Dr. Bidadari Pelindung
Diilhamkan daripada kisah benar tentang kehidupan dan pemergian yang bermaruah.
Life Books

Hai, nama saya Zach dan saya berumur 20 tahun. Jika anda sedang membaca ini, besar kemungkinan saya telah tewas dalam pertempuran dengan penyakit barah.

Tewas. Saya tidak tahu kenapa orang menggunakan perkataan tewas. Saya tidak akan menggunakan perkataan itu untuk menggambarkan perjalanan saya dengan penyakit barah. Beberapa bulan yang lepas ini penuh dengan keajaiban, saya memperoleh jauh lebih banyak daripada apa yang telah saya kehilangan.

Saya telah belajar untuk hidup.

Ramai orang menyifatkan kisah saya sebagai sebuah tragedi.
Namun saya tidak berfikiran begitu.

Semasa saya berumur 3 tahun, seorang tukang tilik memberitahu ibu bapa saya bahawa saya pembawa malang.

Dan itulah kali terakhir saya dibenarkan memanggil mereka Ibu dan Ayah.

Meskipun dipenuhi dengan sandiwara, saya telah menjalani kehidupan yang bermakna. Pak Cik James saya telah menyediakan untuk saya tempat tinggal dan makanan serta mengajar saya cara mendekati gadis.

Dia tidak sentiasa menyampaikan strategi yang betul, tetapi saya telah menjalinkan beberapa hubungan cinta yang manis dan membina persahabatan-persahabatan yang rapat hinggakan mereka seperti keluarga.

Segala-galanya baik, sehinggalah saya mula sukar bernafas.

Saya tidak akan pernah lupa hari semasa saya mendapat tahu tentang penyakit barah saya.

Seperti mana-mana anak lelaki Singapura berusia 20-an, telah tiba masanya untuk saya berkhidmat demi negara. Saya rasa sungguh bersemangat. Saya tidak sabar untuk membuat lebih banyak kenangan dan teman. Saya sentiasa merupakan orang pertama yang bangun dan bersiap sedia untuk setiap aktiviti. Namun pada suatu pagi, saya bangun dengan rasa sakit yang mencucuk-cucuk di dada saya, ia tidaklah begitu menyakitkan tetapi berlarutan dan agak kurang selesa, tetapi saya tidak menghiraukannya.

Tiba-tiba, ada tiub-tiub yang diletakkan di hidung saya – ia merupakan barah paru-paru, tahap 4.

Saya tidak menjangkakan perkara ini langsung.

Pak Cik James mengubah suai bilik saya hingga ia menjadi tempat paling selesa di dunia. Dia ingin memastikan bahawa saya mendapat segala yang saya perlukan. Lantas, dia membelikan saya Play Station 4 berserta permainan video terkini dan memperkenalkan sesuatu yang dikenali sebagai penjagaan paliatif.

Pak Cik James mengatakan bahawa penjagaan paliatif sepatutnya membantu saya untuk hidup. Namun pada masa itu, saya hampir menyangka bahawa ia untuk membantu saya mati.

Ketika itulah saya berjumpa dengan Dr. Jane.

Dia lebih kurang sebaya dengan saya, dan mempunyai mata yang berseri dan kesungguhan yang ikhlas. Dia orang yang paling baik di dunia. Dia merupakan doktor penjagaan paliatif saya dan dia memastikan saya kekal positif. Dia membuat keadaan seolah-olah mudah kerana dia sentiasa tersenyum.

Saya rasa dia lembut hati terhadap saya. Saya tidak menyalahkannya, kerana saya mudah disayangi. Saya menceritakan kisah hidup saya kepadanya dan saya dapat lihat yang dia cuba sedaya upaya untuk menahan air mata semasa mendengar kisah-kisah saya. Dia tidak pernah menyatakannya tetapi saya tahu dia benar-benar mengambil berat tentang saya. Dia menjadi sumber kekuatan saya dan walaupun betapa susahnya hari tersebut, Dr. Jane dan pasukannya sentiasa mengingatkan saya bahawa esok merupakan hari yang baharu.

