

Zdravnikova beseda je zdravilo

Primož Podbregar

Kaj pomeni biti zdravnik? Kakšno je njegovo delo in kaj njegovo poslanstvo? *Slovar slovenskega knjižnega jezika* navaja, da je zdravnik tisti, »kdor se poklicno ukvarja z zdravljenjem ljudi in je za to posebej usposobljen«. A že tu se lahko ponovno vprašamo o širini pomena besednih zvez *zdravljenje* ter *biti usposobljen za zdravljenje*.

Ali pod besedo *zdravljenje* razumemo zgolj ugotovitev in določitev bolezni na podlagi bolnikovih težav in predpisovanje (fizičnega) zdravila ali pa je *zdravljenje* precej bolj kompleksna, celovita in večplastna dejavnost, ki tako pri zdravniku kot pri bolniku posega na vsa področja fizičnega, duševnega in duhovnega življenja ter obstoja posameznika sploh? S tem vprašanjem pa se seveda odpre še kup drugih vprašanj, med drugim tudi, če je sploh mogoče jasno opredeliti *usposobljenost za zdravljenje*. Kako lahko človeka oziroma zdravnika opredelimo kot usposobljenega za zdravljenje, če smo že malo prej ugotovili, da ne moremo jasno opredeliti pomena in razsežnosti zdravljenja samega?

Če si vsako tovrstno vprašanje predstavljamo kot vrata, ki jih je treba odpreti (nanje odgovoriti), kmalu ugotovimo, da se za vsakimi vrati nahaja še niz novih vrat, ki vse za seboj skrivajo nova in nova vrata. Tako že samo ob zastavitvi enega na videz povsem preprostega in enostavnega vprašanja »Kaj je zdravljenje?« kmalu naletimo na cel labirint vrat, ki mu ni videti konca. A bistvo se nahaja pred prvimi vrati – pred vprašanjem pomena zdravljenja.

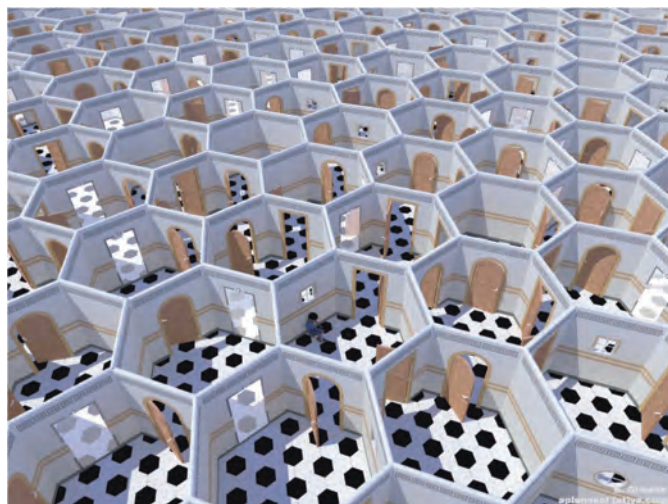
Vsakdo izmed nas je že velikokrat obiskal svojega osebnega zdravnika, specialista družinske medicine.

In vsak izmed nas se je ob tej priložnosti, medtem ko je sedel v čakalnici in opazoval svoje prav tako čakajoče »sotrpine«, zavedel, da ga obkrožajo predvsem predstavniki starejšega življenjskega obdobja. Seveda je prvi in najbolj očitni razlog, na katerega pomislimo, dejstvo, da se s starostjo manjšajo moč, odpornost in energija človeškega telesa, ki začne posamezniku povzročati vedno več preglavic – od bolezni do bolečin in raznovrstnih drugih težav.

A že kratek pogovor, bodisi s katerim izmed starostnikov bodisi z njihovim družinskim zdravnikom, razkrije povsem nov pogled na razloge za tako številne obiske starejših občanov v zdravstvenih domovih.

Že samo ob zastavitvi preprostega vprašanja »Kaj je zdravljenje?« naletimo na cel labirint vrat, ki mu ni videti konca.

Vir: <http://news.povray.org/povray.binaries.images/%3CMWGv7XAD1gZBFwWm@economy.demon.co.uk%3E/>.



