

Bez hranic



**Bolest i naděje
v nekonečných bojích**

Obsah

3 Téma

Každá válka bolí

6 Obrazem

Hlasy zapomenutých

8 Příběh pacienta

Doktor tátovi řekl, že za půl hodiny budu mrtvý

9 Anketa

Jak jste vnímali vliv dlouhodobého konfliktu na obyvatele Jemenu?

10 Rozhovor

Naše dárce pojí naděje, že na světě může být líp

11 Sloupek

Někdy pro tu bolest nejde fungovat ani spát

Vydavatel:

Lékaři bez hranic, o. p. s.
IČ: 28476654

Zenklova 2245/29

180 00 Praha 8

Tel.: 257 090 150

office@lekari-bez-hranic.cz

Web: lekari-bez-hranic.cz

Facebook: [lekaribezhranic](https://www.facebook.com/lekaribezhranic)

Instagram: [msf_czech](https://www.instagram.com/msf_czech)

Twitter: [MSF_czech](https://twitter.com/MSF_czech)

Šéfredaktorka: **Michaela Tabakovičová**

Redakce: **Adéla Farkač, Tereza Wyn**

Haniaková, Kristýna Macháčková,

Tomáš Bendl, Alena Novotná,

Kateřina Burgerová

Grafická úprava: **Dipozitiv**

Cena tisku: **2,60 Kč**

Fotografie na úvodní straně:

© **Tetiana Gaviuk / Lékaři bez hranic**

Editorial



Ty nejtěžší chvíle



**Tereza Wyn Haniaková, mediální koordinátorka
a bývalá manažerka komunikace na Haiti**

Není ještě ani šest hodin ráno a budí mě zvonění telefonu. Volá projektový koordinátor. Do nemocnice, kterou má na starosti, v noci vtrhli ozbrojení muži. Někoho tam hledali. Hlas se mu mírně roztrese, když mluví o tom, že na něj mířili zbraní. Aby ho zastrašili, někdo-likrát před ním vystřelili do vzduchu.

Na Haiti takové situace nejsou ojedinělé. K incidentu došlo jen měsíc poté, co jsme byli nuceni dočasně uzavřít i další projekt v hlavním městě Port-au-Prince. Tam také vtrhlo asi 20 zahalených ozbrojenců. Přímo z operačního sálu unesli jednoho z pacientů. Po podobných událostech nás vždy čekají jedny z nejtěžších chvil. Můžeme na místě zůstat? Dokážeme našim kolegům zajistit bezpečnost? Pokud budeme muset projekt pozastavit, či zemi úplně opustit, kolik lidí ztratí přístup ke zdravotní péči, nebo hůře - kolik pacientů zemře?

Haiti není uprostřed války, jak ji známe. Nejsou tam dvě jasně vymezené,

proti sobě stojící strany, přesto se jedná o ozbrojený konflikt. Země se již dlouhá desetiletí zmítá v kruhu násilí, jež rozdmýchává přibližně sto různých gangů. Situace je nestabilní a nepřehledná. Zoufalství Haitanů nemá konce, stejně jako je v nedohlednu pomoc, řešení a stabilita. O to těžší jsou chvíle, kdy začíná diskuze o případném přerušení projektu, protože někdo porušil základní pravidlo: zbraně do nemocnic nepatří.

Jsou konflikty ostře sledované, ale i ty, na které svět zapomíná. Časopis, jenž právě držíte v ruce, vám přináší svědectví z různých částí světa, kde střelba už dlouhé roky neustává a největší daň si vybírá obzvláště na dětech.

Byť toto není lehké čtení, doufám, že v něm najdete i příběhy naděje a lidského odhodlání. ✕

↑ Hlavní vchod do nemocnice Tabarre v haitském hlavním městě Port-au-Prince. V nemocnici je vysoká potřeba traumatologické péče v důsledku násilí a nehod.

