

Mindennapi megalkuvásaink

Mindennapi megalkuvásaink, mindennapi küzdelmeink – mint orvos gondoltam végig ezt a témát.

Az orvos munkája, vagy munkahelye, a kórház a mindennapi ember számára éppoly rejtélyes és titkos, mint a repülőté, a szálloda, az olajfűrótorony, a laktanya – természetesen sok ismert és szerencsére nem ismert regény színhelye. Valamilyen okból az emberi természet hajlamos az összeesküvés elméleteknek jobban hinni, mint a tényeknek. Az ok egyébként egyszerű: a tények megértéséhez, összefogásához odafigyelés és ész szükséges, a pletykák és intrikák világa az érzelmeink számára gyorsabban felfogható és értelmezhető. Életünk fontos döntéseit majd mindig érzelmi alapon hozzuk és valóban az emberek nem túlságosan szeretik törni a fejüket. Mindig a rossz hír érdekes. Úgyhogy egy orvos személyiségének megítélésében sokkal fontosabb, hogy a kórházban melyik nő a szeretője, mint hogy hány műhiba pert vesztett el.

Beszéljünk a személyiség kialakulásáról. 18 éves korában egy igyekvő fiatalember éppen nekilát terciér képzésének: éjszaka a parkban hosszú kabátban üldögél és üvegből issza az olcsó vörösbort, átvetett válltáskájából. Fura hajának tökéletesen rendetlen beállításával van elfoglalva és próbálja filozófiai fejtegetéssel elbűvölni az ifjú hölgyet, aki megpróbál érdeklődést tanúsítani, de közben azt mérlegeli, vajon higiénés szempontból a légyott itt kivihető-e vagy mégiscsak haza kéne vonszolni a pasit, mielőtt teljesen berúg és mindenre alkalmatlan lesz. E jelenet általában többszereplős, egyetemista társak fő foglalkozása ez, amit azután nappal a padban próbálnak kipihenni.

Az orvostanhallgató? Szeptemberben kap egy formalinszagú alkart, ami egy fehér színű, valaha embernek látszó 56-os hulla tartozéka volt és fél éven keresztül a táskájában fogkefe tartóban tárolt szikével és csipesszel, általában egy idő után kesztyű nélkül, próbálja a megfelelő izmokat, ér- és idegképleteket kibányászni, azonosítani és két év alatt bemagolni több ezer terminus technicust, amiből egy embert össze lehet rakni. Ez az anatómia. Hogy ne legyen unalmas, ez idő alatt általában hat hetente ír zárhelyit tantárgyanként 300 oldalból – míg fél éve meg volt sértve, ha történelemből két leckét adott fel egyszerre a tanár. A harmadik évben már friss hullát is lát a kórbonctanon és elkezdődik a klinikán fekvő betegek vegzálása, 12 orvostanhallgató kétóránként megkérdezi a 86 éves beteg nénit, hogy mikor menstruált először és van-e gyógyszerérzékenysége, míg neki egyébként szélütése volt és momentán a nevét sem tudja megmondani. A hatodik év végére már mindent tud elméletben, csak éppen egy kórházban a betegtologató is többet tud nála a gyakorlatban – úgyhogy kezdődhet a rezidencia, mindenki által elkövetett megalázások korszaka. Milyen ritka csoda, ha ezután valakiből empatikus, türelmes, érdeklődő, törődő, okos orvos lesz? Min múlik? Egyetlen tényezőn: talál-e ebben a rendszerben egy példaképet, akit követhet, akinek hihet.

Az Egyesült Államokban az orvosok között a depresszió aránya ugyanolyan, mint a lakosság átlagában (12-18 %! férfi-nő arány), de az öngyilkosság aránya a kétszerese, minden napra esik egy sikeres eset!

Azután jön az első szakvizsga, 5 év, majd a második minimum még két év, ekkor 31 éves, kezdő, beosztott, alantás. Egy informatikus ebben a korban a pályája csúcán már túl van.

