

A large, thick red line forms a rounded rectangular frame around the text. The line is smooth and curves at the corners, creating a clean, modern border.

# Odhalení

Príbehy pacientov  
s rakovinou krvi inak ako doteraz

# Odhalení



Zuzana  
Gajdošíková  
8



Juraj  
Csefalvay  
20



Milada  
Hrianková  
32

**Investície zlepšujú  
starostlivosť  
o pacientov,  
hovoria dáta**

**45**

**Keď sa povie  
rakovina krvi,  
väčšina z nás  
si predstaví  
vážne smrteľné  
ochorenie.**

**V skutočnosti sa  
pod týmto pojmom  
skrýva viac ako  
140 typov rôznych  
nádorových  
ochorení.**

**Najčastejšie sú to  
leukémie, lymfómy  
a myelómy. Mnohé  
z týchto ochorení  
sú už dnes  
liečiteľné.**


V tejto publikácii nenájdete tradičné spracovania príbehov onkologických pacientov. Práve naopak. Na prvý pohľad budete mať problém rozpoznať, že sa pozeráte na ľudí, ktorí majú skúsenosť s rakovinou. Vďaka včasnej diagnostike a kvalitnej liečbe sa napriek rakovine krvi vrátili späť do života. A dnes inšpirujú ostatných.

Práve tieto príbehy sú dôkazom toho, čo investície do slovenského zdravotníctva a zdravia konkrétnych ľudí reálne prinášajú, a čo zároveň vďaka tomu pacienti vracajú krajine späť.

**Pozývame vás,  
aby ste ich  
odhalili spolu  
s nami.**

*Zuzana  
Gajdošíková*

„Boli chvíle,  
keď som si  
nevedela pomôcť.  
Tak som ďalej  
pomáhala  
na poliklinike.“



Zuzana (52) je manažérka a riaditeľka Mestskej polikliniky Dr. Jozefa Goldbergera v Giraltovciach. Aktívne podniká. V marci 2018 jej diagnostikovali mnohopočetný myelóm v III. štádiu. Momentálne je na udržiavacej liečbe. Od marca 2023 je v remisii.

## Vediete úspešnú polikliniku v Giraltovcich, vždy ste sa chceli venovať zdravotníctvu?

Okrem ekonómie som vyštudovala aj sociálnu prácu. Kedysi som chcela pomáhať v Afrike, ale povedala som si, že aj na Slovensku je dosť ľudí, ktorí potrebujú pomôcť. V minulosti som založila viaceré denné stacionáre pre seniorov. Od minulého roka rozvíjam komplexné rehabilitačné centrum pre deti s vývojovými chorobami. Priamo na poliklinike pripravujem aj ďalší projekt – centrum pre ľudí so zníženou mobilitou. Musím sa priznať, že sa v živote nenudím, ale práca mi dáva silu a zmysel.

## Toto všetko zvládnete popri vašom ochorení?

Musím fungovať a pracovať ďalej, aj keď som počas liečby mala aj také dni, keď som sa nevládala ani len postaviť z postele. Aj krátko pred transplantáciou som ešte riešila výplaty pre desiatky zamestnancov.



„Prispôsobila som sa zmenám, ktoré nastali. Cítim to tak, že tu mám poslanie a snažím sa pomáhať.“

**Dá sa vôbec zvládnuť „mať rakovinu“?**

Rakovina je neprenosná skúsenosť. Nebudem klamať, je to ťažké, ale dá sa to prežiť. Aj keď bolo najhoršie, hovorila som si: Zuza, ide sa ďalej! Fungujem už piaty rok od transplatacie. Popravde, žijem trochu netradične – na pol roka dopredu, ale zvykla som si. Žijem hlavne naplno v prítomnosti a nič neodkladám na zajtra. Prispôsobila som sa zmenám, ktoré nastali. Cítim to tak, že tu mám poslanie a snažím sa pomáhať.







## Čo vám najviac pomáha?

Zachraňuje ma moja práca. Keď sa cítim dobre, som v práci aj desať hodín. Keď občas nevládzem, pracujem z domu. Som akčná žena a držím krok aj s mojimi zamestnancami. Keď bolo treba maľovať na poliklinike, maľovala som spoločne s nimi. Osvedčilo sa mi to aj počas covidu. Chodila som do práce a išla príkladom.