Každá válka bolí

Adéla Farkač, koordinátorka digitální komunikace

Když se řekne „Lékaři bez hranic“, nejspíš si vybavíte naše kolegy a kolegyně, jak pomáhají uprostřed válečné vřavy raněným. A nejste daleko od pravdy. Ošetřujeme a zachraňujeme tam, kde boje ničí životy lidí. V dlouhodobých konfliktech ale musíme léčit víc než jen akutní rány.

Od našeho vzniku v roce 1971 jsme pomáhali lidem v celé řadě válečných konfliktů, které poznamenaly historii 20. a 21. století: v Afghánistánu, Konžské demokratické republice, bývalé Jugoslávii, Rwandě, Iráku a v mnoha dalších zemích. Ve válkách kolabuje zdravotnictví, lidé utíkají ze svých domovů a pacienti se mnohdy musí vyrovnávat se svými zraněními. Pomoc lidem zasaženým boji dnes tvoří až třetinu našich humanitárních aktivit.

↑ Obyvatelka uprchlického tábora v Súdánu: „Mám strach o budoucnost svých dětí.“



© Lékaři bez hranic

Bezprostřední i dlouhodobé následky

Během ozbrojených konfliktů prudce narůstá počet zranění, která vyžadují rychlé ošetření. Například po násilných střetech na jihu Pobřeží slonoviny v roce 2011 pojmla naše malá nemocnice, která má běžně jen 12 lůžek, 130 pacientů a pacientek. V době nejtěžších bojů jsme zde ošetřili 25 až 30 lidí každý den.

Pomáháme i s trvalými následky těchto zranění, například v rámci rekonstrukční chirurgie nebo fyzioterapie. Mnohdy asistujeme lidem po amputacích - na Ukrajině v Kyjevě a Vinnycji jim návrat do běžného života usnadňuje i řada oddechových aktivit: od jízdy na koni po malování.

↓ Terapie s koňmi u pacientů zraněných ve válce na Ukrajině. Koně přijíždějí až do areálu nemocnice.



© Lékaři bez hranic

← Sociální pracovnice Avelina Pavlovská s pacientem v rehabilitačním projektu v ukrajinské Vinnycji. Většina pacientů má amputované končetiny v důsledku zranění z války.

Ze dne na den bez léků

Násilí s sebou samozřejmě nenese jenom velký počet raněných a mrtvých. Během ozbrojených konfliktů představují nefunkční zdravotnické systémy velký problém i pro lidi s chronickými nemocemi, jako je cukrovka nebo HIV, kteří se mohou najednou ocitnout bez potřebných léků. Těhotné ženy přicházejí o péči, která by jim pomohla bezpečně přivést jejich děti na svět.

Bohužel často je s konfliktem spojen prudký nárůst podvýživy. Ta je základním faktorem, který přispívá k téměř polovině úmrtí dětí mladších pěti let. Například v Jemenu konflikt výrazně prohloubil již existující problémy a vedl k alarmujícímu nárůstu počtu podvyživených dětí. Lidé, kteří ve zdevastované zemi přišli o svou práci nebo domovy, si jednoduše nemohli dovolit dostatek jídla pro sebe a své blízké.

Naše pomoc v místech, kde zdravotnictví přestalo fungovat, může mít různé podoby: stavíme polní nemocnice, vybavujeme operační sály, vedeme kliniky, porodnice, centra pro léčbu podvýživy, fyzioterapeutická či očkovací centra, poskytujeme psychologickou podporu.

Vyhnání z domova

Konflikt znamená ztrátu jistot, domova a donutí lidi hledat bezpečí jinde - zanechá je jako vysídlené ve vlastní zemi či jako uprchlíky v zemi cizí. Podle Úřadu vysokého komisaře OSN pro uprchlíky jich bylo v roce 2023 po celém světě 110 milionů. A jen v Sýrii musely z důvodu více než deset let trvajícího konfliktu opustit své domovy miliony osob.

Lidé na útěku jsou často nuceni žít v přeplněných provizorních táborech a v naprosto nevyhovujících podmínkách. Někdy se jich o jednu sprchu nebo toaletu dělí desítky až stovky.

