டாக்டர் கார்டியன் ஏஞ்சல்

கண்ணியமாக வாழ்ந்து, உலகைவிட்டு விலகும் ஓர் உண்மை கதையை மையப்படுத்தியது.

வணக்கம், என் பெயர் ஸாக். எனக்கு வயது 20. இப்போது இதை நீங்கள் படித்துக்கொண்டிருந்தால், அநேகமாக புற்றுநோயிக்கு எதிரான போராட்டத்தில் நான் தோல்வி அடைந்துவிட்டேன் என்பதாகும்.

தோல்வி அடைந்துவிட்டேன். மக்கள் ஏன் தோல்வி அடைந்துவிட்டேன் என சொல்கிறார்கள் என்பது தெரியாது. என் புற்றுநோய் பயணத்தை விளக்க, அந்த சொல்லை நான் பயன்படுத்த மாட்டேன். ஏனெனில், கடைசி சில மாதங்கள் பொன்னானது. நான் இழந்ததைவிட, பல நன்மைகளை அனுபவித்தேன்.

வாழ கற்றுக்கொண்டேன்.

என் வாழ்க்கை கதை துயரமானது என பலர் சொல்ல கேட்டிருக்கிறேன்.ஆனால், நான் அவ்வாறு நினைக்கவில்லை.

எனக்கு மூன்று வயது இருக்கும்போது, நான் ஒரு துரதிர்ஷ்டசாலி என்று ஜோசியக்காரர் ஒருவர் என் பெற்றோரிடம் சொன்னார்.

அதுவே அவர்களை "அம்மா", "அப்பா" என்று அனுமதியுடன் அழைக்கும் கடைசி தருணமாக இருந்தது.

இந்த சர்ச்சைகளுக்கு அப்பால், ஒரு நிறைவான வாழ்க்கையை நீடித்தேன். ஜேம்ஸ் என்று அழைக்கப்படும் என் மாமா எனக்கு இருப்பிடம் கொடுத்து, உணவும் வழங்கி, வளர்த்தார். எவ்வாறு பெண்களிடம் நற்புறவை வளர்த்துக்கொள்வது என்பதையும் சொல்லித் தந்தார்.

எப்போதுமே சரியான உத்திகளை பகிர்ந்துகொண்டார் என சொல்லமாட்டேன் ஆனால் சில இனிய காதல் அனுபவங்களை பெற்றேன். அதே பயணத்தில், பல நண்பர்களையும் சந்தித்து ஒரு குடும்பம் போல் பழகினோம்.

உண்மையில் மூச்சு திணறல் அனுபவிக்கும் வரையில், என் வாழ்க்கையில் எல்லாம் நன்றாகத்தான் இருந்தது.

எனக்கு புற்றுநோய் உள்ளது என்று அறிய வந்த அந்நாளை நான் மறக்க இயலாது.

எல்லா 20 வயதிற்கும் மேற்பட்ட சிங்கப்பூர் ஆண் மகன்களை போல, நாட்டிற்கு சேவையாற்றும் நேரம் எனக்கு வந்தது. அது குறித்து உற்சாகம் அடைந்தேன். புதிய நண்பர்களை சந்தித்து அவர்களுடன் மலரும் நினைவுகளை ஏற்படுத்த ஆவலுடன் இருந்தேன். அங்கிருந்த தேசிய சேவையாளர்களில் முதலாவதாக கண்விழித்து, எல்லா நடவடிக்கைகளுக்கும் தகுந்த உடை அணிந்து, தயாராக இருப்பேன். ஆனால் ஒரு காலை வேளையில், மார்பக பகுதியில் வலியை அனுபவித்தவாறு எழுந்தேன். அது மிகுந்த வலி தரவில்லை ஆனால் விட்டுவிட்டு வந்தது. அதனை நான் பெரிதும் பொருட்படுத்தவில்லை.

