

Idź za swoim marzeniem

**Czy chory na cukrzycę, słysząc diagnozę, ma schować się w mysią dziurę i wegetować?
Czy ktoś trzeci ma prawo wepchnąć go do niej, powodując depresję i poczucie wyobcowania?**

Od dzieciństwa marzył o dalekich podróżach, zwiedzaniu egzotycznych miejsc, włóczędze po świecie. Takie dzieciaki czytają „Robinsona Cruzoę”, „Księgę Dżungli” i wszystko co daje im szansę zobaczyć oczami wyobraźni krainy, które gdzieś są, ale ich tam nie było. Więc zaczynają podążać za swoimi snami. Tak było z Jackiem Łuczkiem z Warszawy, który w wywiadzie dla pewnego magazynu przyznał, że podróże stały się jego obsesją. I nagle organizm zaczął się buntować! Szczegółowe badania nie pozostawiały wątpliwości. - Ma pan cukrzycę – zawyrokował lekarz. Wyrok? Nie, Jacek dochodzi do wniosku, że ta diagnoza może odmienić jego życie. Nie będzie czekał do emerytury aby zrealizować swoje marzenia. Co zrobił? - Po ośmiu miesiącach od zdiagnozowania choroby wybrałem się na samotną wyprawę do Nepalu. Przygotowywałem się do niej pół roku, chodząc na siłownię, rozmawiając z ludźmi, którzy już tam byli, a także czytając książki i przewodniki. Cały wyjazd zorganizowałem sam, dzięki czemu zobaczyłem i osiągnąłem to, czego chciałem. Zdążył zwiedzić Indie, Tajlandię, Ekwador. W niedalekiej przyszłości wybiera się do Urugwaju, a potem może uda mu się przejechać Afrykę na motocyklu. Profesjonalnie zajął się fotografią, doradza innym diabetikom jak osiągnąć sukces zawodowy. Jest głodny nowych wyzwań.

Czy taka przyszłość czeka wszystkich cierpiących na cukrzycę? Czy nie wolno im marzyć o wykonywaniu ukochanej profesji, w której spełniliby się zawodowo i emocjonalnie? Dobrze kontrolowana cu-



krzyca nie jest przypadłością, która uniemożliwia pracę czy samorealizację. Wręcz przeciwnie. Nie może być powodem dyskryminowania na polu zawodowym. To prawda, że diabetycy nie mogą wykonywać niektórych profesji, ponieważ tak stanowią przepisy prawa. I tak zaleca medycyna dla dobra samego diabetyka. Ale ograniczenia – jakie by nie były – nie oznaczają, że trzeba zrezygnować z pracy. Diabetyk może być tak samo dobrym, mobilnym i kreatywnym pracownikiem, jak każdy inny, bo cukrzyca nie oznacza upośledzenia umysłowego, nie jest zakaźna i nie powoduje włączania syren przeciwpożarowych w zakładzie pracy.

Oto kilka przykładów życiorysów ludzi z pierwszych stron gazet, którzy mimo cukrzycy osiągnęli niebywałe sukcesy i są znani na całym świecie, ba, podziwiani i akceptowani:

Lech Wałęsa - Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej w latach 1990 – 1995, laureat Pokojowej Nagrody Nobla w roku 1983,

Maria Fołtyń - śpiewaczka operowa i reżyser,

Zbigniew Hołdys - muzyk i wokalista,

Michał Jeliński - polski wioślarz, czterokrotny mistrz świata, mistrz olimpijski z IO w Pekinie, czterokrotny mistrz świata w konkurencji czwórek podwójnych mężczyzn (2005, 2006, 2007, 2009),

Dorota Kośmicka - producentka telewizyjna i filmowa, współtwórca wielu seriali, m.in. „Niania”, „Camera Café”, czy „Ka-

sia i Tomek”, w 1997 wybrana Osobowością Roku przez „ELLE”, w 2000 roku magazyn „FILM” umieścił ją na 12 miejscu najbardziej wpływowych producentów filmowych w Polsce. Jest pierwszą kobietą, która osiągnęła tak wysoką lokatę. Obecnie producent seriali w TVP „Czas honoru” i „Londyńczycy”,

Andrzej Zaorski - bohater wywiadu na łamach „Cukrzyca a Zdrowie”, wybitny aktor i reżyser,

Marta Wiśniewska - znana jako Mandaryna - polska tancerka, choreografka, aktorka i wokalistka muzyki dance. Z wykształcenia animator kultury.

