

## **Jak opiekować się starszą osobą, która boryka się z nowotworem?**

Wśród chorób, które dotyczą każdego z nas, spotkać można zarówno takie, które w prosty sposób da się leczyć, jak i te, których wyleczyć nie da się nawet bardzo zaawansowanymi preparatami. Do tej drugiej grupy z pewnością należą nowotwory, popularnie nazywane przez wszystkich rakiem. Takie schorzenia całkowicie zmieniają codzienne życie danej osoby, a cały proces leczenia jest męczący i nie zawsze przynosi oczekiwane efekty. Zmaganie się z rakiem to próba charakteru oraz wytrzymałości fizycznej i psychicznej, dlatego choremu zawsze należy zapewnić jak najlepszą opiekę oraz komfort codziennego życia. W przypadku osób starszych, rak jest jeszcze bardziej uciążliwy, ponieważ w podeszłym wieku już same ograniczenia wynikające ze starzejącego się ciała stanowią spore wyzwanie, a jeśli dodatkowo są one połączone z defektami powstałymi w wyniku choroby, sytuacja jest jeszcze cięższa. Zadaniem opiekuna osoby starszej chorej na raka jest więc nieustanne dbanie o to, by czuła się ona komfortowo oraz by jej codzienność była przyjemna. Jest to z pewnością dość trudne zadanie, jednak, by móc wykonywać je rzetelnie, wystarczy dobrze się przygotować.

### **Zapobieganie oraz leczenie raka**

Nowotwór może spotkać każdego z nas, bez względu na wiek. Często mają na to wpływ uwarunkowania genetyczne oraz specyficzne cechy naszego ciała, ale w wielu przypadkach ogromne znaczenie ma oczywiście styl życia. Na powstawanie raka często wpływają pewne czynniki, a w tym nałogi takie jak palenie papierosów czy spożywanie innych szkodliwych substancji, dlatego też często na raka zapadamy w podeszłym wieku. Wiele lat trucia organizmu zdecydowanie zwiększa ryzyko choroby, dlatego zanim jeszcze dojdzie do jej powstania, zdecydowanie warto starać się jej zapobiegać. Opiekun powinien zadbać o kondycję i dobre odżywianie podopiecznego oraz wykluczyć wszelkie szkodliwe nawyki. Zdrowy tryb życia z pewnością pomoże zapobiegać chorobie, ale jeśli już się ona pojawi lub gdy podopieczny cierpi na nią od dawna, konieczne będzie oczywiście wspomaganie go w codziennym leczeniu. Rak to w większości przypadków choroba nieuleczalna, której pozbyć można się jedynie w wyniku operacji, a i takie przypadki nie zdarzają się często. Zwykle leczenie ma na celu ograniczenie bólu oraz poprawienie komfortu życia, a związane ono jest często koniecznością przyjmowania wielu tabletek lub odbywania uciążliwych terapii. Opiekun osoby starszej, która zmagają się takimi trudnościami, powinien zawsze pilnować przyjmowania odpowiednich lekarstw oraz towarzyszyć seniorowi w wizytach u lekarza i, jeśli to możliwe, podczas terapii.

### **O czym warto pamiętać opiekując się seniorem chorym na raka?**

Pod potoczną nazwą „rak” może kryć się wiele dolegliwości, dotyczących różnych części ciała i niosących za sobą wiele niedogodności. Rodzajów nowotworów jest bardzo wiele, a na dodatek każdy przypadek może wiązać się z koniecznością zupełnie innej opieki oraz innych metod leczenia. Nie ma jednego dobrego sposobu na opiekowanie się osobą chorą na raka, a każda z nich wymagać może zupełnie innej pomocy. Opiekun powinien zawsze stosować się do zaleceń lekarza prowadzącego konkretny przypadek oraz uzgadniać z nim wszelkie zmiany w codziennych rytuałach pielęgnacyjnych lub informować go o pogorszeniu lub polepszeniu się stanu podopiecznego. Jedynie dokładnie przestrzeganie pewnych norm może zapewnić danej osobie odpowiednią opiekę, więc warto dokładnie ich pilnować. Oprócz tego, w przypadku osoby chorej na raka zawsze należy starać się zapewnić jej jak największy komfort, ponieważ w wielu przypadkach oprócz samej choroby, bardzo wyczerpujące może być także leczenie. Dodatkowo do osoby chorej należy podchodzić w wyczuciu i cierpliwością.