Dr. Xhevat Hasani
Tone Berisha

SISTEMI SHËNDETËSOR I KOSOVËS

MJEKËSIA POPULLORE DHE RITUALET

Doracak për punonjësit shëndetësorë dhe psikosocial

Schweizerisches Arbeiterhilfswerk SAH
Œuvre suisse d'entraide ouvrière OSEO
Soccorso operaio svizzero SOS

Dr. Xhevat Hasani
Tone Berisha

SISTEMI SHËNDETËSOR I KOSOVËS

MJEKËSIA POPULLORE DHE RITUALET

Doracak për punonjësit shëndetësorë dhe psikosocial

Redaktorë:
Rebekka Wild - Shërbimi për Refugjatë i SAH-së në Zürich
Joseph Oggier- Shërbimi për Refugjatë i SAH-së në Zürich

Lektura në gjuhën shqipe dhe përpunimi kompjuterik: Ibish Neziri

Përgjegjëse:
Béatrice Bürgin - Sektori për Ndihmë Refugjatëve i SAH-së

Botues:
Organizata Humanitare e Punonjësve Zviceranë - SAH në Zürich

Quellenstr. 31
Postfach 2228
8031 Zürich

Për mbështetje financiare falenderojmë:

Organizatën Zvicerane për Ndihmë Refugjatëve - SFH dhe
Sektorin për Përgaditjen Profesionale në Zürich - VPOD

Të gjitha të drejtat i përkasin botuesit

Zürich, Maj 2000

Shtyp në:
Soilant
Herman Greulich-Str. 60
8004 Zürich

Përmbajtja

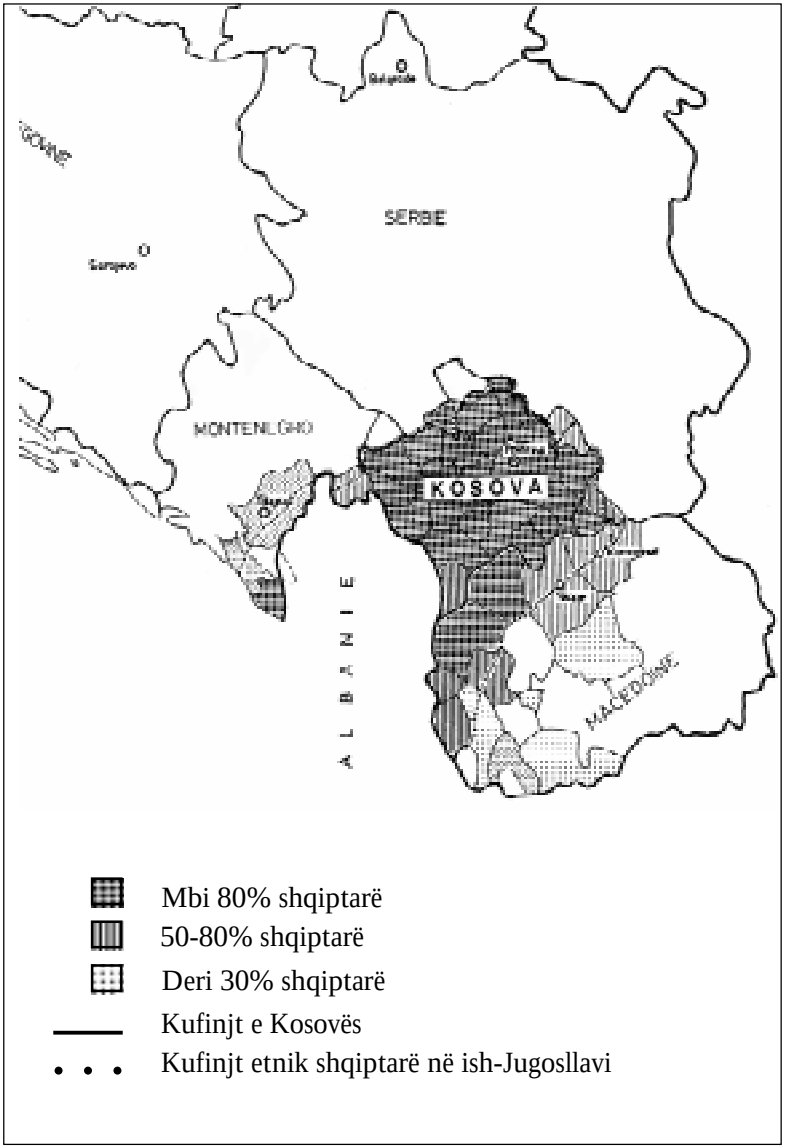
Parathënie 7
Hyrje 10

A) Periudha pas luftës së dytë botërore (1945-1970) 12

1. Rrethanat e përgjithshshme 12
2. Përkujdesi dhe shërimi sipas grupmoshave 16
2.1. Përkujdesi dhe shërimi i fëmijëve të sëmurë 16
2.2. Përkujdesi dhe shërimi i gruas së sëmurë 25
2.3. Përkujdesi dhe shërimi i pleqëve të sëmurë 29
3. *Përkujdesi dhe shërimi sipas llojit të sëmundjeve trupore-organike* 31
3.1. Përkujdesi dhe shërimi i sëmundjeve të lëkurës 31
3.2. Përkujdesi dhe shërimi i syrit 33
3.3. Përkujdesi dhe shërimi i sëmundjeve të veshit 34
3.4. Përkujdesi dhe shërimi i dhëmbëve dhe sëmundjeve të gojës — 35
3.5. Përkujdesi dhe shërimi i sëmundjeve të organeve të frymëmarrjës 37
3.6. Përkujdesi dhe shërimi i sëmundjeve të lukthit dhe zorrëve — 38
3.7. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve me gurë në veshkë dhe në qeskën e tamthit 39
3.8. Përkujdesi dhe shërimi i plagëve të hapura dhe djegieve . . . 40
3.9. Përkujdesi dhe shërimi i lëndimeve (ndrydhjeve) me mjete jo të mprehta 43
3.10. Përkujdesi dhe shërimi i shkujës, i ndezjeve të muskujve, liga menteve si dhe i sëmundjeve reumatike 45

3.11. Përkujdesi dhe shërimi i përdredhjeve të nyjave (Distorsio) dhe thyer jeve të kockave (Fractura) *47*
3.12. Përkujdesi dhë shërimi i njerëzve me të meta *49*
3.13. Përkujdesi i këmbës së amputuar - protezat *51*
4. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve me çrregullime shpirtërore - psikike *52*
B) Periudha midis viteve 1970-1990 58
1. Rrethanat e përgjithshme *58*
2. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve organik-trupor *60*
3. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve shpirtërorë-psikik *61*
C) Periudha midis viteve 1990-1998 . . . . . *63*
1. Rrethanat e përgjithshme *63*
2. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve organik-trupor *68*
3. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve shpirtërorë-psikik *69*
D) Qasjet e mundshme të institucioneve sociale e shëndetësore perëndimore ndaj të sëmurëve shqiptarë *71*
1. Vështirësitë e mundshme të të sëmurëve shqiptarë në diasporë *71*
2. Sugjerime për një qasje më të mirë ndaj të sëmurëve shqiptarë *75*
3. Shembuj konkret *76*
4. Zgjidhjet e mundëshme - propozime *80*
5. Shqiptarët në Zvicër *82*

Harta e Kosovës dhe e trojeve etnike shqiptare në ish -Jugosllavi



Parathënie

Tani më jo njëherë na ka rënë që nëpër revista të ndryshme me karakter social-kulturor, etno-mjekësor, etno-psikologjik ose edhe revista mbi mjekësinë alternative e popullore të popujve të ndryshëm, të cilat botohen nëpër vende të Evropës Perëndimore, të mos gjejmë qoftë edhe një artikull të vetëm mbi mjekësinë popullore shqiptare dhe mbi ritualet të cilat populli shqiptar në të kaluarën i ka vënë në shërbim të shëndetit të tij trupor e psikik.

Kjo edhe është arsyeja që na nxiti, ta bëjmë një libërth sado të vogël për mënyrat e përkujdesjes dhe të shërimit të të sëmurëve te shqiptarët, të cilët sot janë vendosur në numër të madh nëpër vende të ndryshme të Evropës, në mënyrë që jo vetëm të plotësohet sadopak ky vakum, por që edhe opinioni evropian në përgjithësi dhe sidomos punonjësit e ndryshëm psiko-social e shëndetësorë të këtyre vendeve të njihen sadopak me kulturën shqiptare në këtë drejtim dhe në të njëjtën kohë edhe të përfitojnë për një qasje më të lehtë ndaj të sëmurëve shqiptarë. Për këtë qëllim, në kapitullin e fundit janë dhënë jo vetëm raste e shembuj konkretë të pacientëve të mundshëm shqiptarë, por janë dhënë edhe

sygjerimet tona drejtuar shërbimeve psikosociale, kulturore e shëndetësore të këtyre vendeve.

Lexuesit do të ishte dashur të kenë parasysh se autorët duke qenë për vite të tëra jashtë Kosovës dhe të ekziluar, nuk kanë patur mundësi objektive që në këtë libërth, të përfshijnë më shumë se traditat kulturore në lëminë e mjekësisë popullore, alternative dhe rituale të dy- tri komunave shqiptare të Kosovës prej të cilave ata vijnë, nga njëra anë, e në anën tjetër, objektivisht nuk kanë mundur të shfrytëzojnë as literaturën etno-psiko-sociale në gjuhën shqipe e cila gjendet në Kosovë e vise të tjera ku jetojnë shqiptarët (Maqedoni e Mal i Zi), gjë që nënkupton se për një punë të mirëfilltë në këtë fushë, ndër të tjera do të ishte e domosdoshme edhe puna në terren si dhe mundësitë materiale të cilat aktualisht autorët nuk i kanë.

Në këtë libërth, jo rastësisht janë përshkruar edhe rrethanat përcaktuese brenda sistemit shëndetësor të Kosovës, pastaj disa forma të mjekësisë popullore e të ritualeve, si dhe rrafshi social, politik e religjioz të cilët në fakt nuk e kanë favorizuar një arsimim e zhvillim shëndetësor të mirëfilltë në Kosovë.

Ç'është e vërteta, edhe botëkuptimi mbi shëndetin, sëmundjet dhe institucionet shëndetësore te shqiptarët ka qenë i varur e varet në masë të madhe edhe sot nga faktorët e lartëpërmendur.

Me këtë rast, lexuesit e nderuar duhet të kenë parasysh edhe mbingarkesat politike të shqiptarëve në Kosovë e gjetkë, e të cilat objektivisht e historikisht kanë qenë e janë edhe sot përcaktuese kryesore në rrjedhat dhe zhvillimin e kulturës shqiptare në tërësi dhe të asaj sociale e shëndetësore në veçanti, e që pikërisht për shkak të kësaj lidhmërie

dialektike, gjatë të shkruarit të këtij teksti nuk kemi mundur t'i eliminojmë.

Në këtë rast falënderojmë organizatën humanitare të punonjësve zvicëranë e cila ka marrë përsipër botimin dhe financimin e këtij libri si dhe kolegët tanë në Këshillimoren "Derman" për mirëkuptim.

Shpresojmë se në të ardhmen, duke patur parasysh se edhe punojmë në një këshillimore shëndetësore për të huajt në Zvicër, si dhe duke patur edhe mbështetjen e shumë miqëve tanë në këtë vend, do të arrijmë të nxjerrim një botim më të plotë, si në pikëpamje sasiore ashtu edhe cilësore.

Të gjitha vërejtjet dhe sugjerimet e lexuesve i mirëpresim.

H y r j e

Popujt e ndryshëm në varësi nga statusi social e politik, shkalla e arsimimit, tradita, religjioni, etj., kanë qasje të ndryshme jo vetëm përsa i përket përkujdesit dhe shërimit të të sëmurit, por edhe për të gjitha sferat tjera të jetës. Në këtë drejtim edhe populli shqiptar i ka karakteristikat dhe specifikat e veta të kushtëzuara nga mënyra e jetesës, fati politiko-historik, dhe nga vet niveli kulturor i tij i krijuar ndër shekuj e mijëvjeçar brenda rrethanave të tilla.

Në këtë trajtesë, jorastësisht, në radhë të parë do të përqendrohemi më shumë në përkujdesin dhe shërimin e të sëmurit brenda harkut kulturor që kanë shqiptarët e Kosovës (rreth 2.milion) , shqiptarët në Maqedoni (rreth 1 milion) dhe shqiptarët në Mal të Zi (rreth 50.000). Për dallim nga shqiptarët e Shqipërisë në kufijtë e vitit 1913, këta kanë përjetuar dhe përjetojnë ende fat të njëjt historik. Janë edukuar e arsimuar të gjithë brenda ish - Jugosllavisë, kanë pothuaj të gjithë të njëjtin religjion - islamik (pakica katolik), kanë kultivuar procese jetësore, mentalitete e botëkuptime të përafërta, kanë përjetuar trauma të njëjta ose të përafërta dhe kanë krijuar kulturë të përafërt, gjithnjë me synim drejtë

kompaktësisë së tyre kombëtare, nga njëra anë, kurse nga ana tjetër, pikërisht një numër i konsiderueshëm i shqiptarëve të këtyre viseve (nga ish-Jugosllavia), (pothuaj 1/ 3 e tyre), duke filluar që para 20-30 vjetësh e deri në ditët tona, janë vendosur si punëtorë, refugjatë ose edhe azilkërkuesë në vende të ndryshme të Evropës Perëndimore, e që tani më një pjesë e tyre e ka edhe gjeneratën e parë të pasardhësve të vetë nëpër këto vende.

Mendojmë se për institucionet shëndetësore, sociale dhe kulturore të vendeve të ndryshme të Evropës Perëndimore ku janë vendosur shqiptarët, është me rëndësi që sadopak të kenë njohuri mbi kulturën shqiptare në përgjithësi dhe atë shëndetësore e sociale në veçanti, jo vetëm sa për ta kënaqur kurreshtjën, por në të njëjtën kohë edhe për t'iu shërbyer me këto njohuri gjatë qasjës ndaj të sëmuarëve shqiptarë të cilët trajtohen nëpër këto institucione të këtyre vendeve.

Duke patur parsysh, se të sqaruarit e drejtë të qasjes që shqiptarët kanë ndaj të sëmurit-sëmundjes, varet shumë nga statusi social e politik që ata kanë patur brenda tri ish-republikave Jugosllave (Serbisë, Maqedonisë dhe Malit të Zi), kemi menduar që për lexuesin e huaj, këtë qasje ta ndajmë në periudha kohore të caktuara brenda të cilave edhe të drejtat sociale, politike e kulturore të shqiptarëve në njëfarë mase për të keq ose për të mirë kanë ndryshuar.

Autorët

A) Periudha pas luftës së dytë botërore (1945-1970)

1. Rrethanat e përgjithshme

Sa i përket trajtimit të të sëmurëve në institucionet shëndetësore e sociale, shqiptarët nga Kosova, Maqedonia dhe Mali i Zi (shqiptarët nga ish-Jugosllavia), në këtë periudhë kohore (1945-1970), pothuaj të gjithë të sëmurit, për shkak të rrethanave të cilat do t'i shpjegojmë më poshtë, i kanë përkujdesur, përkatësisht trajtuar në familje.

Shkaqet kryesore për këtë kanë qenë të drejtat e pakta politike, ekonimike, sociale, arsimore e kulturore që kishin shqiptarët në ish - Jugosllavinë e asaj kohe. Institucionet shëndetësore, sociale, arsimore e kulturore në viset shqiptare, jo vetëm se kanë qenë të pakta, por ato në të njëjtën kohë, në shumë aspekte kanë qenë edhe të huaja për ta.

Shumica e kuadrove të cilët kanë punuar në këto institucione në atë periudhë kohore, kanë qenë joshqiptarë (serbë, maqedonë ose malazezë). Gjuha shqipe jo vetëm se nuk ka qenë gjuhë zyrtare e nuk është përfillë, por është

nënçmuar dhe është konsideruar si gjuhë e dorës së dytë, apo si gjuhë e një populli të pakulturë.

Kështu, mjekët, motrat medicinale, punëtorët social, ata të arsimit e të kulturës, pothuajse të gjithë (e në mesin e tyre edhe një numër i vogël i të punësuarëve shqiptarë, disa prej të cilëve lojal ndaj pushtetit jugosllav), kanë komunikuar me të sëmurit shqiptarë jo në gjuhën amtare-shqipe. Komunikimi është bërë në gjuhën serbokroate e maqedone, gjë që këta të sëmurë i ka bërë ta ndjejnë veten të huaj edhe në ato regjione ku ata kanë qënë shumicë absolute.

Për shkak të politikës jo të drejtë të punësimit nga ajo kohë e deri në ditët tona, vetëm një numër i vogël shqiptarësh ka mundur të punësohet, përkatësisht vetëm një numër i vogël i tyre ka patur sigurim social e shëndetësor, faktor ky që po ashtu e ka detyruar popullatën shqiptare, që përkujdesin dhe shërimin e të sëmurëve në masë të madhe ta bëj në familje. Kjo ka qenë aq e theksuar deri në fillim të viteve 70-ta, saqë shumica e shqiptarëve, asokohe, kanë përfunduar jetën e tyre pa përjetuar asnjëherë trajtim shëndetësor profesional dhe pa përdorur qoftë edhe një medikament gjatë tërë jetës së tyre.

Gjendja e rëndë sociale (varfëria) te shqiptarët, sidomos asokohe ka qenë më e theksuar se kudo tjetër në ish - Jugosllavi. Federata ish-jugosllave investonte qëllimisht shumë pak në Kosovë dhe vise të tjera të banuara me shumicë shqiptare, gjë që po ashtu e ka kushtëzuar përkujdesin dhe shërimin e të sëmurëve kryesisht në familje.

Kjo varfëri sociale me prapaskenë politike, ka ndikuar që mortaliteti i popullatës shqiptare në Kosovë dhe vise të tjera të banuara me shqiptarë të arrinte kulmin, sidomos në dekadën e parë pas luftës së dytë botërore. Kështu psh. në

komunën e Krahkoshit (serb.Dragashit), menjëherë pas luftës së dytë botërore, nga 20.000 banorë sa kishte ajo, mesatarisht brenda ditës vdisnin rreth 100 njerëz të të gjitha grupmoshave e sidomos fëmijët dhe pleqtë. Kjo gjendje e rëndë e shqiptarëve, bëri që popullata shqiptare etnike asokohe të emigrojë në shifra qindra mijëshe, kryesisht në Republikën e Turqisë, kurse në periudhat e mëvonshme kohore e deri më sot po ashtu të emigrojë në shifra kolosale në shumë vende të Evropës Perëndimore.