Živná půda pro epidemie

Život v krizových ubytovacích prostorech představuje takřka ideální půdu k šíření nebezpečných nemocí, jako je cholera, spalničky nebo žloutenka. Kvůli nefunkčním zdravotnickým systémům a nejistotě jsou lidé odříznuti od lékařské péče - a také od prevence. Nemohou se nechat očkovat proti chorobám, kterým lze jinak předcházet.

↓ Náš kolega Amin Al-Badri v Jemenu poskytuje psychosociální podporu tříleté Malak a hraje s ní hry, které pomáhají zmírnit bolest a navodit pocit štěstí a bezpečí. Mnoho z dětí, kterým zde poskytujeme podporu, nemá doma žádné hračky kvůli finanční situaci rodiny.



© Nuha Haider / Lékaři bez hranic

← V konfliktu zmiňované Středoafričské republiky zajišťujeme péči na dětském pohotovostním oddělení. Využil ji i Alban Nima se svým 1,5letým synem Ezechielem Mbikamboyou.

Neviditelné šrámy

Válka za sebou zanechává hluboké jizvy, které nejsou na první pohled vidět. Děsivý zvuk padajících bomb, rozstřílené zdi ložnic či přihlížení smrti svých nejbližších - to je realita, se kterou musí žít celé generace v zemích zasažených konflikty. Přinášíme proto úlevu těm, kteří se snaží s podobnými traumaty vyrovnat. Za poslední roky počet našich konzultací v oblasti duševního zdraví prudce narostl.

Nekloníme se k žádné ze stran

Realita násilných konfliktů je složitá. Pokud chceme pomáhat našim pacientům a pacientkám, musíme být neutrální. Abychom v nich mohli ošetřovat a léčit, komunikujeme se všemi aktéry. Ale ani neutralita občas nestačí. Například v Sýrii nemáme přístup na území všech stran konfliktu.

Nezávislost si zachováváme tak, že peníze přijímáme především od soukromých dárců.

V celosvětovém měřítku od soukromých dárců pochází 97 % našich příjmů a v České republice dokonce 100 %. Financování našich aktivit díky soukromému dárcovství posiluje naši neutralitu a ve většině případů umožňuje lepší přístup k pacientům, než kdybychom přijímali prostředky od vlád.

Každý konflikt je jiný a různí lidé zasažení boji mají různé potřeby. I přes odlišná řešení se naše zásady pomoci ale nemění: na neustále se vyvíjející situaci musíme reagovat rychle. A děláme maximum pro to, abychom našim pacientům a pacientkám pomohli. ✕



© Julien Dewarichet / Lékaři bez hranic

Ve Středoafričské republice klesla míra proočkovanosti proti spalničkám z 64 % na pouhých 25 %, a to poté, co v zemi došlo k prudkému nárůstu násilí a země se propadla do nestability.

V reakci na to jsme společně s ministerstvem zdravotnictví zorganizovali masovou očkovací kampaň, v rámci které dostalo vakcínu proti této nebezpečné nemoci 220 000 dětí mladších pěti let.

Sexuální násilí jako zbraň

Nežádoucím průvodním jevem, který s sebou ozbrojené střety nesou, je nárůst sexuálního násilí. To někdy bývá používáno jako zbraň k podmanění či podrobení některých skupin obyvatelstva. V takových případech je důležité, aby se jeho přeživší brzy dostali k lékařům - kvůli ochraně před infekčními chorobami nebo nechtěným těhotenstvím. Uprostřed bojů to nemusí být vůbec jednoduché.

Například v roce 2022 v některých oblastech Konžské demokratické republiky naše týmy poskytly pomoc 11 000 lidem, kteří se potýkali s fyzickými nebo psychickými následky sexuálního násilí. Šedesát tři procent z nich uvedlo, že bylo znásilněno ozbrojenými muži.

Hlasy zapomenutých

O některých vlekových se konfliktech se příliš nemluví. Ale žijí v nich lidé, kteří mají co říct. Když jim pomůžeme, vyprávějí nám své příběhy, abychom je mohli předávat dál.

