



**Reg.č.projektu CZ.03.1.48/0.0/0.0/16\_068/0007157**

**Název projektu: "Po 50+ jdu do práce"**

Rozhovor s Ing. Janem Pospíšilem vedla Ing. Jiřina Vecková, metodička projektu " Po 50+ jdu do práce".

Sešli jsme se spolu neplánovaně, ale taková setkání vás vždy nejvíc poznamenají.

**Chtěla bych se Vás zeptat, jak se vlastně zjistilo Vaše onemocnění?**

Do padesáti let jsem byl velmi aktivní sportovec. Sjížděl divokou vodu, slézal hory u nás, v Alpách či dělal treky v Himalájích, běhal dlouhé tratě i maratony, na kole jezdil do práce 75 km a při atletických závodech jsem dokázal třicátníkům ukazovat záda, především na míli, což je má srdeční záležitost a tenkrát jsem ji ještě dokázal dát pod 5 minut. Ale z ničeho nic mě začala bolet záda, byl jsem unavenější a unavenější a jednou se mi při zavazování tkaničky zlomilo žebro. To jsem sice bral jako ne úplně normální, ale místo abych zašel k doktorovi, týden jsem bral Paralen a pak tvrdý trénink vysportovaného těla nechal na bolest zapomenout. Ale ten mnohočetný myelom, potvora, který jsem si tímhle způsobem hýčkal, se klidně rozvíjel a tak bolesti zad a žeber, kde tělo vyrábí krev, dostoupily tak daleko, že jsem měl spoustu zlomených žeber a o těch mikroprasklinkách ani nemluvě a v páteři tři zlomené obratle. Jeden se už úplně rozsypal a hrozilo, že si mícha začne hledat cestičku jinde. Bolesti byly už nesnesitelné a navíc jsem se začal dusit. Zbědovaný hrudní koš totiž už vyhlásil stávkou a dýchací svaly, přestože fungují na vegetativní bázi, již nedokázaly poručit polámaným žebřům, aby se hýbaly nahoru a dolů. Chodit to již nešlo. A tak mne snesli do auta a odvezli na vyšetření do nemocnice. Tam byl diagnostikován pokročilý mnohočetný myelom s rozsáhlými následky na skeletu. Hybnost zůstala jen rukám, ale nejhorší byla ta hrůza z udušení. Plná místnost vzduchu, kyslík u nosu puštěný naplno, a já se nemohl nadechnout. Bohudíky mi v nemocnici VFN na Karlově náměstí lékaři ihned nasadili chemoterapii. Rozhodovalo opravdu málo času. A byl to čas velmi perný, kdy si člověk mnohé ze svého života uvědomí z jiné stránky. Musel jsem se smířovat s odevzdáním svých nevyplněných a nedotažených životních plánů, které v té chvíli byly neuskutečnitelné.

**Jaký moment sehrál v průběhu léčby asi rozhodující roli? Nebo co se stalo zásadního?**

A tenkrát jsem zažil něco podobného jako klinickou smrt. Velmi silný, až mystický zážitek úplně jiné dimenze se mi vryl do mé paměti navždy. A způsobil naprostou proměnu v mém životě. Nejen, že radikální chemoterapie začala tlumit nemoc, ale i po duševní či psychické stránce jsem pocítil nikdy nebývalou léčivou sílu a naději. Chemoterapie pomohla utlumit myelom, ale rozbitý skelet mi zůstal smutným mementem. S několikrát zlomenou páteří a s proděravěnými kostmi se moje vyhlídky na aktivní život smrskávaly. Bezpodmínečně nutná byla operace páteře, kterou jsem podstoupil ve Vojenské nemocnici ve Střešovicích. Pro mě, aktivního člověka, táty od rodiny, syna rodičů, sportovce, člověka veskrze společenského to bylo loučení. Uvědomil jsem si, že už nikdy nevylezu na nějakou vysokou horu, že už nikdy nepropluji peřeje eskymáckými obraty, že už asi nikdy nepoběžím maraton. Měl jsem zapomenout na jízdu na kole, ale třeba i na sbírání hub v les, výlety či na opékání buřtů v přírodě. Páni doktoři mi ale ve Střešovicích vylili dva obratle keramickou hmotou, aby mícha zase měla pevnější oporu. A udělali to tak mistrně, že se mé vyhlídky zase trochu rozšířily. Musel jsem se zase učit chodit, jako děcko. Ale to jsem zvládal s buldočí zarputilostí bývalého sportovce. Po půl roce mě ošetřující lékař doporučil na transplantaci kostní dřevě, která se v našem „myelomovém“ případě děje formou „autotransplantace“. Přípravná fáze, separace buněk i vlastní vpravení buněk zpátky do těla se zdařilo a nové buňky začaly pracovat lépe než ty staré nakažené.