அதற்கு அடுத்ததாக, என் மூக்கில் குழாய்கள் பொருத்தப்பட்டிருந்தன. அப்போதுதான் எனக்கு நான்காம் கட்ட நுரையீரல் புற்றுநோய் இருப்பது தெரிய வந்தது.

இதை நான் எதிர்பார்க்கவில்லை.

ஜேம்ஸ் மாமா என் அறையை உலகின் சிறந்த வசிப்பிடமாக மாற்றினார். எனக்கு தேவையான அனைத்தும் உள்ளது என்பதை அவர் உறுதிசெய்தார். புதிய விளையாட்டுகளுடன் கூடிய 'பிளே ஸ்தேஷன் 4' விளையாட்டு சாதனத்தை எனக்கு வாங்கித் தந்தார். வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகளை எனக்கு அறிமுகம் செய்தார்.

வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகள் வாழ்வதற்கு வழிவகுக்கும் என்று ஜேம்ஸ் மாமா என்னிடம் தெரிவித்தார். ஆனால், அச்சமயம் அது இறப்பதற்கு வழிவகுக்கும் என்றே நினைத்திருந்தேன்.

அப்போதுதான் நான் டாக்டர் ஜேன் என்பவரை சந்தித்தேன்.

அவருக்கு ஏறக்குறைய என் வயதுதான். பிரகாசமான கண்களுடன் எதையும் மிகுந்த ஆர்வத்துடன் செய்யும் இயல்பு கொண்டவர். உலகத்திலேயே ஆக இனிமையான நபர் இவர்தான். அவர் வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவை மருத்துவராக எனக்கு சேவையாற்றினார். நான் நேர்மறையான சிந்தனையுடன் இருப்பதை அவர் உறுதி செய்தார். அது அவருக்கு சுலபான காரியம் ஏனெனில் அவர் முகத்தில் எப்போதுமே புன்னகை இருக்கும்.

என் மீது அவருக்கு ஒருவித பிரியம் இருந்தது என நினைக்கிறேன். அதற்கு அவரை குறை கூற முடியாது ஏனெனில் நான் பிறரை கவரக்கூடிய தன்மை கொண்டவன். என் வாழ்க்கை கதையை அவரிடம் பகிர்ந்துகொண்டபோது, கண் கலங்காமல் இருக்க முயற்சி செய்தார் என்பதை உணர்ந்தேன். அவர் இதை சொன்னதில்லை ஆனால் என் மீது அவர் அதிக அக்கறை கொண்டுள்ளார் என்பது எனக்கு தெரியும். அவர் எனக்கு பக்கபலமாக இருந்தார். எத்தகைய சிரமங்களை ஒரு நாளில் அனுபவித்தாலும், மறுநாள் ஒரு புதிய தொடக்கமாக கருதுமாறு டாக்டர் ஜேனும் அவரது மருத்துவ குழுவினரும் எனக்கு எப்போதும் நினைவுபடுத்துவர்.

எனக்கு சிகிச்சை அளிக்க மட்டும் அவர்கள் இல்லை. எனக்கு ஆதரவாக அவர்கள் இருந்தனர். ஒரு நிச்சயமற்ற சூழலில் நான் இருந்தேன் ஆனால் டாக்டர் ஜேனும் அவரது மருத்துவ குழுவினரும் என்னை வலுவான நிலையில் வைத்திருந்தனர். முதலில் எனக்கு வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகள் குறித்து சந்தேகம் இருந்தது ஆனால் உடல், மன, ஆன்மிக, உணர்வுபூர்வ ரீதியாக அது இவ்வளவும் உதவும் என்பதை உணரவில்லை.