Středoafriická republika

V době, kdy se Christelle zrovna chystala na porod svého druhého dítěte, ozbrojené skupiny zaútočily a převzaly kontrolu nad městem. „Když začala střelba, okamžitě jsme z města utekli,“ vysvětluje. „Skočili jsme do kánoe, abychom se dostali na konžskou stranu.“ Stejně jako Christelle a její rodina překročilo řeku Mbomou téměř 13 000 lidí. Christelle dnes žije v bývalé škole se stovkou dalších uprchlíků.



Súdán

Marry Monga, vysídlená kvůli bojům: „Ve Wad Madani jsem poprvé. V Chartúmu, hlavním městě, jsem prožila celý svůj život a porodila jsem tam své děti. Od té doby, co jsme sem přišli, nám chybí základní věci, na rozdíl od Chartúmu, kde jsme byli zvyklí pracovat a zajišťovat si své potřeby sami. Moje dítě je v současné době nemocné a léčbu mu mohu zajistit pouze prostřednictvím humanitárních organizací.“



© Fais Abubakr

Bangladéš/Myanmar

Když se rozhořelo násilí v Myanmaru, uprostřed nepokojů se ocitli obyčejní civilisté jako například řidič Habibulláh. „Naše vesnice se staly terčem. Zůstat tam už nebylo bezpečné. Nezbývalo nám nic jiného než odejít, nebo riskovat život.“ Rozhodnutí opustit svůj domov musel udělat během několika dní. Teď žije v uprchlickém táboře.



© Mohammad Hijazi / Lékaři bez hranic

Haiti

Claudette se stala obětí zbloudilé kulky poblíž svého domu v Croix-de-Bouquet. Špatná bezpečnostní situace jí zabránila v přístupu ke zdravotní péči a kvůli následným komplikacím zranění jí byla v nemocnici Lékařů bez hranic v Tabarre amputována noha. ✕



© Alexandre Marcou / Lékaři bez hranic

Doktor tátovi řekl, že za půl hodiny budu mrtvý

© Lékaři bez hranic

Tomáš Bendl, vedoucí komunikace

„Můj život byl skvělý. A potom se stala ta nehoda.“ Qusayovi bylo sedmnáct let, když při bombovém útoku přišel o zrak. Jeho příběh je o obrovské statečnosti a odhodlání, se kterým tento Iráčan začal nový život, jehož smyslem je pomoc druhým.

Čtvrtek 3. srpna 2006 byl den jako každý jiný. Qusay vyrazil na hřiště zahrát si s bratry fotbal. Pak přišla rána. „Výbuch mě vyhodil do vzduchu. Když jsem se zvedl ze země a chtěl utéct pryč, trefil mě šrapnel. Nemohl jsem se ani hnout.“

Qusayův otec svého syna nejprve nemohl poznat. „Neměl jsem nos, chyběl mi kus tváře,“ ukazuje Qusay jizvy na svém obličejí. Jeho zranění byla tak vážná, že nemohl ani otevřít oči.

Cesta z beznaděje díky programu Lékařů bez hranic

Qusay si po celé tragédii nedokázal představit, jaký život ho v tomto stavu asi čeká. „Jednou jsem pak ale v televizi slyšel reportáž o Lékařích bez hranic. Mluvili o své misi v Jordánsku a říkali, že můžete zavolat na číslo dole na obrazovce. Běžel jsem za bratrem, aby se na číslo podíval a vytočil ho z mého telefonu.“

V nemocnici v Ammánu strávil Qusay tři roky, během kterých absolvoval třicet pět operací. Naše týmy mu rekonstruovaly oční důlky a vytvořili nový nos. Mimořádně důležitá byla také psychologická podpora. „Měli jsme skvělé vztahy s doktory, sestrami a dalším personálem. Jednou nás třeba vzali k moři a já slyšel, jak lidé v autobuse tancují. Bylo to krásné a plné nové naděje.“

