

Látogatóban

III. évfolyam - 2015/2. szám

onkológiai magazin



A Magyar Onkológusok Társasága, az Országos
Onkológiai Intézet együttműködésével és az
Astellas Pharma Kft. támogatásával

 **astellas** | ONCOLOGY

Módszer Amerikából

Jön a sentinel!

PhD

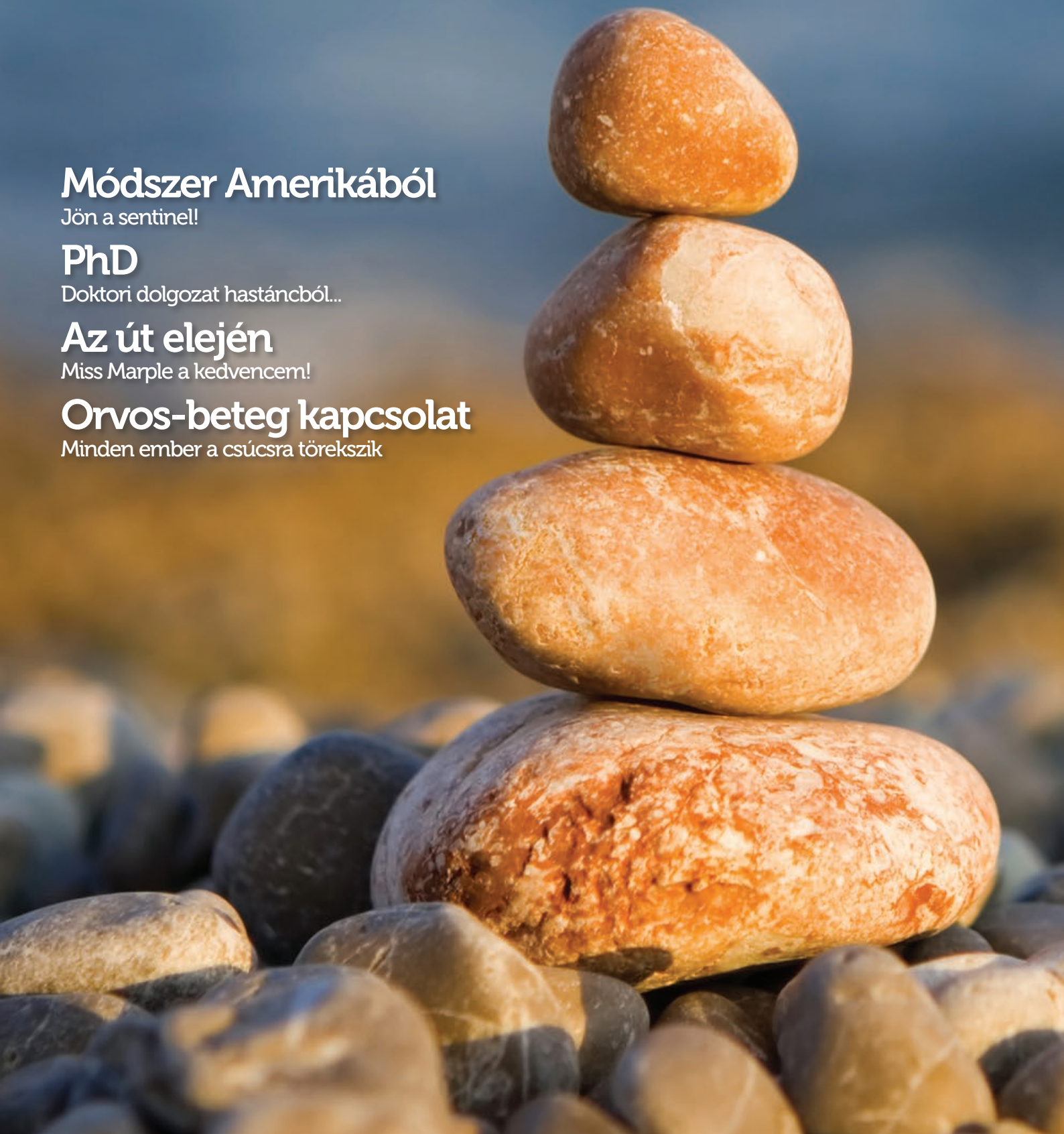
Doktori dolgozat hastáncból...

Az út elején

Miss Marple a kedvencem!

Orvos-beteg kapcsolat

Minden ember a csúcsra törekszik





Kedves Olvasó!

Filmajánló nincs a lapban, hát írok egyet. Mivel mostanában úgyis mindenki a Cannes-i nagydíjnak örül – elbűszkélkedhetünk azzal, hogy a világ legfontosabb filmfesztiválján tarolt az elsőfilmes Jeles Nemes László alkotása –, és úgyis betódul a moziba megnézni a Saul fiát, ráadásul minden létező fórumon filmkritikák és filmajánlók dömpingje fogadja az embert, előhúzó a cilindrből egy másik filmet. Egy olyat, amire nagyon berágott a diktátor.

Az interjú című film kiverte a biztosítékot Kim Dzsong Unnál Észak-Koreában. Nincs ebben semmi meglepő, hiszen a vígjáték arról szól, hogy egy népszerű amerikai műsorvezető és producere exkluzív interjút készíthet, fogadja őket a nép által istenként tisztelt Kim, nagy kegyesen megengedve, hogy feltegyék az emberei által előre megírt kérdéseket. És itt jön be a képbe a CIA trükkös tapasztalásával – amely a kézfogás után 12 órával hat, és persze halált okoz –, vagyis azzal az utasítással, hogy a csetlő-botló amerikai tévések iktassák ki a diktátort.

Lehet fanyalogni, megbotránkozni az altesti vicceken, a káromkodásokon, és az is tény, hogy ezt a filmet a South parkon szocializálódott Y generáció tagjai élvezik leginkább. Mégis érdemes megnézni Seth Roger és Evan Goldberg vígjátékát, a dagadt észak-koreai kisfiúról, a műnarancsral, műbanánnal és műzöldségekkel feltöltött ál élelmiszerboltról, a harckocsijával önfeláldozó, kosárlabdázó, az apja megbecsülésért hiába küszködő egyszerre szerethető és gyűlölhető Kimről.

Már a film hírének bejelentésekor lehetett tudni, hogy oltári nagy balhé lesz belőle. Az észak-koreai külügyminisztérium szóvivője közölte: „amennyiben az amerikai kormány nem akadályozza meg a film bemutatását, komoly és könyörtelen megtorlásra számíthat. Az észak-koreai nép és katonák körében irtózatot és haragot váltott ki, hogy a vakmerő amerikai provokatív örület egy gengszter filmest szabadított rá az észak-koreai vezetésre. A film forgalomba kerülését hadüzenetnek tekintik, és nem fogják tűrni.”

Amikor kiderült, hogy a filmet a Sony forgatja, a stúdió teljes adatbázisára és levelezőrendszere tartalmára is rátették a kezüket a hackerek. A Sony Pictures belső levelezését, forgatókönyveit, megjelentetésre váró filmjeit, valamint a cég dolgozóinak és filmsztárjainak személyes adatait is ellopták. A támadást egy magát „Guardians of Peace”, vagyis a béke őrzőinek nevező hackercsoport vállalta magára. Mivel a hackerek azzal fenyegetőztek, hogy erőszakos támadást hajtanak végre a mozik ellen, ha a stúdió bemutatja a „The Interview” című vígjátékot, Észak-Koreára gyanakodtak.

