

DR. JEFFREY REDIGER

Teljes gyógyulás

*Az immunrendszer
és az elme ereje*

Open Books

BEVEZETÉS

Nyissuk ki az orvosi csodák feketedobozát!

Kétféleképpen csaphatjuk be magunkat. Egyrészt hihetünk abban, ami nem igaz. Másrészt hátat fordíthatunk annak, ami igaz.

SØREN KIERKEGAARD¹

2008-ban Claire Haser bizakodóan tekintett a jövőbe. Hatvanhárom éves volt, saját ritmusa szerint élte az életét, a hétköznapi buktatói sem okoztak neki gondot. Úgy tűnt, a tervei megvalósulnak, még hozzá éppen úgy, ahogyan elképzelte. A férjével együtt már alig néhány évük volt hátra a nyugdíjig. A gyerekeik felnőttek, önálló életet éltek, és egy sereg egészséges unokával ajándékozták meg őket. Claire és férje felnőttkoruk legnagyobb részét az oregoni Portlandben töltötték, és élvezték a városra jellemző időjárást, a gyakorta szemerkélő esőt, a zöldellő parkokat és a vörös téglás házakat. Claire szinte egész életében egészségügyi adminisztrátorként dolgozott: reggeltől estig az íróasztala mögött ült egy neonfényrel megvilágított irodában, miközben elborította a papírmunka.

Claire és a férje imádták Portlandet, mégis arról álmodoztak, hogy nyugdíjas éveiket Hawaiiin töltik. Évek óta

takarékoskodtak, tervezgették a költözést; már szinte kar-nyújtásnyira volt tőlük a cél. De Claire elégedett, nyugodt élete egyszer csak kibillent az egyensúlyából – nem volt többé fogódzó, amibe belekapaszkodhatott. Aggasztó, bizonytalan eredetű tüneteket tapasztalt magán – egyre gyakoribb hányingert, késszúrászerű fájdalmat a hasában –, ezért orvoshoz fordult, aki CT-vizsgálatra küldte. Így hát Claire felfeküdt a készülék vizsgálóasztalára, két karját az utasításoknak megfelelően a feje fölé emelte, próbált egyenletesen lélegezni, és remélte, hogy a testét feltérképező komputertomográf nem talál majd benne betegségre utaló nyomokat. A vizsgálat azonban egy nagyjából két centiméteres csomót tárt fel a hasnyálmirigyében, majd a biopszia, vagyis a szövetmintavétel a remény utolsó morzsájától is megfosztotta: az elváltozás rosszindulatú volt. Rák. Claire hasnyálmirigyében adenokarcinómát diagnosztizáltak: ez a hasnyálmirigyrák brutális és kezelhetetlen változata.

A *rák* baljós szó a társadalmunkban. Modern szörnyeteg, amelyről mindenkinek azonnal a súlyos betegség és a halál jut az eszébe. Valójában sokféle rák létezik: változó, hogy mennyire gyógyíthatók, és hogy milyen eséllyel húzódnak vissza. Léteznek olyan fajtái, amelyek nem végzetesek, ezekben az esetekben a beteg nem a *rákban*, hanem a *rákkal együtt* hal meg, hiszen a daganat sok éven keresztül csendben élhet a szervezetben, anélkül hogy bármilyen problémát okozna, mígnem az illető valamilyen más okból elhalálozik. Egyes daganatok lassan, de folyamatosan növekednek, mások éveken keresztül hol gyarapodnak, hol zsugorodnak. Számos rák okoz halált, ha nem kezelik; a beavatkozásra viszont igen jól reagál – legyen az műtét, kemoterápia vagy sugárkezelés. Bizonyos típusai maguktól elmúlnak, más fajtákra nem hat a kúra, így

csupán palliatív (panaszokat, fájdalmat csökkentő) terápia jöhet szóba, ami csupán azzal a reménnyel kecsegtet, hogy lassítja a tünetek súlyosbodását. És sok olyan daganatos betegség létezik, amely e két véglet között helyezkedik el, súlyosságuk tág határok között mozog.

Claire daganatáról, vagyis a hasnyálmirigy-adenokarcinómáról tudjuk, hogy a létező leghalálosabb hasnyálmirigyrák. Lefolyása szélvészgyors, a vége brutális. Az Egyesült Államokban évente nagyjából negyvenötezer esetet diagnosztizálnak, Európában ennek a dupláját. A legtöbb beteg a diagnózis után egy éven belül meghal. Férfiaknál és nőknél egyaránt ez a negyedik leggyakoribb rákos eredetű halálok, és az előrejelzések szerint hamarosan a harmadik helyre lép el elő.

A hasnyálmirigy-adenokarcinóma diagnózisa egyenlő a halálos ítélettel. Nem az a kérdés, *meghal-e* a beteg, hanem az, hogy *mikor*. De miért ilyen veszedelmes ez a kór?