Slíbil jsem, že se vrátím jako doktor, a tohoto slibu se držím

Qusay po této zkušenosti začal organizovat pravidelné výlety pro pacienty a pacientky místní nemocnice. Začal se učit anglicky, zažádal o status uprchlíka a rozhodl se jet studovat do USA. Díky podpoře místní komunity, nových přátel a rodiny, která zůstala v Iráku, získal bakalářský titul na Texaské univerzitě a pokračuje v doktorském studiu psychologie. „Táta je na mě hrdý. Když jsem odjížděl, slíbil jsem mu, že se jednou vrátím jako doktor, a tohoto slibu se držím.“

Qusay je velkou inspirací nejen pro ty, kteří sami prožili trauma z ozbrojeného konfliktu. Studuje náročný obor v cizí zemi, kde má status uprchlíka, a jako nevidomý musí řešit i řadu praktických problémů. Přesto se rozhodl to nevzdat.

Chci se stát psychologem a vrátit se do Ammánu, kde budu pacientům pomáhat tak, jako Lékaři bez hranic pomohli mně.

Qusay Hussein

Qusayův příběh je důkaz, že ani ty nejtragičtější momenty v životě nemusí znamenat konec naděje na lepší budoucnost. ✕



Podívejte se na dokument o Qusayovi

16minutový dokument „Otevřít oči“ najdete s českými titulky na YouTube.



Jak jste vnímali vliv dlouhodobého konfliktu na obyvatele Jemenu?

Jemen je jednou ze zemí, které sužuje dlouhodobý konflikt. Pravidelně sem jezdí pomáhat naši kolegové a kolegyně. Požádali jsme je, aby popsali své zážitky.



Daniel Hujo, anesteziolog,
v Jemenu dvakrát (2018 a 2020)

Válka způsobila rozvrat společnosti, postavila dvě skupiny obyvatel proti sobě a jen prohloubila chudobu už tak chudého státu. Lidé nemají možnost základní zdravotní péče, chybí základní očkování. Děti umírají na nemoci, které v Evropě pomalu považujeme za vymýcené. Nejtěžší pohled je na zraněné děti, které jsou těžce postižené na celý život, nebo se stávají sirotky. Velké množství zdravotnického personálu nedostává mzdu, a když nějakou dostanou, často za ni nakupují zdravotnický materiál pro pacienty v nemocnici. Lidé jsou unaveni z neustálého utíkání před válkou. Ztrácejí těžko nabytou střechu nad hlavou a majetek, aby si zachránili aspoň život a poslední peníze musí utratit za zdravotní péči. Válka navíc vede k rozvratu hospodářství a místo pěstování potravin, aby nedošlo k prohlubování hladomoru, se ve velkém pěstuje khat (droga, pozn. red.), na kterém je závislá velká část místní populace. ✕



Stanislav Havlíček, farmaceut,
v Jemenu dvakrát (2019–2020 a 2020)

Mám v Jemenu spolužáka, jmenuje se Abdullah a dnes je profesorem farmakologie na univerzitě ve městě Ibb. Už na studiích jsme si slibovali, že ho jednou navštívím. Před čtyřmi roky jsem k takové návštěvě měl asi nejbližší z přístavního města Mocha. Byl jsem tehdy v Jemenu dvakrát, dohromady skoro půl roku.

Ale z návštěvy nebylo nic, jen jsme si zavolali. V Jemenu je totiž pořád válka. A i když jsme od sebe byli přibližně 160 kilometrů, což je asi tři a půl hodiny jízdy, neviděli jsme se. Absurditu celé války tak úplně nejlíp vystihuje Abdullova poslední věta. Uvádím ji v jeho autentické, po čtvrtstoletí trochu zapomenuté češtině: „Promiň, že nemůžu tam jít tě potkat. Věříš, že z Ibb cestuju do České republiky snadněji než do Mocha?“

Jenže to není jediná absurdita. Dravý marketing západních firem kdysi dávno před válkou zabudoval mezi jemenské ženy přesvědčení, že je umělé sušené mléko s přidanými vitamíny a minerály lepší než mateřské. Zdejší ženy proto často odmítají kojit. Pro dítě chtějí to nejlepší, ale ve válce sušené mléko jen obtížně seženou. Můj kolega, který v Jemenu na misích strávil bezmála 4 roky za posledních 6 let, mi jednou říkal, že ani po takové době pořád nechápe, proč je Jemen tak odlišný.