**Reg.č.projektu CZ.03.1.48/0.0/0.0/16\_068/0007157**

**Název projektu: "Po 50+ jdu do práce"**

### **Zajímalo by mě, jak reagoval zaměstnavatel? Vznikly nějaké vážné problémy?**

Celá tato anabáze mé nemoci se odehrála díky komplikacím mého rozbitého skeletu od dubna 2009 do března 2010. Pak jsem opět nastoupil do práce. Pracuji jako IT auditor v jedné velké bance a díky pochopení firmy a skvělého pracovního kolektivu mi zůstalo místo zachované. Přestože jsem měl nárok na alespoň částečný invalidní důchod a úlevy v práci, nevyužil jsem těchto možností a naplno nastoupil do práce. Ono je to také částečně dáno tím, že nerad vyplňuji složité formuláře a před úředníkem si nechci připadat jako podezřelá osoba, která chce nepatřičnou výhodu. Zkusil jsem požádat o statut ZTP, ale přestože jsem měl doporučení obvodního lékaře i mnoho zdravotních zpráv odborných lékařů, paní úřednice, která za mnou k nám domů zajela, se zeptala, zda si zavážu tkaničky u bot a zda se sám najím a při odpovědi, že dojíždím 75 km denně vlakem do práce a zpět, sklápala notes a podezřívavě si mě jako podvodníka prohlédla. Nepochopila, že jsem klidně mohl zůstat doma a užívat zbytek života s rodinou. Nepochopila, že mi chyběla práce a společnost kolegů. Ani to, že jsem chtěl využít dlouholeté zkušenosti, zaučit pár mladých kolegů, že jsem chtěl být prostě téhle společnosti trochu užitečný a neviset jí na krku. Nepochopila, že po probuzení mi to dlouho trvá, než rozhýbu své prožrané kosti, ale že tím, že chodím do práce, se podílím také svou měrou na HDP téhle krásné země a platím tím nemalé odvody a daně státu

Domnívám se, že moje osobní zkušenosti v zaměstnání jsou spíše výjimkou.

Stále se setkávám s lidmi, kteří jsou tzv. nepotřební pro zaměstnavatele a z různých důvodů se jejich pracovní pozice v zaměstnání mění. Řada mých kolegů a kolegyně dokonce onkologické onemocnění tají před svým zaměstnavatelem. Myslím, že dochází k diskriminaci i z důvodu věku, a to hlavně u osob starších nad 50 let. Na druhou stranu je také třeba vzít v potaz to, že i zaměstnavatelé mají různou náplň činnosti nebo výroby a onkologický pacient se u nich těžko uplatní. Vnímat je třeba i velikost podniků, resp. počet zaměstnanců. Právě velikost podniku ovlivňuje i flexibilní formy práce, které by onkologičtí pacienti přivítali. Velký podnik má jistě více možností zaměstnat osoby se zdravotním postižením, včetně onkologických pacientů.

Podle mých zkušeností je jednou z nejhorších variant to, že při dlouhodobé či přerušované nepřítomnosti v zaměstnání dochází u onkologických pacientů následně ke ztrátě základních pracovních návyků. Onkologičtí pacienti ztrácejí reálný přehled o situaci na trhu práce, současně se výrazně snižuje jejich sebevědomí, ztrácí i základní komunikační dovednosti atd. Ve svém důsledku ztrácí také základní motivaci k nástupu na trh práce, resp. do zaměstnání, posléze se dostávají do těžké společenské izolace.

### **Jaký je Váš názor na nemoc? Bere i dává?**

Tahle životní zkušenost s mou nemocí, o které mluví internet jako nevléčitelné, byla pro mne nesmírně cenná. Spoustu věcí jsem ve svém životě přehodnotil. Mnoho věcí ztratilo prioritu a naopak jsem si začal více vážit vztahů. Když jsem tam v nemocnici totiž ležel a očekával blížící se konecžití, uvědomil jsem si, že peníze, majetek, auto, rozestavěný dům či chalupa nemají tu hodnotu, jakou jsem jim přikládal dříve. Ani postavení v práci, ani vliv na druhé, dokonce ani má inteligence či mé znalosti a schopnosti nemají takovou váhu, jak jsem dříve myslel.