A nagy amerikai moziláncok vezetőinek rögtön inába szállt a bátorsága, megtagadták a film vetítését. Az interjú kis híján süllyesztőbe került, csak hogy Barack Obama elítélte döntésüket, így a kisebb mozik vetíteni kezdték a filmet, ma már az interneten is hozzáférhet bárki. Sőt! A filmet – több ezer példányt – léggömbökkel küldözgetik Dél-Koreából Észak-Koreába. A szállítmányok dollárhalmok mellett, olyan röpiratokat is tartalmaznak, amelyek bírálják Kim Dzsong Un kormányát, és tájékoztatnak arról, hogy Észak-Koreával szemben délen jólét van.

Filmajánló immáron a beköszöntőben, könyvajánló viszont az interjúk között olvasható a Látogatóban hetedik, egyben – az Astellas Pharma közreműködésével – utolsó számban. Az Álom és önismeret című könyv szerzője, Nógrádi Csilla klinikai szakpszichológus leír olyan technikákat is, melyekkel tudatosságot vihetünk álmunkba. Bemutatkozik az Astellas-díjas Debreczeni Béla Zoltán, aki szerint a plasztikai sebészet művészet, tudomány, lelki kapcsolat és varázslat egyszerre. Demeter Attila beharangozza az amerikai sentinel módszert, és az is kiderül, hogy a fiatal Wolf Krisztinának Agatha Christie idős hölgye, Miss Marple a kedvence. Szalai Márta bizonyítja, hogy hastáncból is lehet doktori dolgozatot írni, Landherr László pedig, hogy minden ember a csúcsra törekszik. Ő például annyira, hogy a Tanzánia és Kenya határán emelkedő Kilimandzsárót is megmászta. És megismerkedhetnek egy ízig-vérig orvosdinasztia tagjával, Bánhidyi Ferenc professzorral, az első magyar fej-nyaksebészeti osztály létrehozójával.

A többi történethez is jó szórakozást kíván:



Látogatóban

A Magyar Onkológusok Társasága, az Országos Onkológiai Intézet együttműködésével készült kulturális, társasági magazin az Astellas Pharma Kft. támogatásával.

Felelős szerkesztő:

B. Király Györgyi

Szerkesztőbizottság:

Dr. Kásler Miklós

Dr. Géczi Lajos

Dr. Gődény Mária

Dr. Mátrai Zoltán

Dr. Polgár Csaba

Munkatársak:

Boromissza Piroska, Bozsán Eta,

Bulla Bianka, Csák Elemér,

Gubcsi Anikó, Seregély István,

Vámos Éva és Várhegyi Andrea

Grafika, tördelőszerkesztő:

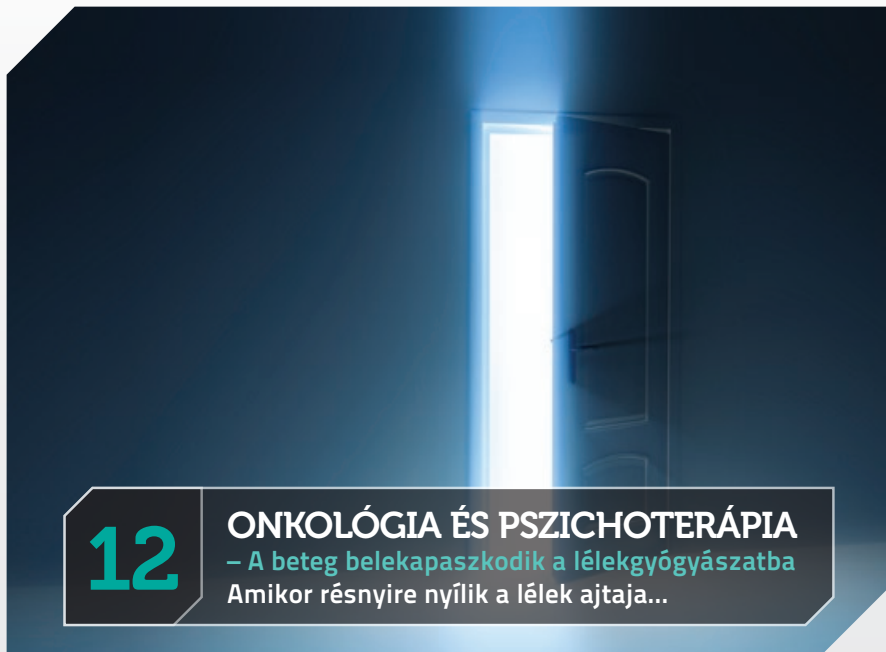
Tusor Ildikó

A lap orvosok és egészségügyi szakdolgozók számára készült, terjesztik az Astellas orvoslátogatói. Beszerezhető: a Magyar Onkológusok Társasága – 1122 Budapest, Ráth Gy. u. 7–9. – titkárságán

oncolap150531

Lezárás dátuma 2015. május 31.

B. Király Györgyi



12

ONKOLÓGIA ÉS PSZICHOTERÁPIA

– A beteg belekapaszkodik a lélekgyógyászatba
Amikor résnyire nyílik a lélek ajtaja...



20

PHD

– Várom a mindent megoldó tündért
Doktori dolgozat hastáncból



24

KÖNYVAJÁNLÓ

Álom és önismeret

TARTALOM

Köztünk élő legendák	04
Lassan belenőttem a tumorsebészetbe...	
Az út elején	06
Miss Marple a kedvencem!	
Zene	09
Aki a Mátyás templomban is brácsázik...	
Onkológia és pszichoterápia	12
Amikor résnyire nyílik a lélek ajtaja...	
Módszer Amerikából	14
Jön a sentinel!	
Szenvedély	16
A komolyzene imádó sport-lady	
Tradíciók	18
A drótkötélpálya helyett a zergeösvényt választottam...	
PhD	20
Doktori dolgozat hastáncból...	
Orvos-beteg kapcsolat	22
Minden ember a csúcsra törekszik	
Könyvajánló	24
Álom és önismeret	
Életmentés kontinenseken át	26
Julia és a mentőkutyák...	
Astellas-díj	30
Művészet, tudomány és varázslat	
Minden porcikámmal azon vagyok, hogy a daganatos betegek kigyógyuljanak...	



14

MÓDSZER AMERIKÁBÓL

Jön a sentinel!



26

ÉLETMENTÉS

– Pannon Kutya's Kutató-Mentők
Júlia és a mentőkutyák...

Lassan belenőttem a tumorsebészetbe...

Ha valakire ráillik az orvosdinasztia tagja kifejezés, akkor Bánhidy Ferencre egyértelműen. Orvos volt a dédapja, az édesapja, orvos a fia, s az lesz – nemsokára – egyik unokája is. Ritka helyzet az is, hogy valakinek első főnöke egyben a saját apja. A diploma megszerzése után az ifjabb Ferenc 1956-ban osztályvezető „ösnél” kezdett dolgozni szülővárosában, Baján. Nem volt könnyű dolga. Az első mandulaműtét után mindenki részvétét nyilvánította, mert soha nem hallották a főorvos urat úgy kiabálni, mint vele. Apja ugyanis nem tudta elképzelni, hogy a tonsillektomiát valaki nem úgy csinálja, mint ő a tízvalahány ezrediket. És talán azt sem, hogy fia hozza létre az első magyar fej-nyaksebészeti osztályt.