Asokohe sëmundjet si: tuberkuloza, tifoja e zorrëve, dizenteria, kolera, pastaj sëmundjet e fëmijëve, si fruthi, kolli i madh, difteria e të tjera, bënin kërdinë mbi popullatën shqiptare. Të sëmurit nuk kishin pothuajse aspak përkujdesje dhe shërim institucional dhe i ishin lënë familjes e cila luftonte shumë edhe për kushtet minimale të ekzistencës. (Në Kosovë kishte edhe vdekje nga uria dhe edhe sot e kësaj dite gjenden "varrezat e urisë" tek-tuk).

Nëse fakteve të lartëpërmendura i shtohet edhe shkalla e ulët e arsimimit të popullatës shqiptare në ish-Jugosllavi (sepse asokohe vetëm në shkollat fillore zhvillohej mësimi në gjuhën shqipe), atëherë vetëkuptohet se edhe ky faktor në masë të vetë, ka ndikuar që të sëmurët shqiptarë të përkujdesen dhe shërohen kryesisht në familje.

Në këto rrethana, të sëmurët shqiptarë kanë qenë të detyruar që pothuajse të gjitha sëmundjet trupore dhe shpirtërore t'i mbijetojnë në familje ku janë trajtuar me metoda tradicionale të mjekësisë popullore, dhe me rituale të ndryshme burimore apo me bazë religjioze. Pra, nuk ka pas trajtim mjekësor të mirëfillt, por vetëm përkujdesje familjare, e cila për rrethanat e asaj kohe, nga shqiptarët është kuptuar edhe si trajtim shëndetësor - shërim.

Pikërisht, për shkak të rrethanave të lartëpërmendura,

pothuajse të gjitha sëmundjet trupore dhe shpirtërore janë kuptuar kryesisht si fenomene të cilat "vijnë si dënim nga zoti", pastaj është menduar se edhe për ecurinë e sëmundjes sikur "vendoset po lartë, në qiell, nga zoti", dhe mbijetimi i sëmundjes, është pritur po ashtu si "vendim i zotit", dhe kur ka vdekur i sëmuri është thënë: "e ka marrë Zoti për vete, meqë ka qenë i mirë". Këto thënie e (para) gjykime sado anakronike të kenë qenë, brenda rrethanave të asaj kohe ishin edhe ngushllimi më i madh që familjarëve të të sëmurit ose të të vdekurit i kanë bërë rrethi, miqtë dhe shokët.

Si medikamente për të sëmurët, e sidomos për fëmijët dhe pleqtë e sëmurë, shpesh kanë shërbyer një lugë mjaltë, një copë mishi i pjekur, një gotë me qumësht, një mollë, një gjellë apo një ëmbëlsirë etj., të cilat i sëmuri shqiptar, për shkak të rrethanave të cekura më lartë, rrallë herë i ka shijuar kur ka qenë i shëndoshë.

Të gjitha këto "medikamente ushqimore" janë kuptuar në njëfarë mase jo vetëm si përkujdesje, por në të njëjtën kohë edhe si medikamente të mirëfillta, sepse të tjera as që ka pas. Natyrisht, dhënia e një medikamenti popullor ose bërja e një rituali, kanë qenë forma më e lartë e përkujdesit dhe e shërimit, kurse vendosja e të sëmurit në spital, dukuri vërtetë e rrallë.

2. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve sipas grupmoshave

2.1. Përkujdesi dhe shërimi i fëmijëve të sëmurë

Në periudhën kohore (1945-1970) kanë vdekur shumë fëmijë sidomos nga sëmundjet si fruthi, kolli i madh etj, sepse nga njëra anë, nuk bëhej trajtimi shëndetësor profesional i tyre, e nga ana tjetër nuk bëhej, ose bëhej vaksinimi i pjesërishëm i tyre.

*[1)]Populli shqiptar, fëmijët të cilët vdisnin në moshën e fëmijërisë së hershme i ka quajtur "fëmijë martirë, dëshmorë dhe të dashur të zotit", duke u gjetur kështu një ngushllim të mirë prindërve të fëmijës së vdekur e sidomos nënës së tij. Emërtimi i tillë "fëmijë martir e dëshmor" , ka paraqitur në të njëjtën kohë edhe një resurs të pajtimit me realitetin e hidhur.

*Për shkak të edukatës deridiku patriarkale si pasojë e vetë fatit historik të shoqërisë shqiptare (të rrethuar me armiq) , ka vlejtur dhe vlenë edhe sot në një farë mase qëndrimi i cili e favorizon dhe e parapëlqen djalin më shumë se vajzën , sepse "djali është edhe ushtar".

Kështu shqiptarët aso kohe (pjesërisht edhe sot) e kanë pasur të vështirë ta pranojnë faktin që në mesin e shumë vajzave të mos e kenë së paku edhe një djalë.

*Kur një grua vazhdimisht lindte vajzë, vajzës së katërt apo të pestë i vihej emri i gjinisë mashkullore duke i shtuar prapashtesën e gjinisë femërore, sepse mendohej se gruaja e cila kishte prirje për të lindur vetëm vajza, tani do të nxitej

1) Yllëza paraqet fillimin e një periudhe në të cilën përshkruhet një metodë e mjekësisë popullore ose një ritual.

të lindë djem.

Ky ritual besimor i vjetër, jashtë kornizës së sotme fetare, në fakt ndikonte mirë në gjendjen psikike të gruas, e cila vuante për faktin se nuk lindte djem.

*Pos pagëzimit të vajzës së katërt apo të pestë me emër djali, viheshin edhe emra si Shkurtë ose Sose që e kishin kuptimin e shkurtimit të lindjes së vajzave apo "sosjen" e tyre.

* Kur një qifti bashkëshortor i vdisnin fëmijët, menjëherë pas lindjes së fëmijës së tretë apo të, katërt, ata e bënin një ritual. Rituali bëhej duke e vendosur fëmijën e lidhur në djep në një rrugëkryq dhe duke i ndezur dy qirinj te koka e dy te këmbët, me çka i dëshirohej fëmijës jetë e gjatë, madje 400 vjeçare (një qiri- njëqind vjet). Vendosja e fëmijës në udhëkryq ("në kryq"), nuk ishte tjetër pos një ritual burimor me karakter religjioz nga kohët kur shqiptarët ishin pothuajse të gjithë të besimit të krishter.

*Të shumtën e herave, fëmijët e sëmurë e me temperaturë të lartë, janë dërguar te hoxha, i cili duke iu kënduar atyre pranë kokës lutje fetare "dova", iu frynte duke krijuar një puhi të lehtë në regjionin e fytyrës. Kjo fryerje e lehtë në fytyrë e shoqëruar me një ritual fetar, i cili bëhej me zë të ulët, të qetë, miklues dhe qetësues, ishte një ritual, i cili, ndoshta ndër të tjera kishte edhe efekte hipnotike si për fëmijën e sëmurë ashtu edhe për prindin, sepse në fakt, në shumicën e rasteve shiheshin përmirësime të gjendjes së fëmijës së sëmurë, por në të njëjtën kohë vëreheshin edhe efekte freskuese dhe shpresëdhënëse te prindërit. Në popull ky ritual fetar është quajtur "fryerje".

* Pos ritualit të "fryerjes", për t'ua zbritur fëmijëve temperaturën e lartë (e cila vlerësohej vetëm me të prekur të

ballit, ose nga skuqja e faqeve), praktikohej edhe fërkimi i trupit të fëmijës me një peshqir të lagur me ujë, kurse te familjet pak më të ngritura në pikëpamje arsimore, aplikohej fërkimi me një peshqir të lagur me uthull ose alkool. Vetëm te një numër fare i vogël familjësh janë përdorur antipiretikë ose analgetikë dhe shumë rrallë antibiotikë. Në fakt këto mënyra të të "luftuarit" të temperaturës së lartë, janë përdorur jo vetëm te fëmijët, por edhe te moshat tjera.

* Tek ndezja e bajameve e cila shoqërohej me enjtje të tyre (bajamet e hipertrofura) që përcillej me simptome të zënies së frymës, te fëmijët, bëhej lyerja e fytit dhe e bajamave me tëlyen (gjalpë) të kafshëve, gjë që ndikonte shumë mirë në shfryerjen e tyre dhe në lehtësimin e frymëmarrjes.

* Kur fëmijët manifestonin kollitje të fortë-expulsive, pos që iu jipej të pinin sheqer të djegur me pak ujë, në rastet ekstreme bëhej edhe trajtimi i tyre special, duke iu shtruar një shtresë plehu delesh të ngrohur paraprakisht në zjarr. Kjo mënyrë trajtimi të sëmurit, në popull quhet "paritje" (pravullim).

* Tek ndezja e gjëndrrave të pështymës(Parotitis), e cila shpesh ndodh te fëmijët, shërimi bëhej me sukses duke e ngrohur gjëndrrën e enjtur herë pas here nga jashtë, me një copë stofi të ngrohur paraprakisht, ose duke e mbështjellur tërë faqen me shall apo me lesh.

* Kapsllëku (Opstipatio)i cili te fëmijët gjer në moshën një vjeçare është një dukuri e shpeshtë, zakonisht shërohej duke i dhënë fëmijës lëng kompostoje kumbullash, ose me masazh të lehtë të barkut, kurse në rastet ekstreme, nëna pasi e lante dorën, gishtin e vogël të lyer me gjalpë, e fuste me kujdes në zorrën e trashë të fëmijës, dhe në të njëjtën kohë edhe i fuste atij një sasi gjalpi në zorrë gjë që e lehtësonte

jashtëqitjen e mëtejshme.

* Fëmijët, të cilët kishin "shembje" të vogla në ije - regjioni ingvinal-(Hernia Inguinalis) , shëroheshin në mënyrë të sukseshme në familje, sepse nënat, pos që iu mbaronin atyre brekë të posaçme (suspenzor) prej stofi ose prej lëkurës së kafshëve, për çdo mëngjes iu jepnin të pinin qumësht delesh me mazë, të cilit i shtohej edhe mjaltë e bletëve të vendit të ushqyera me bimët e lulet e natyrës së paprekur. Kjo mënyrë e të ushqyerit të natyrshëm dhe mjaft kalorik, jo vetëm që këtyre fëmijëve iu përmirësonte shëndetin e pëg-jithshëm, por në të njëjtën kohë ua forconte mjaft edhe muskujt e barkut dhe kështu vendi i "shembur" (Hernia) eliminohej vetëvetiu e pa operacion.

* *Çrregullimeve neurotike e psikike të fëmijëve* iu ipeshin po ashtu përmasa mistike. Ato kuptoheshin ndër të tjera edhe si fenomen i "të shkelurit" nga ana e fëmijës mbi xhindet e djajtë, ose si fenomen i "mësyeshit", që do të thotë se dikush, meqë fëmija është shumë i pashëm-i bukur dhe i shëndoshë, e ka lakmuar atë dhe e ka sëmurë me sy duke e gjelozuar. Tek shqiptarët, njeriu për të cilin dyshohet se një fëmije i ka marrë "mësysh" thuhet se e ka "syrin e keq".

*Kur dikush e sheh fëmijën, ose kur fëmija bënë ndonjë gjest interesant e qesharak para dikujt që e sheh për herë të parë, për të mos i rënë mësysh" (për preventivë), i thotë "mashallah", shprehje kjo orientale e që do të thotë "ruaje o zot"! . Me këtë rast do të shtonim se te shqiptarët fenomeni i "mësyshit" ka vlejtur jo vetëm për njerëzit por edhe për kafshët shtëpiake e ndonjëherë edhe për bimët.

* Fëmijët me epilepsi (Epilepsie), për prindërit dhe familjen paraqisnin problemin më të pazgjidhshëm, sepse kësaj sëmundje i jepej karakter tejet mistik dhe bëheshin përpjekje nga më të ndryshmet për shërimin e tyre duke

filluar që nga hoxha e deri te ritualet e ndryshme. Sëmundja e epilepsisë, nga populli quhej "sëmundja e keqe" ose "sëmundje e tokës". Në fakt, kur një njeri vuante nga kjo sëmundje, ndër të tjera mendohej se me rastin e atakut epileptik i sëmuri binte nën ndikimin e djajve. Sidomos kjo sëmundje, asokohe, konsiderohej si një "dënim nga zoti" për shkak të ndonjë padrejtësie të bërë nga ana e prindërve ose e të afërmëve të të sëmurit.

* Tek çrregullimet e gjumit (Asomie), fëmijëve, të cilët akoma nuk i kuptonin përrallat, iu bëhej rituali i këndimit të këngëve.

Rituali i këndimit të këngëve, të cilat me një emër quhen këngë djepi ose ninulla, zakonisht bëheshin nga nëna, gjyshja apo nga ndonjë anëtar tjetër i familjes, por gjithnjë i gjinisë femërore.

* Këngët e kënduara më zë të butë, miklues e dashamirës, të shoqëruara edhe me një dozë melankolie, po në të njëjtën kohë edhe me plot resurse dhe kërkesa për shërim sa më të shpejtë, ose me dëshira që fëmija të bëhej i zoti, i mençur, i urtë, trim, i vendosur, punëtor, udhëheqës i popullit etj, ndikonin shumë mirë jo vetëm te fëmijët të cilët kishin filluar pak a shumë të flisnin dhe ta kuptonin përmbajtjen e tyre, por edhe te foshnjet të cilat edhepse nuk kuptonin akoma, në mënyrë intuitive qetësoheshin. Kështu, nëna i dëshironte fëmijës së vetë të bëhëj si ndonjëri nga heronjtë dhe trimat e krahinës ku jetonin, ose si heronjtë kombëtar, heronjtë e legjendave e miteve,të cilëve populli shqiptar iu këndon edhe sot e kësaj dite këngë.

*Ritualet me përralla, u tregoheshin fëmijëve paksa më të rritur , të cilët pak a shumë e kuptonin përmbajtjen e tyre. Tregimin e përrallave më shumë e bënte gjyshja e më rrallë

nëna ose gjyshi i fëmijës. Përmbajtja e përrallave kryesisht e nxite krijimin e virtytit të trimërisë, besnikërisë dhe dashurisë ndaj njerëzve.

Nuk ka dyshim se tregimi i përrallave në të zënë të gjumit, dhe në gjendje të relaksuar, paraqet një gjendje hipnotike, me ç'rast nga kënaqësitë të cilat i shkakton kjo gjendje, fëmija nga gjumi i lehtë dhe sipërfaqësor, ngadalë e natyrshëm rrëshqet në një gjumë të thellë e të këndshëm. Kështu edhe informacioni i pranuar fillimisht nga vetëdija rrëshqet, përpunohet dhe fiksohet në ndërvetëdije. Në fund të përrallës, gjyshja duke e parë se fëmijën po e merr gjumi, thonte: "Përralla në dhe, shëndeti në ne", gjë që kishte kuptimin se përrallat nuk janë të vërteta-ato mund t'i mbulojë dheu, kurse për fëmijët ka rëndësi shëndeti, i cili forcohet edhe duke bërë gjum të mirë.

*Për nxitjen e gjumit si te fëmijët po ashtu edhe te të rriturit sugjeroheshin edhe vetpërfytyrime që shpesh lidhen me fenomene natyrore. Psh. kujtimi i një ere të lehtë e cila përkëdhelë trupin sidomos fytyrën dhe flokët, parafytyrimi se si era e lehtë valë-valë frynë mbi arat me thekër ose grurë, pastaj të numëruarit në heshtje deri sa njeriut t'i mbyllen sytë dhe të tretet në gjum etj.

* Për fëmijët që vuajnë nga frika (Phobia), bëhen rituale që nënkuptojnë "prerjen" e frikës . Në popull, ritualet e tilla që duket se nuk janë të pakta quhen "prerje e tutës".Në këtë rast do t'i përmendim tri rituale për "prerjen e tutës":

*Merren dy penj njëri prej të cilëve duhet të jetë i kuq dhe tjetri i zi. Me këta dy penj sëbashku matet fëmija i cili është i shtrirë dhe matja bëhet kryq duke filluar nga dora e djathtë në të majtën dhe nga e majta në gishta të këmbës së djathtë. Matja tjetër bëhet nga dora e majtë në të djathtën

dhe nga e djathta në gishta të këmbës së majtë. Nëse penjtë vetëm pak në matjen e dytë dalin më të gjatë se në të parën, "konstatohet" se "fëmija e ka tutën".

Pas konstatimit se "fëmija e ka tutën" merren dy penjtë dhe lidhen për një ferrë apo kaçë dhe lehen një natë aty. Të nesërmen para agut peni i kuq hiqet nga therra apo kaça duke thënë tri herë: "oi kaçë, të kuqtë ta mora e tutën ta lash".

Me t'u kthyer në shtëpi, duhet marrur në dorë një pjatë me ujë dhe 9 gaca nga zjarri, të cilat një nga një qitën në ujë duke thënë tri herë "po ta pres tutën".

Uji i qitet një qeni për ta pirë apo në ushqim, me çka merr fund rituali i "prerjes së tutës".

*Dy penj të kuç dhe një pe i zi lidhen veç e veç për këmbë të fëmijës. Fëmija vendoset në prag të derës, në mes të dy prindërve, njëri prej të cilëve është jashtë dere e tjetri brenda.

Nëna e merr thikën dhe një nga një i pret penjtë duke i mëshuar njëkohësisht edhe pragut me thikë dhe deri sa nëna i pret penjtë i ati i fëmijës e pyet gruan e vet-nënën e fëmijës:

- "Çka po banë?
- "Po ia pres tutën ... (e përmend emrin e fëmijës) me ecë sa ma shpejtë".

Pasi nëna i pret penjtë, e merr fëmijën dhe duke e cacitur (proces i mësuarjes së të ecurit) e largon sa mundet shpejtë nga pragu.

Pasi e largojnë fëmijën nga vendi ku i është "pre tuta", penjtë i qesin në zjarr.

*Fëmijën që frigohet e fusin në thes dhe thesin e qet në shpinë zakonisht i ati, i cili fillon të sillet rreth shtëpisë duke u nisur nga pragu i derës ku një njeri tjetër qëndron me

sopatë në dorë.
Kur i ati arrinë me thes në shpinë për të tretën herë te pragu i derës, personi me sopatë e pyet:
- "Çka ki n'thes?"
- "E kam ni komanec" (fëmijë që nuk mund të ecë për shkaqe të ndryshme).
- "A pi pret a po ecë?"
- "Jo, jo, po ecë", thotë ai që e bartë thesin duke e nxjerrur fëmijën nga thesi dhe pastaj duke vrapuar me të futet brenda, ndërkaq personi që rri te pragu, tri herë radhazi i bie tokës me sopatë.
Këto rituale janë bërë kryesisht për fëmijët që janë vonuar të ecin.