Mnogi izmed njih namreč ne potrebujejo pomoči za kakšne bolezenske oziroma fizične težave, marveč si zgolj želijo nekoga, ki jih bo poslušal, se z njimi pogovarjal. Starejši se namreč velikokrat počutijo osamljene in pozabljene, obisk zdravnika, ki jih »mora« sprejeti, pa jim daje priložnost, da vzpostavijo tako želeni stik z ljudmi. Prav tako pa v čakalnici srečajo veliko oseb podobne starosti, s katerimi se lahko pogovarjajo.

Marsikdo, tako nestrokovnjak kot zdravnik, bo rekel, da omenjeni položaj nikakor ni povezan z zdravnikovim delom. Da so zdravniki usposobljeni zgolj za »zdravljenje«, ne pa za pogovarjanje z osamljenimi upokojenci. In tako smo ponovno pri vprašanju, zastavljenem v uvodu. Zdravljenje. Fizično zdravljenje – duhovno zdravljenje. Kljub številnim nasprotovanjem v stroki in v laični javnosti težko zanikamo, da je pogovor s svojim pacientom, četudi fizično zdravim, zdravljenje – namreč duhovno zdravljenje. Duhovno zdravljenje pa je človeku potrebno prav toliko kot »običajno« zdravljenje.

Duhovno zdravljenje je v človekovi družbi navzoče prav toliko časa, mogoče pa še dlje, kot fizično. Je namreč ena izmed sestavin vsake vere, ki so v bližnji in daljni preteklosti imele eno glavnih, če ne kar glavno vlogo v človeški družbi in njenem razvoju. Duhovniki, svečeniki, posvečenci in velike vodje so bili ljudstvu vedno na voljo za zdravljenje duše. Ljudje so se in se še k njim zatekajo po nasvete, sočustvovanje ali zgolj pogovor, ker se z nikomer drugim ne morejo pogovarjati. Božji uslužbenci najrazličnejših verstev jih v tem pogledu nikoli niso zavrnil. Ljudje so to nujno potrebovali. In še vedno potrebujejo in vedno bodo. Vsakdo kdaj potrebuje nasvet, ki ga v svoji bližnji okolici ne dobi, vsak kdaj potrebuje toplo besedo ali moralno spodbudo, da njegova dejanja na tem svetu niso zaman.

A danes živimo v tretjem tisočletju. Znanstvena odkritja, spremenjeni politični sistem, gmotni položaj ljudi, visoka življenjska

raven, daljša življenjska doba in nove tehnologije so spremenile pogled na vero in njeno vlogo v vsakdanji družbi. Tako sta se spremenili tudi vloga duhovnikov, zaupanje vanje, v njihovo izobrazbo in zmožnost svetovanja. Velik preskok v spoštovanju in družbeni moči pa so doživeli ljudje, ki delujejo v hitro napredujoči znanosti, predvsem zdravniki. Ti so se v stoletjih in tudi tisočletjih razvili iz vračev, ki so z zelišči in uroki pregnali le malokatero nadlogo, v empirične znanstvenike, mojstre svoje stroke, ki lahko presajajo celotne organe, pozdravijo na prvi pogled neozdravljive bolezni, ustavijo včasih smrtno epidemije bolezni, kot so kolera, tetanus, črne kože ..., in utirajo pot številnim znanstvenim čudežem nove dobe. Kdo je torej boljši kandidat za nasvet ali iskanje utehe kot nekdo, ki deluje v tako izobraženi stroki in ki je po moralnih in zakonskih načelih zavezan prisluhniti človeku?