Újságírói szemszögből nézve Bánhidy professzor egyszerre nehéz és ideális interjúalany. Kérdésekkel ritkán sikerül megszakítani a mondatait, ugyanakkor rendkívül szabatosan és pontosan fogalmaz, tisztán tagolja a mondatait, s nem kevés iróniával olyan részleteket idéz fel 83 életéből, amelyeket fájo szívvel rövidít meg a riporter.

– Baja után Budapesten, a Rókus Kórház Orr-gége-bronchológia Osztályán gyakoroltam a gégeész szakmát. 1957 novemberében ott végeztük el intratrachealis narkózisban az első gége-eltávolítást. Ez jelentős esemény volt akkor, és én Réthy Aurél professzor mellett lassan belenőttem a tumor sebészetbe. 1974-ben pályázati úton elnyertem az Országos Onkológiai Intézet Fül-orr-gége osztályát, majd az első itthoni fej-nyak sebészeti tanszéket szerveztem meg, és lettem pályázat útján vezető professzora. A fej-nyaksebészet határterület a sebészet, a szájsebészet, a fül-orr-gégeszét és a plasztikai sebészet között. Apám Baján főleg fül-orr specialista volt, s gége tumorral nem foglalkozott, így aztán én sem lettem a kis Bánhidy. Ugyanakkor hadd hengegjek. Van két egyetemi tanárrá lett tanítványom: az egyik Kásler Miklós, az Országos Onkológiai Intézet főigazgatója, a másik Pifkó József, a szegedi egyetem szájsebész professzora. Azt már nem sorolom, hány osztályvezető főorvos és szakorvos került ki a kezem alól.

Azt olvastam Önről, hogy megteremtette a modern tumorsebészetet Magyarországon. Mit jelent ez konkrétan?



– Sikerült bevezetni a kriosebészetet, majd 1980 őszétől elsőként alkalmaztunk nagyenergiájú széndioxid lasert. Sokat kínlódtunk a magyarországi viszonyok, a pénztelenség miatt, de bevetettük a „szocialista ösztököttest”, s felhasználtuk azon befolyásos személyek segítségét, akiket az osztályon kezeltünk. Ez persze a többi beteg javát is szolgálta. Megjegyzem: amikor kiderült, hogy nekünk van lézerünk, sokan megkerestek, és nagyon nehéz volt megmagyarázni, hogy ez a technikai eszköz nem alkalmas minden daganat kezelésére. Szándékosan nem használom a gyógyítás szót.

Professzor úr hangsúlyozza a különbséget gyógyítás és kezelés között.

– Mi csak életet tudunk meghosszabbítani. Ha valaki megszületett,

az halálra van ítélve; csak nem mindegy, hogy mikor és hogyan hal meg. Az életről egy valaki tud csak dönten: a Jóisten.

Ön tehát hisz a teremtőben.

– Én vallásos nevelésben részesültem. Otthon is és az iskolában is. Ez olyan természetes volt, mint ahogy reggel fel kell kelni és fogat kell mosni. Van valami, ami irányítja a világot. Az orvos pedig arra esküdött fel, hogy képességei maximális bevetésével megpróbálja a beteget egészségessé tenni. Nem mindig sikerül. A daganat rettenetes betegség. Ha már nem tudok segíteni, akkor mérsékelnem kell a beteg szenvedését.

Mekkora lelki teher egy daganatsebész számára, hogy a műtőasztalon gyakorolta olyan ember fekszik, aki

bizonyosan halálra van ítélve? Vagy úgy kell ezt tekinteni, hogy az orvos minden operációból tanul, amit hasznosíthat a többi beteg érdekében?

– Az operáló orvosnak meg kell tanulnia nem-et mondani. Mert ahhoz, hogy hetekkel meghosszabbítsam valakinek a szenvedését, ahhoz ugyanúgy nincs jogom, mint ahhoz, hogy megrövidítsem az életét. Ismétlem: arra tettem az esküt, hogy ha más lehetőség nincs, legalább csökkentsem a beteg szenvedését. Az eutanáziát azonban elutasítom. Soha nem találkoztam olyannal, aki azt kérte, hogy doktor úr, öljön meg. Olyan volt, akinek orrán-szájában dőlt a vér, és azért könyörgött, hogy mentsem meg. Nem az a briliáns sebész, aki – bármelyik testrészről van szó – mindent operál. Az orvosnak időt kell találnia arra, hogy kapcsolatot teremtsen a betegével. Nem lelki, nem szellemi, hanem emberi kapcsolatot, s el kell tudnia magyarázni neki, hogy nincs értelme annak, ha leoperálták a fél fejét és mindenünnen csövek lógnak belőle. Az nem élet, ha még két hónapig létezik. Ez nagyon nehéz. Ám ha harminc év múlva a sebész találkozik egy olyan pácienssel, akinek például kivette a gégejét, és még mindig él, akkor az a válasz, hogy érdemes volt műteni. Senki nem jós, de azt tudni kell, hogy meddig mehetünk el. Mindenesetre nincs olyan, hogy ha az orvos daganattal foglalkozik, csak a rossz oldalát lássa. Van egy betegem, aki 36 éves volt, amikor részleges gége-eltávolítást végeztem nála. Most már hetven körül jár, de elhozta az unokáját, nézzem meg, nehogy valami baja legyen. Ezért érdemes dolgozni.

Professzor úr rengeteg díjat, kitüntetést, számtalan hazai és külföldi szakmai és társadalmi elismerést kapott, Kiváló Orvos, kandidátus, a Semmelweis Orvostudományi Egyetem professor emeritus-a. Mire a legbüszkébb?

– A fiamra. Ő a Semmelweis egyetem női klinikájának a professzora és igazgató-helyettese. Szülész-nőgyógyász, sebész szakvizsgálója, klinikai onkológiai szakvizsgálója van, és a modern endoszkópiás sebészettel foglalkozik.

Van olyan, amit másképpen csinálna?

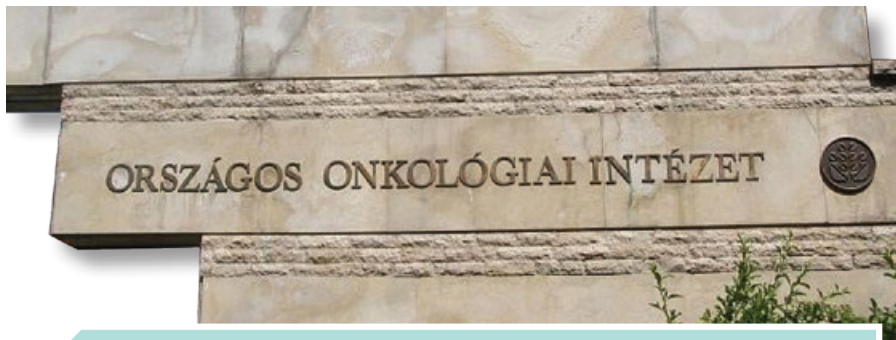
– Az ablakból, ahol laktunk, gyermekként irigykedve néztem a piros túzoltóautót. Amikor ezen túljutottam, kicsi koromtól kezdve orvos akartam lenni. Sikerült.

Elnézést az intimpistáskodásért, de meg kell kérdeznem: hogyan tartja magát ilyen jó fizikai és szellemi formában? Vagy jók a gének?

– Általam ismert családtagjaim közül ezt a kort senki sem érte meg. Anyám élt legtovább, ő 78 éves ko-

rában hunyt el. Művelt, jó humorú asszony volt. Egyszer azt mondta nekem: együtt fogunk menni a temetésemre, csak én a csomagtartóban leszek, te meg vezetsz. Ami a fizikai állapotot illeti, egyetemistaként még sportoltam, de amint elkezdtem dolgozni, már kirándulni sem mentünk. Sok éjszakám telt el ügyeletben, ami a fiamnál amúgy inkább indokolt, mert tudnivaló, hogy a nők szeretnek éjszaka szülni.

