



## איך מדברים עם חבר העומד למות?

28.06.2009

מאת פרופ' בן קורן, מלים אחרונות

### שיחה עם ידיד הנוטה למות דורשת אומץ לב, אבל הגמול, לשני הצדדים, אין לו שיעור

לעתים תכופות אני נשאל כיצד משוחחים עם אדם לאחר שאובחן כחולה במחלה סופנית. אין הכוונה פה להתייעצות איך לבשר לו את הבשורה הרעה, או אפילו לא לשאלה כיצד להיפרד (מה שמכנים היום "סגירת מעגל"). מדובר באנשים מלאי כוונות טובות המבקשים הנחיות לדיאלוג יום-יומי. יש שכמעט שואלים אותי כיצד לנהל סמול-טוק עם הגוסס. על פניו זה נשמע מגוחך. נראה כאילו אנשים מייחלים לעלון הדרכה לפעולה הבסיסית ביותר בניהול מערכת יחסים. אבל ככה זה בנסיבות מורכבות שכאלה.

אינני מתיימר להיות מומחה גדול, אבל בשלושה עשורים של עבודה כאונקולוג נתקלתי לא פעם בסיטואציה כזאת וגיבשתי תפישת עולם מסוימת בעניין זה. הנה כמה ממחשבותי.

המפגש עם הנוטה למות אינו חייב להיות נטול רגש. להיפך, הזיוף וחוסר הכנות מאוסים על אדם במצב כזה. אם אנו מוכנים להסתכן בניהול שיחה אותנטית, התגמול בא לביטוי בחשיפת רבדים חדשים, ובקיצור, בהעשרת משמעות החיים. בספרות הרפואית יש רמזים לכך שדווקא העדר דו שיח תורם לשיעורי חרדה גבוהים בקרב המטופלים, ואולי מביא לדיכאון. אז מה עושים?

לפעמים אנחנו יוצאים לדרך מלאי מרץ וביטחון עצמי, אך לפתע פתאום מרגישים כבדי לשון. זה בסדר. ברגעים שהמלים כושלות אפשר להישען על שפת הגוף ולשלוף את יכולתנו להקשיב, וכן, זו לא מלה גסה - לזרום. הגיע הזמן ליצור אווירה תומכת ולהימנע מלהציב מחסומים. התחילו ברמה הפיסית. הזיזו כל אביזר או חפץ המפריד בין החולה לבינכם. הסירו ז'קט. שבו קרוב. אל תהססו להפעיל את כוח החיבוק. סביר להניח שהוא משתוקק למגע אנושי. אי אפשר להפריז בערך של נוכחותכם לצדו.

אפשר לפתוח בשאלות פשוטות ולא מאיימות. "בא לך לדבר?" "איך אוכל לעזור לך?" אם החולה נענה כדאי לעודד אותו בעדינות, "כן, אני מבין. בבקשה, ספר לי עוד". הפחד לומר מלה לא נכונה גורם לתחושה של הליכה בשדה מוקשים. מניסיוני, יש רק הערה אחת שאינה מתקבלת בברכה - "אני מבין בדיוק איך אתה מרגיש". האמת היא שאי אפשר להבין בדיוק, אלא אם כן אנחנו עצמנו מתמודדים עם אותו גזר דין.

אין צורך לדאוג מהפוגות בשיחה. לפעמים שתיקה באמת שווה זהב. הרי לא מדובר בשני תוכניסטים בדייט הראשון. פטנט אמין הוא להעלות זיכרונות משותפים מיוחדים - לרוב זה עובד. אולי פעם רשמתם הישגים ביחד. אולי שיתפתם פעולה במשהו שובב או קצת גס. ייתכן שיעלו חיוכים וצחוקים. אין טעם לשמור זיכרונות כאלו להספד. חברך יירגע בידועו שמישהו מתכוון להנציח חלקים מחייו.

לפעמים אפשר גם לנצל את הנסיבות כדי לרקום זיכרונות חדשים. הנה סיפור אישי. כסטודנט צעיר לרפואה התגוררתי בדירה קטנה בבוסטון. קומה מתחת גר עובד זר מצרפת. הוא לא סבל את ההרגל שהיה לי אז - רקיעה ברגלי תוך כדי פסיעה הלוך ושוב בדירה ושינון שיעורי האנטומיה. באותה מידה, אני התקשיתי להתמודד עם המסיבות הפרועות שערך אל תוך השעות הקטנות של הלילה עם חבריו הבהמיים.

היו בינינו חיכוכים רבים, עד שמכר משותף בישר לי ששכני לקה בלוקמיה מתקדמת. חשתי דחף לגשת אליו. כשכנים לא הסתדרנו, חברים לא היינו, טרם הוסמכתי לרפואה. נכנסתי אליו על תקן של אדם. המפגש, שהחל בשתיקה מביכה, התגלגל לדו קרב צעקני על השוני בינינו, אך הסתיים בשקט ורוגע לאחר התפרקות. הקשר לא הסתיים בכך.

באותם ימים השתנו כללי הגרלת הלוטו הארצי. הכרטיס התייקר, הקופה הוכפלה והעיקר - הפרס חולק לתשלומים שהשתרעו על פני 20 שנה. קניתי כרטיס משותף בשבילי ובשביל ידידי הטרי. הוא ידע שלא הייתי מתוקצב לרכישה כזאת והבין שרציתי להשרות בו גישה אופטימית. מיד התחלנו לפנטז כיצד ואיפה נתכנס מדי שנה כדי לבזבז את הרווחים. ערב ההגרלה התבייתנו מול מרקע הטלוויזיה וכמעט נפלנו מהכיסא כאשר השדרן הכריז על חמש הספרות הראשונות שהופיעו על גבי הכרטיס. לא הטריד אותנו ששלוש הספרות האחרונות לא התאימו כלל. החשוב היה שהצלחנו בטווח זמן קצר להתגבר על הבדלי יסוד ולצמצם פערים אמוציונליים.

התפתחות יחסינו אפשרה לנו לדון במגוון נושאים, החל בדת ופוליטיקה וכלה בספורט ונשים. דלת זאת נפתחה בפנינו דווקא בזכות המחלה.

כצפוי, שכני מת בתוך שנה וחצי. נוכחתי לדעת, שהוא נתן לי מתנה מופשטת. מתנה זו אני ממשיך להעניק לאהובי, לתלמידי ולא להאלה שאני פוגש מדי יום בצומת של הסבל והתקווה.

אני אסיר תודה לכל מי שמזמין אותי לרגעים האינטימיים שלו. אחרי ככלות הכל, האינטראקציות הללו גורמות נחת לכל המעורבים. כדאי להתאמץ כאשר נוצרת הזדמנות להתקרב לאדם הסובל ממחלה חשוכת מרפא. לא כל אחד מסוגל לעשות את זה. מי שמעז, זוכה בשיעור מעמיק לחיים.

הכותב הוא מנהל המכון לקרינה במרכז הרפואי תל אביב, ויושב ראש עמותת תשקופת