பிறகுதான் புற்றுநோயின் தாக்கம் வெளிப்படத் தொடங்கியது. உடல் எடை அதிக அளவில் குறைந்தது; உணவின் ருசி அறியமுடியாமல் போனது. ஒரு புற்று நோய் நிபுணர், இந்தப் பிரச்சினைக்குத் தீர்வாக ஒரு வகை மருந்து பற்றி கூறினாலும், அது கடுமையான பக்கவிளைவுகளை ஏற்படுத்தக்கூடும் என்பதையும் விளக்கினார்.

இதனை டாக்டர் ஜேனிடம் தெரிவித்தேன். அம்மருந்தை எடுக்க விருப்பம் உள்ளதா என்று என்னிடம் கேட்டார். தயக்கமின்றி "ஆமாம்" என்று பதிலளித்தேன். அடுத்த சில வாரங்கள் சுலபமாக அமையவில்லை ஆனால் டாக்டர் ஜேன் அதனை கடக்க உதவினார். வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவை பராமரிப்பு குழுவினர் வலி நீங்கிட உதவினர். அவர்களின் அன்பும் ஊக்கமும் இல்லாமல் என்னால் சமாளித்திருக்க முடியாது என்று நினைக்கிறேன்.

புதிய மருந்தை எடுக்க தொடங்கி இரு வாரங்கள் ஆகிவிட்ட நிலையில், மூச்சு திணறலை அனுபவித்தேன். புற்றுநோய் நிபுணருடனான சந்திப்பில், டாக்டர் ஜேன் என் பக்கத்தில் அமர்ந்து ஒரு நல்ல மற்றும் சங்கடம் தரும் செய்தியை பகிரப் போவதாகச் சொன்னார்.

புற்றுநோய் கட்டிகள் மறைந்துவிட்டன என்பது அந்த நற்செய்தி. ஆனால், மருந்தின் பின்விளைவுகளால் பாதிக்கப்படும் ஒரு விழுக்காட்டினரில், நானும் ஒருவன். என் நுரையீரல் மெதுவாக செயலிழக்க தொடங்கிவிட்டது.

என் மனதில் அத்தருணம் தோன்றிய முதல் விஷயம்,"ஆஹா, ஃபெனல் ஃபென்டசி விளையாட்டில் நான் இதுவரை பெற்ற அதிக அளவிலான வெற்றிப் புள்ளிகளை எவ்வாறு நிலைநாட்டப் போகிறேன்?"

மனதை உறுதிக்கொண்டே இருக்கும் வருத்தங்களை டாக்டர் ஜேனுடன் பகிர்ந்துகொண்டேன். நான் விரும்பும் நபரை 'டேடிங்' அழைத்துச் செல்ல முடியாதது, உலக சுற்றுப்பயணம் மேற்கொள்ள முடியாதது, நல்ல மகனாக பெற்றோரை பார்த்துக் கொள்ள முடியாதது இவற்றில் அடங்கும்.