Csák Elemér



„1952 óta működik az Országos Onkológiai Intézetben az általános fül-orr-gége osztály, melynek vezetését 1974-ben Bánhidy Ferenc, a gégedaganatok sebészetében és a fej-nyak helyreállító plasztikai sebészetben világhírű Réthy Aurél tanítványa vette át. Korának modern szemléletű daganatsebészetét honosította meg az intézetben, és létrehozta az első magyar fej-nyak sebészeti osztályt.

Osztályunk az elsők között alkalmazta már a 70-es években diagnosztikus céllal az aspirációs cytológiát, továbbá a sebészet és a radioterápia kombinált, programozott módszerét a fej-nyaki daganatok kezelésében. Az országban először használtunk száloptikás vizsgálatot a fej-nyak területén. Számos új sebésztechnikai módszert vezettünk be. A 70-es években Pólus Károly honosította meg Magyarországon a krioterápiát bőr- és nyálkahártya daganatok kezelésére.

1980-ban, Steiner és Burian után Európában harmadikként telepítettünk osztályunkra széndioxid-lasert, az elsőt Magyarországon, amely a bőrdaganatok, és narkózisban végzett endoszkópos beavatkozásokkal kombinálva a szájüregi és gégedaganatok minimálisan invazív sebészi kezelését tette már akkor lehetővé. Ugyanebben az évben ezen az osztályon végzett az országban először Kásler Miklós érnyeles bőr-izomlebeny átültetést a mellkasról a fej-nyak területére csonkító műtétek utáni defektusok és a mandibula helyreállítása céljából. Az ő nevéhez fűződik a kiterjesztett rekonstrukciós műtétek, köztük ér-rekonstrukciók bevezetése is.”

Miss Marple a kedvencem!

A fiatal, mosolygós doktornő – az Országos Onkológiai Intézet rezidens orvosa – azon szerencsés pályakezdekők közé tartozik, akikben korán körvonalazódott, hogy melyik szakmát választják hivatásuknak. Precíz terv szerint halad kijelölt célja felé, pontosan tudja, mit vár el magától, de ami ennél is fontosabb: már most úgy érzi, hogy azzal foglalkozhat, amit igazán szeret. Miközben az intézet kertjében sétálgatva Wolf Krisztinával együtt örülünk a napsugárnak, szóba kerül a csapatszellem, a barátság, de még a minden útjába kerülő rejtélyt megoldó Miss Marple is...



A „civil” öltözék azt jelzi, hogy letelt a mai műszak?

– Két éve itt, a Rosta András főorvos úr vezette „A” Belgyógyászati és Hematológiai Osztályon vagyok státuszban, jelenleg azonban az egyetem által előírt gasztroenterológiai gyakorlatomat töltöm egy másik kórházban, ezért nincs rajtam most az orvosi köpeny. Még sok idő van hátra, mire letehetem a belgyógyászat szakvizsgát. Sorrendben azután következhet az onkológia, majd jöhet a végső cél, a hematológia szakvizsga is. De nem türelmetlenkedem, mert ez egy hosszú út, amelyen lépésről lépésre kell haladni, és szerencsére már most azt csinálhatom, amit igazán szeretek.

Mikor döntötte el, hogy orvos lesz?

– Gimnazista koromban elgondolkodtam azon, hogy valamivel el kell töltenem az életemet, mégpedig olyasmivel, aminek értelme van és hasznos. Motivációt jelentett, hogy nagymamám házi orvos volt, és láttam, mennyire szerette a munkáját. Hatalmas körzete volt, reggeltől estig járta a betegeket, egészen hetven-

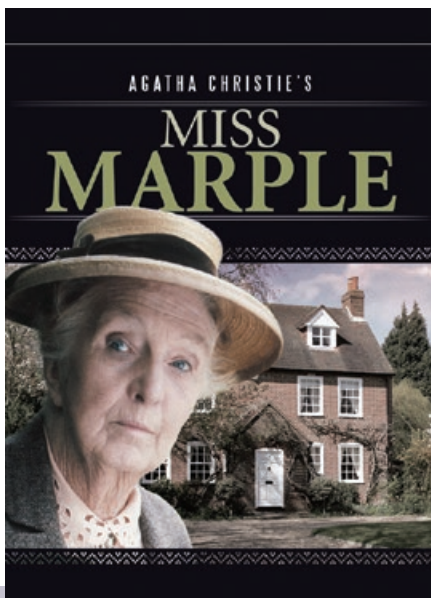
nyolc éves koráig. Karcagon állítólag úgy tanították a KRESZ-t, hogy a megállni tilos táblánál nem szabad parkolni senkinek, kivéve Fekete Emília doktornőt. Szüleim támogatták a pályaválasztásomat, kifejezetten örültek annak, hogy a Semmelweis Egyetemre jelentkeztem. A mi évfolyamunk tehetett először emelt szintű érettségit, így kellő számú pontom gyűlt össze, rögtön felvettek. Az első évet követő nyári ápolástan gyakorlatot a Kútvölgyi Kórház belgyógyászati, illetve hematológiai osztályán töltöttem, és már akkor megfordult a fejemben, hogy ilyen közegben én is tudnék dolgozni. Onnantól kezdve fokozott érdeklődéssel fordultam a hematológiai vonatkozású tárgyak felé. Harmadévből a tudományos diákköri munkát is ebből a témából végeztem, konkrétan a myeloma multiplexből, majd később a szakdolgozatomat a myelodysplasiás szindrómákból és azok szövődésményeiből írtam. Itt, az intézet Limfóma Centrumában pedig lehetőségem van e téren tovább mélyíteni az ismereteimet, hiszen hematológiai betegeket kezelünk, többnyire a nyirokrendszer

lassú lefolyású, rosszindulatú betegségeit. Már alkalmam nyílt előadást is tartani tavaly, a Magyar Hematológiai és Transzfúziológiai Társaság Limfóma Kongresszusán. Megtiszteltetést jelentett, egyben felemelő érzés volt, hogy az általam elmondottak felkeltették a szakmabeliek érdeklődését és kérdéseket intéztek hozzám.

Ezek szerint az osztályon szerzett tapasztalatai beváltották mindazt az elvárást, amit leendő munkahelye kapcsán megfogalmazott?