* Fëmijët e sëmurë, në familje kanë gëzuar privilegje jo vetëm në të ushqyer, pastruar, fjetje etj., por edhe në anën psikologjike, sepse ata janë marrë me të mirë, iu janë premtuar gjëra të cilat ata fëmijë kanë dashur t'i kenë kur kanë qenë të shëndoshë, por që prindërit për shkaqe krejtë-sisht ekonomike nuk kanë mundur t'ua sigurojnë etj.

* Kështu fëmijëve të sëmurë, edhe përkundër të gjitha vështirësive, iu bëheshin dhurata jo vetëm nga prindërit, por edhe nga të afërmit e familjes, miqtë etj, të cilat, pos efekteve pozitive në rrafshin psikologjik, duke patur parasysh se psika dhe trupi ushtrojnë ndikime reciproke mbi njëra-tjetrën kanë pasur edhe efekte mjekuese.

* Kujdes i veçantë është treguar sidomos për *fëmijën e posalindur*. Në fakt gjyshja, disa muaj para lindjes së fëmijës është kujdesur që t'i siguroj pelenat, mbulesën ("mlojsën") për djep, lulakun (një lloj litari i thurur prej fijeve të leshit), shokën me të cilën lidhet trupi i fëmijës për djep dhe pelerinën e vogël plot zbukurime tadicionale të punuara me

dorë.

Në mbulesë apo pelerinë, gjyshet, pos zbukurimeve tradicionale, kanë vënë edhe gjëra të tjera të cilat "kanë ndikuar që ta pengojnë mësyshin", apo "shtrigat t'i afrohen djepit" *Këto gjëra kanë mundur të jenë një dhëmb ujku ose një copë lëkure ujku, një gur nga ata që përdoren për unaza, por për këtë rast i punuar në formë zemre që quhet "gur mësyshi" (i kaltër) , një monedhë e argjentë e futur në varg, apo një lloj kërpudhe e cila në popull quhet "lugë shtrige". Këto gjëra pos që vëheshin në pelerinën e foshnjës, me dyll ngjiteshin edhe për një ble flokësh të fëmijës.

*Edhe në dhomën e lehonës janë vënë gjëra të ndryshme me qëllim të "mbrojtjes" së fëmijës dhe lehonës nga "syri i keq" dhe "nga shtrigat".

Kështu psh në gërshërët me të cilat i është prerë kërthiza fëmijës është ngulur një hudhër, është lidhur një tufë borzilok dha janë varë në dhomë të lehonës.

*Menjëherë pas lindjes së fëmijës, vjehrra po ashtu e ka pas për detyrë dhe për nderë që t`ia presë atij kërthizën. Kujdesi për mjetin me të cilin i është pre kërthiza fëmijës ka qenë i madh. Brisku, thika apo gërshërët me të cilat i është pre kërthiza fëmijës, ka qenë e pastër dhe shumë rrallë ka ndodhur të shfaqet ndonjë infeksion.

* Sipas traditës shqiptare fëmija i posalindur është larë çdo ditë. Ditët e para pas lindjes, zakonisht e ka larë vjehrra, gjë që nënkuptonte edhe një lloj respekti për të, e më vonë e bënte nëna së bashku me vjehrrën e saj, deri sa fëmija e mbushte vitin e parë të jetës.

* Ka qenë e preferueshme që fëmija së paku gjatë vitit të parë të jetës së tij të ushqehej vetëm me qumështin e nënës, kurse në rastet kur nëna nuk ka pasur qumësht sa duhet,është ushqyer edhe me qumësht lopësh a delesh, i cili së pari është

holluar me ujë e pastaj është vluar.

* Pas muajit të gjashtë të jetës, fëmija është ushqyer ndonjëherë edhe me pemë apo patate të ziera.

2.2. Përkujdesi dhe shërimi i gruas së sëmurë

Gruaja shqiptare, gjatë të gjitha kohërave ashtu si edhe në periudhën kohore (1945-1970) ka qenë dhe mbetet në masë të konsiderueshme shtylla kryesore e familjes.

Ajo ka qenë nënë që ka lindur dhe i ka rritur fëmijët; Kujdestare që është kujdesur pos për fëmijët, edhe për pleqtë, për anëtarët tjerë të familjës dhe për tërë shtëpinë.

Ajo ka bërë punët e shtëpisë dhe në të njëjtën kohë ka qenë edhe "mjeku e psikologu" i pjesëtarëve të familjes.

Kjo nuk do të thotë aspak se gruaja shqiptare ishte "supergrua", por, përkundrazi, ajo ishte si të gjitha gratë e botës, por vetëm rrethanat shumë specifike nëpër të cilat ka kaluar ajo bashkë me popullin shqiptar e kanë bërë të tillë.

Kështu, vetë rrethanat historike e sociale shumë të vështira nëpër të cilat ka kaluar gruaja shqiptare, kanë bërë që ajo detyrimisht të "vetemancipohet e vetarsimohet" më shumë se burri, duke u bërë e aftë për të siguruar jo vetëm vazhdimësinë biologjike, por në masë të konsiderueshme edhe vetë kulturën shpirtërore të popullit shqiptar.

E themi këtë duke patur parasysh, se për ndryshim nga popujt tjerë (psh latinët e vjetër),shqiptarët e kanë ruajtur dhe zhvilluar kulturën dhe gjuhën e tyre edhe në saje të zotësisë dhe marrjes mbi supe nga ana e gruas, të këtij

përkujdesi dhe edukimi familjar, virtyte këto të cilat me kohë kanë marrë edhe përmasa shoqërore dhe kombëtare brenda një kulture patriarkale, e cila gruan, fatkeqësisht, e ka sakrifikuar shumë në dobi të kolektivitetit.

Edukata relativisht patriarkale në Kosovë dhe vise tjera të banuara me shqiptarë, nuk e ka bazën vetëm te religjioni islamik siç thuhet e shkruhet sot. Madje do të shtonim se populli shqiptar është populli i vetëm në Ballkan dhe në Evropë që si komb i përket tri besimeve fetare (myslimane, katolike dhe ortodokse në Shqipëri, ndërkaq në Kosovë vetëm besimit mysliman dhe atij katolik) dhe që ushqen tolerancë të shkallës së lartë në mes të këtyre besimeve. Pra, edukata patriarkale te shqiptarët, në radhë të parë e ka bazën te vakumi historik në zhvillimin e shoqërisë shqiptare ndër shekuj dhe te pengesat me prapaskenë politike që iu bëheshin atyre në ish-Jugosllavi në lëmin e arsimimit dhe edukimit, e jo në baza fetare. Sa për ilustrim e përmendim kohën e funksionimit të Universitetit të Prishtinës (1968-1990), në të cilin, mijëra vajza shqiptare jo vetëm që nuk u penguan nga prindërit e tyre, ta zëmë, për shkaqe patriarkale, që të kryejnë arsimin universitar, por u nxitën që të shkollohen dhe ato sot janë nëna të emancipuara dhe kanë botëkuptime të tjera mbi shëndetin, sëmundjen dhe përkujdesin.

* Gruaja e sëmurë te shqiptarët në të shumtën e rasteve është përkujdesur nga më të afërmit e vet, më shpesh nga e bija ose (më rrallë) i biri , nga vjehrra, motra , nëna e saj, kunata dhe në raste të veçanta edhe nga bashkëshorti .

* Sëmundjet e lehta, si ftohjet, flamat, dhimbjet e lehta të kokës ose të muskujve, gratë shqiptare, duke patur mbi supe barrën e përkujdesit familjar, i kanë kaluar dhe i kalojnë edhe sot pa ndonjë përkujdes të veçantë nga të tjerët. Jo

vetëm sëmundjet e lehta, por edhe ato ca më të rëndat, i kanë kaluar të shumtën vetëm të përkujdesura nga rrethi familjar, ndërsa, sipas mundësive që ka patur familja, rastet me rrezikshmëri për jetën (por jo të gjitha rastet) janë trajtuar në institucione shëndetësore.

* Kur është fjala për përkujdesin intim, gruaja shqiptare ka tentuar dhe tenton që në radhë të parë atë ta bëj vetë, dhe kur ajo nuk ka mundur ta bëjë vetë, përkujdesin e ka bërë motra, bija, ose nëna e saj, pastaj vjehrra, kunata, fqinja ose shoqja, ndërsa në rastet e jashtëzakonshme edhe bashkëshorti. Sot roli i bashkëshortit në këtë drejtim është shumë më i theksuar se në të kaluarën.

* Sa i përket përkujdesit intim nga personeli shëndetësor, jo vetëm gruaja shqiptare, por as burrat shqiptar, në tërësi, ende nuk e kanë përjetuar (pos atyre të cilët jetojnë në vendet perëndimore), sepse nga njëra anë, shqiptarët e sëmurë janë përkujdesur kryesisht në familje, e nga ana tjetër në institucionet shëndetësore në ish-Jugosllavi, përkujdesi i tillë nga personeli shëndetësor është bërë fare pak ose aspak.

* Në familjen shqiptare gruaja e sëmurë është përkujdesur duke u favorizuar me kushte më të mira jetese: ushqimi, pastërtia, fjetja dhe pushimi nga të gjitha punët e shtëpisë, pastaj me dhënien e medikamenteve popullore, bërjen e ritualeve dhe dhënien e resurseve në rrafshin psikologjik (duke i dhënë të sëmurës shpresa dhe dëshira për shërim sa më të shpejtë, ose duke i theksuar anët pozitive të saj: sjelljet e mira, pastërtinë, aftësitë e deri te bukuria që e ka).

* Gjatë kohës së shtatzënësisë, për shakqe të rrethanave të lartëpërmendura, tradicionalisht shumica e grave shqiptare, pos ditëve të fundit të shtatzënësisë, nuk i ndërpresin

angazhimet e tyre ndaj familjes, ndërkohë që numri i dështimeve krahas angazhimeve që ato kishin deri në dy-tre ditët e fundit para lindjes, ishte vërtetë shumë i vogël.

* Lindja në të kaluarën në shumicën e rasteve është bërë në familje, me ç'rast gruaja gjatë procesit të lindjes ndihmohej nga gratë tjera të familjes, kurse në rastet e komplikuara nga ndonjë "mami-mjeshtre popullore" (zakonisht një grua e moshuar e fshatit, e cila gjatë jetës së saj ka asistuar në shumë lindje). Në fakt herë pas here, për shkak të mungesës së ndihmës profesionale, gratë edhe kanë vdekur gjatë e pas lindjes, ose gjatë kohës së lehonisë.

* Lehonia brenda traditës shqiptare zgjatë 40 ditë. Për këtë kohë lehona përkujdeset nga anëtarët e familjes. E vetmja detyrë e saj është përkujdesja ndaj fëmijës së posalindur (dhënia gji fëmijës). Në javën e parë pas lindjes, ajo nuk është e detyruar as edhe ta lajë fëmijën e saj. Atë e bënë zakonisht vjehrra e kur ajo nuk jeton, e lanë nëna e lehonës ose kunata. Në këtë periudhë 40 ditore, lehonës në njëfarë mase i jipet edhe karakter "shenjtërie", ajo nuk fle me burrin e saj kurse akti seksual është i ndaluar.

* Dështimi - aborti i fëmijës së padëshiruar, ndonëse në bazë të traditës dhe religjionit te shqiptarët është konsideruar si diçka e ndaluar, herë pas herë edhe në atë kohë është bërë ilegalisht ose gjysmilegalisht. Abortin e kanë bërë gratë e moshuara me përvojë në këtë drejtim. Këto plaka në popull kanë pas zë të keq dhe janë përfolur si "plaka të këqija" e edhe si "shtriga", sepse duke bërë abortin, ato pos që i merrnin jetën një fëmije të palindur, ndonjëherë bëheshin shkak edhe për vdekjen e shtatëzënës nga gjakderdhja e tepërt.

* Në fakt "plakat e këqija" abortin e shkaktonin duke ia vënë, gruas shtatëzënë në 1/3 e fundit të barkut pikërisht

mbi mitër, një vorbë (vegsh), konveksiteti i theksuar i të cilit ushtronte një shtypje të madhe mbi mitër, gjë që shkaktonte pastaj shtërzime (tkurrje të mitrës) dhe abortin, të cilin plakat e ndihmonin edhe me tërheqjen e embrionit me duar.

* Vdekja e shtatzënave dhe lehonave, te shqiptarët ka paraqitur dhimbje të madhe, dhe jo rastësisht gratë të cilat vdisnin gjatë shtatzënësisë, gjatë lindjes ose menjëherë pas lindjes, janë konsideruar si "gra të shenjta", ose edhe "gra dëshmore" si dhe është menduar se gratë e tilla për shpagim, së paku në botën tjetër do të jenë të privilegjuara. Emërtimi si "gra të shenjta" ose "dëshmore" për lehonat që vdisnin, paraqiste një respekt për to si dhe një ngushëllim dhe resurs, sidomos për fëmijët dhe rrethin familjar të së ndjerës, që ata më në fund të pajtohen me humbjen e nënës, bashkëshortes dhe pjesëtares së familjes.

2.3. Përkujdesi dhe shërimi i pleqëve të sëmurë

Tek shqiptarët respekti për më të vjetrit është kultivuar gjithmonë dhe vazhdon të kultivohet edhe sot e kësaj dite, jo vetëm brenda familjes por edhe brenda rrethit (fqinjë, lagje e më gjërë).

* Ashtu si edhe për grupmoshat tjera, edhe për pleqtë përkujdesi dhe shërimi, sidomos brenda viteve të cilat i kemi në trajtim, është bërë kryesisht në shtëpi.

* Mund të gjenden plotë shembuj kur deri në fillim të viteve 70-të, një pjesë e konsiderueshme e pleqëve kanë vdekur pa përjetuar qoftë edhe një trajtim të vetëm mjekësor profesional. Madje, nuk iu është bërë as edhe një vaksinë e vetme gjatë tërë jetës së tyre.

* Për pleqtë e sëmurë, shumica e të cilëve sëmundjet i ka mbijetuar në mesin familjar, familja ka qenë pothujse i vetmi "institucion shëndetësor", në të cilin më shumë janë përkujdesur se sa janë trajtuar, por që vetë ky përkujdes është kuptuar edhe si trajtim shërimi.

* Anëtarët e familjes kanë qenë dhe vazhdojnë edhe sot të jenë shumë të përkushtuar ndaj pleqëve të sëmurë. Ata përkujdeseshin për ushqimin, higjienën, veshëmbathjen dhe shtrojën e mbulojën (fjetjen) e tyre. Vetë mungesa e institucioneve dhe arsimimi i pamjaftueshëm shëndetësor i popullatës në tërësi, kishte ndikuar që sidomos pleqtë në një farë mase edhe të mos e preferonin trajtimin mjekësor e medikamentoz në institucione shëndetësore duke i dhënë ndonjëherë edhe përparësi absolute trajtimit familjar.

* Në shtëpi- familje iu bëhej edhe përkujdesi intim të cilin ekskluzivisht e kanë bërë anëtarët e familjes. Te plakat e bija ose reja kryesisht, ndërkaq te pleqtë e ka bërë plaka e tij (bashkëshortja), djali ose i vëllai dhe në raste të jashtëza-konshme edhe vajza.

* Vetë përkujdesi familjar, për pleqtë ndër të tjera ka paraqitur edhe një resurs psikologjik në vete që ndikonte në përmirësimin e gjendjes shëndetësore të tyre, ngase iu jepte të nënkuptonin, se ata, ndonëse të sëmurë, akoma janë të rëndësishëm për familjet e tyre, dhe ndonëse të vjetër, ata kanë ende vlera.

* Në këtë drejtim, në gjendjen shpirtërore të tyre, shumë pozitivisht kanë ndikuar edhe vizitat e të afërmve, miqëve, fqinjëve etj.

* Nga ana tjetër edhe ndikimi i rrethit në rrafshin tradicional e kulturor, sa i përket përkujdesit të pleqëve, nuk ka qenë i vogël, sepse familjet e caktuara të cilat nuk i

përkujdesnin sa duhet e si duhet pleqtë, përgojoheshin, nënçmoheshin dhe merrnin mbi vete namin e keq.

Sa u përket grupmoshave të tjera, shërimi dhe përkujdesi i tyre në përgjithësi pothuajse bëhej njësoj si edhe më lartë.

3. Përkujdesi dhe shërimi sipas llojit të sëmundjeve trupore-organike

3.1. Përkujdesi dhe shërimi i sëmundjeve të lëkurës

Në periudhën kohore për të cilën e kemi fjalën (1945-1970), si shumë patologji të tjera, edhe sëmundjet e lëkurës përkujdeseshin dhe shëroheshin në familje.

* Të sëmurit me sëmundje të lëkurës i jepej përparësi sidomos në aspektin higjienik. Mbretëronte mendimi se lëkura e sëmurë duhet pastruar sa më shpesh dhe mbi të të hidhen medikamente popullore.

* Llojet e ndryshme të lishave (Lat. Mykosis) shëroheshin me medikamente popullore përbërja e të cilave fatkeqësisht nuk është evidentuar. Një mënyrë e shërimit të lishave bëhej në atë mënyrë, që pasi që pastrohej vendi me lishë, mbi të hidhej një shtresë ekstrakti nga myshqet e natyrës, pastaj një kërpudhë e thatë e livadheve, e cila në popull quhet "tufaq" apo "fendë arushe".

*Interesant ka qenë shërimi i lythave (lat. Verruca) të duarve-gishtrinjëve: lythat pasi që prekeshin me mish të freskët të kafshëve, mbaheshin nën pikat e strehës së shtëpisë

kur binte shi, dhe thuhej një ritual.

Zakonisht pas këtij veprimi lythat pas ndonjë javе vetë eliminoheshin. Një ritual tjetër i heqjes së lythave bëhej me numrimin e lythave duke i prekur ato me kokrrat e grurit dhe këto kokrra pastaj futeshin në tokë ose në një moqal të vogël.

* Puqrrat e fytyrës në moshën e pubertetit (Acne Vulgaris) janë shëruar në mënyrë efektive me një medikament popullor. Në fakt fytyra në mbrëmje para gjumit, lyhej me një përzierje e cila krijohej duke e përzier blozën e fulterës (tiganit) me hudhër të shtypur. Ndonëse shkaktonte djegie, efekti pozitiv i këtij medikamenti shihej që të nesërmen në mëngjez.