„Snažím sa byť užitočná pre spoločnosť a vraciam jej naspäť to, čo do mňa investovala.“



## Kde hľadáte silu okrem práce?


Nastavila som si to v hlave. Povedala som si, že chcem žiť kvôli dcére, ktorá býva v Hamburgu. Radosť mi robia skoré ranné prechádzky so psom, rada bicyklujem a starám sa o záhradu. Snažím sa byť užitočná pre spoločnosť a vraciam jej naspäť to, čo do mňa investovala.

## Je niečo, čo by ste chceli odkázať ľuďom po vašej skúsenosti s rakovinou?

Moja skúsenosť s chorobou ma inšpirovala. Pre našich pacientov chcem aj na základe vlastnej skúsenosti len to najlepšie. Taktiež sa snažím vzdelávať aj ďalších ľudí a dostať do ich povedomia, že je potrebné nechať sa neodkladne vyšetriť, ak sa necítia dobre.

Juraj  
Csefalvay

„Niekomu  
by to vzalo vietor  
z plachiet, ja som  
sa vydal plaviť  
po Dunaji.“

A portrait of a middle-aged man with a balding head, smiling warmly. He is wearing a grey and brown patterned polo shirt with orange accents. The background is a soft-focus green landscape with trees. The text is overlaid on the bottom right of the image.

Juraj (64) je technológ a výskumník v odbore biologického čistenia odpadových vôd. Časté infekcie dýchacích ciest ho prinútili ísť na vyšetrenie, ktoré vo februári 2015 odhalilo mnohopočetný myelóm. V septembri 2015 absolvoval transplantáciu kostnej drene. Následne bol na inovatívnej liečbe a momentálne je v remisii. Užíva len lieky na podporu imunitného systému. Posilnený sa vrátil do života, aktívne pracuje a športuje.

„Služobne  
cestujem, tento  
rok som bol  
už v Číne  
a vo Vietname.  
Vrátil som sa  
do života.“





## V čom spočíva vaša práca?

V práci sa venujem biologickému čisteniu vody bez chémie. Výsledky, ktoré spolu s kolegami dosahujeme, ma ženú vpred. Vyvíjame zariadenia, ktoré patria z hľadiska efektívnosti medzi najlepšie na svete. Venujem sa inováciám, lebo chcem, aby bolo čistenie vody dostupnejšie pre každého. Aj napriek tomu, že som bojoval s rakovinou, som počas liečby pripravil niekoľko medzinárodných patentov. Momentálne pracujem na patente, ktorý verím, že bude prínosný aj pre ďalšie generácie. Služobne cestujem, tento rok (2023) som bol už v Číne a vo Vietname. Vrátil som sa do života.

## Ako sa dá vôbec zvládať „mať rakovinu“?

Od začiatku som sa odosobnil od choroby, aby ma neničila. Veril som, že mi liečba, ale aj môj pozitívny prístup a postoj k tejto neľahkej a komplexnej diagnóze pomôžu. Dnes si vychutnávam prítomnosť, nežijem v minulosti a nebojím sa zajtrajška.

# „Som v remisii, ale čím ďalej, tým som na tom lepšie.“



## Čo vám dodáva silu?

Mám 5 vnukov, krásne rodinné aj pracovné zázemie. Silu som však našiel aj sám v sebe. V zásade som sa nikdy nenechal ľutovať. Ubral som z rýchlosti, sústredil som sa na to, čo vnímam, čítam, čomu verím. Som v remisii, ale čím ďalej, tým som na tom lepšie. Cítim, že žijem viac vedome. V mojom prípade platí, že diagnóza mi viac dala ako zobrala.





## Čomu sa aktuálne venujete okrem práce?

Málo sedím, som stále v pohybe. Jazdím na bicykli a každý piatok hrávam futbal. Zároveň mám doma aj malé gazdovstvo. Spolu s manželkou chováme ovce, kozy, sliepky a väčšinu toho, čo jeme si dopestujeme v záhrade. Jazdím na traktore, plavím sa na lodi po Dunaji, mám malú zbierku veteránov. Všetko som to nadobudol popri liečbe.