– Igen, teljes mértékben beigazolódtak az elképzeléseim. Szeretek itt dolgozni, úgy érzem, befogadtak. Mindenkinek – a főorvostól kezdve a szakorvosokon és rezidenseken át a nővérekig – megvan a maga helye a teamben, és mindenben számíthatunk egymás segítségére. Lényeges, hogy csapatban tudunk dolgozni, ami számomra igen megnyugtató. Korábban azt láttam, hogy a nagymamám házi orvosként teljesen magára volt utalva. Nekünk viszont mindenféle eszköz van a kezünkben, hogy ha elbizonytalanodunk, akkor

mélyebben utánajárhassunk a dolgoknak. Ez a munkastílus megfelel a habitusomnak: mindig van öt perc megfontolni, hogy mit tegyünk, és van kivel megbeszélni az adott problémát. Ez nagy biztonságot ad nekem, mert nem vagyok az a pörgős, gyorsan döntő típus. Egyébként észrevettem, hogy azóta nyugodtam le ennyire, mióta dolgozom. Úgy tűnik, az orvosi munka hatott a személyiségfejlődésemre is. Rájöttem, hogy le kell higgadni ahhoz, hogy az ember differenciálni tudjon a fontos és nem fontos dolgok között, és csak a lényegesekre koncentráljon. A párom, aki aneszteziológus és intenzív terápiás



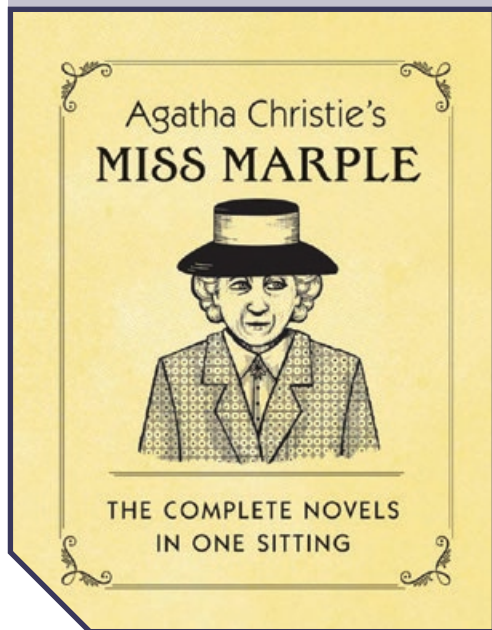
sonlóan gondolkodunk. Például mindketten nagyon szeretjük a filmeket, ez jelenti számunkra a sportoláson kívül a kikapcsolódást. István a drámákat kedveli, ha pedig rajtam múlik, krimi nézünk. A nyomozós történetek mindig is lekötöttek, gimnazista koromban kiolvastam Agatha Christie majdnem összes könyvét.

Kit kedvel jobban? Miss Marple-t, vagy Poirot nyomozót?

– Miss Marple a kedvencem, mert gyakran magamra ismerek benne. Ha valamelyik gyanúsított viselkedése egy régi ismerősére emlékezteti, párhuzamot von, és a visszaköszönő jellemvonás alapján következtet arra, hogy mi motiválhatta az illetőt. Szeretem benne, hogy ennyire szisztematikus, és az értesüléseit mindig okosan fel tudja használni a bűntény felgöngyöltése közben.

Az is bizonyos, hogy az idős hölgyet még a legvéresebb gyilkosság sem tudja kizökkenteni a nyugalmásból. Önt ki lehet hozni valamivel a sodrából?

Jane Marple, avagy Miss Marple Agatha Christie több regényének szereplője. A kitalált St. Mary Meadben él (a falu nevének jelentése: Szűzmáriarét). Christie anyai nagymamájáról mintázta, aki „szintén rózsaszínű és fehér öreg hölgy volt, s bár a legvédelemben viktoriánus életet élte, mindig úgy tűnt, hogy közeli ismerőse az emberi gonoszság mélységeinek. (...) Derűs kedélye ellenére mindig mindenről és mindenkiről a legrosszabbat feltételezte, és az általában – majdhogynem ijesztő pontossággal – be is bizonyosodott.”



szakorvosjelölt, éppen fordítva van „bekötve”. Képes gyors döntéseket hozni, és ha kell, azonnal cselekedni, amiért felnézek rá. Rám viszont a „lassú víz partot mos” munkaritmusa jellemzőbb, ilyen szempontból jól kiegészítjük egymást.

Azt mondják, az ellentétek vonzzák egymást...

– Igen, ez mindenképpen igaz ránk, de szerencsére sok mindenben ha-



– Várjunk csak... hadd gondolkodjak egy kicsit. Nemigen jut eszembe ilyesmi. Édesapám mindig azt mondta, hogy ami nem probléma, abból ne is csináljunk azt. Ezzel nagyon egyet tudok érteni. Ahogy az egyik kolléganőm gyakran ismételt mondásával is, miszerint „a problémák nem itt kezdődnek”. De közben már rájöttem, hogy mégiscsak van valami, amitől fel tud bennem menni a pumpa: az időnyomás. Ha sietve kell valamit megcsinálni, és úgy látom, nem leszek kész időre, s ezzel esetleg kárt okozhatok. Ezt igen nehezen viselem, és ilyenkor nagyon lecsökken a hatásfokom.

Szerintem ezzel sokan vagyunk így. Mit szokott ilyenkor tenni? Hogyan győzi le magában a pánikot?

– Sorrendet állítok fel, tervet készítek. Onnantól, hogy megvan térkép, és tudom pontosan, hogy mit kell tennem, sokkal könnyebbé válik az egész. Akkor már nem is olyan félelmetes az adott probléma, és a megoldás sem tűnik lehetetlennek.



Barátnőjével, Vajdics Tímeával

Mivel szokta levezetni a feszültséget?

– Hétvégéken korán reggel kimegyek futni a Margit-szigetre. Miközben rovom a kilométereket, nézem a Dunát, szól a fülemben a zene, és megszűnik számomra a külvilág. A zene kikapcsol, ahogy a páromat is.

Megfordulunk kortárs könnyűzenei koncerteken, sőt már operabérletünk is van. Nem a drámai hangvételű darabokat kedveljük, hanem a könnyedebbeket, mint amilyen a Diótörő, a Pillangókisasszony, vagy a Hattyúk tava. Amióta van szemüvegem, és látom a feliratot, kifejezetten élvezem az előadásokat. Az igazi nagy feltöltődést az utazás jelenti, sokat járjuk az országot, és évente egyszer külföldre is elmegyünk. Tavaly Ibizán nyaraltunk, a strandolás, hajózás és sok alvás teljesen kisimított minket.

Kettesben, vagy társaságban szoktak utazni?

– Többnyire kettesben, de ez nem jelenti azt, hogy nem élünk társasági életet. István összejár a barátaival, én is rendszeresen találkozom a legjobb barátnőimmal. Az egyik beteg, egy nyolcvanéves hölgy beszélt nekem arról, hogy mennyire fontos a barátság, még idős korban is. A mai napig együtt főznek, piacoznak – ahogy ő mondta – a „csajokkal”. Bámulatos az idősek élettapasztalata. Szeretem őket hallgatni, ők pedig szívesen mesélnek. Azt gondolom, hogy a betegekkel folytatott kötetlen beszélgetések igen hasznosak: segítik az orvossal való együttműködést, és csökkentik bennük a szorongást. Ha szakorvos leszek, a saját betegeimmel is sokat fogok beszélgetni...

Aki a Mátyás templomban is brácsázik...

A hazai modern tüdőgyógyászati onkológia egyik megalapítója, a Korányi Tüdőgyógyászati Intézet osztályvezető főorvosa, Ostoros Gyula életművéért megkapta a Korányi Frigyes Emlékérmét. Értéket teremt, de elég merész ahhoz, hogy humorizáljon rajta. Feltűnően jó kedélyű és könnyed, igazán üdítő a társaságában lenni. Nem hisz a „drámai kérdésekben”, de hisz a családjában, és hisz a hivatásában, valamint a zene, a képzőművészet, a költészet szimbiózisában, varázslatos erejében – mert műveli. Ifjonti kedvében pedig átússza a Balatont.

Miért éppen a brácsát választotta?

