

Lekarze nie dawali jej szans

Pokonana raka drinkiem z warzyw...

- recepta na str. 74

TYGODNIK

ISSN 0867 8162 Nr indeksu 378739 K 45850

www.angora.com.pl

m.angora.pl

ANGORA®

PRZEGLĄD
PRASY
KRAJOWEJ
I ŚWIATOWEJ

Nakład: 540 536

WARSZAWA-CHICAGO-DORTMUND-TORONTO-NOWY JORK

Nr 35 (1106)

Rok XXII

28 sierpnia 2011 r.

Cena 3,50 zł (w tym 8% VAT)

...i zrobiła na tym wielki biznes w Ameryce



Od dramatycznej diagnozy minęło osiem lat. Kris Carr żyje i powtarza
- *Nigdy dotąd nie czułam się zdrowsza!*

Kris Carr znalazła sposób na pokonanie nowotworu

Szalenie seksowny rak



O tym, że jest chora, Kris Carr dowiedziała się w Dniu Zakochanych. Zapisala wtedy w pamiętniku życzenia dla samej siebie: **Radosnych walentynek! Masz raka! Skończyła 31 lat, była średniej klasy aktoreczką w Nowym Jorku, zagrała kilka ról w teatrze, żyła z reklam. Piła, imprezowała, zarywała noce. Żywiła się jedzeniem z mikrofalówki, hamburgerami i kawą z automatu. Kiedy wspomina dawne czasy, żartuje, że gdyby wtedy zapytano ją, co to jest zdrowa żywność, na pewno wymieniaby herbatę z cytryną.**

Cios od Boga

Miała przeczucie, że to się źle skończy. Pewnego razu dostała tak bolesnych skurczów jelit, że odwieziono ją do szpitala. Popatrzyła wtedy w lustro i powiedziała: *Skończ z tym, bo dostaniesz raka.* Twierdzi, że jej ciało czuło, co się dzieje i próbowało ją ostrzec. Nie posłuchała. Parę miesięcy później wróciła do domu z festiwalu filmowego, gdzie balanga gonila balangę, tak wyčerpana, że postanowiła wreszcie doprowadzić się do porządku. Zrezygnowała z alkoholu i zapisała się na zajęcia z jogi. Ćwiczenia szły opornie. Bolały wszystkie mięśnie, znów pojawiły się upiorne skurcze w brzuchu. A na dodatek trudności z oddychaniem. Lekarz zawyrokował: Woreczek żółciowy. Trzeba wyciąć, ale najpierw USG.

To nie był woreczek. To był rak. Wątroba Kris wyglądała jak ser szwajcarski, gęsto usiana dziwnymi kropkami. Z płucami było to samo. Diagnoza przerażająca: śródoblaniak naczyń krwionośnych, 24 guzy. Bardzo rzadki złośliwy nowotwór, który zdarza się zaledwie u 0,01 procent wszystkich chorych na raka. Choroba była już w czwartej fazie rozwoju i lekarz

Przepis na zielony drink:

- 2 duże ogórki (jeśli nie pochodzą z ekologicznego gospodarstwa, należy je obrać)
- duża garść jarmużu lub sałaty rzymskiej
- duża garść kielbów groszku
- 4 – 5 łydzy selera
- 1 brokuł
- 1 – 2 gruszek lub zielone jabłka
- szpinak

Przepuścić przez sokowirówkę. I pić na pohybel rakowi!

oznajmili, że operacja nie ma sensu. Jedyna pociecha, że nowotwór był z rodzaju tych wolno rozwijających się. – *Czułam się tak, jakbym dostała cios w brzuch od Boga* – wspomina Kris. W szpitalnej toalecie patrzyła na swoje odbicie w lustrze, płakała i pytała dokładnie tak samo jak wszyscy chorzy: *Dlaczego ja?* A później wycierając twarz, by ukryć swój strach przed rodziną, spojrzala jeszcze raz w lustro i powiedziała: *Do diabła! Nie!* Tak zaczęła się jej „podróż w poszukiwaniu zdrowia”.

Uratuj mój tyłek

Do nowotworu trzeba podejść z humorem – postanowiła Kris i stworzyła sobie wyimaginowaną firmę, którą na-

optymistycznego, dającego nadzieję. Znalazła ją w internecie, gdzie tysiące chorych kobiet wymieniały się doświadczeniami. Dziś mówi ze śmiechem, że ukończyła wówczas „Uniwersytet Google”. Potem były wycieczki do sklepów ze zdrową żywnością, zmiana diety na wegetariańską, ćwiczenia jogi, a nawet pobyt w klasztorze zen. Dzięki rakowi Kris stworzyła siebie na nowo. Od czasu diagnozy minęło 8 lat. Carr żyje i powtarza: *Nawet jeśli mam raka, nigdy dotąd nie czułam się zdrowsza.* I bogatsza – powinna dodać.

Rzuciła aktorstwo, ma własną firmę promującą jej styl życia, dwie strony internetowej, studio filmowe, jest redaktorem magazynu o zdrowiu, jeździ po



Fot. yourtimetravels.com

zwiała: *Uratuj Mój Tyłek*, sp. z o.o. Pierwszym zadaniem jakie przed sobą, jako prezesem, postawiła, było: zatrudnić dobrego lekarza. Jeden proponował jej przeszczep wątroby i płuc. Nie skorzystała. Drugi kazał czekać trzy godziny, a kiedy wreszcie weszła do gabinetu, szybko przepowiedział jej, kiedy umrze, i wywołał następnego pacjenta. Ten też został skreślony.