Mire valamihez ért, még tíz év, addigra az, amit tanult már teljesen elavult. De már főnök, kezdhet bosszút állni a fiatalokon és próbálja fogcsikorgatva megtartani a helyét az állására pályázókkal szemben. A totális kiégéstől a pénzkeresés kötelessége tartja vissza, muszáj lépést tartani a tudománnyal, kitalálni, mitől nélkülözhetetlen és miért és sokat a tudása.

Összefoglalva: ha a jó embert úgy definiáljuk, hogy tisztességes, jóindulatú és megbízható (minimum feltétel!), akkor az orvos a képzése és karrierje ellenére lehet ilyen, nagy szerencsével!

Természetesen adódik a kérdés, hogyan őrizheti meg valaki a gyermeki humanizmusát. Azaz: miért érzem én úgy, hogy én nem ilyen lettem? Mi segít, segített ebben?

Először is: lehet, hogy ilyen lettem én is, de csak olyan emberekkel tartok kapcsolatot, akik ezt különböző okokból nem mondják a szemembe. Másodszor: hübrisz, önteltség, az önismeret hiánya.

De ha mégsem, mégis „nemes ember” lehettem? Nos, elsősorban a család, a neveltetés, a barátok – és a szerencse az, ami ettől talán megkímélt. Ezeknek köszönhetően alakul ki az emberben egy olyan igényesség, mely irányban tartotta. Szeretett és tisztelt példaképeknek megfelelni, jó értelemben megpróbálni felőni hozzájuk, nem hozni rájuk szégyent akkor sem, ha már nem élnek – életre szóló feladat – és nagyon „rewarding”. Ha csak kicsit is sikerül kimondani hangosan – úgy nehezebb hazudni magunknak – „Ő” most büszke lenne rám – az boldogság, jutalom.

Ugyanez vonatkozik a kikapcsolódás, feltöltődés, lelki támogatás tematikájára is. Nem más ez az orvos esetében, mint bármely más foglalkozás esetén – nem a stressz minősége, nagysága, mértéke, gyakorisága az, ami árt, hanem a megküzdés képességének hiánya. Nem a „halál csókja”, hanem az „élet sója” a stressz, a terhelés, a munka, a gondok. Hogyan lehetne enélkül élni? El lehet képzelni egyenes vonalú gondtalanságot? Mindig felívelő boldogságot? Ki kell találni az embernek saját magát, azt a képességet, hogy megfelelő távolságból lássa magát és a problémáit. Ez a kőfaragás. A dimenziókon múlik minden, hová helyezi magát az ember a világban.

Kell-e gyógyítani az ellenséget? Ugye milyen hülye kérdés? Abban a pillanatban, amikor egy ember segítségre szorul, kinek van joga ítélkezni? Szemben a lövészárokban még ellenség, ha haldokolva bezuhan az ellenséges katona, már ember, akit meg kell menteni. Ha nekem büszkén a fülemből ságja az öreg sváb daganatos betegem, hogy „doktor úr, Önben megbízom, Önnek meg merem mondani, hogy Volksbundista voltam” – vajon befolyásol-e engem ez abban, hogy miként gyógyítom? Nyilván lehetne még szélsőségesebb eseteket is kreálni, de a lényeg: az orvost úgy kell idomítani képzése során, mint a katonát, feltétel nélküli erkölcsi engedelmességre az esküje iránt. Nincs mérlegelési lehetősége, mindig legjobb tudása szerint kell eljárni. Nem gyógyíthatja jobban, szebben a barátját, mint az ellenségét. Ha ebben az emberek nem volnának biztosak, senki nem merne orvoshoz fordulni, hátha épp egy szerelmi riválisa, egy politikai ellenfele, egy üzleti versenytársa véleménye vezeti a sebész szikéjét.