* Disa lloje të ekcemave (Ekzem) , në popull të njohura me emrin "majasil" , po ashtu janë shëruar e shërohen pjesërisht edhe sot me medikamente popullore, përbërja e të cilave nuk është evidentuar sa duhet. Si lëndë e parë për shumicën e këtyre medikamenteve popullore përdorej hiri i zier paraparakisht, të cilit pastaj i shtoheshin edhe përbërës të tjerë. Po ashtu, për shërimin e ekcemave, preferohej ngrënia e mishit të iriqit pastaj pirja e qumështit të dhisë e cila ushqehej me barishte të ndryshme në natyrë etj.

* Karcinomat sipërfaqësore të lëkurës (lat. Carcinoma planocelulare), jo vetëm në të kaluarën por edhe sot shërohen nga "mjekuesit popullor" me medikamente të cilat përfitohen nga bimë të ndryshme të natyrës.

* Te djegiet (Combustio) më të vogla të lëkurës, përdorej ngjyra e stilografit e cila dukej se ndikonte në përtharjen e djegies, një lloj kërpudhe e thatë e cila shfrytëzohej edhe për shërimin e lishave, pastaj vaj i peshkut dhe vaj i djegur i makinave.

Ndërkaq te djegiet më të mëdha është përdorur një lloj

bari i punuar nga mjekët dhe farmacistët popullor nga ekstrakte të shtogut dhe të disa barishteve të tjera të mbledhura në natyrë. Po ashtu për shërimin e djegieve shfrytëzohej edhe të kuqtë e fërguar të vezës, me të cilën lyhej sipërfaqja e vendit të djegur dhe mbi të hidhej një copë flete e zier e lakrës.

Reçeta për përaditjen e këtyre barërave nga farmacistët dhe mjekët popullor është mbajtur në fshehtësi dhe shpeshherë është marrë me vete edhe në varr.

3.2. Përkujdesi dhe shërimi i syrit

* Te lëndimet dhe ndezjet e mukozave të kapakëve të syrit ose edhe të vetë konjunktivës (Conjunctivitis) me vlerë është ende thënia e popullit "syrin e lënduar mos e prek, pastroje të shumtën nga jashtë dhe mbylle me shami".

* Tek futja e ndonjë objekti të vogël (grimcë pluhuri etj.) në sy, fillimisht me cepin e një shamie të pastër xhepi, largohej grimca, pastaj me uj të vakët pastrohej syri nga jashtë, kurse brenda në sy lejohej të qitej vetëm qumshti i grave (preferohej qumshti i lehonave), e fare në fund pasi që syri mbulohej nga jashtë me vezë të fërguar butë (vetëm me të bardhën e saj) mbyllej me shami për disa orë. Kjo procedurë përsëritej disa herë. Përvoja ka treguar se kjo mënyrë e përkujdesit të syrit të lënduar, e cila në atë periudhë ka qenë edhe e vetmja mënyrë shërimi, ka çuar në përmirësimin ose edhe shërimin e ndezjeve të mukozave të syrit.

* Tek lëndimet shumë të rënda të syrit (me mjete fizike), i lënduari është dërguar në spital më shumë për shërim ordiner, sepse aso kohe në Kosovë ka patur pak mjekë specialistë, prandaj të shumtën e herave këto raste qoftë edhe në spital, fatëkeqësisht kanë mbaruar me verbim.

3.3. Përkujdesi dhe shërimi i sëmundjeve të veshit

Sëmundjet e veshit, sidomos ndezjet e veshit të mesëm, janë shëruar me medikamente të përfituara nga bimët e ndryshme.

* Në këto raste në kanalin e jashtëm të veshit janë qitur disa pika ekstrakti të një bime e cila në popull është quajtur "bari i veshit". Në fakt ekstrakti i kësaj bime është shumë i përqendruar dhe si i tillë në saje të ligjeve të osmozës dhe difuzionit, ai i tërheq lëngjet, përkatësisht sekretin-qelbin i cili krijohet te ndezja e veshit të mesëm. Ky lloj medikamenti është përdorur sidomos te fëmijët të cilët në vitet e para të jetës shpesh kanë vuajtur nga ndezja e veshit.

* Po ashtu te ndezjet e veshit, të shoqëruara me dhimbje të forta (sidomos te fëmijët e vegjël), është përdorur edhe lëngu i hudhrës i përzier me dy-tri pika yndyrë. Ky lëng është qitur me pika në kanalin e jashtëm të veshit.

* Tek ndezjet më të komplikuara të veshit është bërë edhe "ndezja e fitilave" prej pëlhure, të cilët janë punuar nga shirita bezi (pëlhure) të lyer me dyll bletësh të shkrirë. Njëra anë e shiritit futej në vesh të sëmur dhe ana tjetër ndizej.Nga djegia e fitilit tërhiqej qelbi dhe dylli i veshit nga kanali i jashtëm, që dukshëm ndikonte në përmirësimin e tij.

* Një mënyrë tjetër e "shërimit" të veshit është bërë edhe me "nxjerrjen e krimbave", metodë kjo e cila zakonisht bëhej nga magjistaret rome. Magjistaret në fakt njërin skaj të një fytëze cilindrike me dimenzione përafërsisht sa cigarja e futnin në kanalin e jashtëm të veshit të sëmurë të fëmijëve, kurse anën tjetër të fytëzës pasiqë mbi të e vendosnin paraprakisht një pecetë, e futnin në gojë dhe duke tërhequr

(thithur) me frymëmarrje, nga veshi i fëmijës i nxirrnin "krimbat" të cilët mbeteshin në pecetë dhe shiheshin objektivisht . Në fakt nuk është e qartë se a ishin me të vërtetë ata krimba të nxjerrë nga veshi apo ishte një mashtrim hipnotik i atyre magjistareve para prindërve të fëmijëve për të siguruar fitime. Por një gjë dihet. Dhimbja e veshit pas "nxjerrjes së krimbave" zbutej ose edhe pushonte plotësisht.

3.4. Përkujdesi dhe shërimi i dhëmbëve dhe sëmundjeve të gojës

Sa iu përket dhëmbëve, në Kosovë, pos disa shërbimeve të vogla dentare në kuadër të spitaleve të përgjithshme, apo të ndonjë poliklinike të rrallë, shërbime të specializuara nuk ka patur.

* Në ato rrethana, dhëmbët e qumështit iu janë hequr fëmijëve në shtëpi nga më të vjetrit, apo fëmijët shpeshherë i hiqnin vetë. Dhëmbi i nxjerrur, i mbështjellur me tul buke duke u shoqëruar edhe me një ritual, i cili këndohej me shprehje dëshirash apo lutjesh për daljen e një dhëmbi të ri më të mirë, hidhej nga fëmija mbi kulmin e shtëpisë.

Kur fëmija e ka hudhur dhëmbin mbi kulmin e shtëpisë i është drejtuar psh. sorrës (lloj shpendi) me:

"Sorrë, sorrë, gautorrë,
merre këtë dhëmbë të vjetër
e ma jep një të ri,
që të ha bukë e djath me te!" etj.

* Nëse pas nxjerrjes së dhëmbit,ka rrjedhë shumë gjak, ai vend është mbushur me tul buke i cili ka shërbyer si një

lloj amalgami për ndaljen e gjakderdhjes.

* Nxjerrjen e dhëmbëve, sidomos te të rriturit, e kanë bërë në të shumtën e herave berberët, të cilët konsiderohesh-hin edhe si "mjeshtër" për këtë punë.

* Vënia e protezave të dhëmbëve ka qenë një gjë shumë e rrallë. Ata pak shqiptarë që kishin mundësi materiale, protezat mund t'i bënin vetëm në republikat tjera të ish-Jugosllavisë, ndërkaq për protezat për korrektimin e nofullave dhe dhëmbëve të deformuar("dhëmbëve katarosh" ose "nerlik"), as që mund të bëhej fjalë.

Mund të thuhet se në përgjithësi popullsia shqiptare, pikërisht për shkak të ushqimit shumë të thjesht (me më pak mëlmesa) i cili përdorej asokohe në Kosovë, si dhe nga vetitë e mira të ujit, ka pasë dhëmbë shumë të shëndoshë.

Sa i përket pastrimit të dhëmbëve me brushë, asokohe, për shkak të gjendjes sociale të rëndë dhe shkallës së ulët të arsimimit as që është bërë fjalë.

Edhe sëmundjet e gojës , të shumtën e rasteve janë përkujdesur e shëruar në familje.

* Tek ndezja e *mukozës së gojës* e shoqëruar edhe me flluska (Aftae), është bërë lyerja e fluskave me "sodë buke" (sodë bikarbonati), mirëpo shumë sëmundje tjera të gojës as që janë trajtuar fare. I vetmi trajtim ka qenë kujdesi në përgaditjen e ushqimit të lëngshëm ose të butë (përshesh me qumësht ose me kos), i cili mund të kapërdihej me përtypje të lehta në mënyrë që mos të dëmtohej mukoza e gojës edhe ashtu e ndezur apo të mos pëlcisnin fluskat.

3.5. Përkujdesi dhe shërimi i sëmundjeve të organeve të frymëmarrjes

* Fëmijëve ose të rriturve, të cilët kishin kollë të fortë për shkak të ndezjeve të rrugëve të sipërme të frymëmarrjes, iu jepej të pinin çaj të ngrohtë, ose qumësht të përzier me një lugë mjaltë dhe para gjumit, ua mbështillnin qafën me lesh deleje dhe me shami për t'ua mbajtur ngrohtë si dhe preferohej të flinin përmbys, sepse në këtë pozitë të kolliturit bëhej më i lehtë (të fjeturit me shpinë e provokon të kolliturit).

* Për qetësimin e kollitjeve përdorej edhe sheqeri i djegur në xhezve dhe i vluar me ujë, i cili pihej si çaj para gjumit.

* Tek të sëmurit me astmë dhe të sëmurit nga zemra, praktikohej të ndenjurit ose edhe fjetja e tyre përafërsisht në këndin 90 gjer 120 shkallë (duke ia vendosur prapa shpine dhe koke 2- 3 jastekë), gjë që përkon edhe me mjekësinë konvencionale, sepse në këtë pozicion lehtësoheshin frymë-marrja dhe puna e zemrës. Edhe këta të sëmurë, natyrisht se janë përkujdesur nga anëtarët e familjes. Kujdesi më i madh për ata ka qenë në të ushqyerit e të sëmurëve, pastrimin, fjetjen në shtretër të butë e të mbushur me lesh etj.

3.6 . Përkujdesi dhe shërimi i sëmundjeve të lukthit dhe zorrëve

* Për qetësimin e dhimbjeve të barkut për shkak të ngërqeve të lukthit, zorrëve ose të qeskës së tamthit, ndërhyhej me një masazhë të lehtë në pjesën e sipërme të barkut (në regjionin epigastrik). Në fakt, i sëmuri shtrihej përmbys, ndërkohë anëtari i familjes (psh. nëna e fëmijës) duke ia vendosur duart nën bark , me majat e gishtërinjëve i bënte masazhën e barkut, duke filluar nga dërrasa e gjoksit (Procesus Xifoideus), duke vazhduar për rreth të dy harqeve të brinjëve (Arcus Costalis) dhe duke përfunduar mbi belin e të sëmurit. Masazha e tillë, e bërë ngadalë dhe me kujdes për disa minuta, i qetësonte bukur shumë dhimbjet e lukthit ose të qeskës së tamthit.

* Tek barkqitjet, përdorej në të shumtën e rasteve pirja e çajit indian, ose ushqyerja me lëng orizi ose me oriz të zier pa yndyrë, si dhe marrja si ushqim e kokrrave të misrit të terur dhe të fërguar paraprakisht.

* Shërimi i pezmatimit të hemorroideve është bërë me mjaft sukses me barëra popullore. Kështu psh. ekstrakti i një bime e cila rritet në viset e larta të Kosovës ndikon shumë mirë në përmirësimin dhe shërimin e hemorroideve.

3.7. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve me gurë në veshka dhe në qeskën e tamthit

* Të sëmurëve të cilët vuanin nga gurët në veshka iu jepej të pinin çaj majdanozi, bimë kjo të cilën shqiptarët ia shtojnë si element dekorativ dhe shijedhënës edhe një lloj djathi tradicional të deleve i cili quhet "djath bjeshke", ose "djath Sharri" (sipas emrit të bjeshkëve të njohura të Kosovës). Në fakt, çaji i majdanozit, në mos në të gjithë llojet e gurëve, së pakut në disa lloje të tyre ka ndikuar duke ua prishur strukturën dhe duke i thërmuar, gjë që pastaj ka quar në qitjen e tyre jashtë me anë të ujëderdhjes.

Do të duhej përmendur këtu faktin se dalja e këtyre gurëve jashtë, përmes ujëderdhjes përcillet me dhimbje të mëdha.

* Po ashtu për thërmimin e gurëve në veshka përdorej edhe çaji i bërë nga kullumbritë (qaji i kullumbrive).Kur piqen kullumbritë, marrin ngjyrë të kaltër në të mbyllët dhe kanë shije shumë të thartë. Ekstrakti i tyre vepron në disa lloje gurësh , varësisht nga struktura dhe përbërja e tyre kimike.

*Të sëmurëve me gurë në qeskën e tamthit, iu është dhënë për ngrënie qeska e fërguar e tamthit të pulave. Kjo më shumë është bërë për shkak të besimit se nëse qeska e tamthit të pulës (ose si i kanë thënë në popull "rrcoku i pulës") është në gjendje t'i tresë gurët të cilët pula i ka ngrënë në natyrë, ajo domosdoshmërisht përmban në vetvete edhe materie të cilat mund t'i shkrijnë edhe gurët të cilët gjendën në qeskën e tamthit të njeriut. Në fakt pas marrjes së qeskës së tamthit të pulës si ushqim ka ndodhur që një pjesë e gurëve të tamthit tek i sëmuri të dekompozohen dhe të eliminohen me jashtëqitje.

3.8. Përkujdesi dhe shërimi i plagëve të hapura dhe djegieve

Plagët po ashtu të shumtën janë shëruar në familje.

* Nëse plaga ka qenë e vogël dhe sipërfaqësore, ajo vetëm është pastruar nga ndytësirat, është lidhë me një copë pëlhurë ose shami dhe është lënë të shërohet vetë.

* Kur plaga ka qenë ca më e madhe dhe e thellë, është pastruar nga ndytësirat dhe i është hedhë përmbi qepa e ndrydhur dhe e përzier me kripë, e cila ndonëse shkaktonte dhimbje të mëdha, ka patur efekte shëruese, sepse në njërën anë pos që në përbërjen e saj ka shumë materie me veprim antibakterial, nga ana tjetër, kripa duke u përzier me ekstraktin e qepës dhe lëngjet që tajon plaga, krijon një solucion me përqendrim të lartë i cili i tërheq edhe më tej lëngjet e plagës bashkë me bakteriet dhe ndytësirat tjera rreth saj.

* Medikamentet popullore për shërimin e plagëve ndonëse nuk janë evidentuar sa duhet, në fakt ishin një lloj përzierje të yndyrërave të kafshëve kryesisht të egra me ekstraktin e bimëve të natyrës.

* Psh.një medikament i tillë popullor për shërimin e plagëve të shkaktuara me mjete të ftohta ose edhe me djegie, përfitohej duke e përzier masën xhelatinoze të një yndyre të cilën fshatarët e përdornin për zvoglimin e fërkimit të boshtit të hekurt të qerreve fshatare (peshkve)(ose kur kjo yndyrë mungonte, zëvendësohej me rrëshirën e drunjve), me dhjam lepuri dhe me ekstraktin e një bime. Në të vërtetë ky medikament ka pas efekt shërues shumë më të madh sesa cilido antibiotik lokal, sepse dihen rastet e plagëve të shëru-

ara me antibiotik lokal dhe rastet e shërimit shumë më të suksesshëm me këtë lloj medikamenti popullor.

* Po kështu për shërimin e plagëve paksa më të thella, apo edhe te plagët e shkaktuara nga armë zjarri, është shfrytëzuar djathi i njomë i pakripur, i cili është vëndosur mbi plagë për efekte shëruese.

* Tek plagët sipërfaqësore të infektuara dhe të qelbosura, për të tërhequr qelbin dhe për efekte shërimi, mbi plagë vendoseshin fletët e gjelbërta të bimëve të ndryshme të cilat njiheshin si bimë me efekte shërimi. Për këtë qëllim janë përdorur fletët e bimëve të ndryshme me efekte absorbuese të vet qelbit dhe lëngjeve tjera në sipërfaqe të plagës, duke mos i përjashtuar me këtë rast edhe efektet tjera shëruese-dezinfektuese.

Disa nga këto bimë janë:

*"Bullushtra" e cila zakonisht rritet në kopshte ku ka lagështi të mjaftueshme;

*Lakra, fletët e së cilës, të ngrohura pak, i visheshin plagës sipër;

*"Bari i malldragës", i cili pasi shtypej, ashtu i njomë , vëhej mbi plagë ose mbi vendin e ndrydhur. Rritet në vende të lagshta dhe në kopshte të cilat ujiten shpesh.Lartësia e tij arrinë deri në 10-15 cm. Kërcyllin e ka rreth 3 mm me shumë degë dhe me gjethe të vogla, të cilat në vete përmbajnë shumë lëng.

Efekti i tij mbi plagën, vendin e ndrydhur apo që ka mbledhur qelb (i thati sipërfaqësor) është zbutja e lëkurës dhe absorbimi i qelbit;

*Fleta e manaferrës e cila vendosej mbi plagë të vogla, kishte efekte apsorbimi të qelbit në plagë;

*Fleta e "dejzit" e cila në fakt është një lloj bime, fletët

e së cilës janë plot deje të cilat vijnë nga kërcylli dhe shpërndahen në formë kapilaresh si penj.

Edhe kjo i ka efektet e njëjta vetëm se më të mëdha, sidomos te mbledhjet e qelbit nën lëkurë.

* Në disa raste te plagët sipërfaqësore shumë të qelbosura, ose absceset sipërfaqësore (nën lëkurë), vendoseshin ushunjëzat, lloj gjallesash në formë skrraje të mbështjella me një masë të lëngshme xhelatinoze gjë që i bënte ato të ngjitshme për plagën, e të cilat zakonisht jetojnë nëpër ujëra të cekëta e këneta. Ushujzat të vendosura mbi plagë, bashkë me gjakun e thithnin edhe qelbin e plagës, me ç'rast bëhej edhe një farë pastrimi. Mirëpo nuk mund të përjashtohet edhe mundësia e tajimit nga ana e tyre të ndonjë substance shëruese antibakteriale e dezinfektuese, me që në të shumtën e rasteve efektet ishin të dukshme.