A światowi idole kina: **Angelina Jolie**, **Sharon Stone**, **Elizabeth Taylor**. Dla porządku wymienię jeszcze **Edisona**, **Pucciniego** i **Hemingwaya**.

Tymczasem w opowiadanej mi niedawno historii młodego człowieka chorego na cukrzycę spotkał dramat. Choroba też odmieniła jego życie. Dowiedział się, że jest „ułamny”, nieprzydatny „że jego miejsce jest na marginesie”. Otrzymał wymarzoną pracę i właśnie kończył mu się okres próbny. Szefostwo było bardzo zadowolone i przygotowało mu umowę „na stałe”. Ucieszony młodzieniec oświadczył, że jest gotów do działania, nie zawiedzie, postara się, itp. Tylko jeszcze zrobi sobie badania w przychodni... diabetologicznej. I po powrocie od lekarza dowiedział się, że czekająca na niego umowa znajduje się... w koszu na śmieci. W oczach pracodawcy okazał się być niezdolnym do pracy, chociaż nie miał być kierowcą TIR-a, nie miał pracować jako nurek głębinowy, górnik, wiertnik, pilot, hutnik, maszynista trakcji elektrycznej czy... cukiernik!

Gdyby zajęcie wykonywane przez owego młodzieńca wymagało wyjątkowego skupienia, jak u kontrolera lotów myśliwców, refleksu strzelca wyborowego, koncentracji pilota F16, to już we wczesnym etapie komisja lekarska zabroniłaby mu tych profesji. Gdyby wspomniane wyżej „szefo-



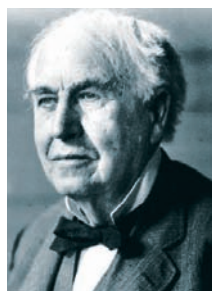
stwo” doszło do wniosku, że warunki pracy są szczególne, to na wiadomość o cukrzycy przyszłego pracownika, mogłoby zażądać dokumentu stwierdzającego, że nie cierpi na zaburzenia odczuwania hipoglikemii czyli tak zwanej nieświadomości poziomu cukru poniżej normy. Ale nic takiego nie miało miejsca.

W innej historii wystąpił przedstawiciel bardzo znanej firmy ubezpieczeniowej, który miał swoich ewentualnych klientów fantastycznymi warunkami ubezpieczenia na życie, minimalną składką i maksymalnym zyskiem, czyli mówiąc bez ogródek obiecywał przysłowiowe gruszki na wierzbie. Kiedy jednak ojciec rodziny, która była już gotowa ulec urokowi ubezpieczyciela, nieśmiało wspomniał, że wprawdzie choruje na cukrzycę typu 2, ale to przecież nie dzuma, cholera czy jakaś tam beri-beri, ubezpieczyciel stracił entuzjazm, zwinął ulotki reklamowe i mało kurtuazyjnie pożegnał się. Okazało się, że w owych ulotkach reklamujących raj na ziemi, było napisane drobnym drukiem, iż cukrzyca figuruje w spisie chorób takich właśnie jak dzuma. Zapewne po to, aby ubezpieczony (jak wielu z nas) nie przeczytał lub nie doczytał owego warunku i stanowiło to podstawę do niewypłacenia należności, ale nie przeszkodziło w pobieraniu opłat. Ubezpieczający nie miał zamiaru ponosić ryzyka, że jego zysk może zamienić się w konieczność wypłaty odszkodowania.

Czy to jest dyskryminacja? Stuprocentowa! Oprócz ograniczeń dotyczących wykonywania niektórych zawodów, chory na cukrzycę powinien mieć możliwość wyboru pracy, którą lubi - twierdzi dr Zofia Ruprecht z Kliniki Endokrynologii i Diabetologii Collegium Medicum Uniwersytetu im. Mikołaja Kopernika w Toruniu, konsultantka merytoryczna wielu portali medycznych. Według niej bardziej zalecane są zawody związane z pracą umysłową i raczej te lżejsze niż łączące się z dużym wysiłkiem fizycznym. Wybierając pracę należy zastanowić się, jak najlepiej pogodzić kontrolę cukrzycy z wymaganiami dnia pracy. Miejsce pracy powinno spełniać

pewne wymagania. Chory powinien mieć możliwość sprawdzania poziomu cukru we krwi, wykonania iniekcji insuliny czy zjedzenia przekąski w razie potrzeby. Ważne też, aby w pracy był ktoś, kto mógłby pomóc w razie epizodu ciężkiej hipoglikemii, która może, chociaż nie musi, przytrafić się każdemu choremu. Warto o tym porozmawiać z pracodawcą (złośliwi twierdzą, że najlepiej by było, gdyby pracodawca był diabetikiem!)