Egy testvéremet a kibeszéletlen lelki sérülések testi betegségeket okozó hatása érdekli. Szaknyelven ezt pszichosomatikus betegségeknek hívják. És bár én személy szerint nem hiszek abban, hogy egy probléma megbeszélése egyben annak megoldását is jelenti, kétségtelen tény, hogy az elfojtás egy ismert pszichológiai fogalom. Magam ezt elkerülhetetlennek tekintem. Ugye ismeri mindenki Popper és Pilinszky idevonatkozó polémiáját: Utállak benneteket, »pszí«-vel kezdődő foglalkozásukat, mert nagyon nagy terheket raktok az emberekre. Azt hirdetitek, hogy minden emberi problémának van megoldása. A valóságban az élet dolgainak többsége nem megoldható. Ti úgy gondoljátok, hogy az életben problémák vannak és megoldásokra van szükség, én meg úgy gondolom, hogy az életben tragédiák vannak, és irgalomra van szükség.

Vagy mondhatom Goethe szavait az ifjú Werther szenvedéseiről: „az el nem sírt könnyektől összetörik az ember szíve”.

Szóval a test és lélek egysége megbonthatatlan összefüggésben van, nemcsak a depresszió okoz fizikai betegséget, hanem a fizikai betegség is depressziót – és így tovább – a végtelenségig.

Én csak a személyes tapasztalatomat tudom megosztani. A kimondott szavaknak súlya van. Súlya legyen és ne száma! Amíg a titkot megtartod, az a foglyod, ha elmondod, te leszel a titok

foglya. Az okos ember sok okos dolgot mond, a bölcs ember hallgat. Ennyit a pszichoszomatikus betegségekről.

Azt kérdezi egy drága testvérem: miért akarnak az emberek örökké élni? Bizony erre a kérdésre válaszolni nem tudok. Hiszen nem lehetne rettenetesebb, mint látni, hogy körülöttünk minden és mindenki elmúlik és csak mi vagyunk, semmi közünk a megváltozott világhoz. Hiába a fausti örök fiatalság, a hedonizmus nem válasz az elmúlásra. Ugyan én nem vagyok képes sem érzelmileg, sem értelemmel felfogni a túlvilágba vetett hitet, de nagyon megértem ezt az emberi védekezési technikát. Ha már egyszer kitaláltuk az Istent, legyen valami haszna is. Ha már a gonoszság ellen nem véd meg sem a kárhozat, sem az isteni büntetés ígérete, legalább a jóknak legyen miben bízniuk. „miért nő a fű, ha elszárad és miért szárad el, ha újra nő?” a művészettől várom a választ, nem a természettudósoktól.

Sok-sok dologról lehetne még beszélni, mégis két témát szeretnék felvetni, mely engem is nagyon foglalkoztat:

Az egyik az igazmondás vagy a „pia fraus” kérdése. (**pia fraus** ‘kegyes csalás’, nem rossz szándékú hazugság vagy áltatás, amelynek kímélet az indoka. Ovidius Átváltozások című művében ((IX.711) szerepel: egy anya olyan nevet ad újszülött leányának, amely egyben férfinév is (Iphisz), mert a gyermeket fiúként akarja felnevelni, az apa ugyanis mindenképpen fiút akart, és megparancsolta neki, hogy ha lányt szül, ölje meg) Én még úgy nőttem fel, hogy volt olyan zárójelentés, mely sp. rövidítéssel kezdődött, azaz spurius (ál, hamis – ismeretlen atyától és közkéjleánytól származó fattyú). Tehát ezen hamis diagnózis, terápia, vizsgálati eredmény vagy bármi más nem igaz dolog szerepelhetett, a beteg megtévesztésére (megnyugtatóására?), de a szakember/kezelőorvos tudta, hogy van egy igazi is, amelyet ő később megkap. Semmilyen kétsége nem volt akkor az orvosnak, hogy ez a helyes eljárás, ez volt az általános gyakorlat. Nem számít, ma miként vélekedünk erről, akkor ez volt a helyes és ez nem évszázadokkal, hanem 30 évvel ezelőtt volt.