Seveda pa lahko v uvodu omenjena vrata odpiramo tudi s stališča bolnikov, ki k zdravniku pridejo zaradi najrazličnejših fizičnih problemov. Tu se zastavi že omenjeno vprašanje, glede katerega si zdravniki niso enotni. Ali sta torej zdravnikovi edini vlogi v procesu zdravljenja ugotovitev in določitev bolezni ter predlog rešitve ali pa sta to zgolj glavni vlogi, ki ju spremljata še moralna in duhovna podpora. Zavedati se moramo, da najrazličnejše bolezni, poškodbe in stanja vplivajo predvsem na pacientovo fizično stanje, a imajo tudi zelo velik vpliv na njegovo psihološko doživljanje. Nihče (oziroma vsaj večina) ni navdušen nad dejstvom, da je zbolel oziroma da se mu je zgodilo nekaj hudega. Vsako patološko stanje v človeku pusti (lahko tudi trajne) psihološke posledice. Te se sicer razlikujejo od stanja do stanja. Zagotovo ne moremo primerjati psihološkega stresa in depresije, ki ju lahko povzročita huda bolezen, kot je rak, ali manj problematična bolezen, kot je sezonska gripa. Seveda pa so velike razlike tudi med posamezniki, ki se z boleznijo spopadajo. K dožemanju svoje bolezni pa pomembno

prispevajo tudi spremljajoči dejavniki iz posameznikovega družbenega okolja. A v vsakem primeru bolezen vsaj malo vpliva na pacientovo negativno doživljanje svojega stanja, telesa in življenja. Pogosti spremljevalec bolezni je strah, velikokrat občutek nemoči, kar lahko pripelje do stanja, ko se posameznik vda v usodo in se s svojo boleznijo ne bori več. To pa je lahko kritičnega pomena v procesu zdravljenja. Neposredna odvisnost med bolnikovim psihološkim stanjem in uspešnostjo njegovega zdravljenja so v medicinski stroki znane že vrsto let. Bolnik, ki verjame v svojo uspešno ozdravitev ter v sposobnost in pravilne odločitve svojega lečečega zdravnika, bo veliko lažje in uspešneje premagal svoje patološko stanje.

Zavedati pa se je treba tudi vpliva ostalih dejavnikov na bolnikovo psihološko stanje, torej na dejavnike, ki prav tako posredno vplivajo na uspešnost procesa zdravljenja. Bolnikovo socialno in gmotno stanje, uspešnost v šoli ali službi, ljubezen njegovih najbližjih, samouresničevanje, starost, preteklost, prihajajoči problemi in še marsikaj imajo prav tako konkretni pomen za bolnikovo doživljanje jaza in njegove bolezni, zato so tudi ključnega pomena za njegovo ozdravitev. Če strnemo nekaj zadnjih misli, ugotovimo, da bi bilo absurdno trditi, da zdravnikova moralna in duhovna podpora nista del procesa zdravljenja, torej zdravnikove dolžnosti, zdravnikove biti. Še več – v mnogih primerih imata celo ključni pomena. Zdravnikova glavna skrb je zdravljenje oziroma ozdravljenje bolnika. Če na uspešnost zdravljenja močno vpliva zdravnikova duhovna podpora, je torej povsem smiselno trditi, da je tudi ta del njegovih dolžnosti. Znanost je dokazala, da je veliko fizičnih težav neposredno povezanih z bolnikovimi psihološkimi problemi, s stvarmi, ki na prvi pogled niso del zdravnikovih skrbi. Glavoboli, kožne bolezni, pomanjkanje libida, bipolarna motnja razpoloženja, nespečnost, slabost, utrujenost in neješčnost so le nekateri primeri bolezni oziroma stanj, ki so

neposredna posledica vsakodnevnega stresa, hudih pritiskov okolice, depresije in podobnih tegob. Teh pa je danes vedno več zaradi sodobnega načina življenja in večjih pričakovanj ter posledično večjega selekcioniranja v družbi, ki se začne že v osnovni šoli. S porastom fizičnih težav, ki so posledica psihosocialnih problemov bolnikov, tudi zdravniki postajajo oziroma morajo postajati vedno boljši v moralni in duhovni podpori. Pri številnih omenjenih problemih velik del procesa zdravljenja opravi že zdravnikova beseda, ki bolnika pomiri, mu mirno in na bolniku razumljiv način razloži njegovo stanje, vzroke in posledice ter mu zagotovi, da mu ni nič hudega in da se bo zadeva rešila (seveda če se to da, dajanje praznih obljub je lahko dvorezni meč). Kot sem že omenil, zdravnik namreč predstavlja (oziroma naj bi predstavljal) avtoriteto, spoštovanja vredno osebo, ki ve, kaj dela, je polna znanja in vredna zaupanja. Kot mama v otrokovih najmlajših letih. In ko ti takšna oseba zagotovi, da so tvoje skrbi prevelike ali da se tvoje stanje da rešiti, je občutek zagotovo pomirjujoč. Pacient mora torej zdravnikovo ordinacijo zapustiti ne le s pravilno ugotovitvijo bolezni in načrtom zdravljenja, marveč tudi pomirjen in z zaupanjem v uspešnost svojega zdravljenja. Zdravnik se mora čim bolj potruditi, da bolnik v obdobju svoje bolezni odmisli ostale težave in tegobe in se osredotoči na bolezen oziroma zdravljenje. Velikokrat pa mora zdravnik tudi odkriti morebitne psihološke oziroma psihosocialne vzroke iz bolnikovega življenja, ki bi lahko bili glavni ali delni vzrok njegovega patološkega stanja.