Na rozdíl od Jižního Súdánu, kde je také častá podvýživa u dětí do pěti let, je tady vidět ve velkém procentu u dětí do šesti měsíců. V Africe hlady strádají kojící matky. V Jemenu jejich novorozené děti.

A když jsme u dětí, vzpomínám si ještě na jeden příběh. Pacienti zranění výbuchem (v angličtině tomu říkáme blast injuries) jsou nejsmutnějším obrazem války. Utrhané prsty nebo celé ruce amputované od granátů a ještě mnohem horší a smutnější amputace nohou a obrovská tlaková traumata pánve a vnitřních orgánů jako následek ničivého účinku pozemních min. Ohroženi jsou ti nejzranitelnější, rolníci na venkově a děti. Zmrzačené pahýly na lidech zůstanou připomínkou nesmyslné války, kterou snad nechápu ani sami Jemenci. Pamatuji si, jak nám na urgentní příjem přivezli šest desetiletých kluků najednou. Nebyla to dopravní nehoda. Kluci hráli fotbal, jenže jak už třetí noc přišlo, šli jinam než obvykle.

Až válka skončí, nechá v lidech a na lidech jizvy. A taky hrozby a nebezpečné připomínky, že tady byla. Šestice fotbalistů, malých žáků, tehdy přežila, ale minimálně dva už fotbal hrát nebudou, možná ani běhat. Všichni do jednoho si ponosou jizvy na celý život. Památku na válku a její pomníčky. Památku na fotbal v minovém poli. ✕



Nejen lékaři mohou pomáhat

Hledáme i administrativní a technické specialisty a specialistky. Pojedte na misi a získajte jedinečnou profesní i osobní zkušenost.



Více informací:

lekari-bez-hranic.cz/
chci-na-misi

Naše dárci pojí naděje, že na světě může být líp

Michaela Tabakovičová, šéfredaktorka

Lucii Frankovou už možná znáte. Přes čtyři roky u nás pečuje o dárci a dárkyně. Kromě toho vloni poskytovala podporu kolegům i kolegyním vyjíždějícím na Ukrajinu a dlouhodobě buduje program Dárci bez hranic. Jací jsou naši dárci? A proč se lidé vlastně rozhodnou darovat pravidelně? To se dočtete v našem rozhovoru.

Zkus prosím v několika slovech popsat, co obnáší tvoje práce.

Snažím se našim dárcům a dárkyním předávat, jak velkou pomoc přinášejí. Kromě toho jsem s dalšími kolegyněmi k dispozici na telefonu i e-mailu a řeším všechno, co naši přispěvatelé potřebují, aby byli spokojení. Před pár lety jsem dala dohromady program Dárci bez hranic. Chtěla jsem vytvořit komunitu pro tuhle strašně důležitou skupinulidí. Organizuju pro ně také akce, předloni jsme se setkali k padesátému výročí naší organizace, vloni se dárci mohli zúčastnit exkluzivního videohovoru z mise v Konžské demokratické republice s naším kolegou Tomášem Králem. Také šířím osvětu ohledně toho, že darovat pravidelně má smysl a proč je to pro fungování naší organizace klíčové.

S lidmi, kteří darují našim pacientům a pacientkám, tedy hodně mluvíš. Dá se podle tebe shrnout jedním slovem – jací jsou?

Nedá. A jsem za to docela ráda. Za ty roky vidím, jak jsou naši dárci a dárkyně různí a mají různé motivace. Ale kdybych měla vybrat něco, co všechny spojuje, tak je to asi naděje, že lidé se

na světě mohou mít i líp, mohou mít lepší budoucnost. A u všech přispěvatelů vnímám jejich dobré srdce.