Mereka bukan sahaja hadir untuk merawat saya. Mereka juga hadir untuk menyokong saya. Terdapat sungguh banyak ketidakpastian pada ketika itu tetapi Dr. Jane dan pasukannya memastikan saya tabah. Saya berasa ragu-ragu pada mulanya, saya tidak sedar bagaimana penjagaan paliatif dapat membantu saya dari segi fizikal, emosi, psikologi, dan rohani.

Kemudian kesan barah saya mula kelihatan. Berat badan saya kian menurun dan makanan tidak lagi berasa sedap. Seorang pakar barah memberitahu saya tentang sejenis ubat yang mungkin dapat membantu tetapi juga mungkin mengakibatkan kesan sampingan yang mendadak.

Saya memberitahu Dr. Jane tentangnya dan dia bertanya sama ada saya ingin mencuba ubat itu. Dan tanpa teragak-agak, saya membalas, “ya!!!” Beberapa minggu yang seterusnya amat sukar, tetapi Dr. Jane membantu saya menghadapinya – pasukan penjagaan paliatif telah membantu saya menghilangkan rasa sakit. Saya rasa saya tidak mungkin dapat bertahan tanpa kasih sayang dan galakan mereka yang berterusan.

Dua minggu telah berlalu sejak saya mula mengambil ubat baharu itu tetapi saya semakin sukar bernafas. Dr. Jane duduk di samping saya bersama dengan pakar barah itu dan memberitahu saya bahawa mereka ada berita baik dan buruk.

Berita baik, ketumbuhan itu telah hilang. Berita buruk, saya tergolong dalam kumpulan 1% yang terjejas oleh kesan sampingan ubat itu – fungsi paru-paru saya sedang menurun secara perlahan-lahan.

Perkara pertama yang menerjah fikiran saya ialah, “Bagaimanalah dapat saya mengekalkan pungutan mata tinggi saya dalam Final Fantasy?”

Saya memberitahu Dr. Jane tentang perkara-perkara yang paling saya kesali. Saya memberitahu dia bahawa saya rasa kesal kerana tidak dapat keluar bersama gadis kesayangan, melancong ke seluruh dunia, dan menjadi anak lelaki yang taat dan menjaga ibu bapa saya.