* Për ndaljen e gjakderdhjes te plagët e freskëta dhe të vogla, shfrytëzohej duhani i grirë, i cili i hidhej plagës në sipërfaqe dhe lidhej me shami, gjë që e e ndalte gjakderdhjen dhe ndikonte që plaga të vejë dregzë.

* Për ndaljen e gjakderdhjes shfrytëzohej (zakonisht gjatë muajve të verës dhe vjeshtës) edhe kërpudha për të cilën kemi folur edhe më lartë dhe e cila në popull njihet me emrin "tufaq" ose "fendë arushe".

* Për ndaljen e gjakderdhjes po ashtu me sukses përdorej edhe tufëza me fije të buta me ngjyrë kafe në maje të një lloj kallami i cili rritet nëpër moçale në disa regjione të Kosovës. Në fakt kur kjo bimë vendosej mbi sipërfaqen e plagës e cila gjakoste, jo vetëm që ndikonte në ndaljen e gjakderdhjes por në të njëjtën kohë ndihmonte edhe në vënien e dregëzes mbi plagë. Tufëza e kallamit të këtillë në

disa vende quhet "kauk" e në disa të tjera "dervish" .

Duhet shtuar se asokohe, vetëm rastet me plagë dhe gjakderdhje masive janë dërguar në trajtim spitalor, por meqenëse transporti dhe kushtet tjera të ndihmës ishin minimale, fatkeqësisht edhe këto raste të shumtën mbaronin me vdekje gjatë transportit apo në spital.

Zakonisht mjekuesit popullor, reçetat e veta i ruanin me gjelozi si një sekret dhe u a linin trashëgim vetëm pasardhësve të tyre të drejtëpërdrejtë pak para se të vdisnin, mirëpo shpesheherë ka ndodhur që fshehtësinë e bërjës së këtyre medikamenteve ta marrin me vete pa ia lënë askujtë.

3.9. Përkujdesi dhe shërimi i lëndimeve (ndrydhjeve) të shkaktuara me mjete jo të mprehta

Lëndimet e rënda masive të trupit me mjete jo të mprehta të shoqëruara me ndrydhje dhe gjakderdhje në muskuj (hematoma), me ndrydhje të kockave dhe ligamenteve, te shqiptarët kanë qenë të shpeshta,ngase, pos fatkeqësive nga përditshmëria, puna në bujqësi etj., ata kanë qenë edhe objekt i shpesht i trajtimit të dhunshëm nga organet e pushteteve të huaja, të cilat për shekuj të tërë kanë ushtruar dhunë mbi ta: Psh. nëse e bëjmë një kërcim nga periudha në trajtim 1945-70 dhe dalim në vitin 1981, lëndimet e këtilla te shqiptarët kanë qenë dhe vazhdojnë të janë shumë të shpeshta, ngase nga ky vit e deri më tani, siç kanë pohuar edhe vetë zyrtarët serbë, janë keqtrajtuar fizikisht nga policia dhe shërbimi sekret serb afro një milion shqiptarë.

*Me rastin e lëndimeve të shoqëruara me ndrydhje masive, është përdorur dhe përdoret pjesërisht edhe sot një metodë shumë interesante e shërimit dhe e përkujdesit. Në fakt kur dikush ka pësuar ndrydhje ekstreme dhe masive, atëherë enkas për shkaqe shërimi dhe përkujdesi, prehej një dash dhe rrjepej shumë shpejtë, në mënyrë që me lëkurën e tij të njomë sa më shpejtë të mbështillej trupi i të lënduarit së paku për dy ditë radhazi.

* Lëkura e dashit e cila përdoret për këtë qëllim, në popull quhet "lëkura e proshtë" dhe mund të ketë bazë të mjaftueshme për interpretim shkencor, mëqenëse lëkura e tillë e posarrjepur, duke qenë e lagësht mund të jetë një thithëse e mirë e gjakut të grumbulluar brenda muskujve të lënduar nga njëra anë, kurse nga ana tjetër ajo edhe i ngrohë muskujt e dëmtuar, gjë që ndihmon në përmirësimin e tyre. Duhet patur parasysh se për arritjen e efektit maksimal shërues të lëkurës së dashit, parakusht është që lëkura e posarrjepur e dashit të mbështjellë pjesët e posalënduara të njeriut. Pra vlenë rregulla: " Lëkura e posarrjepur (e njomë) e dashit në plagën e posashkaktuar po ashtu të njomë". Në të kundërtën efekti është shumë më i vogël ose asfare.
Për ta paraqitur efikasitetin e ndikimit të lëkurës së dashit ("lëkurës së proshtë") në shërimin e lëndimeve me ndrydhje masive të trupit, në popull edhe sot e kësaj dite ruhet shprehja për ndonjë njeri që ka pësuar diçka të tillë duke thënë se personi x ose y "është bërë për lëkurë të proshtë" dmth. për lëkurë të dashit.

3.10. Përkujdesi dhe shërimi i shkujës, ndezjeve të muskujve, ligamenteve dhe sëmundjeve reumatike

Fenomeni i shkujës edhe sot, as në mjekësinë moderne nuk është aq i qartë. Ajo që dihet, është dhimbja e muskujve të asaj pjese të trupit e cila i është nënshtruar rrymës së ajrit nga të dy anët në të njëjtën kohë. Kështu, shkuja shpesh shkakton dhimbje të kokës, shtangime të qafës, ose të shpinës, të cilat keqësohen sidomos gjatë marrjes së frymës (inspirimit).

Tek shqiptarët, kur janë në pyetje dhimbjet nga shkuja, ose dhimbjet e muskujve si pasojë e ndezjeve muskulare (Myalgie), apo si pasojë e përdredhjeve të muskujve dhe ligamenteve për shkak të sforcimeve fizike, përdoren këto metoda përkujdesi dhe shërimi:

* Masazhë e lehtë e regjionit me dhimbje (me ujë të vakët e sapun) dhe pastaj mbështjellja e këtij regjioni me një copë gëzof të leshtë ose me një shtëllungë leshi, si dhe pushim pa lëvizje për një ose më shumë orë.

* Pas bërjes së masazhës në regjionin me dhimbje, vendoset mbi të, një tjegull ose qeskë me kripë të nxehtë.

* Kur kemi të bëjmë me ndezjen dhe pëlkyerjen e një grupi muskujsh të shpinës (përdredhja), te shqiptarët përdoret shprehja "i kanë ikë peshqit" ose "i kanë rënë peshqit". Kjo shprehje ka në radhë të parë kuptim anatomik, sepse muskujt e shpinës të cilët kapen për unazat e boshtit kurrizor kanë formë pak a shumë si të peshqëve të vegjël. Me këtë rast, pos që i bëhet masazhë regjionit të caktuar, bëhet edhe

imobilizimi i lehtë i këtij regjioni (me porosi që i sëmuri mos ta lëvizë trupin më së paku 24 orë), sepse mendohej se muskujt e relaksuar, pas masazhës bien në vend.

* Në rastet e paraqitjes së dhimbjeve reumatike në këmbë, nga shputa e deri mbi gju, preferohej që i sëmuri për disa orë ta fusë këmbën në një enë cilindrike me ujë të nxehtë dhe të kriposur ose me në një enë me elb të ngrohtë dhe të zier paraprakisht.

* Tek rastet e reumatizmit të shoqëruar me dhimbje të mëdha të këmbës të shoqëruar edhe me deformime të kockave, preferohej që këmba të futej në pleh të ngrohtë të kafshëve shtëpijake (duke i dhënë përparësi plehut të deleve).

* Tek rastet me reumatizëm të shoqëruar me dhimbje të të gjithë muskujve dhe kockave të trupit, i sëmuri, i tëri është futur në plehun e ngrohtë të kafshëve për një ose dy orë. Pastaj, është larë me ujë të ngrohtë, është shtri në dyshek të mbushur me lesh, për pesë-gjashtë orë, gjë që ka shkaktuar edhe djersitje të madhe të të sëmurit.

* Një metodë tjetër e trajtimit dhe zbutjes së dhimbjeve masive reumatizmale të muskujve dhe kockave, ka qenë edhe "paritja" e tërë trupit në plehun e deleve. Plehu i deleve ngjeshej si brum, bëhej shtrirja e tij në një trashësi prej 2-3 centimetrash, ngrohej në furrë dhe mbështillej me një çarçaf mbi të cilin pastaj shtrihej i sëmuri dhe "paritej" në të për orë të tëra.

* Te dhimbjet e kokës (Cephalaea), për shkak të shkujës ose edhe për shkaqe të tjera, është preferuar lidhja e kokës me shami mbi nivelin e vetullave dhe përgjatë tërë perimetrit të saj gjersa dhimbja zbutej ose pushonte fare, gjë që paraqiste një lloj akupresure.

* Po për largimin e dhimbjes së kokës është shfrytëzuar edhe patatja e pa zier dhe e prerë në rrotëza të holla, të cilat janë vënë në ballë dhe janë lidhur me shami për disa orë radhazi. Ky veprim është përsëritur disa herë derisa dhimbjet e kokës nuk janë zbutur.

Thën shkurt, këto mënyra shërimi te të sëmurët nga shkuja, ndezja e muskujve dhe ligamenteve, si dhe te sëmundjet reumatike të kockave, kanë pasur të shumtën efekte përmirësuese, kurse në disa raste edhe efekte shëruese.

3.11. Përkujdesi dhe shërimi i përdredhjeve të nyjave (Distorsio) dhe thyerjeve të kockave (Fractura)

*Te përdredhja e nyjave, muskujve dhe ligamenteve (Distorsio) të duarve, krahëve, gjurit, shputës së këmbës dhe kurrizit etj., zakonisht është bërë masazh me ujë të sapunosur në gjatësi kohore gjer një orë dhe pas një relaksimi të mirë të muskujve dhe ligamenteve, dhe zbutjes së dhimbjeve, mjekuesit popullor, zakonisht plakat ose pleqtë me përvojë, me një "lëvizje-shtypje mjeshtërore" të nyjës, muskujve ose të regjionit të kurrizit, i "qitnin në vend" nyjet ose pjesët tjera të përdredhura. Me rastin e "qitjes në vend" të nyjës, muskulit, ligamentit ose kurrizit shkaktohet një krismë e vogël gjë që tregon se pjesa e përdredhur "ka rënë në vend". Pas "qitjes në vend", nyja, ligamenti apo thënë më mirë, vendi i përdredhur, mbështillej me lesh (me përparësi përdorej leshi i palarë i deleve) në të cilin paraprakisht qitej të bardhët e vesë dhe pastaj mbështillej me shami apo me copa pëlhure të prera në formë fashash. Pas këtij trajtimi i

lënduari duhej të pushonte së paku 24 orë duke pasur kujdes që mos ta lëvizë, sidomos, nyjën ose regjionin tani më "të qitur në vend".

* Lëndimet e shoqëruara me nxjerrje nga vendi të nyjave të mëdha (Luxatio), ose edhe me thyerje të kockave të gjata (fractura), të shumtën e herave janë trajtuar vetëm te mjekuesit popullor , të cilët në atë kohë kanë gëzuar autoritet dhe besim që sot e kanë specialistët në lëmin e ortopedisë dhe kirurgjisë. Në fakt, këta mjeshtër, nyjën e dalur nga vendi, ose edhe kockën e thyer e kanë trajtuar si në pasusin e lartëshënuar, por kuptohet me mjeshtri intuitive akoma më të përsosur, duke e "qitur në vend" nyjën e dalë ose edhe duke i rivendosur pjesët e thyera të eshtrave drejtë përballë njëra-tjetrës, në mënyrë që riashtëzimi të bëhet po ashtu drejtë e mirë. Regjionin e vendit ku ka ndodhur dalja e nyjës ose thyerja e kockës, pasi e kanë "qitur në vend", e kanë mbështjellë me lesh të përzier me të bardhët e vezëve dhe me sapun, dhe e kanë imobilizuar me copa dërrasash- shpatëza të holla të bëra pikërisht për këtë qëllim.

Përgjithësisht, sa i përket shërimit të nyjave të dala nga vendi dhe thyerjeve të mbyllura të kockave "qitja në vend" dhe shërimi i tyre është bërë nga mjekuesit popullor . Metoda të cilën ata e kanë përdorur ka qenë shumë e suksesshme, kurse te thyerjet e hapura të cilat shpesh komplikoheshin edhe me infektimin e kockave (Osteomyelitis) suksesi ka qenë më i vogël.

*Mjekuesit popullor që janë marr me "qitjen në vend" të nyjave të nxjerra dhe eshtrave të thyera, në dy dekadat e fundit, për një shërbim më të mirë, e kanë kërkuar nga pacientët rentgenogarfinë e nyjës së dalë ose të kockës së thyer, të cilën pasi e kanë shikuar me shumë

kujdes, kanë vendosur më lehtë e më drejtë për ta trajtuar. Pos shikimit të rentgenografisë, në dekadën e fundit "mjeshtrit popullor" kanë filluar ta bëjnë imobilizimin e nyjave të dala dhe kockave të thyera edhe me allqi (gips) të përzier me shtupë, lesh, sapun dhe të bardhët e vezëve dhe me shpatëza të drunjëta, të cilat pastaj mbështjelleshin me fasha rreth regjionit të lënduar.

Do të duhej shtuar, se mjeshtërit e tillë popullor kanë punuar pothuaj se falas. Ata zakonisht nuk kanë lejuar të shpërblehen para se të argumentohej suksesi. Kurrë nuk kanë pranuar pagesa ekstreme dhe as që kanë pasur ndonjë tarifë të caktuar pagese, ndërkohë që të varfërit nuk kanë paguar fare.

Në fakt shpërblimi më i madh për ta ishte suksesi i cili i bënte të lumtur dhe i stimulonte të punojnë e ta përsosin edhe më shumë zanatin e tyre si thonin ata vetë "në të mirë të popullit".

3.12. Përkujdesi dhe shërimi i njerzëve me të meta

Në periudhën midis viteve 1945 - 1970 njerëzit me të meta të lindura apo të fituara, po ashtu, në të shumtën e rasteve janë përkujdesur dhe shëruar në familje.

*Gjatë kësaj periudhe kohore në Kosovë as që ka patur qoftë edhe një institucion profesional për trajtimin e kësaj kategorie invalidësh të lindur ose të fituar. Kështu, kjo kategori, në familje ka pasur mundësi të përkujdeset vetëm sa i përket ushqimit, veshëmbathjes, fjetjes e pastërtisë, përkatësisht, atyre iu është mundësuar vetëm mbijetesa.

Përkujdesin mbi personin me të meta e ka bërë anëtari i ngushtë i familjes: nëna fëmijës, motra vëllaut ose gruaja

burrit etj.

*Për shkak të mungesës së institucioneve shëndetësore dhe shkallës së ulët të arsimimit te shqiptarët, në të shumtën e rasteve edhe të metat, nga personi me të meta, nga të afërmit e familjes dhe nga rrethi , janë kuptuar si "denim nga zoti" për shkak të ndonjë gabimi ose mëkati të bërë nga vetë personi me të meta ose nga paraardhësit e tij.Ky shpjegim ka përmbajtur në vete edhe një porosi edukuese, sidomos për fëmijët, që të mos bëjnë gabime të rënda.

* Kështu për t'iu ardhur në ndihmë, njërëzit me të meta shpesh janë dërguar te hoxha, ose iu janë bërë rituale të karakterit religjioz para vendeve të shenjta (xhami, kishë, teqe, tyrbe etj). Tek shqiptarët edhe në ditët tona, ndonëse shumë më rrallë se përpara për t'iu ardhur në ndihmë njerëzve me të meta praktikohen edhe rituale të trashëguara nga koha e paganizmit: (Psh. rituali pranë një kroi, shkëmbi, lisi, vendi ose shtëpie të caktuar etj.) Te këto "vende me shenjë", anëtari i familjes i është drejtuar zotit dhe mbinatyrës me lutje që ta ndihmojë dhe shërojë personin me të meta dhe pas lutjes para "vendit të shenjtë" e ka lënë një ndihmë në formë parash, në formë ushqimi ose veshëmbathje si dhe ka ndezur një qiri. Kjo ndihmë e lënë për të varfërit në popull quhet "nezër" dhe konsiderohet si shpagesë ndaj ndihmës së zotit që do t'i japë personit me të meta.

* Sa për ilustrim e marrim një shembull nga një ritual i vjetër: Një vajzë e vogël shqiptare e Kosovës, me emrin Lule, menjëherë pasi që e kishte parë me sy vrasjen e të gjithë anëtarëve të familjes së saj gjatë një ekspedite ushtarake serbe diku pas luftës së parë botërore, e traumatizuar rëndë, e kishte humbur aftësinë e të folurit. E mbetur pa

përkujdesje, atë e kishte adoptuar një njeri i cili edhe ashtu kishte patur shumë vajza. Kështu ajo i kishte kaluar tri vjet pa folur qoftë edhe një fjalë të vetme. Për ta ndihmuar, babai i saj adoptues, një ditë bashkë me të dhe pa i treguar asaj qëllimin, kishte dalur në bjeshkë "te guri i shenjt" dhe i kishte thënë asaj: "Tani më dëgjo mua Lule, ky është guri i shenjt, po guri nuk flet"- dhe vazhdoi: "Pasiqë unë të them tri herë: Guri s'flet po Lulja flet, ti vërtetë do të fillosh të flasësh ! Kështu ka ndodhë edhe me shumë fëmijë të tjerë të cilët e kanë humbur aftësinë e të folurit. Kështu do të ndodhë edhe me ty Lule!" . Dhe ashtu edhe ndodhi. Pas ritualit Lulja filloi të flas për herë të parë pas tri vjetësh. Pas këtij rasti, fshati ku jetoi ajo deri para ca vitesh në pleqëri të thellë nuk e quajti ate me emrin e lindjes, Zonja Lule, por e quajti Zonja Gure.

Ajo ka jetuar në rrethin e Tropojës në Shqipëri dhe autorët e këtij doracaku e kanë njohur personalisht.

3.13. Përkujdesi i këmbës së amputuar - protezat

*Shqiptarët me këmbë të amputuara, deri në vitet 70-ta, kanë bartur proteza të cilat vetë i kanë punuar nga druri apo i ka punuar ndonjë mjeshtër që ka patur prirje për përpunimin e drurit. Vendi ose e hapura në protezë ku duhej të vihej pjesa e mbetur e këmbës, mbushej me lesh, shtupë ose me ndonjë copë përlhure të butë, kurse lidhja e protezës me këmbën bëhej me copa lëkure të kafshëve ose me rripa.