Říkají ti lidé, jaké jsou jejich důvody k pravidelnému darování?

Pravidelných dáreků máme přes 17 tisíc. Jejich důvodů je tedy spousta. Třeba když vidí, jak naši kolegové vytrvale pomáhají, chtějí pravidelně přispívat, aby toho byli součástí. Říkají, že naše práce také nekončí jedním zachráněným životem, že lidé nemůžou za to, kde žijí. A že neštěstí může být i dlouhodobá záležitost. Jeden dárci jako svůj důvod přímo uvedl: „Myslím, že jste pochopili v čem je cena lidství: v činnosti pro druhé na úkor vlastního sobectví.“ Více menších částek v průběhu roku je ve výsledku obrovská pomoc.

V čem ty osobně vnímáš největší přínos pravidelného dárcovství?

Pravidelné příspěvky vnímám jako dlouhodobé rozhodnutí, při kterém podporuju svoje hodnoty. Já osobně pravidelně přispívám nejen na práci Lékařů bez hranic, ale i jiným organizacím. A když pak vidím výsledky této práce, tak cítím hrdost, že jsem součástí. Vedle toho přispívám i příležitostně, ale v tom případě jde spíš jen o reakci na nějakou událost a z darování nemůžu mít stejný pocit. V tom je velký rozdíl mezi jednorázovým a pravidelným darem.

Před rokem jsi byla na misi v Polsku. Co jsi měla na starost?

Byla jsem na hranici Polska s Ukrajinou a poskytovala jsem podporu našemu projektu na Ukrajině. Komunikovala jsem s našimi kolegy a kolegyněmi vyjíždějícími na misi, zařizovala jsem všechno potřebné pro jejich tranzit z Polska na Ukrajinu. A také jsem s nimi mluvila a poslouchala jejich příběhy, když se vraceli. To bylo zajímavé a silné. Já jsem na oplátku těmto zdravotníkům, zdravotnicím a dalším specialistům mohla vyprávět o našich dárcích, kteří vlastně tu jejich cestu umožnili.

Protože jsem tehdy nebyla přímo na Ukrajině, neuměla jsem si představit, co přesně mi ta pozice dá. Ale dala mi hodně. Měla jsem skvělou možnost vidět, jak se snažíme efektivně využívat dary našich dárců, třeba najít co nejvýhodnější letenku pro specializovanou zdravotní sestru z Austrálie. Nebo jsem urgentně zařizovala ukrajinská víza v Polsku, aby kolegové a kolegyně mohli jet co nejdříve pomáhat na Ukrajinu.

A co ráda děláš, když nepracuješ?

Je pro mě důležité si provětrat hlavu, protože když své práci věřím a chci ji dělat stoprocentně, je pro mě náročná. Jezdím tedy ráda do přírody. Taky cvičím jógu a medituju, to mi dodává klid na duši. Kromě toho ráda čtu a buduju si domácí knihovnu. ✕

© Zdeněk Chaloupka / Lékaři bez hranic



Kdo jsou Dárci bez hranic

Jsou to pravidelní dárci i dárnyně, kteří přispívají nejčastěji jednou měsíčně. Většina projektů trvá delší dobu a hodně nemocí vyžaduje dlouhodobou léčbu. Dárci bez hranic nám pomáhají naše aktivity udržet.

Jak nastavit pravidelný dar

Je to snadné a můžete si vybrat ze dvou možností.

1

Trvalým příkazem

Nastavte ve svém bankovníctví trvalý příkaz stejně, jako když platíte třeba elektřinu.

Číslo účtu: 2101950100 / 2700
Variabilní symbol: najdete na složence, nebo nás kontaktujte (dary@lekari-bez-hranic.cz, +420 257 090 151)

2

Kartou

Vyplňte náš online dárcovský formulář a váš dar bude odcházet z vaší karty automaticky ve vámi zvolené četnosti a výši.