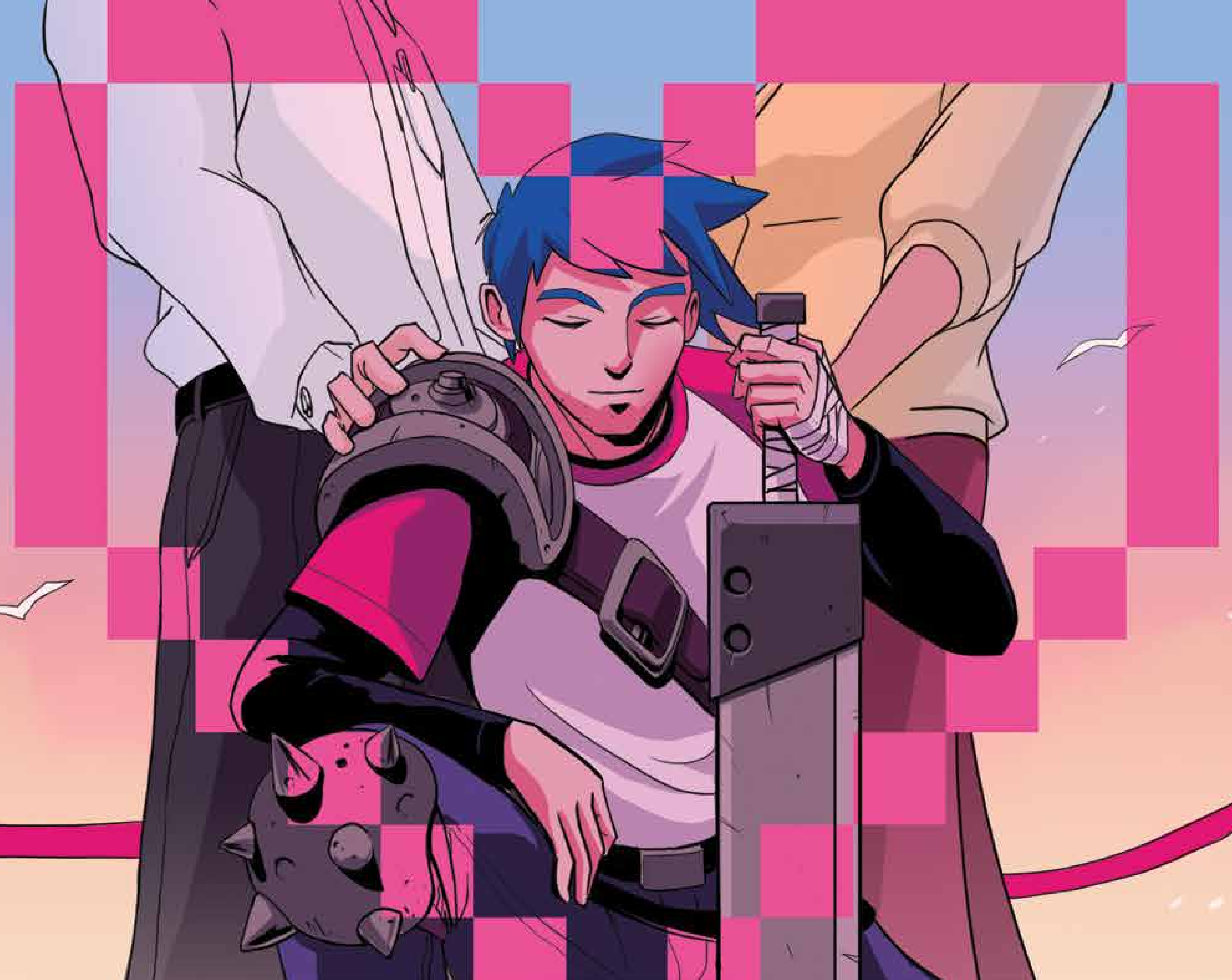
இதற்கெல்லாம் ஒரு புன்னகையை மட்டும் வெளிக்காட்டிய டாக்டர் ஜேன், நாளை திரும்பவும் என்னை சந்திப்பதாகக் கூறினார்.

மறுநாள் அதிகாலையிலேயே அவர் எனது வீட்டிற்கு வந்தார். அவர் ஒரு பேனா, காகிதம் மற்றும் ஓர் கடித உறையை கொண்டு வந்திருந்தார். எனது பெற்றோருக்கு கடிதம் அனுப்ப எனக்கு உதவுவதாகக் கூறினார்.

முதலில் அது ஒரு நல்ல யோசனையாக இருக்காது என்று நினைத்தேன் ஆனால் இந்நிலையில் இழப்பதற்கு ஒன்றும் இல்லை என்பதை உணர்ந்தேன். டாக்டர் ஜேன் பாவம், பக்கம் பக்கங்களாக அவர் அதிகம் எழுத வேண்டியதாயிற்று. சொல்வதற்கு நிறைய இருந்தது ஆனால் அதற்கான தகுந்த வார்த்தைகளை அடையாளம் காண சிரமப்பட்டேன். சொல்லி முடித்ததும், அவர் எழுதிய பக்கங்களை கடித உறையில் வைத்து பெற்றோரிடம் அனுப்பப் போவதாகக் கூறினார்.