– Soha nem én irányítottam az életemet, hanem a körülmények. A zenében is így történt. Amikor gyermekként eszméltem, Budakeszin éltünk, és édesapám ott volt körzeti orvos. Ez még a „hőskor” volt, vagyis hihetetlen terhelésben dolgozott, szinte állandóan ügyelt. Ő már gyerekkora óta hegedült, és részese lehettem, amikor a helybeliekkel kamara-zenélgettek. Apám különleges ember volt, hatvan éves elmúlt, amikor megtanult autót vezetni, és hatvan volt, amikor áttért a brácsára, csupán azért, mert a brácsás mindig hiányzott, és gondolta, így a legjobb ezt megoldani. Gyűjtötte a hangszereket, nem értékük, hanem hangzásuk alapján, minden esetre volt két brácsánk is, ami közül az egyik az, amin azóta is játszom. No de én sem brácsával kezdtem ám, hanem családi hagyományként hegedűvel, és fel is vettek az orvosi egyetem zenekarába. Az apai sugallatra és belátva, hogy brácsásként nagyobb karrier várhat rám, mint nem kiemelkedő tehetségű hegedűsként, 23 évesen, katonaként kezdtem a brácsázást tanulni a Zeneiskolában, pici gyerekekkel. Öt év után egész jól ment, és Tardy László, aki Semmelweis Kamarazenekar karnagya is volt, felvett a Mátyás templom szimfonikus zenekarába, brácsásnak. Innen az ismeretségek, és a Semmelweis Vonósnégyes megalakulása is: Kelemen László háziorvos első hegedűs, Székely György gasztroenterológus

másodhegedűs, Asbót Richárd kardiológus csellós és jómagam.

Mikor volt az első nyilvános fellépésük?

– Már több mint harminc éve, Tolnán, jól emlékszem rá. Azóta is rendszeresen koncertezünk, amikor csak felkérnek rá. Külföldre is hívnak bennünket, játszottunk már például Rómában, Salzburgban, Berlinben. Minden évben zenélünk a fóti Műemléktemplomban, ami egészen különleges a fantasztikus akusztikája miatt, valamint az Óbudai Társaskörben és a Régi Zeneakadémián. Legutóbb Nagygyeházán muzsikáltunk a Zeneistállóban, április 4-én, a Feltámadás Nagyszombaton, és Húsvéthoz kötődően „Krisztus hét szava a kereszt-



fán” vonósnégyesének bevezető tételét játszottuk többek között.

Orvosként a vonósnégyes tagjai elfoglalt emberek. Mennyi időt szánnak a próbákra?

– Furcsa, de amikor fiatalabbak voltunk, jobban ráértünk, heti egyszer próbáltunk. Most ezt már nehéz lenne összehozni, ezért feladatorientáltan készülünk, amikor felkérnek bennünket.



Fóti katolikus templom, vendégművész: Nagy Enikő - brácsa



Van kedvence, amit legszívesebben játszik?

– Én csak művészi tevékenység közben tudok katarzist átélni. És van egy mű, Liszt Koronázási miséjének Glória tétele, aminek egy bizonyos pontján kódolva van a katarziszom. Amikor azt játszom, különös háttorzongatás kíséretében nagy pozitív érzés tölt el. Hasonlóan ehhez: az élet szerintem átmeneti rövid boldogság időnként megjelenő pillanata, ami nem is lenne értékes, ha e pillanatok között nem szomorúság vagy semlegesség lenne.

Más művészetnek is hódol?

– Most, hogy rákérdez, bevallom, igen. A rokonságomban minden-



ki hosszú életű volt, és valószínűleg bennem is megvan az öregség génje, vagyis a lehetőség egy szép kor megélésére. Viszont az egyetlen testvérem, nővérem hatvankét évesen meghalt, amikor én ötvenkilenc és fél voltam, vagyis közeledett az a fránya hatvan. Ezt a helyzetet nem tudtam kezelni, sokként ért, ami végül egy versben manifesztálódott, a „60 évesen” címűben. Egymás után újabb költemények születtek. A 60 éves születésnapomon nagy kerti ünnepségen játszott a vonósnégyesünk, és több versemet is elmondtam a zene közben. Hát emlékezetes nap volt, az bizonyos, amit tetézett az én meglepetésem: Vásáry Tamás zongorá-

zott nekem és a vendégeknek, igazán nagy hangulatot varázsolva.

Bizonyára ez is feledhetetlen marad. Mi volt a legemlékezetesebb zeneélménye?

– NDK, Kelet-Berlin. Zenekar-csere volt, vagyis ők jöttek hozzánk, mi mentünk hozzájuk, és Kistétényi Melinda is velünk tartott. A búcsú bulin, még régi szokás szerint ettük-ittuk, amit hoztunk, és igen jó hangulat kerekedett. Megkérték Melindát, játsszon valamit. Ő azt mondta, szívesen, improvizál egy kicsit. Néhány ütés után a zsvajból olyan csend lett, hogy szinte süttött, csak a zenét hallgattuk. Egyszer csak a könnyem folyni kezdett. „Milyen ciki, ilyen érzélgős lettem?” – gondoltam, de körbenéztem, és minden második embernek könnyáztatta volt az arca. Mikor Melinda fölállt, megdöbbenve nézte, mi

történt. „Neki köszönhetem” – mutatott az Ég felé, és elsietett. Ezt azóta sem tudom megmagyarázni, de hasonló hatással van rám Wagner Parsifaljának első felvonásának vége, amit az Operában megint végigsírtam.

A sportban is érez hasonlót?

– Nem. Rendszeresen sportoltam, amíg meg nem operálták a csípőmet, azóta a lehetőségeim megváltoztak: úszok és biciklizek. Minden évben átúszom a Balatont és az öblöt, azt hiszem megfelelésből és a jó érzésért: megcsináltam. És most már azt is hozzá gondolhatom: „hatvan felett is”, persze az eredményt tilos megnézni. Az álmom egyébként, hogy egy évadban átússzam, illetve egy



nap alatt körbebiciklizzem a magyar tengert.

Az életművét Korányi Frigyes Emlékéremmel díjazta a Magyar Tüdőgyógyász Társaság. Milyen legek voltak ezen a szakmai úton: legnagyobb ugrás, legnagyobb kihívás?

– A legnagyobb lehetőség egyértelműen az, amikor a Budai MÁV Kórházból átjöttem a Korányiba és itt Kovács Gáborral együtt sokat tehetünk a modern tüdőgyógyászati onkológiáért. A kihívás pedig az, hogy ha a tüdőrákos betegek élettartalmát, életminőségét sikerült javítanunk. A

nem várt jó terápiás eredmény kívánság és öröm egyben. És talán ezért is mondhatom, hogy soha nem tapasztaltam a kiégés jeleit. Gondoltam az orvosi szakterület és az empátia kérdésén és úgy vélem, a manuális orvosoknak, pl. sebészeknek kell a legkevésbé empatikusnak lenniük, a pszichológusoknak, pszichiátereknek pedig a leginkább. A tüdőgyógyász onkológusnak szükséges a nagyfokú empátia, bár a rendkívüli túlterheltség ennek kevéssé hagy teret. Amúgy a zene tudomásom és tapasztalatom szerint is fejleszti az empátia készséget, érdekes, hogy a vonósnégyesünk tagjai nem manuális orvosok.

Mik a tervei, így hatvanon felül?

– A nyugdíjra gondol? Még azért pár évem hátra van addig. A feleségem szerint mindenkit megőrjíték majd otthon. Majd teszek róla, hogy így legyen. Kertészkedni biztosan nem fogok. Izgat a zene, a költészet és a képzőművészet összhatása: már készültek grafikák a verseimhez, és például közben Mozart-ot játszának a háttérben, ezzel még vannak terveim. Három fiam van, és hamarosan megszületik első unokám, Ádám. Hívó vagyok. És legfontosabb számomra a család.