Wreszcie trafiła na kogoś, komu warto było płacić. Znalazła go aż w Bostonie. Doktor **Demetri** jest jej lekarzem do dziś, a wybrała go, bo „był miły i potrafił współczuć”. Poza tym skromnie przyznał, że nie wie, ile lat życia zostało Kris. Może dożyje starości, a może któregoś dnia rak zwycięży. Zasugerował jedno – powinna wzmocnić swój układ odpornościowy. Rzuciła się do książek, ale szybko się rozczarowała. – *To mój rak, a nie mój babcia* – mówi, bo wszystkie mądre publikacje były smutne, dołujące i traktowały chorobę po staroświecku, jako wyrok. Ona zaś chciała czegoś

Ameryce z wykładami, udziela wywiadów, występuje w telewizji. Sesje treningowe, które prowadzi na Skypie, kosztują, bagatelnie!, 250 dolarów za 90 minut. Właśnie kupiła 16 hektarów ziemi z łąką, lasem i dwoma domami. To będzie jej ekologiczne gospodarstwo. Zna ją cała Ameryka. Gdy dziennikarka „New York Timesa” spotkała się z nią w jednej z nowojorskich wegańskich restauracji, wszyscy goście patrzyli na Kerr, a kelnerowi, który ją obsługiwał, trzęsły się ręce z emocji. Bo Kris jest amerykańską bohaterką, guru zdrowego życia, drogowskazem dla wszystkich chorych na raka i tych, którzy chcą dożyć w zdrowiu późnej starości. Rodacy mówią o niej *cancer-lebrity*, czyli celebrytka od raka, a sama Oprah Winfrey nazwała ją szalenie seksowną nauczycielką.

Rób sok, nie wojnę

Zaraz po koszarnej diagnozie Kris podjęła odważną decyzję – postanowiła nakręcić film o swojej wal-

ce z chorobą. Kamera podążała za nią do lekarza, towarzyszyła jej w badaniach rezonansem magnetycznym, ujawniała zawartość lodówki wypełnionej warzywami, kielkami, orzechami i sokami własnej roboty. Przed kamerą Kris opowiada, ćwiczy, medytuje i powtarza jak mantrę słowa: *Nie jestem chora.* Tytuł filmu „Crazy sexy cancer”, czyli „Szalenie seksowny rak” zrobił furorę. Był zabawny. I miał optymistyczne przesłanie: Nie taki rak straszny, jak go malują. A na ekranie była młoda kobieta o zielonych oczach, która żyła pełnią życia. – *Nie twierdź, że rak jest sexy* – mówi Kris. – *Uważam tylko, że choroba nie powinna odbierać nam sił. Przecież wciąż żyjemy.* Przy kręceniu filmu poznała swojego przyszłego męża, Briana Fassetta, choć od czasu gdy zachorowała, była przekonana, że już nigdy nie pójdzie na randkę. Ślub był trochę inny niż wszystkie. – *Ślubowaliśmy, że razem będziemy szukać przygód. Pomyśleliśmy, że kiedy powiemy słowa „póki śmierć nas nie rozłączy”, zrobi się zbyt melodramatycznie.*

Po ślubie Kris jeszcze bardziej rozkwitła i została pisarką. Jej pierwsza książka nosiła tytuł: „Szalenie seksowne porady na raka”, druga: „Szalenie seksowne zwycięstwo nad rakiem”. Trzecia książka, która ukazała się w tym roku i znalazła na liście bestsellerów „New York Timesa”, już nie ma raka w tytule, bo przeznaczona jest dla wszystkich – chorych i zdrowych. „Szalenie seksowna dieta” zbiera całą wiedzę, którą przez ostatnie osiem lat życia zgromadziła Kris. Nazywa ją swoją biblią.

Co poleca? Dietę wegańską, warzywa, owoce, orzechy i zboża. Najlepiej na surowo. Ale nie jest ortodoksyjna. Jeśli chcesz jeść mięso, to dwa, trzy razy w tygodniu, i tylko z ekologicznych gospodarstw. A poza tym miłość i śmiech tak szczerzy, że aż brzuch boli, kreatywność, walkę ze strachem, złością i smutkiem, spacerować po lesie, całowanie i taniec na stole. Największym wrogiem chorych jest strach. – *Strach to nie fakt. To uczucie* – mówi Kris. – *Dziś nie mam zamiaru umrzeć na raka, czemu więc mam siedzieć w kącie w piękny dzień i myśleć o śmierci? Życie jest zbyt słodkie, by być zgorzkniałym i nieszczęśliwym.*

Amerykanie kojarzą Kris Carr z jej słynnym zielonym napojem, który występuje wraz z nią w każdym programie telewizyjnym. Ten sok włączyło do menu wiele wegetariańskich restauracji. A Kris propaguje go zabawnym hasłem parodiującym hippisowskie motto: *Make juice not war* (Rób sok, nie wojnę).

EWA WESOŁOWSKA

Na podst.: New York Times, crazysexy-life.com, crazysexycancer.com, care2.com