சில நாட்கள் கழித்து, என்னை பார்க்க விருந்தினர் வந்திருப்பதாக ஜேம்ஸ் மாமா தெரிவித்தார். பார்க்க என்னை போல் இருக்கும் இருவர் அறைக்குள் நுழைந்தனர். அவர்கள் யார் என்று மனதளவில் எனக்கு தெரியும். அவர்கள் என் அருகில் அமர்ந்தனர். "மன்னிக்கவும் திரு, திருமதி லீ, என்னால் ஒரு நல்ல மகனாக இருக்க முடியவில்லை," என்று அவர்களிடம் சொன்னேன்.

அவர்கள் கலங்க தொடங்கினர். "மகனே என்னை மன்னித்துவிடு. அப்பாவும் அம்மாவும் மிகவும் வருந்துகிறோம்," என்றனர்.



நடந்ததை என்னால் நம்ப முடியவில்லை. சுமார் 20 ஆண்டுகள் கழித்து, என் பெற்றோரை சந்திக்கிறேன். அவர்களை மீண்டும் அப்பா, அம்மா என்று அழைக்க முடிந்தது. டாக்டர் ஜேன் எனக்கு செய்த இந்த உதவியை வர்ணிக்க வார்த்தைகளே இல்லை.

DR. JANE

வணக்கம், நான் டாக்டர் ஜேன்.

இந்த புத்தகத்தை முடிக்குமாறு ஸாக் என்னை கேட்டுக்கொண்டார். துரதிஷ்டவசமாக, ஸாக் ஜூன் 5ஆம் தேதி, அதிகாலை 3 மணிக்கு இறந்துவிட்டார். நோய் கண்டறியப்பட்டு, ஆறு மாதங்களுக்குப் பிறகு இவரின் இறப்பு நிகழ்ந்துள்ளது.

நான் ஸாக்கை மறக்கமாட்டேன். இறுதிவரை, எங்கள் அனைவரையும் புன்னகைக்க வைத்தவாறே அவர் உலகைவிட்டு விலகினார். அவர் எப்போதும் பிறருக்கு முன்னுரிமை கொடுப்பார். அவரின் நேர்மறையான வாழ்க்கை கண்ணோட்டம் பிறரையும் தொற்றிக்கொள்ளும் தன்மை வாய்ந்தது.

