsie van God se rol in hulle situasie hulle benoudheid veroorsaak, druk jou empatie uit, ondersteun hulle en herinner hulle aan God se liefde. Moenie jou eie oortuigings oor God se betrokkenheid afdwing nie; skep eerder ‘n veilige ruimte waar hulle sonder oordeel kan worstel met diep geloofsvrae.

Kanker as identiteit

Alhoewel jou geliefde nou 'n kankerpasiënt is, is hulle steeds die persoon wat jy eens geken en liefgehad het. Hulle sal anders begin lyk, en jy gaan die agteruitgang baie meer sien as wat hulle self doen. Probeer om nie heeltyd aandag op die fisiese te vestig nie. Jou geliefde is meer as hul liggaam. Kyk in hul oë, bevestig hul waardigheid en laat hulle toe om aan te hou doen wat hulle kan doen.

Jy is ook meer as die geliefde van 'n kankerpasiënt. Hou aan met jou lewe en hou aan om te doen wat jy geniet; skep ruimtes om te kan asemhaal en uit te kom. Jy vergeet of verwaarloos hulle nie, of steek hulle in die steek as jy dit doen nie.

Mag jy in hierdie uiters moeilike tyd bewus wees dat God ook met jou is.

Jy is ook God s'n.

Jy mag dalk vind dat jy gebede opstuur, en daar mag dalk selfs gevoelens van woede teenoor God ontstaan. Wees sag met jouself en jou eie geloofsreis. Wees bewus van jou 'skietgebede' en dat dit getuig van wat en in wie jy glo.

Ons glo in die Drie-enige God: die Skepper, Versorger en Trooster.

God is ook met jou.

As jy of ‘n geliefde gediagnoseer is met kanker, kontak Cansa, Hospice of ander gevestigde ondersteuningsgroepe.

Cansa: https://cansa.org.za of 0800 22 66 22
Cancer Allience: https://canceralliance.co.za

Hospice: https://hpca.co.za