Zakaj bi torej moral zdravnik početi vse to? Ker je povezanost z ozdravitvijo jasna. Zdravnik si mora na vse načine prizadevati za bolnikovo ozdravitev. Po vsem omenjenem lahko brez težav rečemo, da to vključuje tudi dajanje duševne in moralne podpore, spodbujanje in pomirjanje. Zdravniki so na neki način postali novodobni »običajni«
zdravniki telesa in zdravniki duše hkrati. Ti

dve vlogi hodita namreč tesno skupaj. In zaradi našega načina življenja se vsak dan oklepata druga druge vedno močneje.

Kljub dejstvu, da je vpliv psihološkega stanja ljudi na njihovo zdravje še posebej močan danes, je ta obstajal že od nekdaj, le da so mu v preteklosti namenjali precej manj pozornosti, saj se niso zavedali njegovega resničnega pomena. Vendar lahko ugotovimo, da so se nekateri izobraženci kljub vsemu posvečali omenjenim povezavam in prišli do spoznanja, da povezave obstajajo in so pomembne. Dober primer je angleški pisatelj, pesnik in dramatik William Shakespeare, ki je živel v šestnajstem stoletju, ko medicinska praksa ni posebej poudarjala bolnikovega psihološkega doživljanja. Dr. Kenneth Heaton pa je ob preučevanju del Williama Shakespearja in nekaterih njegovih sodobnikov ugotovil, kako dobro in bolje od ostalih se je največji angleški dramatik zavedal neposrednih povezav med psihosocialnim in fizičnim stanjem posameznika. Svoje ugotovitve je objavil v članku (Heaton, 2011), kjer je opisal Shakespearjeve pronicljive ugotovitve, da so nekateri fizični simptomi, kot so slabost, hiperventilacija, omedlevica, nenadne motnje sluha in večja občutljivost za fizično bolečino, (lahko) posledica čustvene nestabilnosti oziroma psiholoških težav. Shakespearjevi sodobniki takšnih povezav v svojih delih ne navajajo. Prav tako - kot je že bilo omenjeno - teh povezav v medicinski praksi tistega časa niso preučevali oziroma jim zdravniki niso namenjali posebne pozornosti. Tako bi Shakespeare lahko bil odlično gradivo, ki bi zdravnikom pomagal, da bi pri svojem delu postali bolj celoviti, da bi se bolj posvetili tudi bolnikovi duševnosti in tako bili bolj uspešni pri njihovem zdravljenju.

Biti usposobljen za zdravljenje torej ne pomeni imeti zgolj širok spekter medicinskih znanj, ki zdravniku pomagajo pri iskanju težav, ugotavljanju in določanju bolezni in odločanju o pravilni izbiri zdravljenja, tem-



William Shakespeare (1564 – 1616).