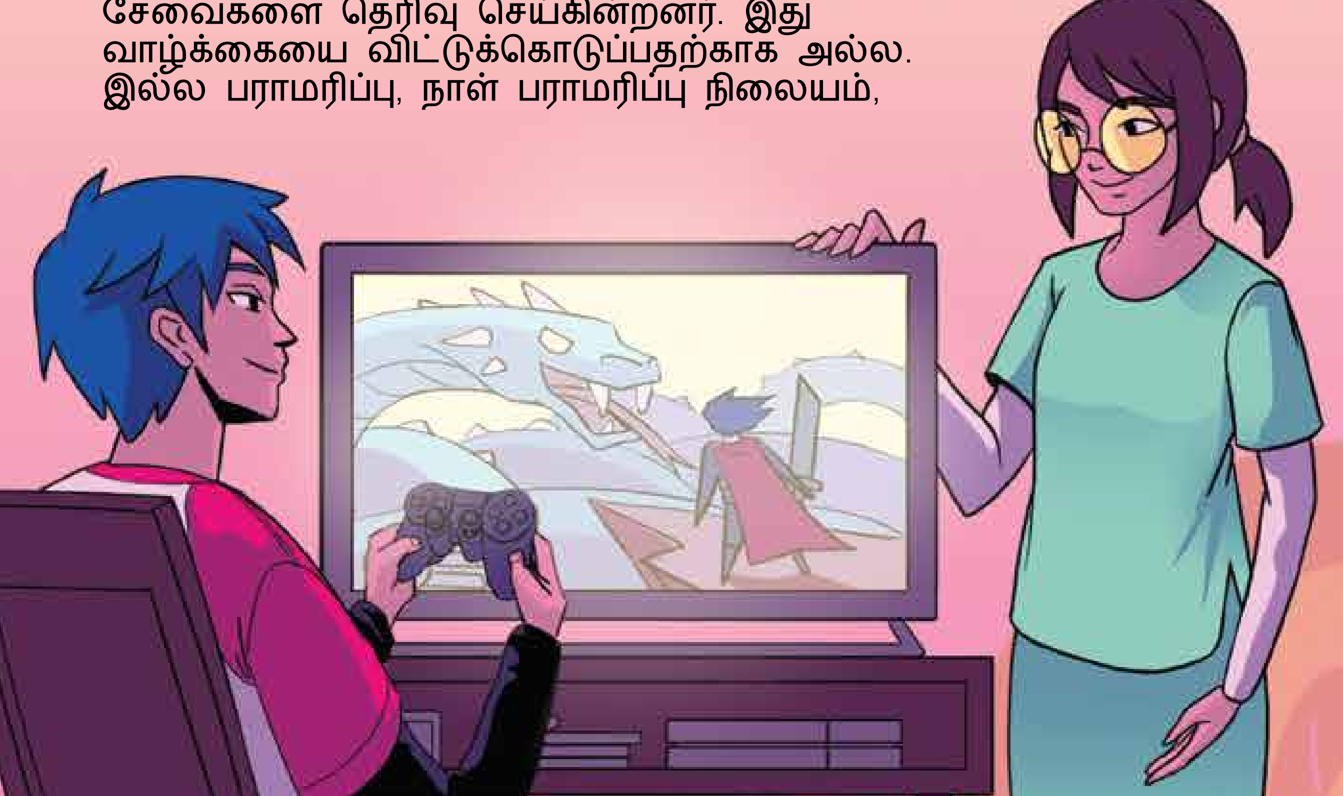
ஜேம்ஸ் மாமா, குடும்பத்தினர், நண்பர்கள் மற்றும் அந்திமகால பராமரிப்பு தொண்டூழியர்களுக்கு அவர் சொல்ல விரும்பியது இதுதான்: "மகிழ்ச்சியாக இருக்க முயற்சி செய்க. மேகமூட்ட நாட்கள் இருக்கும் ஆனால் சூரியன் கண்டிப்பாக வெளிவரும். அதற்கு உங்களுடன் கழித்த பொன்னான நாட்கள் ஓர் உதாரணம். எனது இறுதி மூச்சு வரை, என் வாழ்க்கையில் வண்ணம் சேர்த்த உங்களுக்கு நன்றி. நான் இழந்ததைவிட, பல நன்மைகளை அனுபவித்தேன்."

வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகள் எதற்கு?

டாக்டர் ஜேன் மற்றும் அவரது மருத்துவ குழுவினர் போல, மருத்துவர்கள், தாதியர்கள், சமூக ஊழியர்கள், ஆலோசகர்கள், பயிற்சிபெற்ற தொண்டூழியர்கள் அடங்கிய பன்முகக் குழுவால் வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகள் வழங்கப்படுகிறது. உடலியக்க, மன, சமூக, ஆன்மிக ரீதியாக நோயாளிகளுக்கும் அவர்களது குடும்பத்தினருக்கும் ஆறுதலும் ஆதரவும் இக்குழுவினர் வழங்குகின்றனர்.