Ma nem ez a gyakorlat. Biztos, hogy a szokások megváltozása a hasznunkra válik? Biztos, hogy a világ fejlődik? Halad valamilyen irányba? Ki dönti el, hogy ez jó irány-e?

Nekem az a tapasztalatom, hogy az őszinteség, az igazmondás és a kíméletlenség nem szinonimák. Nagyon nagy tapasztalat, intelligencia, türelem és empátia kell ahhoz, hogy egy élet-halál kérdésben emberek beszélgetni tudjanak egymással – különösen, ha ebben a diskurzusban az egyik a szenvedő fél, a másik csak magyaráz. Én azon az állásponton vagyok, hogy megpróbálom kitalálni, mennyi a beszélgetőtársam terhelhetősége és hagyom, hogy ő irányítsa a beszélgetés menetét. Próbálom követni a gondolatmenetét és mindig kicsit terelem abba az irányba, ami szerintem hasznára válik. Ahogyan azonban a humorérzék nem tanítható, úgy az empátia sem, mely nem elsősorban együttérzés (szánalom, együtt sírás, sajnálkozás), hanem beleélés a másik, talán általa sem ismert, kimondott gondolataiba. Óriási a tévedés lehetősége, de meg kell próbálni. Ha az orvos nem tolakodó, de felajánlja a segítségét, támogatását, elnyerheti a beteg bizalmát és ennél nagyobb jót nem adhat.

Még súlyosabban esik latba ez a kérdés az életvégi helyzeteknél. Hatványozottan nagyobb súlya van a szavaknak és a metakommunikációnak és az egyensúly még jobban megbillen a beteg kárára: most már valóban csak rosszra, tragédiára számíthat, tudja, de nem akarja hallani, de mégis, a bizonytalanság a legrosszabb, de tudja, hogy a jövőt nem látja senki. A remények és a csalódások között már hosszú ideje vergődik, elfogytak a tartalékai, a hozzátartozók is elfáradtak. Ilyenkor találni egy embert – és erre egy barát nem feltétlenül elég, mert egyrészt nem tud a millió kérdésre válaszolni, másrészt a szeretettől elhomályosul az ítélőképessége és elkezd összevissza beszélni – egy orvost, akitől nem a gyógyulást várja, de azt, hogy mondja

meg a várható események menetét – felbecsülhetetlen kincs – és mint ilyen, sajnos nagyon ritka. Hogy ebben az esetben mit szabad, kell, lehet tenni, mondani – igazán nem tanítható.

Van egy érdekes kérdés befejezésül. Milyennek látom a személyes jövőmet és az egészségügy jövőjét? Nos, erre lehetnének optimista és pesszimista válaszaim, már ami a jövőt illeti. Nagyon nehéz jósolni - azaz csak tévedni lehet, erre vonatkozó mondásokat és anekdotákat mindenki ismeri. A különböző jóslatokat illetően tehát csak annyit lehet józanul mondani, hogy a válaszokat pusztán a pillanatnyi érzelmi diszpozíció alapján hozza az ember. Egy sikeres nap után, optimista hangulatban teljesen más az elváras, elképzelés, mint egy kudarcos nap után, pesszimista hangulatban, depressziós világgéppel. Úgyhogy ilyen és olyan képet is tudok festeni, de magam számára ebben is a "carpe diem" elvét követem: tépd le, virága tiéd, holnapokat Leukone ne várj! Persze vezetőként, közalkalmazottként kell koncepcionálisan gondolkodni, de ez annyira csalódásokkal teli tevékenység, hogy inkább csak a látszatát keltem ennek, hogy munkatársaim biztonságban érezzék magukat.

Mit ad nekem, milyen felbecsülhetetlen segítséget a szabadkőművesség? Nagyszerű testvéreket, akiket enélkül nem ismertem volna meg – és az egyik testvérünk közvetítette az amerikai szabadkőművesek jelszavat, ami azóta is egyszerű összefoglalása számomra tevékenységünk céljának: jó emberekből meg jobbat faragni. To make good men better.