## Čo by ste odkázali ľuďom po vašej skúsenosti s rakovinou?

Pacientom s rovnakou diagnózou, ale aj s inými chorobami, odporúčam usporiadať si myšlienky, vyčistiť si hlavu a urobiť si v nej poriadok. Psychohygiena je extrémne dôležitá.



Milada  
Hrianková

„Nieкто  
by to bral ťažko,  
no ja som radosť  
nachádzala  
vo vážnej hudbe.“



Milada (74) je na dôchodku. V minulosti pôsobila v Štátnom komornom orchestri v Žiline, ktorý aj spoluzakladala. Mnohopočetný myelóm jej diagnostikovali v máji 2005. Vo februári 2006 podstúpila transplantáciu kostnej drene. Posledných osem rokov je na inovatívnej liečbe. Intenzívne sa venuje svojim blízkym a priateľom, cestuje a rada sa o seba stará.



„Klasická hudba  
lieči moju dušu.  
Našla som  
v nej radosť  
počas neľahkej  
choroby.“

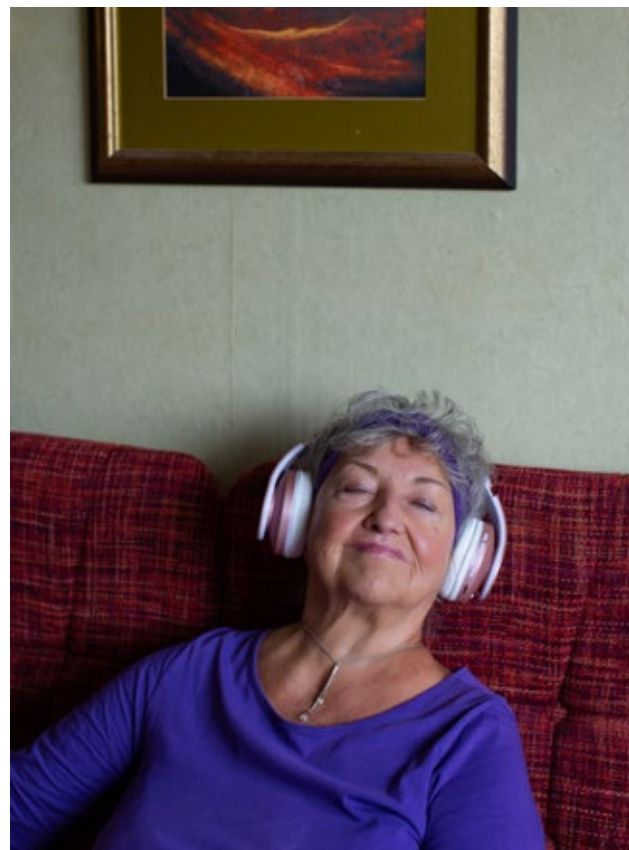
Ste spoluzakladateľkou Štátneho  
komorného orchestra v Žiline.  
Vždy ste sa venovali hudbe?

Vážna hudba ma sprevádza celým životom, som na nej odchovaná. Okrem spomínaného orchestra som aj štyridsaťpäť rokov učila hru na hoboji na Konzervatóriu v Žiline, roky som organizovala charitatívne koncerty. Aj keď som už teraz na dôchodku, vážnu hudbu milujem dodnes. Je to iný svet. A áno, už odmalička som chcela byť operná speváčka, ale na konzervatóriu ma prijali študovať hru na hoboj. Možno sa mi to podarí v druhom živote (smiech).



## Nezanevrelí ste na vážnu hudbu ani po diagnostikovaní ochorenia?

Keď mi diagnostikovali rakovinu krvi, dva týždne som na plné „pecky“ počúvala slávne opery, aby som sa spamätala. Robím to však dodnes. Zavriem oči, nechám sa unášať a zabudnem na starosti. Dcéra mi kúpila slúchadlá, môžem sa prechádzať po byte a hudba mi znie v ušiach. Doma si stále vyspevujem, zvykli si aj susedia.





**„S chorobou  
nebojujem.  
S myelómom  
žijem  
a existujem  
už 18 rokov,  
a tak k tomu aj  
pristupujem.“**

### **Chodievate na operu?**

Aida, Bohéma, Anna Bolena a Madam Butterfly sú moje obľúbené opery. Navštívila som taliansku La Scalu, ale aj opery vo Viedni, v Prahe a Bratislave. Pravidelne chodím na koncerty do žilinského Domu umenia Fatra. Klasická hudba lieči moju dušu. Našla som v nej radosť počas neľahkej choroby.