Në Kosovë, jo vetëm gjatë atyre vjetëve, por edhe sot e kësaj dite, shumë individë me deformime e të meta trupore

të lindura apo të fituara më vonë, për shkaqe që i kemi përmendur edhe më lartë nuk kanë mundësi të bartin proteza, apo mjete të tjera ndihmëse që kushtojnë shumë.

4. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve me çrregullime shpirtërore

Institucione shëndetësore për trajtimin e të sëmurëve shpirtërorë në Kosovë dhe vise të tjera në ish- Jugosllavi ku popullatë shumicë ishin shqiptarët, gjer në vitet 70-të po-thuajse s'ka patur fare. Psikiatrat dhe psikologët ishin diçka e rrallë, kurse ata pakë sa ishin (3-4), ishin sllavofolës. Ata ndër të tjera edhe për shkak të mosnjohjes së gjuhës shqipe, apriori ishin të papërshtatshëm për t'i trajtuar të sëmurët shpirtërorë shqiptarë, ndërkohë që për pakicën serbe në Kosovë ishin në dispozicion institucionet përkatëse në Serbi e Jugosllavi.

Në këto rrethana, zakonisht të sëmurit me reaksione dhe çregullime ose me sëmundje tipike psikike, pothuajse të gjithë janë përkujdesur dhe trajtuar në familje.

* Në fakt ndaj të sëmurit psikik, familja ka treguar tolerancë maksimale, sjellje shumë të mirë, përkujdes të veçantë në të ushqyer, veshëmbathje, pastërti, fjetje etj. Jo vetëm familja, por edhe rrethi i afërt brenda fshatit ose lagjes, ndaj të sëmurit psikik e kanë treguar pothuajse të njëjtën tolerancë.

Sëmundjet e ndryshme të natyrës psikike asokohe e pjesërisht edhe sot , shpjegohen me fenomenin e "të shkelurit", që nënkuptonte "të shkelurit në vend të keq", që ka pasur kuptimin e "të shkelurit padashje mbi djallin ose mbi

shpirtërat e këqij", të cilët pastaj në shenjë hakmarrjeje "e kanë sëmurë" madje edhe "e kanë çmendur fare" atë që ka "shkelur" mbi ta.

*Kur fëmijët, vajzat ose nuset e reja manifestonin reaksione psikike, apo sëmureshin shpirtërisht, thuhej se ato ose "kanë shkelur", ose "u ka rënë dikush mësysh" (i ka parë "syri i keq"), ose nga zilia dikush "iu ka bërë sehire" (magji).

Kur është fjala te "syri i keq" është e rëndësishme të ceket se mendohej se disa individë , pra jo të gjithë, kanë prirje pothuajse të lindur, që me të shikuar të bëjnë influencime të cilat pastaj për pasojë mund të shkaktojnë sëmundje psikike.

* Duke u nisur nga këto (para)gjykime, këta të sëmurë, për qëllime shërimi janë dërguar te hoxha i fshatit i cili iu ka shkruar atyre hajmali në gjuhën arabe, ndërkaq shqiptarët e besimit të krishterë janë dërguar te prifti me ç'rast janë trajtuar me "ujë të bekuar", apo iu janë bërë rituale burimore.

*Vetë përdorimi i hajmalive shpeshherë është shoqëruar edhe me një ritual të caktuar, si psh: pirja tri herë në ditë e ujit në të cilin paraprakisht është futë hajmalia, ose, hajmalia duhej të bartej për kohë të caktuar apo përgjithmonë në qafë nga i sëmuri, është varur në strehë të shtëpisë, është groposur në themel të shtëpisë etj. Bartja e hajmalisë në trup nga i sëmuri ose edhe vendosja e saj ndonjëherë në objektin e banimit, në fakt ka paraqitur për të sëmurin një lloj spirance psikike pozitive të sigurisë dhe ka patur efekte përmirësuese.

* Të sëmurit e tillë janë trajtuar edhe te disa njerëz që në popull janë quajtur "njerëz të mirë", të cilët ka të ngjarë që edhe vetë të kenë qenë të sëmurë psikik. Kështu, ata duke

fantazuar se mund t'i shëronin njerëzit, meqë pretendonin për veten e tyre se si gjoja "janë të shenjtë" dhe se "kanë aftësi shëruese e parashikuese", i trajtonin të sëmurët duke ndikuar në psikën e tyre përmes ritualeve të ndryshme, të cilat shpeshherë edhe vetë i shpiknin. Kështu ata edhe fitonin famë e në njëfarë mase edhe rrethi i kuptonte për të tillë, për njerëz të arritur e të mirë. Njerëzit e tillë nuk kanë qenë në numër të madh, përkatësisht 4-5 veta në tërë Kosovën.

* Është interesant të përmendet rasti i mbrojtjes nga "magjia" nëpërmjet kokës së gjarpërit. Vajzat e bukura dhe nuset , me qëllim të mbrojtjes nga magjia , e bartnin në qafë midis gjinjëve kokën e gjarpërit. Në fakt, kur dikush rastësisht gjatë punës së përditshme në fushë mbyste një gjarpër, ia mirrte kokën , të cilën sipas nevojës më vonë mund ta bartte një vajzë ose nuse e shtëpisë.

Koka e gjarpërit e bartur në qafë midis gjinjëve është një ritual i trashëguar që nga ilirët, të cilët besonin në forcën mbrojtëse të gjarpërit. Gjarpëri edhe sot e kësaj dite te shqiptarët konsiderohet si "roje e shtëpisë" dhe mendohet se secila shtëpi diku në themelet e saj e ka gjarpërin e vet i cili e mbron shtëpinë. Prandaj kur ai paraqitet në oborrin e shtëpisë as nuk mbytet e as nuk ngacmohet, por lehet i qetë

Pra, koka e gjarpërit te shqiptarët e ka pasur po ashtu kuptimin e një spirance sigurie për individin dhe shtëpinë.

Trajtimi i psikozave dhe neurozave me rituale popullore burimore tani më në Kosovë është një gjë shumë e rrallë, por gjer para 20-30 vjetësh gjurmët e këtyre ritualeve kanë ekzistuar. Në fakt ritualet e tilla, ashtu siç është theksuar edhe më lartë, janë shumë të vjetra dhe bëhen në gjuhën dhe ambientin shqiptar. Ato vijnë që nga kohët e besimeve pagane ilire dhe pak a shumë janë ruajtur deri në ditët e

sotme.

Ndër shqiptarët, ritualet kryesisht janë përdorë nga ato shtresa të popullatës të cilat kanë qenë më pak të arsimuara dhe të cilat sidomos sëmundjet psikike i kanë kuptuar kryesisht si një "denim nga zoti", ose si shpagim denimi për shkak të ndonjë gabimi që kanë bërë paraardhësit e tij apo ai vetë, apo si magji e bërë nga ndonjë individ për shkaqe inati, gjelozie ose lakmie.

*Sot pak dihet për ritualet e "prishjes së magjisë" dhe shërimit nga "syri i keq", mirëpo një ritual i prishjes së magjisë është zhvilluar në këtë mënyrë: Personit në të cilin është dyshuar se i ka bërë dikujt magji, apo i ka rënë "mësysh", i është marrë fshehtas "shenja" zakonisht një fije peri apo cukël nga rrobat, e cila pastaj është djegur, kurse me të është tymuar i sëmuri, gjë që ka nënkuptuar në të njëjtën kohë vet "djegien" ose "prishjen" e magjisë së bërë nga ai.

**Rastet me mbingarkesa psikike*, në Kosovë dhe viset tjera ku jetojnë shqiptarët, ndër të tjera edhe për shkak të trajtimit të tyre të veçant politik e social, janë shumë të shpeshta dhe kanë përmasa kolektive. Mbingarkesat e tilla, kanë qenë dhe janë ende barrë, jo vetëm për familjen por edhe për rrethin dhe shoqërinë shqiptare, sepse në njërën anë mungojnë institucionet përkatëse shëndetësore për trajtimin e tyre, e në anën tjetër, të ngarkuarit psikik, shpesh, fillimisht edhe nga rrethi nuk kuptohen si të tillë, gjë që i futë ata brenda "qarkut vizioz". Kështu, pikërisht për shkak të këtyre mbingarkesave psikike kolektive, kanë ndodhur e ndodhin edhe sot midis shqiptarëve mosmarrëveshje, kundërshti, fjalosje, rrahje e madje në rastet më ekstreme edhe vrasje.

* Pas konflikteve të tilla, si pasojë e mbingarkesave

psikike, natyrisht të shumtën ka pasuar pendimi. Për rregullimin e konflikteve të tilla dhe për eliminimin e tyre, zakonisht kanë ndërhyrë familja, rrethi ose edhe pajtimtarët me emër, pleqë të urtë dhe ndonjë intelektual i kohës.

Rol të veçant kanë luajtur sidomos pleqtë e urtë të lagjës, të cilët me veprimet e tyre këshilluese kanë ushtruar te të mbingarkuarit ndikim shumë pozitiv, duke i evituar me këtë rast shumë konflikte të vogla ose të mëdha ndërnjerëzore.

Sidoqoftë kur një anëtar i familjes, shpesh ishte më i mbingarkuar psikikisht se sa të tjerët, ndaj tij, në radhë të parë familja e më vonë edhe rrethi dalëngadalë fillojnë të sillen me tolerancë, kujdes dhe të përkujdesën për ta.

* Zgjimi i resurseve ekzistuese ose edhe dhënia e resurseve psikike të reja në mënyrë spontane te të dëshpruarit ose te njerëzit e rënë në depresion, ka qenë dhe është diçka e natyrshme te shqiptarët. Sidomos anëtari i familjes, bashkëshorti apo bashkëshortja, shoku apo shoqja e ngushtë e të sëmurit ose plaku i urtë i fshatit, apo ndonjë njeri tjetër autoritativ, duke bashkëbiseduar me të mbingarkuarit, të deprimuarit ose edhe me të sëmurët psikik, i qetësonin ata, iu ngjallnin shpresa për të ardhmen duke ngjallur tek ata resurse të reja nga më të ndryshmet, të cilat kryesisht bazoheshin në virtytet dhe aftësitë të cilat i sëmuri i ka pasur para se të sëmurej.

* Edhe rastet me sëmundje psikike ekstreme siç janë shizofrenitë me karakter agresiv, nuk janë trajtuar gjithmonë në klinikat neuro-psikiatrike në republikat fqinje, por në familje. Rastet me agresivitet tejet ekstrem - me rrezikshmëri edhe për rrethin e ngusht familjar, të shumtën e herave janë trajtuar në "Çmendinat e Serbisë", të cilat më shumë se

institucione të mirëfillta, kanë qenë ndëshkimore, ku i sëmuri është trajtuar jo me medikamente por me dhunë e tortura fizike. Institucioni i tillë që më së shumti njihet ndër shqiptarë ka qenë çmendina e Nishit, e njohur për tortura sidomos ndaj të çmendurve shqiptarë, në të cilën, qindra e qindra shqiptarë shizofrenë, janë trajtuar me dhunë.

B) Periudha midis viteve 1970-1990

1. Rrethanat e përgjithshme

Në periudhën prej vitit 1970 gjer më 1990, sidomos pas vitit 1974 , Kosova e ka pasur njëfarë autonomie brenda ish-federatës jugosllave, e cila ndonëse e pamjaftueshme, ka mundësuar hapjen krahas shkollave dhe institucioneve në gjuhën serbe, edhe në gjuhën shqipe. Në këto institucione është përgaditur edhe kuadri profesional shumëprofilësh shqiptar në mesin e të cilëve edhe mjekët të profileve të ndryshme, jo vetëm nga Kosova, por edhe nga viset shqiptare në Maqedoni dhe Mal të Zi.

Kështu, në sistemin shëndetësor e social në Kosovë, u inkuadrua edhe numër i konsiderueshëm kuadrosh nga popullata shqiptare.

Gjuha shqipe paralelisht me gjuhën serbe u bë gjuhë zyrtare.

Pos tjerash federata jugosllave filloi të investojë diçka më shumë se më parë në Kosovë, gjë që në njëfarë mase ndikoi edhe në përmirësimin e infrastrukturës sociale e

shëndetësore të Kosovës. Në Prishtinë u hap universiteti, i cili pas shumë përpjekjesh, më në fund, pos në gjuhën serbe funksionoi edhe në gjuhën shqipe duke dhënë kështu edhe kuadra nga popullata shqiptare. Pastaj u ndërtuan edhe ca fabrika në pesë-gjashtë qytetet më të mëdha të Kosovës si dhe u hapën vende pune sidomos në industrinë e minierave, duke mundësuar kështu që edhe një numër i shqiptarëve, ndonëse shumë më pak se i serbëve (punonte çdo i pesëmbëdhjeti shqiptar dhe çdo i katërti serb) të inkuadrohet në punë. Sidoqoftë, në njëfarë mase kjo periudhë edhe për shqiptarët qe paksa më e favorshme në Kosovë, kurse në pjesët tjera gjendja e shqiptarëve mbeti gati e njëjtë.

Sa i përket sistemit shëndetësor e social në këtë periudhë në kryeqytetin e Kosovës u ndërtuan 14 klinika universitare. Në qytetet tjera u ndërtuan pesë qendra spitalore dhe dispanzere të punës, ndërsa në fshatra u ndërtuan rreth 200 ordinanca të mjekësisë së përgjithshme (mesatarisht një ordinancë për rreth dhjetë fshatra).

Fakulteti i mjekësisë funksiononte pos në gjuhën serbe edhe në atë shqipe si dhe funksiononin edhe tri shkolla të mesme mjekësore po ashtu në të dy gjuhët.

Sa u përket shërbimeve sociale dhe psikologjike, ato kanë qenë shumë të brishta dhe gati të paqena.

Duke shfrytëzuar nga rrethanat e reja që u krijuan, popullata shqiptare filloi me të madhe ta ndryshojë botëkuptimin mbi jetën në përgjithësi si dhe mbi shëndetin e sëmundjen në veçanti. Kështu u shënuan përparime (ndonëse shumë nën nivelin e mesatares në Jugosllavi) në lëmin ekonomisë, shëndetësisë, artit, kulturës, etj.

2. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve organik-trupor

Në këtë periudhë te popullata shqiptare ndryshoi shumë jo vetëm botëkuptimi mbi sëmundjen, diagnozën dhe terapinë, por ndryshoi në të mirë edhe përkujdesi ndaj të sëmurit. Kështu, shumica e të sëmurëve shqiptarë filloi që në radhë të parë të kërkojë ndihmë nëpër institucione përkatëse shëndetësore, ndër të tjera edhe për faktin se sipas ligjeve që u aprovuan asokohe për sigurimin shëndetësor dhe social, edhe një pjesë e konsiderueshme e popullatës shqiptare përfitoi nga këto ligje dhe filloi ta shfrytëzojë atë të drejtë.

Shërimi i të sëmurëve në këtë periudhë me metoda alternative të mjekësisë popullore, në bazë religjioze (te hoxha me hajmali, ose te "njerëzit e mirë"), dhe shërimi me rituale të ndryshme filloi të binte në mënyrë rapide dhe pothuajse shumë rrallë aplikohej.Edhe kur aplikohej, të shumtën e herave kombinohej me shërimin institucional shëndetësor.

Edhe pse u bënë deridiku ndryshime pozitive në gjithë jetën shoqërore, te shqiptarët e Kosovës roli i familjes, përsa i përket përkujdesjes dhe trajtimit të të sëmurëve ndonëse ra, ai në shumë momente e rrethana vazhdoi të jetë i një rëndësie të veçantë, duke u kombinuar në të njëjtën kohë edhe me trajtimin tani më profesional shëndetësor dhe social.

Përkujdesi familjar tanimë jo vetëm për shkak të traditës, por edhe për vetë faktin se përkujdesi spitalor dhe infrastuktura e spitaleve ishin nga më të ulëtat në krahasim me pjesët tjera të federatës, si dhe për shkak të paisjeve spitalore të pakta (buxheti i ish-Krahinës së Kosovës ishte

shumë i vogël), bënë që ai sërish ta ketë vendin e tij. Pacientëve shpeshherë për shkak të ushqimit të dobët në spital, nga të afërmit e tyre iu dërgohej ushqim, pemë ose pije, dhe shumë shpesh, me që banjot nëpër spitale nuk funksiononin, shumë të sëmurë posa e mirrnin sadopak veten, për të bërë një larje trupi shkonin në shtëpitë e tyre .

Edhe në këto rrethana në klinikat e Kosovës janë trajtuar, kuptohet, në mënyrë konvencionale shumë nga sëmundjet e organeve të brendshme dhe janë bërë edhe operacione konvencionale.

Sa i përket diagnostifikimit,deridiku u bënë hapa pozitiv. Kështu për popullatën shqiptare ishte asokohe një senzacion i mirë bërja e ekografisë me ultra zë dhe kateterizimi i zemrës, kurse për bërjen e tomografisë së kompjuterizuar pacientët dërgoheshin nëpër qendra spitalore të republikave tjera. Natyrisht vetëm ajo pjesë e vogël e të sëmurëve e cila ishte e privilegjuar nga strukturat politike e shtetërore të asaj kohe.

3. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve shpirtërorë-psikik

Qasja ndaj të sëmurëve shpirtërorë u ndryshua për të mirë, sepse në kuadër të klinikave që u ndërtuan në Kosovë, në Prishtinë u ndërtua edhe një klinikë neuropsikiatrike. Në kuadër të pesë spitaleve të përgjithshme, kishte edhe nga një pavion psikiatrik, ndërsa nëpër dispanzere të mjekësisë së punës kishte edhe ndonjë shërbim psikologjik e pedagogjik.

Në këto institucione tani punonin edhe mjekë psikiatër, e ndonjë psikolog e pedagog shqiptar, gjë që të sëmurëve

shpirtërorë iu ofronte mundësi më të mëdha për qasje, komunikim e shërim.

Kështu një pjesë e konsiderueshme e të sëmurëve me neuroza dhe psikoza të ndryshme, për herë të parë filloi të trajtohet nga psikiatrit dhe psikologët shqiptarë, kurse një pjesë e vogël e tyre qoftë për shkaqe materiale, shkallës së ulët të arsimimit, ose edhe për shkak të traditës dhe botëkuptimeve të së kaluarës, vazhdonte akoma me përkujdesin dhe shërimin familjar.

