**Janka Kováčová, prax 25. 5. 2023  
  
Prípad č. 1**

Mladú mamičku troch detí už tri mesiace trápia ťažkosti v oblasti druhej čakry. Okrem opakovaných infekcií intímnych miest lekár objavil aj malú cystu na ľavom vaječníku. Už v lete sa pridružil silný predmenštruačný syndróm a bolesti hlavy: „Potom to celé buchlo a cítila som sa úplne vyhorená. A keďže som ja nebola v pohode, dali mi to najavo deti – sú to moje najlepšie zrkadlá. Postupne sa u nás vystriedali všetky možné ochorenia – kiahne, hnačky a aj chrípka.

Veľa času som trávila s deťmi sama, manžel je päť dní z týždňa preč. Pokazila sa nám vzájomná komunikácia, vo voľnom čase sme pre neho s deťmi neexistovali, sám si organizoval svoje aktivity. Tri dni spoločnej dovolenky v zahraničí ma mali spasiť na ďalšie fungovanie. Dcéry boli len so mnou, na ich nástup do školy som čakala ako na spasenie.“

„Dôležitá je pre mňa rodina, ale aj sloboda. Rada by som ukázala deťom, že sa dá fungovať aj inak ako je zaužívané. Veľa študujem rôzne knihy, rada by som sa venovala psychológii – je to mladá veda, ktorá nám ukazuje, že pracovať máme nielen na ostatných, ale najmä na sebe. Deti ma veľa učia a menia. Ak v sebe vyriešim určitú vec, podelím sa o to poznanie aj s mojimi deťmi. Rada by som bola v budúcnosti paňou svojho času – nech mám priestor pre rodinu.

Pred materskou dovolenkou som pracovala v zahraničnej firme. Aktívne hovorím štyrmi jazykmi, veľmi som chcela komunikovať v angličtine, čo sa mi aj splnilo.

Chýbalo mi sebavedomie, to som získala až vzdelaním a štúdiom. Myslím, že to pramení z domu. Mama s otcom sa často hádali – najmä kvôli alkoholu. Jedného aj druhého mi bolo ľúto, ale nevedela som ich udobriť. Od tej doby žijem s pocitom, že ma nikto nepočúva. Ak hovorím, tak mi ľudia nevenujú pozornosť. Práve kvôli tomu by som chcela vylepšiť moju schopnosť komunikácie. V známej spoločnosti som otvorená, bavím sa. Mám rada priateľov okolo seba. Nerada však rozprávam o povrchných veciach. Vždy som bola bútľavá vŕba pre moje kamarátky.

Mojím snom je cestovať a pozrieť sa do Ameriky. Možno sa mi to raz podarí. Aj v minulosti som rada navštevovala cudzie krajiny, pol roka som strávila vo Francúzsku na výmennom pobyte. Vtedy som si uvedomila, že nie je hrdinstvo odísť zo Slovenska, ale naopak – zostať a tvoriť lepšiu spoločnosť.“

**Prípad č. 2**

40-ročná žena po prekonaní ťažkého zápalu pľúc.

Odkedy ochorela, stratila hlas.

Diagnóza: paralýza hlasiviek, doporučená návšteva foniatra.

Na konzultáciu prichádza tri týždne po návrate z nemocnice.

Má pocit suchosti v hrdle, kvôli ktorému sa jej ťažko rozpráva. Hovorenie vyžaduje veľkú námahu. Jednoduchšie to ide, ak podsadí hlas do nižšej tóniny. Vydrží to však len chvíľu a potom hlas preskočí vyššie. Väčšinu času aj pri konzultácii šepká.

Čím hlasnejšie chce hovoriť, tým viac hlas zlyháva.

Nepociťuje bolesť hrdla ani v pokoji, ani pri rozprávaní, skôr to definuje ako „diskomfort v hrdle pri rozprávaní“.

Trápi ju bolesť v hrudnom koši pri hlbokom nádychu a kýchaní.

Pôvodne sa budila na suchosť a dráždenie na kašeľ v noci, v čase konzultácie to už nie je aktuálne.