

לפני שנתיים וחצי, כשהייתי בהריון עם כרמל, עברתי תאונת דרכים. נהג שלא נתן זכות קדימה והשתלב בתנועה נכנס ברכב שלנו. קיבלתי מכה חזקה מאוד וכואבת בגב. היות והייתי בהריון לא נשלחתי לצילום, והדאגה היתה בעיקר לכרמל.

במשך החודשים שבאו לאחר מכן, ככל שעבר הזמן, הכאבים הלכו והתגברו, והחיים שלי הפכו לסיוט. הגב כאב לי מאוד, כל הזמן, והכאבים שיתקו אותי לחלוטין. בחודשיים האחרונים של ההריון הפסקתי לעבוד וכל מה שיכולתי לעשות היה לשכב במיטה ולא לזוז. כיכיתי ללידה, בתקווה שהמצב ישתפר, אבל הלידה הגיעה, ואחריה המצב רק החמיר.

במשך שנה שלמה, לא הייתי מסוגלת לתפקד. הכאבים היו שם כל היום וכל הלילה, ומאדם פעיל, שמח, ועסוק - הפכתי למישהי שבקושי מצליחה לשרוד את היום ומסיימת אותו בכאבים חזקים מאוד, בלי שום תקווה לגבי העתיד. מי שפגש אותי באותה תקופה יודע שלא יכולתי לשבת אפילו לדקה. נסו לדמיין את החיים שלכם בלי היכולת לשבת. לא בבית, לא באוטו, לא במשרד. זו לא היתה אופציה. כל ניסיון לשבת אפילו רק לכמה דקות, היה מסתיים בכאבים חמורים עוד יותר, שנמשכו שבועות. את כרמל הנקתי אך ורק בשכיבה, או בעמידה ובכלל, ככה התנהלו החיים שלי. לא יצאתי מחיפה במשך שנה כי לא יכולתי לשבת באוטו או לשכב בו יותר מכמה דקות בודדות. הכאבים ניהלו את חיי.

ניסיתי אינספור טיפולים, קונבנציונלים ואלטרנטיביים. ניסיתי לחזור לעשות ספורט, לשקם את הגוף. כלום לא עזר. התפטרתי מהעבודה כי הבנתי שלא אוכל לחזור לעבוד במשרד וכבר איבדתי תקווה לחלוטין. הייתי מיואשת לגמרי, ואז הגעתי אל נדב, פיזיותרפיסט שקיבלתי עליו המלצה מפרופסור בכיר בתחום הכאב.

נדב היה האדם הראשון שהרגשתי שבאמת שמע אותי, והקשיב לי. הוא היה היחיד שהסביר לי את המשמעות של חיים עם כאב כרוני ולא ניסה לייפות את הדברים. יחד איתי, לאט לאט, הוא חקר לעומק את הכאב שלי וניסה להבין אותו. ממה הוא נובע, מה מחמיר אותו, מה מקל עליו, והכי חשוב - איך הופכים אותו לכזה שאפשר לחיות ולתפקד איתו.

במשך יותר משנה וחצי הוא ליווה אותי בצורה צמודה ובמסירות אין קץ בדרך הכי קשה שעשיתי בחיי. הוא תמך בי, עודד אותי, וגם ברגעים מאוד מאוד קשים, כשכמעט נשברתי - והיו לא מעט כאלה - הוא הבטיח לי שהמצב ישתפר ואצא מזה, והוא תמיד צדק. לאט לאט הוא דחף אותי להתקדם עוד ועוד, אמר לי שאני מסוגלת, וצעד אחר צעד הוביל אותי בביטחון לעבר עוד ועוד מטרות שלא חשבתי שכבר אי פעם אגיע אליהן. עם הזמן הכאבים הלכו ונהיו פחות ופחות דומיננטיים בחיי ולאט לאט חזרתי לתפקד. לאט ובזהירות חזרתי בהדרגתיות לעשות ספורט והתחזקתי. סוף סוף הצלחתי לטפל בבת שלי, לשחק איתה, להיות איתה. יכולתי לנסוע ברכב יותר מכמה דקות, לבלות עם חברים, ולהתנהג כמו מישהי בגילי. מצב הרוח שלי השתפר ואפילו חזרתי לעבוד באופן חלקי.

היה לי המון מזל להיתקל באדם כל כך מקצועי, יצירתי, בעל דרכי חשיבה בלתי שגרתיות ויחד עם זאת כל כך רגיש, קשוב ומקסים. הוא הציל את החיים שלי והחזיר אותם למסלולם, אני לא יודעת איפה הייתי היום בלעדיו.

אני מאחלת לכם שלעולם לא תגיעו למצב של כאב קשה כל כך, אבל אם כן, רשמו לפניכם את השם נדב דינור. בזכותו חזרתי לחייך.