Ndonëse botëkuptimi i mëhershëm se sëmundja "vie nga lartë, nga zoti" për sëmundjet organike-trupore u zbeh mjaft, botëkuptimi i tillë sa i përket sëmundjeve shpirtërore, po ashtu u zbeh, por më pak. Kështu në njëfarë mase edhe në këtë periudhë, trajtimet me rituale, me hajmali, ose edhe trajtimet nga "njerëzitë e mirë", megjithatë gjenin zbatim.

Shikuar në përgjithësi shërbimet psikiatrike, psikologjike dhe pedagogjike në krahsim me të kaluarën, kur këto pothuaj se nuk ekzistonin fare, tani kishin bërë hapa përpara, por në krahasim me pjesët tjera të federatës jugosllave ato qëndronin shumë prapa si në rrafshin diagnostik ashtu edhe në atë terapeutik.

Vetë përkujdesi spitalor i të sëmurëve psikik, të cilët edhe për shkak të statusit social e politik të ish-Krahinës së Kosovës, nuk ishin të pakët, ishte nga më të ulëtit në vend, prandaj një pjesë e të sëmurëve të tillë trajtohej ende në familje duke u bërë barrë e saj dhe e rrethit ku jetonte.

C) Periudha midis viteve 1990 -1998

1. Rrethanat e përgjithshme

Në periudhën 1990-1998, si pasojë e anulimit të dhunshëm të autonomisë dhe kushtetutës së Kosovës nga ana e regjimit serb (1989) për qëllime politike të krijimit të Serbisë së madhe), në Kosovë ndodhi një kthim prapa në të gjitha sferat e jetës: në arsim, kulturë, art, shkencë, ekonomi, shëndetësi, etj.

Për shqiptarët u mbyllën jo vetëm universiteti, por edhe shkollat e mesme dhe ato fillore; u hoq nga përdorimi zyrtar gjuha shqipe; u përjashtuan nga puna pothuajse të gjithë shqiptarët, gjë që nxiti emigrimin e vazhdueshëm të tyre sidomos në Evropën Perëndimore (rreth 500.000 të shpërngulur).

Vetë ky kthim i përgjithshëm prapa, ndër të tjera i detyroi shqiptarët që t'iu kthehen mënyrave të vjetra të trajtimit dhe përkujdesjes së të sëmurëve në familje, ngjashëm si në periu-dhën prej vitit 1945 e deri në fillim të viteve 70-të.

Kështu, të gjitha institucionet në Kosovë, duke

përfshirë edhe ato shëndetësore, tani filluan të administrohen dhe
shfrytëzohen vetëm nga udhëheqës dhe pjesëtarë të pakicës serbe e cila merrë pjesë me rreth 8% nga popullsia e përgjithshme e Kosovës.

Në këto rrethana sistemi shëndetësor i Kosovës pësoi goditje të rëndë, kurse popullata shqiptare shumicë u la pa kurrfarë kujdesi shëndetësor e social, sepse shqiptarët e përjashtuar nga puna për qëllime etnopolitike kishin mbetur jo vetëm pa të ardhura, por në të njëjtën kohë, sipas ligjeve në fuqi, edhe pa sigurim shëndetësor.

Varfëria, nga ana tjetër, e cila ndër shqiptarët e përjashtuar nga puna për çdo ditë e më shumë rritej, edhe ashtu ua pamundësonte atyre përkujdesjen dhe trajtimin spitalor-klinik, i cili tani duhej paguar nga vetë të sëmurët. Pastaj deklarimi i hapur dhe qëndrimi antishqiptar, jo vetëm i figurave politike serbe, por edhe i mjekëve serbë në raport me shqiptarët, nëpër mjetet e informimit, ishte po ashtu një shkak tjetër i cili shqiptarët i largonte edhe mëtej nga insitucionet shëndetësore të mirëfillta.

Qëndrimi i tillë i personelit shëndetësor serb u pa duke filluar që nga viti 1981 e këtej kur mijëra të rinj e të reja nga Kosova dhe viset tjera shqiptare të mbetura padrejtësisht në kuadër të ish-Jugosllavisë, gjatë demonstratave paqësore në Kosovë për më shumë liri kombëtare e njerëzore, nga sjelljet brutale të policisë, kishin pësuar lëndime trupore. Personeli shëndetësor serb jo vetëm që nuk iu ofroi ndihmë të lëndu-arve në demonstrata por edhe i ofendoi, i kërcënoi dhe i denoncoi, duke i ofruar shërbimit sekret dhe atij policor serb të gjitha shënimet e mbledhuara gjatë kërkimit të ndihmës shëndetësore. Ky veprim antihuman i këtij personeli, mun-

dësoi që policia e fshehtë serbe, në mënyrë retrogarde të kurdisë dhe të hapë procese politike kundër të rinjëve shqiptarë me akuza nga më monstruozet, si: prishje e rendit dhe e qetësisë publike; bashkim për veprimtari armiqësore, kundërrevolucion, cenim i integritetit territorial etj.

Denoncimet e bëra me dëshirë nga personeli shëndetësor serb dhe ato të detyrueshme nga një pjesë e personelit shëndetësor shqiptar, të cilët edhe vetë kërcënoheshin me procese politike, kanë lënë "gjurmë" të këqia në mendjen dhe psikën e shqiptarëve në raport me institucionet shëndetësore. Kështu pas vititi 1981, objektet shëndetësore në Kosovë, fatkeqësisht fare pak dallonin nga burgjet dhe nga institucionet hetimore të shtetit serb e jugosllav. Kështu jo vetëm humbej besimi, por te popullata dhe personeli shëndetësor shqiptar krijoheshin trauma dhe mbillej njëfarë averzioni dhe frike ndaj këtyre institucioneve, një formë "institucionofobie" apo "spitalofobie" subkoshiente. Këtë dukuri edhe gjatë punës sonë me institucionet përkatëse shëndetësore e sociale të Zvicrës e kemi vërejtuar te një pjesë e pacientëve shqiptarë të cilët më herët e kishin pësuar nga trajtimi i tillë në insititucionet përkatëse në Kosovë.

Averzioni dhe frika ndaj institucioneve shëndetësore të kontrolluara tërësisht nga serbët u arrit sidomos në vitin 1990 me rastin e "trajtimit" të afro 7000 fëmijëve shqiptarë kryesisht nxënës të shkollave fillore dhe të mesme, të helmuar nga shërbimet sekrete serbe me helmin Sarin.Edhe me këtë rast personeli shëndetësor serb me ngarkesa shovoniste i manipuluar dhe i indoktrinuar nga politika tradicionale dhe ditore e Beogradit, jo vetëm që nuk iu erdhi në ndihmë të helmuarve por përkundrazi, të helmuarit i quajti "aktorë", kurse personelin shëndetësor shqiptar, i cili u angazhua në

ndihmë të helmuarve, e akuzoi si "krah të nacionalizmit shqiptar". E denoncoi atë dhe u bë shkak që shumë mjeke e mjekë shqiptar të merrën në "biseda informative" në zyrat e UDB-së me akuzë se kanë ndihmuar të helmuarit dhe se mustrat e gjakut të të helmuarve ia kanë dhënë ekipeve mjekësore ndërkombtare për analizë. E gjithë kjo përfundoi me largimin e një numri të konsiderueshëm mjekësh shqiptarë nga vendet e punës.

Si pasojë e këtyre veprimeve brenda sistemit shëndetësor të Kosovës, ndër shqiptarët vitet e fundit u rrit mortaliteti, sidomos te fëmijët e posalindur, te foshnjat dhe pleqtë gjë që çoi në rritje edhe të mortalitetit të përgjithshëm.

Në këtë periudhë kohore herë pas here u paraqitën edhe endemi të ndryshme të sëmundjeve ngjitëse (Hepatiti, Ethet hemoragjike etj.), sepse popullatës shqiptare tani më nuk i bëhej as edhe vaksinimi i rregullt, kështu që shëndeti i një populli të tërë mbeti "vetëm në duar të zotit".

Të gjetur në këtë situatë, mjekët shqiptarë të përjashtuar nga entet shëndetësore, u detyruan të hapin ordinanca private, të cilat në njëfarë mënyre (ndonëse janë nën kontrollin serb) paraqesin *njëfarë mjekësie paralele shqiptare.* Kështu, tani, edhe përkundër vështirësive të shumta, në Kosovë funksionojnë qindra ordinanca të tilla private, duke filluar që nga ato të praktikës së përgjithshme e deri te ato specialistike, një pjesë e të cilave janë të pajisura në mënyrë bashkëkohore si në vendet perëndimore.

Problemi qëndron në atë se këto ordinanca vazhdimisht mbaheshin nën konrollin e rrept të regjimit serb. Kështu ato shpeshherë bastiseshin nga policia, kurse pronarëve të tyre qëllimisht iu viheshin tatime të larta gjë që i detyronte

t'i ngrisin çmimet, ndërkohë që popullata shqiptare varfërohej aq shumë sa që nuk kishte mundësi materiale për t'i paguar shërbimet dhe medikamentet.

Vetëm gjatë viteve 1998/99 në Kosovë u vranë në krye të detyrës dhjetëra mjekë e motra medicinale shqiptare të cilët vullnetarisht e ndihmuan popullatën shqiptare e cila pasi kishte ikur nga fshatrat e bombarduara nga forcat militare serbe,ishin vendosur maleve nëpër tenda të improvizuara të mbuluara me shtresë të hollë najloni. Nga ana tjetër dhjetëra mjekë e motra medicinale duke u venë në dyshim se kanë të bëjnë me Ushtrinë Çlirimtare të Kosovës (UÇK), janë kidnapuar nga shërbimi sekret serb dhe nuk dihet gjë për ta. Një numër tjetër i konsiderueshëm mjekësh e motrash shqiptare, të ndjekur dhe të etiketuar e të kërkuar qysh heret, qenë të detyruar, sidomos pas shpërthimit të luftës në Kosovë, t'i lënë ordinancat e tyre private (të cilat u vodhën dhe u shkatërruan tërësisht) dhe të ikin nëpër vende të ndryshme perëndimore. Kurse disa të tjerë që janë kapur nga forcat serbe, pos turturave ç'njerëzore u janë montuar procese gjyqësore.

Për t'i dalur në ndihmë popullatës së varfëruar ekonomikisht dhe të shtypur politikisht, në Kosovë është hapur një institucion shëndetësor humanitar, i cili vepron në kuadër të Shoqatës bëmirëse humanitare "Nëna Terezë". Ky institucion një pjese të varfërish ekstrem iu ofron ndihma ushqimore, veshëmbathje dhe ndihmë mjekësore nëpërmjet 5 ordinancave, në të cilat mjekët dhe motrat medicinale shqiptare shërbejnë falas.

Të gjitha veprimet e cekura më lartë dhe së fundi edhe

lufta në Kosovë, jo vetëm që e kanë dobësuar shumë të ashtuquajturin sistem paralel të shëndetësisë shqiptare, të kontrolluar rreptë nga pushtetarët serbë, por atë e kanë shkatërruar pothuajse tërësisht.

2. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve organik-trupor

Prej vitit 1990 e këtej, të sëmurët shqiptarë në Kosovë, sërish detyrimisht shërohen në familje, por jo më aq shumë me hajmali, rituale e medikamente popullore (me ndonjë përjashtim të vogël), por me medikamente të cilat i blejnë nëpër barnatore private pas një vizite mjekësore po ashtu në ndonjë ordinancë private.

Kirurgë dhe gjinekologë shqiptarë, gjatë kësaj kohe në 4-5 qytetet më të mëdha të Kosovës kanë arritur të hapin ambulanca dhe minispitale private me sallë operacioni dhe sallë për lindje. Në këto institucione bëhen operacione të thjeshta, si heqja e zorrës qorre , heqja e gurëve nga veshkat e idhëza, lindjet normale si dhe ato të komplikuarat me prerje cezare.

Kështu, shtëpia-banesa sërish është kthyer në njëfarë mënyre edhe në institucion shëndetësor. I sëmuri me sëmundje të brendshme dergjet, përkujdeset dhe shërohet në shtëpi. Mjeku e viziton atë në shtëpi. Aty i jepet edhe terapia duke i bërë pagesat privatisht.

3. Përkujdesi dhe shërimi i të sëmurëve shpirtërorë

Për shkak të rrethanave të lartëpërmendura edhe të sëmurët shpirtërorë, ashtu si edhe në të kaluarën jo të largët, u detyruan që sërish t'i kthehen përkujdesit dhe shërimit familjar, këtij institucioni bazë shëndetësor të shoqërisë së dikurshme dhe fatëkeqësisht edhe të sotme shqiptare.

Kështu, të ngarkuarit psikik, ata me neuroza dhe psikoza, sërish të shumtën përkujdesen dhe shërohen në familje, me medikamente që ua cakton psikiatri apo mjeku i përgjithshëm, apo duke i zbatuar këshillat e psikologut pas një kontrolli nëpër ordinancat private.

Por jo të gjithë trajtohen kështu. Një numër i konsiderueshëm të sëmurish psikik për shkak të varfërisë nuk kanë mundësi t'i nënshtrohen ndonjë trajtimi psikiatrik qoftë edhe në familje. Kështu, te kjo kategori përsëri kanë filluar të aplikohen metoda tradicionale nga e kaluara (hajmalitë, rrëfimet te prifti, ritualet).

Sjellja e mirë, toleranca dhe përkujdesi jetësor të cilin familja dhe rrethi i ngushtë ia bëjnë të sëmurit, si dhe ringjallja e resurseve ekzistuese dhe inkorporimi i resurseve të reja, pothuajse tani paraqesin trajtimimin dhe përkujdesin kryesor për një numër të konsiderueshem të të sëmurëve psikik në Kosovë.

Sidomos dhënia e këshillave nga njerëzit e urtë, pleqët dhe personat autoritativë, të frustruarëve, sidomos këto vitet e fundit për shkak të situatës plot dhunë, urrejtje e shtypje gjer në masakrime, natyrisht se sërish ka dalë në plan të parë. Por, në të njëjtën kohë, kjo punë është vështirësuar shumë,

sepse mbingarkesat dhe traumat janë bërë kolektive, kurse mundësitë për trajtimin e tyre janë të kufizuara.

Marrë në përgjithësi, Kosova dhe viset tjera shqiptare të mbetura në kuadër të ish-Jugosllavisë dhe Maqedonisë janë kthyer në një karantinë të mbingarkuarish, të frustruarish e të traumatizuarish, një pjesë e të cilëve, për shkak të pastrimit etnik, është vendosur edhe në shumë vende Evropës Perëndimore.

D) Qasjet e mundshme të institucioneve sociale e shëndetësore perëndimore ndaj të sëmurëve shqiptarë

1. Vështirësitë e përgjithshme të të sëmurëve shqiptarë në diasporë

Që nga viti 1970 e këtej shumë shqiptarë nga Kosova, Maqedonia dhe Mali i Zi për shkaqe ekonomike me prapaskenë politike para vitit 1981 dhe për shkaqe krejtësisht politike pas këtij viti, janë vendosur e vazhdojnë të vendosen me punë, ose si azilkërkues në shumë vende të Evropës Perëndimore dhe në disa vende të Evropës lindore.

Sipas burimeve shqiptare, vetëm brenda viteve 1990-1998, janë larguar nga Kosova e viset tjera shqiptare të mbetura brenda tre republikave ish-jugosllave rreth 500.000 shqiptarë, ndërkohë që në periudhën para vitit 90 edhe ashtu ishin larguar rreth 300.000 të tjerë, që do të thotë se numri i përgjithshëm i shqiptarëve në Evropën Perëndimore sillet diku rreth 1/3 së popullsisë shqiptare në ish-Jugosllavi).

Dhe në fund, duhet patur parasysh edhe një faktor tjetër që ndoshta për punonjësit kulturorë, social e shëndetësorë në njëfarë mase mund të jetë edhe i pakapshëm. Ky faktor është "politika e rezistencës pasive" e udhëhequr nga liderët politikë të Kosovës, e cila që nga viti 1989 e deri në vitin 1997, u shndërrua në një politikë ultrapacifiste, që popullit shqiptar nuk i dha as shansin më të vogël për të lëvizë jo vetëm drejtë realizimit të të drejtave kombëtare, por as edhe drejtë realizimit të të drejtave më elementare njerëzore, qytetare e kulturore.

Politika e tillë e ngarkojë popullin shqiptar e sidomos rininë me iluzione nga më irealet që mund t'i pjellë mendja e njeriut jo të shëndoshë.

Natyrisht, popullin shqiptar politika e tillë ultrapacifiste, e cila asokohe i shkonte shumë për shtati edhe politikës ndërkombëtare, e futi në kthetrat e një letargjie kolektive politike, sipas së cilës gjërat ndodhin vetvetiu, pa investuar energji e pa u përpjekur për asgjë, sa që u besua se edhe liria e pavarësia realizohen vetvetiu. Ndërkohë nga ana tjetër, për shkak të dhunës që në rritje të vazhdueshme ushtrohej nga regjimi serb, te masat e popullit grumbullohej energji aq e madhe, e cila duke mos mund të derdhej andej kah duhej (për shkak të politikës ditore), derdhej domodoshmërisht andej kah s'duhej, si brenda në Kosovë ashtu dhe jashtë saj.