Najlepiej, aby godziny pracy były regularne, co znacznie ułatwia kontrolę poziomu cukru we krwi. Nie znaczy to - według dr Ruprecht - że nie można wykonywać zajęć, które wymaga pracy zmianowej lub nienormowanego czasu pracy, ale wtedy należy wszystko dobrze zaplanować. Czy będzie można pogodzić leczenie cukrzycy i posiłki z godzinami pracy? Warto to omówić z lekarzem, który może przepisać insuliny, które będą bardziej odpowiednie dla takiego trybu życia. I tak np. analogi insuliny i mieszanki analogowe umożliwiają lepsze niżeli insuliny klasyczne leczenie poprzez zapobieganie wzrostowi poziomu cukru po posiłku albowiem lepiej pokrywają zapotrzebowanie na insulinę przez całą dobę. Analogi przeciwdziałają hipoglikemiom, tzn. ograniczają znaczne i groźne spadki poziomu glukozy we krwi. Analogi poprawiają jakość życia osób z cukrzycą, ponieważ pozwalają zmniejszyć liczbę posiłków. Z powodu krótkiego szczytu działania stężenie analogu we krwi szybko się obniża do poziomu podstawowego, dlatego można wyeliminować dodatkowe posiłki i przekąski, które mają ochronić pacjenta przed wystąpieniem hipoglikemii, pozwalają zjeść np. ciastko. To eliminuje przerwy w pracy. Ponadto analogi są wygodne w stosowaniu, wchłaniają się bardzo szybko, można je wstrzykiwać bezpośrednio przed posiłkiem (nie jest potrzebne zachowanie 30-45-minutowej przerwy między wstrzyknięciem, a początkiem posiłku, jak w przypadku insuliny ludzkiej).



Tak więc diabetycy są zdolni do wykonywania bardzo wielu ważnych zawodów. Niestety, często mają problemy ze znalezieniem pracy, zwłaszcza, jeśli nie mają odpowiednich kwalifikacji i wykształcenia. Poza tym ci, którzy pracują nierzadko boją się utraty pracy ze względu na panujące powszechnie mity, które dotyczą ich absencji w pracy czy niższej wydajności. Z badań wynika, że osoby chore, prawidłowo leczone - nie mają poważnych powikłań, pracują bardzo efektywnie i opuszczają mniej dni w pracy. Być może jest to związane z faktem, że cukrzyca narzuca dużą dyscyplinę.

Badania wykazały, że około 20 proc. leczonych insuliną ukrywa w pracy fakt, że chorują. Nie chcą być dyskryminowani, pomijani w awansach. Jest to niestety fakt. Ale istnieje też druga strona medalu. W razie wypadku na stanowisku pracy, np. upadku z wysokości spowodowanego zaburzeniami świadomości, firma i chory mogą być narażeni na poważne konsekwencje. Dlatego lepiej, aby pracodawca wiedział, że ma do czynienia z diabetikiem.

Warto wiedzieć, że Polskie Towarzystwo Diabetologiczne opracowało dokumentację dotyczącą aktywności zawodowej diabetyków. Uznano, że poza nielicznymi profesjami nie ma powodu, aby chorych na cukrzycę dotykały jakiegokolwiek ograniczenia zawodowe. Jeśli takie są, to powinny obowiązywać pacjentów po starannym przeanalizowaniu ich sytuacji i stanu zdrowia. Jest absolutnie niedopuszczalne, aby cukrzyca stanowiła przyczynę dyskryminacji lub nierównego traktowania.

Sądy pracy wydały już kilka precedensowych wyroków chroniących prawa ludzi z różnymi ułomnościami, jak choćby wyrok nakazujący przywrócenie do pracy i uwzględnienie w awansach pewnego programisty komputerowego i informatyka, który cierpiał po wypadku na... niedowład stawu biodrowego.

Janusz Niczyporowicz