A betegség korai stádiumában még nem jelentkeznek tünetek. A rák csendben, lopakodva fejlődik. Amikor az első tünetek megjelennek – étvágytalanság, súlyvesztés, hátfájás, időnként enyhe sárgaság (vagyis a bőr és a szem halványsárga árnyalata), rendszerint már túl késő. Ekkor a daganat általában már áttéteket (metasztázisokat) képzett a szervezet más részeiben. A kezelés meghosszabbíthatja az életet, de nem mentheti meg. A hasnyálmirigyrákos betegek nagy többsége (96 százaléka) a diagnózist követő öt éven belül meghal. A legtöbben ennél sokkal korábban: folyamatos kezelés esetén az átlagos túlélési idő három-hat hónap. Eből a szempontból Claire szerencsésnek mondhatta magát, hiszen az orvosok egy évet adtak neki.

A jövő, amelyet Claire addig elképzelt – a kertje, Hawaii, a férjével töltött csendes nyugdíjas élet – egyik napról

a másikra szertefoszlott. A betegség hurrikánként söpört végig az életén, és összetörte az álmait.

A diagnózis kézhezvétele után még két hét telt el, mire Claire találkozhatott a sebésszel. A családja és a barátai döbbenten vették tudomásul, hogy ilyen sokat kell várakoznia – hiszen *agresszív hasnyálmirigyrákkal küzd!* Hát nem arra lenne szükség, hogy kivágják belőle a daganatot, amilyen gyorsan csak lehet? Hogyan élhetne így még hetekig, tudva, hogy ott növekszik benne a tumor, amely talán agresszívvá válik, talán továbbterjed? De az asszony örült a szünetnek. Időre volt szüksége, hogy összeszedje magát. Ahogy megtudta a végzetes hírt, az élete hirtelen egy furcsa álomhoz kezdett hasonlítani. Váratlanul olyan közelinek tűnt az út vége, szinte látta, ahogyan a vonat egyenesen a szakadékba repíti. Felfoghatatlan volt. Mindezt csak tettezte, ahogy az orvosok bántak vele: akár egy kipipálandó rubrikával, egy testtel, amelyet tovább kell küldeniük a következő beavatkozásra. Az egészségügyi ellátórendszer ridegségével szembesülve Claire úgy érezte, mintha egy gépezet ejtette volna csapdába. Mintha egy futószalag vitte volna megállás nélkül az egyik munkaállomástól a másikig. Az egész folyamat merev, személytelen és rutinszerű volt.

Hazatérve azonnal tanulmányozni kezdte a betegségét. Falta a könyveket, a cikkeket, a weboldalakat, fáradhatatlanul keresett legalább egy gyengécske reménysugarat – bármilyen információ segített volna, amelyről az orvosok talán megfeledkeztek. De bármit olvasott, csak megerősítette, amit már tudott: ezt a fajta rákot senki sem éli túl. Claire szabályosan felforgatta az internetet, hogy legalább egyetlen, visszahúzódó hasnyálmirigyrákról vagy túlélésről szóló történetet találjon – de még csak hasonlóra sem bukkant.

Az egyetlen esélye egy Whipple-műtétnek nevezett eljárás volt. A módszert a kidolgozójáról, Allen Whipple-ről nevezték el, és igen drasztikus operációt takar, amelynek során eltávolítják a hasnyálmirigy egyes részeit, illetve az epehólyagot és a vékonybél bizonyos szakaszait (a duodenumot és a jejunumot, vagyis a nyom- vagy patkóbelet, illetve az éhbelet) – ezért hívják a beavatkozást latinul *pancreaticoduodenectomiának* –, sőt esetlegesen a gyomor és a lép bizonyos részeit is. A műtétnél súlyos komplikációkkal és utólagos következményekkel kell számolni, végtére is a hasnyálmirigy fontos feladatot lát el – többek között a vércukorszint szabályozásáért és a táplálék lebontásáért felel –, márpedig épp ennek a szervnek egy részét távolítják el. A hasnyálmirigy enzimeji rendkívül erős hatásúak; a szivárgásuk, ami igen gyakori műtéti szövődmény, kínzó fájdalommal jár. Claire megtudta, hogy utólag fájdalmai lehetnek, ödémák (vizenyős területek) alakulhatnak ki a testében, gyakori gyomorgörcs és szörnyű gázképződés bánthatja majd. Hosszú távon pedig a cukorbetegség, a vérszegénység, illetve a legkülönbébb emésztési zavarok megnövekvő kockázatával kell számolnia, amitől gyenge és kimerült lehet, valamint vitamin- és ásványianyaghiányállapotok léphetnek fel nála.

Claire az új információkon törte a fejét, képtelen volt elaludni, késő éjszakáig fennmaradt, és leírta a kérdéseit: azt tervezte, hogy az esedékes konzultáción majd mindent megbeszél a sebésszel.

A Whipple-műtét az egyetlen esélyem? Ha elvégzik az operációt, elképzelhető, hogy cukorbeteg leszek, és gyomorbénulás lép fel nálam? Képes leszek valaha újra normálisan enni? Lesznek fájdalmaim? Ha igen, meddig? Mennyi időbe telik a felépülés? A leírásokban szereplő