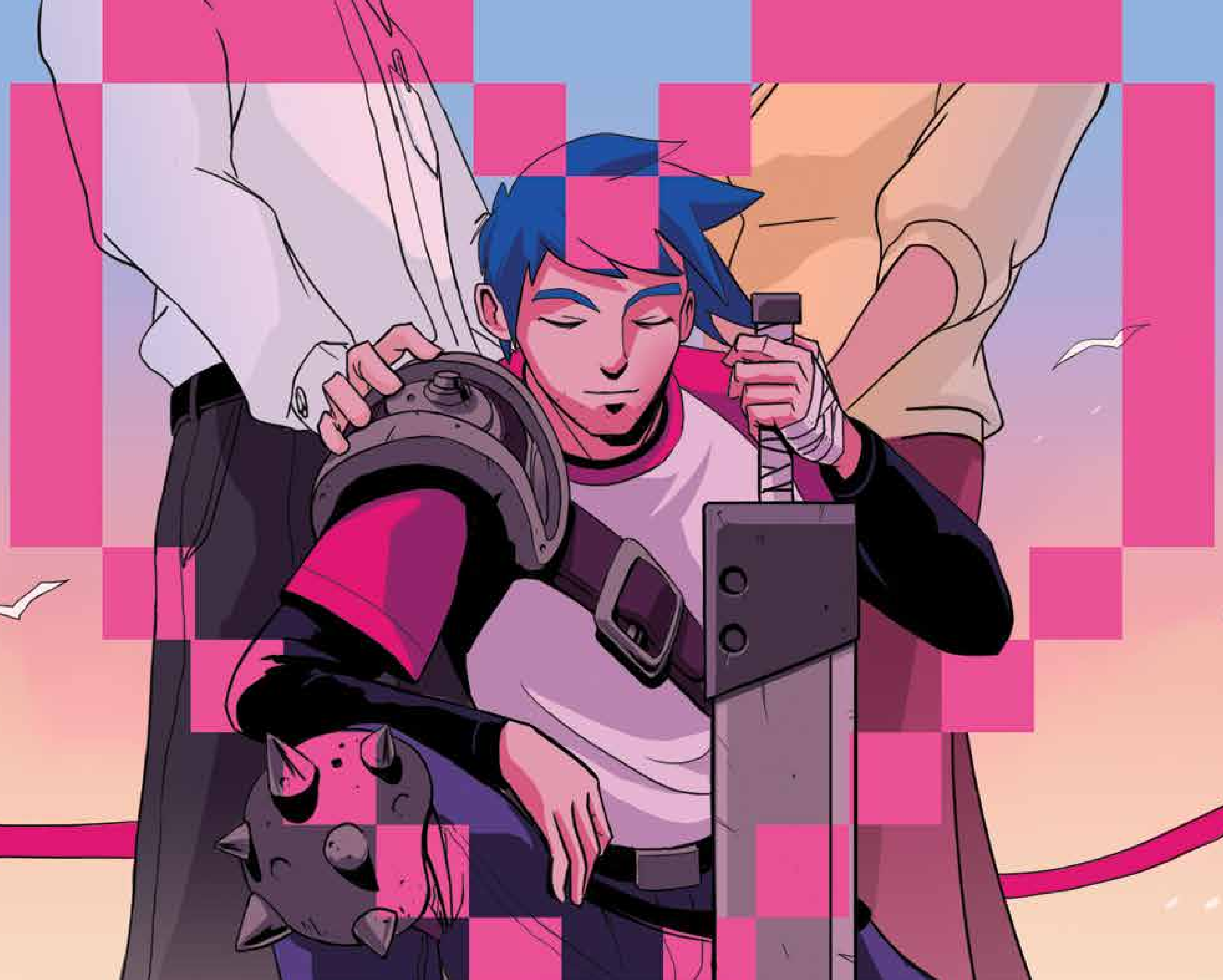
Dr. Jane hanya tersenyum dan berkata bahawa dia akan kembali esok.

Dia kembali ke rumah saya pada awal pagi keesokan harinya. Dia membawa pen, kertas dan sampul surat. Dia memberitahu saya bahawa dia akan membantu saya menghantar surat kepada ibu bapa saya.

Pada mulanya, saya merasakan bahawa ia bukanlah idea yang baik, namun, saya tidak  akan kerugian apa-apa pun. Kasihan Dr. Jane, dia terpaksa membantu saya menulis halaman demi halaman demi halaman. Saya mempunyai banyak isi hati yang ingin saya luahkan tetapi susah untuk saya mencari perkataan yang sesuai. Setelah selesai, dia memasukkan surat itu ke dalam sampul dan berkata bahawa dia akan menghantarkan surat itu kepada mereka bagi pihak saya.

Beberapa hari kemudian, Pak Cik James mengatakan bahawa saya ada pelawat. Dua insan yang sangat mirip dengan wajah saya masuk ke dalam bilik saya. Dalam hati kecil saya, saya tahu siapa mereka sebenarnya. Mereka duduk di sebelah saya dan saya berkata, “Maafkan saya kerana tidak dapat menjadi anak lelaki yang baik, Encik dan Puan Lee.”

Mereka mula menangis dan berkata, “Maafkan kami, wahai anak. Ibu dan Ayah kamu minta maaf banyak-banyak.”



Saya tidak mempercayai apa yang telah berlaku. Akhirnya saya berjumpa ibu bapa saya selepas 20 tahun dan saya dapat memanggil mereka Ibu dan Ayah sekali lagi. Saya tidak tahu bagaimana untuk mengucapkan terima kasih kepada Dr. Jane atas perkara yang telah dilakukannya untuk saya.