**Reg.č.projektu CZ.03.1.48/0.0/0.0/16\_068/0007157**

**Název projektu: "Po 50+ jdu do práce"**

### **Stále se věnujete sportu nebo pohybovým aktivitám?**

Znovu jsem začal trochu sportovat. Inu, maraton si jistě již nezaběhnu, ale začal jsem chodit. Nejprve mne inspiroval můj kamarád Jirka, se kterým jsem ležel na transplantaci kostní dřeně. A jak jsem se jeden den rozhodl, do 14 dní jsem vyrazil. Vyšel jsem v listopadu z francouzských Lurd, přes Pyreneje a krásnou baskickou krajinu jsem po necelém měsíci dorazil do 1000 km vzdáleného Santiaga. Zdá sice dostala zabrat, ale myelomu v mém těle se to asi líbilo, protože přestal zlobit a jeho hodnoty se ukázaly. V roce 2014 jsem natěšen vyrazil na další pěší pouť- z Prahy do Říma. Přechod nejkrásnější

Šumavy v dubnu, cesta kolem Innu, Salzburg a vysoké Alpy včetně přechodu přes Grossglockner byly úžasnou odměnou. A pak ty krásné rozeklané Dolomity... Nakonec jsem šel poutní františkánskou cestu Apeninami přes La Vernu, Assisi až do Říma, kde jsem už potkával mnoho poutníků z celého světa. A dodnes si dopisujeme a mám tím stále víc a víc kamarádů, za což jsem strašně rád. Když jsem vycházel na tuto druhou pouť, tak mi pan doktor říkal, že se moje myelomové hodnoty opět nachýlily k další možné transplantaci. Přesto, po slibu, že se nebudu přepínat, mi pouť schválil. A když jsem se vrátil, světe div se, měl jsem o polovinu menší hodnoty než před začátkem cesty.

### **Jak se teď cítíte? Co nemoc?**

Ale ona ta nemoc má své zákonitosti a donekonečna ji obalamučovat nemohu. Měl jsem na chemoterapie a přípravu k transplantaci nastoupit již v létě 2014, ale nastoupil jsem před Vánoci. V roce 2015 jsem absolvoval druhou transplantaci kostní dřeně na transplantační jednotce v Praze. Bohužel komplikace s infekcí na srdeční chlopni vedly k bezodkladné operaci srdce a transplantaci umělé chlopně. Od roku 2016 mi byl přiznán invalidní důchod III. stupně a možnost pracovat jen na částečný úvazek v mimořádném režimu, kdy bude maximálně omezeno riziko infekce. Vzhledem k tomu, že jsem pro firmu, kde jsem zaměstnán již více než 25 let pracoval a vzhledem k mým hlubokým znalostem místního prostředí IT a organizace práce a schopnosti týmově pracovat, zatím nemám problém se zaměstnáním, kde dlouhodobě odvádím velmi dobrou a expertní práci. Od ledna 2018 jsem opět nastoupil léčbu chemoterapiemi v studiovém režimu. Jsem vděčný vlastně za všechno, co mi život dal a co mi i teď dává. Za každý den, za každý krok, který už jsem nemusel nikdy ujit a dokonce za každé nadechnutí, protože jsem poznal hrůzu, když to nejde. Jsem vděčný za svou rodinu, za dceru, která mi dělá radost, za to, že jsem se mohl do poslední chvíle postarat o svoji staříčkou maminku. Jsem vděčný, že mám spoustu přátel, kterých jakoby přibývá.

### **Napsal jste také knihu nazvanou „ Z pošťákovi brašny“?**

Knihu jsem napsal v době, kdy jsem čekal na transplantaci srdeční chlopně, co lepšího dělat když čekáte. Podtitul knihy je „Putování do Santiaga de Compostela a do Říma“ a obsahuje řadu příhod, ale především setkání s lidmi.

Děkuji za rozhovor a věřím, že si popovídáme o příhodách z Vašich cest. Vlastně o Vaší cestě do Jeruzaléma.