Amikor résnyire nyílik a lélek ajtaja...



Sugár- és kemoterápiás orvos, harmadik szakvizsgáját pszichoterápiából tette le. Ennél fogva kicsit másként látja a világot Herodek Gabriella, a győri Petz Aladár kórház onkológusa. Meggyőződése,

hogy minden onkológiai centrumban szükség van pszichológusra, olyan teamre, amely nem elégszik meg a gyógyszerekkel, hanem alkalmazza a betegvezetés pszichés formáit is.



Mit jelent ez a „másként látás”?

– A hagyományos orvoslás látja az emberi testet, az anatómiai részeket, illetve a gyógyszerek szövetekre való hatását, én viszont abszolút komplexitásában kezelem a testet; azt tapasztalom, hogy a szervezetben végbemenő folyamatok nagyon-nagyon befolyásolhatók a lélekkel. Vallom, hogy a holisztikus szemlélet test-gyógyszer-lélek hármasságát nem bontható meg. Számomra nagyon fontos, hogy valamennyire a dolgok mögé tudjak nézni, hogy egy kicsit feltárjam a lelki hátteret; ezért is képeztem magam ilyen irányban. Arról van szó, hogy valaki rendelkezhet ugyanolyan genetikai adottságokkal, érhetik ugyanolyan környezeti hatások, a többiektől eltérően ő mégis megkapja a daganatot – azért, mert pszichésen nagyon rosszul viseli önmagát és a világot, mert nem tud sok mindent feldolgozni. Azt mondjuk ilyenkor, hogy nincs meg valakinek a lelki egyensúlya.

Ez miben játszik nagyobb szerepet: a betegségek megelőzésében vagy a gyógyulásban?

– A megelőzés kétségtelenül nagyon fontos. Lehet, hogy két ember-

nek hasonló problémái vannak, de az egyiknek megvannak az eszközei, hogy kezelje azokat, a másiknak viszont nincsenek, s ezért kell segíteni neki. Nem véletlen, hogy az Egyesült Államokban szinten mindenkinek van pszichoterapeutája, sajnos, mi nagyon el vagyunk maradva ezen a téren. –

Azt tudakolom a doktornőtől, hogy az ő filozófiája és gyógyítási módszere hogyan illeszkedik a hagyományos, több száz éve kialakult kórházi rendbe. Gabriella néhány másodpercet kivár, aztán folytatja:

– Néha bizony sokat kell harcolni, de ez alapvetően nem a kollégák vagy a kórház miatt van. Mindenesetre most már rendszerint meg tudom találni azt a beteget, akinek nagyon nagy igénye van a lelki segítségre. Meg kell éreznie az orvosnak, hogy kopogtatnak és hívják, s ha legalább résnyire nyílik ez a képzeletbeli ajtó, a beteg belekapaszkodik a lélekgyógyászatba és kitárulkozik. Sokszor előfordul, főleg akkor, amikor valaki visszaesik, hogy a beteg elfogadja és igényli a pszichés támaszt, ami új életmóddal, teljes étrendváltással jár. Így könnyebben elviseli a helyzetét, még akkor is, ha a daganat már áttétes.

Vajon mennyire viseli meg ez a munka lelkileg magát a gyógyítót, ha sok esetben, tudja, hogy a beteget nem lehet megmenteni?

– Nagyon. Épp ezért a szakvizsga után, amikor még több időm volt, én is eljártam szupervízióra. Ezt azt jelenti, hogy volt (és van) Győrben egy olyan szakember csoport, amelyiknek a tagjai megvitatják egymás közt a lelkileg megerőltető eseteket, tanácsokat adnak, ha valamelyikük elakadt és nem tud továbblépni. E téren volt némi kimaradásom, de most megint ki tudok szorítani egy kis időt, s ha lehet, nem csak az infúziót adom be, hanem akár egy órát is elüldögélek és elbeszélgetek a pácienssel. Meggyőződéseim, hogy minden onkológiai centrumban nagy szükség van pszichológusra, olyan teamre, amely nem elégszik meg a gyógyszerekkel, hanem alkalmazza a betegvezetés más formáit is. A mi kórházunkban sajnos ez nehézségekbe ütközik az osztályok szétszórtsága miatt, ugyanakkor,



aki akarja, megtalálja a megoldást a segítségre. Nincs kimondva hivatalosan, hogy én integrált része vagyok az adott kórházi rendszernek, de megyek és csinálom. A fizetésemet úgy kapom, mint onkológus és osztályos orvos; amit ezen felül nyújtok, az énbőlöm jön. Mert úgy érzem, hozzá tartozik a munkámhoz.

Nem túl eredeti a következő kérdés, de talán indokolt: hogyan tartja egyensúlyban a lelkét a lélekgyógyász, aki onkológus is?

– Nekem a pszichoterapeuta szakképzés nagyon sokat segített. Három éven keresztül működött önismereti csoport, kéthetente tartottunk egy ilyen napot, s bizony nem egyszer végig sírtam a hazautat a vonaton, tudniillik a csoportfoglalkozások előhoztak az emberből rendkívül súlyos élményeket. Viszont fokozatosan

megtanultam jobban megérteni a családom működését, benne az én szerepemet, s rájöttem, hogy nem csak az a fontos, amit én addig annak hittem, egészen más értékrend alakult ki bennem. A lelki egyensúlyomhoz újabban jelentősen hozzájárul, hogy többet foglalkozom a testi kondíciómmal, s hetente egyszer-kétszer eljárak az új, csodálatos győri uszodába, no meg elkezdtem salsát táncolni.

Doktornő mit kérne, ha az aranyhacskó teljesítené egy kívánságát?

– Talán furcsa lesz: szeretnék egy következő életet kezdeni azzal a tudással, amellyel ma rendelkezem. Mert, hogy még rengeteget szeretnék tanulni. Sajnos, ilyen aranyhacskó csak a mesében van.

Jön a sentinel!



– Először akkor kaptam kétéves ösztöndíjat az Indianapolisi Egyetemen, amikor szakorvosjelölt voltam, másodjára pedig 2014 tavaszán tölthettem el egy hónapot New Yorkban, a világ legrégebbi rákkórházában, a Memorial Sloan Kettering Cancer Centerben (MSKCC). A New Yorkban eltöltött egy hónap alatt „testközelből” tanulmányozhattam a méhnyak- és méhtestrákok kezelésében alkalmazott „sentinel”-technikát.

Mi a lényege?

– Egy közel két évtizede alkalmazott módszerről van szó, amely a

2015-ben – ha minden a tervek szerint alakul – bevezetik az Országos Onkológiai Intézetben a méhdaganatok kezelésében az őrszem nyirokcsomók vizsgálatát. Demeter Attila bábáskodik felette, aki két alkalommal is járt tanulmányúton az Amerikai Egyesült Államokban, onnan hozta magával a sentinel módszert.

fenti daganatoknál már bizonyította létjogosultságát. 1996-ban írták le, gyakorlati megvalósítása a tengerentúli vezető rákcentrumokban 2003-ban kezdődött. Nem az összes környéki nyirokcsomót veszik ki, ami komoly megterhelést jelent a beteg számára, hanem csak az ún. őrszem vagy „sentinel” nyirokcsomót, ami megkerülhetetlen állomás a nyirokúton történő daganatterjedésben. Nem könnyű megállapítani, melyik az őrszem-nyirokcsomó, de a méhdaganatok esetén a módszert az MSKCC-ben 2003 óta alkalmazzák, és mostanra már „kiforrott”.