# DR. JANE

Hai, saya Dr. Jane.

Zach telah meminta saya untuk membantu dia melengkapkan buku ini. Malangnya, dia telah meninggal dunia pada 5 Jun pada pukul 3 pagi, enam bulan selepas diagnosisnya.

Saya tidak akan melupakan Zach. Hingga ke saat-saat akhirnya, dia tetap memastikan bahawa dia meninggalkan kami dengan senyuman. Dia mengutamakan semua orang lain sebelum dirinya sendiri dan mempunyai sifat positif yang berjangkit.

Dia ingin saya memberitahu Pak Cik James, ahli-ahli keluarganya, sahabat-sahabatnya, dan para sukarelawan hospis supaya, "Cuba kekal gembira. Walaupun akan ada hari yang mendung, matahari masih akan terbit semula. Sama seperti hari-hari yang saya habiskan bersama kamu semua. Terima kasih kerana membawa keceriaan kepada semasa nafas-nafas terakhir saya. Saya telah memperolehi lebih banyak daripada apa yang telah saya kehilangan."

**Mengapa penjagaan paliatif?**

Sama seperti Dr. Jane dan pasukannya, penjagaan paliatif disediakan oleh pasukan pelbagai disiplin yang terdiri daripada doktor, jururawat, pekerja sosial, kaunselor dan sukarelawan terlatih. Mereka memberi keselesaan serta sokongan kepada pesakit dan ahli-ahli keluarga mereka melalui penjagaan dari segi fizikal, psikologi, sosial, dan kerohanian.

Pesakit memilih penjagaan paliatif untuk memberi tumpuan kepada mutu hidup walaupun untuk waktu yang singkat. Ia bukan bermakna mereka berputus asa untuk hidup.

Perkhidmatan penjagaan paliatif yang disediakan termasuk penjagaan di rumah, jagaan harian, jagaan pesakit di hospital dan perkhidmatan perunding.

Jika kita ingin menghabiskan hari-hari terakhir kita secara bermaruah dan mengurangkan kesakitan yang bakal dialami, kita mesti membuat perancangan awal dan menyatakan keputusan kita ketika badan dan minda masih sihat.

**Mengenai Majlis Hospis Singapura**

Ditubuhkan pada 1995, Majlis Hospis Singapura (SHC) ialah badan amal berdaftar yang juga merupakan Institusi Bertaraf Awam (IPC). Kami adalah badan yang mewakili organisasi yang aktif menyediakan penjagaan hospis dan paliatif di Singapura.

SHC komited dalam usaha mempertingkat kehidupan pesakit yang hayatnya dihadkan penyakit dan untuk memberi sokongan kepada orang yang dikasihi mereka.

Salinan eletronik buku ini boleh dimuat turun di laman library.singaporehospice.org.sg

**Untuk maklumat lanjut:**

Majlis Hospis Singapura
535 Kallang Bahru, #03-09 GB Point
Singapore 339351

Tel: 6538 2231
Email: info@singaporehospice.org.sg
Laman web: www.singaporehospice.org.sg

Leave LIVE WELL

Brought to you by:
SINGAPORE HOSPICE COUNCIL

Hidup dalam Kesejahteraan, Pergi dalam Ketenangan

Hak Cipta © 2019 Singapore Hospice Council.
Hak cipta terpelihara. Tiada bahagian daripada penerbitan ini boleh diterbitkan semula, disimpan dalam sistem pengambilan, atau dihantar dalam apa jua bentuk atau apa jua cara, elektronik, mekanikal, fotokopi, rakaman atau sebaliknya, tanpa kebenaran bertulis terlebih dahulu daripada pemilik hak cipta.

Dikemas kini Jul 2022

ISBN (Kulit lembut): 9789811433719
ISBN (E-buku): 9789811433726

Dicipta oleh BLKJ. Ilustrasi oleh FreakyFir.
Penghargaan istimewa ditujukan kepada para sukarelawan yang telah membantu merealisasikan penerbitan buku ini dan juga kepada para penyumbang.

Life Books