Vir: <http://www.significancemagazine.org/details/webexclusive/1234471/The-man-who-wasnt-Shakespeare--Part-1.html>

več pomeni biti tudi v moralno in duševno pomoč bolniku. Pomeni biti usposobljen za iskanje in prepoznavanje bolnikovih psihičnih tegob, za razumevanje njegovih čustev, za pomirjujoči in navdihujoči pogovor, ki v posamezniku spodbudi smisel za življenje, smisel za vztrajanje in borbo. Usposobljenost torej pomeni sposobnost za celostni pristop in celostno obravnavo bolnika - njegovih fizičnih in psihičnih znakov ter vpliva domačega okolja in gmotnega položaja nanje. Zajeti je treba vsa področja in jih združiti v eno, skupno zgodbo biokemičnih reakcij v bolnikovem telesu, ki se končno kažejo kot neka bolezen oziroma neka težava, zaradi katere je bolnik sploh prišel k zdravniku. Tako zdravila niso zgolj tablete, kapsule, injekcije, mazila ... Zdravilo je tudi zdravnikova beseda. Zdravilo je zdravnik sam in njegov pristop k bolniku. In tega bi se moral zavedati vsak, ki vstopa v zdravniški poklic.

Tako smo preko misli in besed odprli prva vrata našega neskončnega labirinta. Vendar lahko je govoriti in zgolj govorjenje naše civilizacije ni pripeljalo skozi labirint do točke, na kateri se nahaja danes. Najtežje je storiti – storiti, kar veš, da moraš. A zavoljo svojih (prihodnjih) bolnikov, zavoljo zdravniškega poklica in zavoljo dobrobiti človeštva si moramo od prvega dneva študija do svojega zadnjega bolnika prizadevati slediti tem smernicam – biti celoviti, biti natančni. Biti zdravniki telesa – biti zdravniki duše.

Literatura:

Slovar slovenskega knjižnega jezika. Inštitut za slovenski jezik Frana Ramovša ZRC SAZU.

http://bos.zrc-sazu.si/cgi/a03.exe?name=sskj_testa&expression=zdravnik&hs=1.

Heaton, K., 2011: *Body-conscious Shakespeare: sensorydisturbances in troubled characters. Medical Humanities*, 37 (2): 97-102.



Primož Podbregar se je rodil maja leta 1993 v Trbovljah. Tam je obiskoval in dokončal tudi osnovno šolo ter gimnazijo. Trenutno je študent prvega letnika splošne medicine na ljubljanski Medicinski fakulteti. Deset let je treniral plavanje, tekmoval je tako na državnih kot tudi na mednarodnih tekmovanjih. Danes pa mu šport pomeni predvsem sprostitve. V prostem času rad obiskuje nove kraje, prebere kakšen zanimiv znanstveni članek ali pogleda dober film. Pričujejoče besedilo z naslovom Zdravnikova beseda je zdravilo je nastalo kot esej pri predmetu zgodovina medicine.

Misija Planck je izostrila pogled na vesolje • Fizika

Misija Planck je izostrila pogled na vesolje

Janez Strnad

21. marca so objavili rezultate vesoljske misije Planck. O njih so poročale naravoslovne revije in splet. Natančneje so premerili vesoljsko mikrovalovno ozadje, prasevanje, in s tem dobili natančnejše podatke o razvoju vesolja v okviru standardnega modela.

Prasevanje sta po naključju Arno Penzias in Robert Wilson odkrila leta 1965, ko sta raziskovala motnje v sprejemu radijskih valov z umetnih satelitov. Astrofiziki so o takem sevanju razpravljali že skoraj dvajset let. Za odkritje sta leta 1978 dobila polovico Nobelove nagrade iz fizike. Prasevanje je najstarejše elektromagnetno valovanje v vesolju. Od 370 do 380 tisoč let po začetku širjenja vesolja, velikem poku, sta se sevanje

in snov razvijala tesno povezano. Tedaj se je temperatura znižala na okoli tri tisoč stopinj nad absolutno ničlo. Negativni elektroni in pozitivni ioni so se spojili v nevtralne atome in se pri trkih niso več razleteli. Vesoljska snov, ki dotlej ni prepuščala elektromagnetnega valovanja, je postala prozorna. Odtlej se sevanje in snov razvijata neodvisno.

Ob odkritju so domnevali, da gre za *sevanje črnega telesa*. Črno telo zadrži vse vpadno sevanje in od vseh teles pri dani temperaturi najmočnejše seva. Najprej se je zdelo, da prihaja sevanje enakomerno z vseh strani neba. Merjenje umetnega satelita *Raziskovalec vesoljskega ozadja (COBE)* je leta 1992 pokazalo, da gre za sevanje črnega telesa pri temperaturi 2,7 stopinj nad absolutno ničlo.