வாழ்க்கையின் இறுதி காலக்கட்டத்தில், வாழ்க்கை தரத்தில் கவனம் செலுத்த நோயாளிகள் வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகளை தெரிவு செய்கின்றனர். இது வாழ்க்கையை விட்டுக்கொடுப்பதற்காக அல்ல. இல்ல பராமரிப்பு, நாள் பராமரிப்பு நிலையம், உள்நோயாளி பராமரிப்பு மற்றும் ஆலோசனை சேவைகள் போன்றவற்றில் வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகள் வழங்கப்படுகின்றன.

வாழ்க்கையின் இறுதி காலக்கட்டத்தை கண்ணியமான முறையில் அதிக வலி இல்லாமல் நீடிப்பதற்கு, முன்கூட்டியே திட்டமிட்டு, அதற்கான முடிவுகளை பிறரிடம் தாமதமின்றி தெரிவித்தல் முக்கியம். ஆரோக்கியமாகவும் சீரான மன நிலையில் இருக்கும்போதே முடிவெடுப்பது உகந்தது.



சிங்கப்பூர் அந்திமகாலப் பராமரிப்பு மன்ற பின்னணி

கடந்த 1995 ஆம் ஆண்டில் அமைக்கப்பட்ட சிங்கப்பூர் அந்திமகாலப் பராமரிப்பு மன்றம், பதிவுசெய்யப்பட்ட அறநிறுவனமாகவும் பொது பண்புக் கழகமாகவும் விளங்குகிறது. அந்திமகாலப் பராமரிப்பு, வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகளை சிங்கப்பூரில் வழங்கும் அமைப்புகளுக்கு பிரதிநிதியாக நாம் விளங்குகிறோம்.

கடுமையான நோய்களால் பாதிக்கப்படுபவர்களின் வாழ்க்கையை மேம்படுத்துவதிலும் அவர்களின் நெருங்கியவர்களுக்கு ஆதரவு வழங்குவதிலும் சிங்கப்பூர் அந்திமகாலப் பராமரிப்பு மன்றம் கடப்பாடு கொண்டுள்ளது.

இந்த மின் புத்தகத்தை library.singaporehospice.org.sg என்ற இணையப் பக்கத்திலிருந்து பதிவிறக்கம் செய்து கொள்ளலாம்.

மேல் விவரங்களுக்கு:

சிங்கப்பூர் அந்திமகாலப் பராமரிப்பு மன்றம்
535 Kallang Bahru, #03-09 GB Point
சிங்கப்பூர் 339351

தொலைபேசி: 6538 2231
மின்னஞ்சல்: info@singaporehospice.org.sg
இணையதளம்: www.singaporehospice.org.sg

வழங்குபவர்கள்:
SINGAPORE HOSPICE COUNCIL

வாழ்க வளமுடன். விடை பெறுக நலமுடன்

பதிப்புரிமம்©2019 சிங்கப்பூர் ஹாஸ்பைஸ் கவுன்சில்.
எல்லா உரிமைகளும் காப்புடைமையானவை. இப்பிரசுரத்தின் எப்பகுதியையும், பதிப்புரிமதாரரின் எழுத்துப்பூர்வ முன்னனுமதி இல்லாமல், மின்னணுவியல், இயந்திரவியல், ஒளிநகலெடுப்பு, பதிவுசெய்தல் அல்லது வேறு ஏதேனும் என எவ்வடிவிலும் அல்லது எவ்வகையிலும் மறு உருவாக்கம் செய்யதோ, மீட்கத்தக்க அமைப்பில் பதிவுசெய்யதோ கூடாது.

Updated Jul 2022

ISBN (சா.ஃப்ட்கவர்): 9789811433733
ISBN (மின்-புத்தகம்): 9789811433740

உருவாக்கியவர் BLKJ. படவிளக்கமளித்தவர் FreakyFir.
இப்புத்தக உருவாக்கத்தை சாத்தியமாக்க உதவியுள்ள தன்னார்வலர்களுக்கும், பங்களிப்பாளர்களுக்கும் சிறப்பு நன்றிகளைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறது.

Life
Books