Prandaj, duke iu referuar shifrave të lartëcekura, institucionet shëndetësore, sociale dhe kulturore të vendeve të ndryshme të Evropës, duhet patur parasysh se shqiptarët në këto vende ndër të tjera paraqesin:

1. Numër relativisht të madh, prandaj edhe institucionet shëndetësore të vendeve perëndimore domosdoshmërisht do të "konfrontohen" me të sëmurët shqiptarë;

2. Një popullatë jo aq të arsimuar, gjë që e vështirëson trajtimin e tyre shëndetësor e social;

3. Grupin etnik i cili jo gjithmonë e në të gjitha periudhat kohore në atdheun e tij ka gëzuar trajtim shëndetësor e social institucional, gjë që e vështirëson qasjen e tij ndaj institucioneve shëndetësore e sociale në vendet ku janë vendosur;

4. Se, shqiptarët, duke pasur probleme të natyrës politike e sociale në vendlindje, më shumë janë mësuar të mbijetojnë se sa të jetojnë. Përkatësisht "lufta" për ekzistencë minimale, shpesh tek ata e ka tejkaluar "luftën" për kujdes shëndetësor ose edhe mirëqenie, gjë që ka bërë që një pjesë e tyre të jetë indiferente kur është në pyetje shëndeti;

5. Se, shqiptarët që nga fëmijëria e deri sa e kanë lënë vendlindjen, kanë përjetuar shpesh individualisht e kolektivisht strese dhe trauma të mëdha. Këto shpesh brenda kujtesës së tyre ripërjetohen, çojnë në ritraumatizimin e tyre dhe i bënë ata të dekoncentruar edhe në raport me sjelljet dhe shëndetin e tyre si dhe me institucionet e vendeve në të cilat janë vendosur;

6. Se, shqiptarët duke qenë shpesh të asocuar (të përngjitur) me përjetimet e këqija nga e kaluara në vendlindje (asocimi me të kaluarën e hidhur - me atdheun "atje dhe atëherë" në Kosovë), për pasojë ata shpesh gjenden të disocuar (të shkëputur) me ambientin e ri ku janë vendosur (disocimi me të tashmen "tani dhe këtu" në një vend të Evropës Perëndimore). Kështu, ata me trup janë - "këtu dhe tani"- por me mendje janë -"atje dhe atëherë"-, gjë që i bënë mjaft të dezorientuar si në planin hapësinor ashtu edhe në atë kohor;

7. Në fakt, asocimi (përngjitja) me të kaluarën dhe disocimi (shkëputja) me të tashmen, i pengon ata në procesin e integrimit nëpër vende ku janë vendosur, i pengon në të mësuarit e gjuhës, traditave, zakoneve dhe sjelljeve të reja, gjë që në fund të fundit i bënë "të huaj në vend të huaj", i mban në stres të vazhdueshem dhe brenda qarkut vicioz;

8.Situata në Kosovë dhe territoret tjera me shumicë shqiptare në ish-Jugosllavinë e ngarkuar me vrasje të grave, fëmijëve, pleqëve dhe të të pafajshmëve të tjerë, nga njëra anë, si dhe frika se familjet e tyre do ta pësojnë një gjë të tillë, nga ana tjetër, i ristresonë dhe i ritraumatizonë pothuaj se çdo ditë. I mbanë në ankth, në apati, të bllokuar e të painiciativë, qoftë edhe përsa i përketë shëndetit të tyre;

9. Si pasojë e rrethanave dhe situatve të lartpërmendura, një pjesë e shqiptarëve (sidomos shtresa me arsimim të ulët), nuk është në gjendje as t'i njohë dhe as t'i kërkojë qoftë edhe të drejtat minimale që i takojnë në këto vende, dhe ndonjëherë ndodhë që ato të drejta t'i kërkojnë përmes rrugës së gabueshme;

10. Kur është fjala për shqiptarët duhet pasur parasysh edhe ndjenjën e paperspektivës së dyfishtë: *"AS NË ATDHEUN E VJETËR AS NË ATDHEUN E RI"*. Kjo ka bërë që një pjesë e vogël, sidomos një pjesë e të rinjëve azilkërkues, duke mbetur edhe pa përkujdesjen familjare, janë keqintegruar dhe kanë përqafuar anët më negative të shoqërive të këtyre vendeve. Kështu, kjo pjesë e vogël e tyre është dhënë pas kriminalitetit.

11. Se pjesa më e madhe e shqiptarëve, megjithë kushtet dhe rrethanat mjaft të komplikuara në të cilat jeton e punon, ka arritur një shkallë të konsiderueshme të integri-

mit të mirëfillt duke paraqitur sjellje, qëndrim dhe kooperim të mirë me qytetarët dhe institucionet përkatëse të këtyre vendeve në tërësi dhe me institucionet shëndetësore dhe sociale në veçanti;

12. Se ka nevojë që edhe rastet-shembujt e mirë të sjelljeve dhe qëndrimeve korrekte të shqiptarëve, nëpërmjet mediave të vendeve ku ata janë të vendosur të theksohen, sepse do të ishte një resurs pozitiv reciprok për të gjithë dhe do të ndihmonte shumë për integrimin e mirëfilltë të tyre;

2. Sugjerime për një qasje më të mirë ndaj të sëmurëve shqiptarë

Duke patur parasysh të gjitha kushtet e lartëpërmendura dhe vet mënyrën e jetesës së shqiptarëve në vendlindjen e tyre , mund të nxjerrim këta shembuj të përgjithësuar:

1. Me që pacientët shqiptarë në vendlindjen e tyre, ku e kanë kaluar një pjesë të jetës, vizitat mjekësore zakonisht i kanë bërë pa termin paraprak, ka mundësi, që ata në këtë drejtim edhe të mos janë të përpiktë sa duhet. Prandaj ka nevojë që atyre t'u ceket rëndësia që ka termini për institucionet e vendeve ku tani jetojnë;

2. Një grua ose burrë shqiptar (sidomos nëse janë të moshuar), e kanë të vështirë të orientohen brenda infrastrukturës së institucioneve shëndetësore të vendeve perëndimore, meqenëse gjatë jetës së tyre në atdhe fare pak janë trajtuar nëpër institucione shëndetësore. Ndërkaq, edhe mosnjohja e gjuhës së vendit edhe më shumë ua vështirëson orientimin. Prandaj, në këtë drejtim ka nevojë edhe për ndihmë plotësuese;

3. Një pjesë e grave shqiptare me arsimim të pakët, e ka të vështirë ta akceptojë përkujdesin intim të personelit shëndetësor (sidomos të mashkullit). Lidhur me këtë ka nevojë për sqarime plotësese ose përkujdesin intim ta bëjë ekskluzivisht personeli i gjinisë femërore. Anasjelltas vlenë edhe për burrat e moshuar.

4. Pacientët shqiptarë, të shumtën e rasteve, pos "sëmundjës primare" organike për të cilën janë në trajtim, duke qenë edhe të mbingarkuar psikikisht për shkak të situatës në Kosovë e gjetkë, bartin me vete edhe ngarkesa sekondare si: pagjumësinë, ankthin, neurozat e dhunës dhe të frikës, pasigurinë etj. Prandaj, pos shërimit medikamentoz një pjesë e tyre duhet nënshtruar edhe psikoterapisë;

5. Informacioni stresogjen,të cilin shqiptarët, pra edhe të sëmurët, konform situatës në Kosovë, pothuajse e marrin çdo ditë, parqet një resurs negativ: kështu, ata edhe ashtu të rënduar nga sëmundjet trupore, shpesh edhe deprimohen, mbyllen në vete, dekoncentrohen, iu bie aftësia për komunikim dhe kooperim me personelin dhe institucionet shëndetësore e sociale si dhe e humbin në masë të madhe edhe interesimin për shëndetin e tyre.

3. Shembuj konkret

Për të ilustruar gjendjen e rëndë psiko-fizike të një numri të kosideruar shqiptarësh të vendosur në vendet e ndryshme të Evropës Perëndimore, të cilët shpesh kërkojnë ndihmë shëndetësore po japim këta shembuj konkret:

Rasti 1. Baba i pesë fëmijëve; 7 vjet i burgosur politik.

Me azil të njohur në një vend të Evropës. Në Kosovë i ka pleqtë e sëmurë dhe dy motra pa të ardhura; para dy vjetësh policia serbe ia ka vrarë të vëllain 21 vjeçar, student; motrat e tij janë kërcënuar nga policia serbe me vrasje të vëllait tjetër jashtë vendit; ndonëse mjaft i përmbajtuar vuan nga pagjumësia, shqetësimet dhe brengat për anëtarët tjerë të familjes në Kosovë

Rasti 2. Punëtor në një vend të Evropës. Qe disa vjet nuk guxon të shkojë në Kosovë ku i ka prindërit dhe vëllezërit pa të ardhura. Para një viti policia serbe ia ka vrarë vëllain student rreth 20 vjeçar. Më parë njësitë policore dhe ushtarake serbe ia kanë granatur shtëpinë dhe ia kanë vrarë edhe një anëtar të familjes; vuan nga ankthi, pagjumësia, neurozat e dhunës. Punën nuk e ka ndërpre.

Rasti 3. Punëtor në një vend evropian. Në Kosovë ka lënë nënën , bashkëshorten shtatzënë dhe një fëmijë dy vjeçar. Kohë më parë një grup të rinjësh serbë të armatosur dhe të maskuar i janë futur natën në shtëpi dhe ia kanë plaçkitur paratë dhe stolitë e arit të së shoqes e cila nga frika ka abortuar, kuse nënës së tij ia kanë thyer njërën këmbë dhe njërën dorë. Është apatik, dhe i deprimuar. Jeton me ankth të madh. Punën nuk e ka ndërpre.

Rasti 4. Punëtor në një vend evropian. Në Kosovë pothuaj se një herë në muaj policia sekrete serbe ia ka marrë në pyetje bashkëshorten të cilën e kanë kërcënuar edhe me dhunim. Vuan nga gjendjet me ankth, nga dhimbjet e kurrizit etj. Punon.

Rasti 5. Student me studime të lëna përgjysmë. Me azil të njohur në një shtet të Evropës. E ka operuar disa herë këmbën e thyer nga policia serbe në Kosovë. Invalid. I ka tre

vëllezër dhe tri motra të ekziluar nëpër vende të ndryshme të Evropës për shkak të ndjekjeve politike. Në Kosovë ka lënë vetëm prindërit e moshuar, të cilët së paku një herë në muaj janë marrë në biseda informative lidhur me fëmijët e tyre të shpërndarë nëpër botë, me ç'rast janë kërcënuar dhe torturuar psikikisht e fizikisht. Ndonëse mjaft i përmbajtur, është nevrik, i deprimuar, apatik dhe jeton me ankth.

Rasti 6. Refugjat. Në Kosovë ka lënë vetëm dy motra të cilat janë marrë shpesh në biseda informative rreth të vëllait. Kërcënohen dhe torturohen. Nevrik, i deprimuar. Vuan nga pagjumësia dhe ka edhe ankesa të tjera të padefinuara.

Rasti 7. Refugjat në një vend evropian. Gazetar me profesion; 7 vjet i burgosur politik. Në trup ka shenja të djegies gjatë procesit të hetimeve nga policia sekrete serbe. Në Kosovë ka një vëlla të cilin policia e merr dhe e torturon lidhur me te. Vuan nga dhimbjet e kurrizit, neurastenia, pagjumësia etj.

Rasti 8. Punëtor në një vend europian. Është i ndjekur politik. Para disa muajsh policia dhe ushtria serbe ia kanë vrarë 26 anëtarë të familjës (në mesin e tyre prindërit, vëllezërit, afro dhjetë fëmijë dhe disa gra); aktualisht nga familja e tij e gjerë (kanë qenë pesë vëllëzër) jetojnë edhe 4 anëtarë. Ndonëse mjaft i mbingarkuar, ai është shumë i përmbajtur, njeri me karakter të fortë. Vazhdon të punojë.

Rasti 9. Refugjat në një vend evropian. I dënuar në mungesë me 6,5 vjet burg. Ka qenë kuadër i lartë. Në Kosovë e ka nënën dhe një vëlla, të cilët torturohen shpesh. Është i deprimuar dhe jeton me ankth. Punon me orar të plotë.

Rasti 10. Refugjat në një vend evropian. Në Kosovë e

ka lënë gruan me dy fëmijë, të cilët policia serbe i ka torturuar vazhdimisht dhe ua ka marrë edhe pasaportat. Është nevrik dhe i deprimuar. Ka kokëdhimbje dhe pagjumësi. Është i dezorientuar.

Rasti 11. Refugjat në një vend evropian. I ka mbajtur disa vjet burg në Kosovë nga i cili ka dalur me një lloj psikoze. Qe disa vjet përkujdeset nga një institucion social për njerëzit me të meta. Ndonëse i paaftë për të vepruar politikisht kundër Serbisë, anëtarët e familjes në Kosovë i janë marrë shpeshherë në biseda informative rreth aktivitetit të tij politik.

Rasti 12. Refugjat në një vend evropian. Në Kosovë i ka mbajtur disa vjet burg. Para disa vjetësh shërbimi sekret serb i ka hedhur në banesë, në shtetin ku jeton, një sasi eksplozivi, me ç'rast i është demoluar banesa, por, për fat pa pasoja për fëmijët (ai vetë nuk ka qenë në banesë).

Kamera e fshehtë i ka regjistruar dy punëtorë të shërbimit sekret serb të cilët para dy vjetësh janë kapur nga organet e ndjekjes së atij shteti dhe iu është bërë gjyq, por në "mungesë" faktesh janë liruar. Jeton me ankth, herë-herë i deprimuar. Rast i njohur për qeverinë e vendit ku jeton.

Rasti 13. Refugjat në një vend të Evropës. Kuadër universitar në Kosovë. Që nga viti 1990 për shkaqe përkatësie kombëtare i përjashtuar nga puna. Dy vëllezërit e tij dhe nëna e sëmurë nga zemra, së paku një herë në muaj merren në bisedë informative dhe kërcënohen e torturohen. Para dy vjetësh me rrugë ilegale e ka marrë bashkëshorten dhe tre fëmijët, sepse ndër të tjera, punëtorët e shërbimit sekret serb ia kanë kërcënuar të shoqen me dhunim. Është lehtë i deprimuar dhe jeton me ankth. Herë pas here është i dekoncentruar dhe vuan nga pagjumësia. I pinë tri pako duhan në ditë. Punon.

4. Zgjidhjet e mundshme-propozime

Për t'iu ndihmuar sadopak shqiptarëve që të integrohen dhe të adaptohen në ambientin e ri dhe të bashkëpunojnë sidomos me institucionet sociale dhe shëndetësore të Evropës Perëndimore, do të kishte qenë mirë që:

1. Institucionet shëndetësore dhe sociale të vendeve të Evropës Perëndimore, së paku për rastet e komplikuara të pacientëve shqiptarë, sipas mundësisë, të shërbehen edhe me përkthyes shqiptarë;

2. Në vendbanime të ndryshme në të cilat jeton një numër i konsiderueshëm shqiptarësh, dhe në të cilat ka këshillimore me karakter shëndetësor e social, të punësohet edhe ndonjë shqiptar, i cili pos njohjes së gjuhës së vendit, do të duhej të ishte edhe i arsimuar dhe njohës i mirë i mentalitetit dhe problemeve të popullit të vet;

3. Në rastet kur institucionet-këshillimoret e ndryshme të vendeve perëndimore nuk janë në gjendje që të punësojnë ndonjë shqiptar, mungesën e tyre ta plotësojnë së pakut nëpërmjet mediatorëve shqiptarë, natyrisht pas një trainimi të shkurtër të tyre në aspektin psikosocial;

4. Punëtorët social e shëndetësorë të vendeve të ndryshme perëndimore, të organizojnë ligjërata në formë referatesh lidhur me botëkuptimet e shqiptarëve rreth shëndetit në përgjithësi dhe në raport me statusin social, politik e kulturor të tyre në veçanti. Referuesit me këtë rast, do të duhej natyrisht të jenë shqiptarë, të cilët vërtetë i njohin rrethanat e lartëpërmenduara;

5. Po ashtu të organizohen edhe ligjërata-referate nga ana e punëtorëve shëndetësorë e social të këtyre vendeve (me përkthyes ose mediatorë shqiptarë) me popullatën shqiptare, gjë që do të ndihmonte shumë në informimin reciprok në mes të sëmurëve shqiptarë dhe institucioneve vendëse;

6. Të bëhet shpërndarja e broshurave të ndryshme në gjuhën shqipe në familjet shqiptare lidhur me sistemin shëndetësor, social e kulturor të këtyre vendeve;

7. Të bëhet shkëmbimi i përvojave midis institucioneve të ndryshme sociale e shëndetësore të vendeve përkatëse, në të cilat jetojnë shqiptarët, më qëllim qasjeje më të mirë ndaj tyre;

8. Të vëhen në shërbim fjalorë të vegjël shqip-gjuhë tjetër për pacientët shqiptarë nëpër spitale, që do t'u ndihmonte atyre në komunikim me personelin e spitalit;

9. Duke patur parasysh numrin relativisht të madh të shqiptarëve në vendet e Evropës Perëndimore, kuadrot shqiptare në bashkëpunim me punëtorët social dhe kulturorë të këtyre vendeve, të krijojnë tani më edhe këshillimore përkatëse me karakter social e shëndetësor kryesisht për shqiptarët.

10. Mediat perëndimore, të cilat veprimet e gabueshme dhe sjelljet asociale të një numri të vogël shqiptarësh, shpesh i kanë stërmadhuar dhe përgjithësuar, ta ndryshojnë qëndrimin duke e paraqitur gjendjen reale. sepse stërmadhimi dhe përgjithësimi kanë ndikuar në mosintegrimin e tyre dhe ka shërbyer si resurs negativ i ndërsjell midis qytetarëve shqiptarë dhe atyre të Evropës Perëndimore.

11. Edhe rastet-shembujt e mirë të sjelljeve dhe qëndrimeve korrekte të shqiptarëve, pjesa më e madhe e të cilëve me gjithë parakushtet, kushtet dhe rrethanat në të cilat jeton e punon ka arritur dukshem të integrohet, të publikohen nga mediat e vendeve, në të cilat ata janë të vendosur.

5. Shqiptarët në Zvicër

Në Zvicër jetojnë 180.000 gjer në 200.000 shqiptarë, prandaj vetëkuptohet se një numër i konsiderueshëm i tyre trajtohet nëpër institucione shëndetësore e sociale të Zvicrës.

Duke i patur parasysh të gjitha ato që i kemi cekur edhe më lartë, mendojmë se herë pas here, mes institucioneve shëndetësore e socale të Zvicrës dhe të sëmurëve shqiptarë mund të lindin edhe mosmarrëveshje dhe probleme të natyrave të ndryshme. Prandaj edhe qëllimi primar i këtij libri do të ishte pikërisht zbutja e këtyre mosmarrëveshjeve.

Në fakt shkruarja e këtij libri, është vetëm njëra anë e medaljes dhe paraqet vetëm informacionin që institucionet përkatëse shëndetësore zvicerane do të duhej ta kishin mbi shqiptarët, por mungon informacioni mbi institucionet shëndetësore e sociale të Zvicrës që do t'u shërbente shqiptarëve.

Duke patur parasysh se për një komunikim më të mirë nevojitet njohja e dyanshme (njohja reciproke), kishte qenë mirë që në të ardhmen, po ashtu të shkruhej edhe një libërth ose broshurë në gjuhën shqipe lidhur me sistemin shëndetësor e social të Zvicrës.

Natyrisht se edhe për të sëmurët shqiptarë që jetojnë në Zvicër, vlejnë të gjitha ato që i kemi përshkruar më lartë. E

vetmja specifikë e shqiptarëve të vendosur në Zvicër është se koncentrimi i tyre në këtë vend është më i lartë se në secilin vend tjetër perëndimor, prandaj edhe nevoja për komunikim reciprok është më e madhe se kudo tjetër.