### **Dá sa vôbec zvládať „mať rakovinu“?**

Ľudia ma obdivujú, ako dobre vyzerám. Hovorím tomu boľavé pozitívum. S chorobou nebojujem. S myelómom žijem a existujem už 18 rokov, a tak k tomu aj pristupujem. Už osem rokov som na inovatívnej liečbe a snažím sa žiť normálny život a tešiť sa z maličkostí.

## Veľa času trávite so svojimi blízkymi a priateľmi. Určite sú vašou oporou.

Áno, veľa času trávim s mojím dvanásťročným vnukom Samkom, s ktorým sme si blízki a máme sa radi. Som na neho veľmi pyšná, tiež miluje hudbu, spieva a je skutočne nadaný. Ale rada pravidelne chodím aj na kávu s priateľkami alebo vernisáže do galérií. Vtedy sa aj veľmi rada vyobliekam. Zbožňujem klobúky a fialovú farbu, ktorá mi prirástla k srdcu. Často však myslím aj na môjho manžela, ktorý zomrel pred piatimi rokmi na rakovinu prostaty. Boli sme detská láska, poznali sa odmalička. Často sa mi s ním sníva. Keď som ochorela, založil patientsku skupinu Slovenskej myelómovej spoločnosti. Pomohol mnohým pacientom a presadzoval, aby spolupráca lekárov s pacientmi mala najmä ľudský rozmer.



## Čo vám ešte dodáva silu?

Každý rok cestujem za dcérou do Anglicka, ktorá sa o mňa stará ako o kráľovnú. Výborne sa tam zregenerujem a oddýchnem si. Chodila som tam aj v začiatkoch liečby. V Anglicku mám aj dvoch starších vnukov. Opaľujem sa pri mori, veľa čítam. Na jeseň sa chodím otužovať do rieky Rajčanka, pravidelne navštevujem saunu. Zdravo sa stravujem, som aktívna, tak som nastavená.



Investície  
zlepšujú  
starostlivosť  
o pacientov,  
hovorí dáta

+41%

nárast priamych nákladov z verejného zdravotného poistenia od roku 2014\*



Za posledný rok úhrady zdravotných poisťovní na liečbu pacientov s mnohopočetným myelómom stúpili. Aj predikcie najnovšej slovenskej analýzy o výdavkoch na starostlivosť o toto ochorenie odhaľujú, že investície do tejto oblasti by mali do roku 2030 stúpať.

Spolu s nimi stúpila za posledné štyri roky ešte významnejšie aj investícia do úhrad ambulantnej starostlivosti o pacientov s týmto ochorením. Oproti tomu klesli náklady na ústavnú starostlivosť.

Predikcie naznačujú, že práve ambulatná sféra by mala byť významne podporovaná aj v budúcnosti. V praxi to znamená, že pacienti budú ešte menej hospitalizovaní.

Už dnešné dáta ukazujú, že dochádza k 42-percentnému poklesu trvania práceneschopnosti a pacienti sa tak môžu oveľa skôr integrovať naspäť do pracovného života. To je dobrá správa, pretože mnohopočetný myelóm postihuje čoraz viac ľudí v produktívnom veku.

+453 %

nárast ambulantnej zdravotnej starostlivosti od roku 2014

-32 %

pokles ústavnej zdravotnej starostlivosti od roku 2014

-42 %

pokles v trvaní práceneschopnosti od roku 2014

\*Zdroj: Babela R. a kol., 2023, Analýza priamych a nepriamych nákladov na starostlivosť o pacientov s mnohopočetným myelómom na Slovensku, Prezentované na podujatí Odhalme rakovinu krvi 26. septembra 2023

# Táto publikácia je súčasťou projektu Odhalíme rakovinu krvi, ktorý pravidelne, od roku 2017, otvára diskusiu o hodnote starostlivosti o pacientov s hemato- onkologickými ochoreniami na Slovensku.

Projekt je súčasťou celoeurópskeho projektu Make blood cancer visible, ktorý vznikol s podporou spoločnosti Johnson & Johnson, divízia Janssen.



Partneri projektu:



CP-409976