Online formulář:
www.darujte.lekari-bez-hranic.cz



Někdy pro tu bolest nejde fungovat ani spát



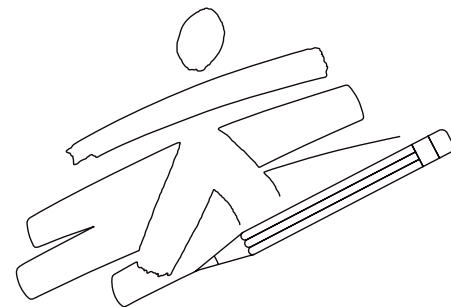
Kateřina Šrahůlková, dětská psycholožka a psychoterapeutka, poskytovala pomoc například dětem syrských uprchlíků v Jordánsku

Děti potřebují cítit jistotu, lásku, bezpečí, naději a mít pocit, že jejich budoucnost je otevřená. Na svých misích jsem ale potkávala především děti, u kterých tyto základní potřeby nebyly naplněny. V místě, kde žily, jim hrozilo nebezpečí. V přímém ohrožení života byly buďto ony, nebo jejich blízcí. To si na dětské duši vybírá obrovskou daň.

Moji dětské pacienti často pocházeli ze zemí zmítaných konflikty. Zažili na vlastní kůži, že jim zabili nebo unesli někoho z rodiny, že jim vtrhli do domovů a fyzicky je napadli. Viděli, jak jim někdo bombardoval jejich vlastní dům, prchali se svými rodinami a s holýma rukama, schovávali se a prožili fyzické či sexuální násilí. Někteří byli dlouhodobě zneužíváni. Jiné děti zůstaly samy, protože jim někdo vybil celou rodinu. Dokonce zažily i to, že jim domů kdosi poslal fotku rozčtvrceného otce.

Děti se mnou mluvily o utrpení, které musely snášet, o beznaději a bezmoci, o strachu ze všeho a ze všech, o nočních můrách, o pomočování, o sebevražedných myšlenkách a všudypřítomné bolesti.

V zemích, kam se moji pacienti nakonec dostali, byli často oběť druhé až třetí kategorie. Sbírali odpadky, aby rodině pomohli s živobytím, pracovali



jako dospělí na polích, žili s krysy ve vlhkých barabiznách, pokud vůbec měli to štěstí, že měli střechu nad hlavou. Někteří ale byli i zcela sami, někdy v uprchlickém táboře bez jakéhokoliv přístřeší či dospělého poblíž.

U dětí, které v táborech dlouhodobě žily, jsem měla dojem, že někdy možná zažívaly chvíličky štěstí. Když pocítily chvilkový závan bezpečí. Když dostaly pastelky. Když si mohly hrát nebo se učit. Byly vděčné za péči a starost. Přesto měly v očích jakýsi trvalý smutek, vepsanou bolest a strach.

Kdysi jsem četla přirovnání traumatického zážitku k fyzické ráně. Zpočátku rána krvácí, může být rozšklebená a strašně bolavá. Někdy pro tu bolest nejde fungovat ani spát. A s postupem času a dle péče, jaké se ráně dostane, se nějak hojí. Někdy rána krvácí, bolí a hojí se dlouho, jindy naopak krátce. Pokaždé ale zůstane jizva, která tam bude navěky. A je jen otázkou, jak dobře zacelená bude.

Tyto naše děti budou mít jizev obrovské množství a vždycky o nich budou vědět. A kromě jiných se i my jako Lékaři bez hranic snažíme, aby tyto jizvy byly co nejvíce zacelené. ✕

Abychom ukázali statečnost našich pacientů a pacientek, spojili jsme síly s umělcem jménem ChemiS a vytvořili jsme nástěnnou malbu na pražském Andělu.



Prohlédněte si mural s rozšířenou realitou osobně.

Malbu najdete na adrese:
Nádražní 50/96,
Praha 5 – Smíchov



Vyfoťte QR kód a najdete místo na mapě.