Hány betegen tudnak majd ezzel a módszerrel segíteni?

– Magyarországon évente kb. 2500 beteget érintenek a méh rosszindulatú daganatai, Intézetünkben kezel-

jük a betegek közel 10%-át, ha 2015-ben el tudjuk kezdeni a „sentinel” meghatározást, a betegek száma biztosan emelkedni fog.

Demeter Attila Indianapolisban a Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika Nőgyógyászati Onkológiai Részlegén és az Egyetem Kísérletes Onkológiai Laboratóriumában dolgozott és tanult. Nagyon fiatalon került a tengerentúlra, alaposan megismerte az amerikai mentalitást, és ez megváltoztatta az orvosi pályához való hozzáállását is.

– Közvetlenül végzés után voltam kinn, talán ezért elég mély nyomot hagyott bennem. A szemlélet egészen más volt, mint itthon, hiszen ekkor a 90-es évek közepén Magyarországon a nagy nőgyógyászati klinikákon a klinika igazgató professzora határozta meg, hogy ki, mikor és milyen műtétet végezhetett. Ezzel szemben a tengerentúlon a rezidensek kaptak egy nagyon kemény és intenzív képzést, ahol a műtéti számot tekintve négy év alatt jutottak el oda, ahová én egy nagy forgalmú magyarországi csúcsintézetben kb. 10 év alatt.

Nem voltak konfliktusai amikor hazajött?

– De. Elég nehéz volt az átállás. Az amerikai főnöknőm búcsúzaskor megkérdezte tőlem, mikor lesz lehetőségem Magyarországon a kint látott radikális műtéteteket végezni, akkor 28 évesen azt válaszoltam, hogy kb. 40 éves koromban. Nem sokat tévedtem.

Nem gondolt arra, hogy kint maradj?

– De, megfordult a fejemben, meg is csináltam a honosító vizsgákat.



SGO-kongresszus Los Angelesben, a híres Mulholland Drive, alatta Los Angeles

Aztán mégis úgy döntöttünk, hogy hazajövünk – akkor volt kéthónapos a fiam, és azt akartam, hogy itt nőjön fel. A feleségem is orvos, szintén az intézetben dolgozik a sugárterápiás osztályon, az ő gyökerei nagyon erősek voltak. Volt évfolyamtársaim közül többen kerültek a tengerentúlra, vannak közöttük szakmailag nagyon sikeresek, de én azt láttam, hogy aki a gyermekkorát nem a tengerentúlon töltötte, az nem tudott amerikaivá válni.

Demeter doktor 1992-ben végzett Debrecenben, és rögtön utána Budapesten kezdett dolgozni, a Semmelweis Egyetem I. számú Szülészeti és Nőgyógyászati Klinikáján, a Baross utcában. A klinika igazgatója akkor Papp Zoltán professzor volt, akit még Debrecenből ismert, nála TDK-zott. Szülészet-nőgyógyászati és klinikai onkológiai szakvizsgát is tett, aztán PhD fokozatot szerzett.

A klinika sokáig meghatározta az életét.

– Igen, egészen 2009-ig voltam ott, az ezredforduló tájékán az intézet volt Magyarországon a szülészet-



Hemingway nyomában, Havannában. Mojito kortyolgatása Hemingway egyik kedvenc koftélbárjában a Bodeguita del Medio bárban

nőgyógyászat zászlóshajója. Rengegeteg dolgoztunk, egymást érték a klinika által szervezett nemzetközi kongresszusok, elvárás volt rangos nemzetközi folyóiratokban való publikálás és a tudományos fokozat, ugyanakkor rendszeresek voltak a kongresszusokhoz kötődő olyan rendezvények is ahol együtt volt a kollektíva. 17 évet töltöttem el a kli-

nikán, szakorvosjelöltként kezdtem, végigjártam a ranglétrát. 2005-ben a tudományos fokozat megszerzését követően az onkológiai osztály vezetőjének neveztek ki. 2007-ben igazgatóváltás volt, az elmúlt 7 évben 26 nőgyógyász távozott a klinikáról, közöttük én is. 2009-ben korábbi professzorommal átmentem a Kútvölgyi Kórházba, majd miután átalakították magánklinikává, az Onkológiai Intézetbe kerültem.

A Kútvölgyi Kórház megszüntetésével választania kellett a sok örömmel járó szülészet-nőgyógyászat és a nyomasztónak tűnő onkológia között. Miért az utóbbi mellett döntött?

– Valójában nem választottam, hiszen heti három napot dolgozom az Onkológiai Intézetben, heti két nap a Szent Imre Kórházban vagyok, ahol szüléseket is vezetek. Különösen érdeklődöm a terhesség alatti daganatok diagnosztikája és kezelése iránt, ezért is fontos, hogy perinatológiai háttérrel rendelkező intézetben is dolgozhassak. Az Onkológiai Intézetben jól érzem magam, kitűnő a patológiai, radiológiai, sugárterápiás, sebészi és laboratóriumi háttér, a robottól eltekintve olyan műszerekkel operálunk, amit az MSKCC-ben láthattam. Az intézet és az osztály vezetése támogatja a tudományos munkát, a közelmúltban létrejött a kismencedei daganat-sebészeti team, ami lehetőséget ad határterületi daganatok esetén sebész-urologus-nőgyógyász közös műtéti együttműködésére.



New York, mahatteni utcakép

A komolyzene imádó sport-lady



Egy kicsit visszafutva az időben, számos európai országban és Amerikában is volt ösztöndíja. Mit szívtott magába akkoriban, amikor egy ilyen út még kivételes lehetőségnek számított?

– Nagyon sokat segített egy újfajta gondolkozásmód kialakításában. A Bécsi Orvostudományi Egyetem I. számú Belgyógyászati Klinikán belgyógyász rezidensként voltam. Egy évet töltöttem forgó rendszerben az osztályok között, és akkor érintett meg az onkológia. Amúgy intenzív aneszteziológusnak készültem talán mozgalmassága és kihívásai miatt, és ott akkor már olyan spinális és epidurális fájdalomcsillapítást végezték, ami persze azóta rutin, de abban az időben ámulatban ejtően új volt az onko-terápiában. Az akkori diáktársaim, akikkel olyanok voltunk, mint egy jó család, mára vezető onkológusok, s az a régi szép emlék azóta is összetart bennünket. Párizsban a Gustave Roussy Intézet onkológiai osztályán kutatásban vettem részt, a szarkóma specifikus területe így került az életembe. Az ottani szakmai tapasztalat, illetve a kialakult kapcsolatok is meghatározóak voltak, és hát ott kerültem be a viszonylag újonnan létrejött és fiatalokból álló Szarkóma Munkacsoportba, ami olyan volt és azóta is olyan, mint egy baráti társaság. Washingtonban a National Cancer Institutba epidemiológiai szűrés kurzuson vettem részt, és ezen felül is sok új dologgal találkoztam a megelőzéssel kapcsolatba. Amerikába jutni nagy szó volt és nagy élmény. Más a szemléletük, a világnézetük, máshogy dolgoznak: hatékonyan és sokat. A kutatás és gyógyítás összefonódik, az eredmények ezáltal hatványozódnak. Például a molekuláris biológiai

A professzor asszony, címzetes egyetemi tanár, osztályvezető főorvos a sielés, tágabban a sportolás szerelmese, no és a komolyzenéé. Egy nehéz szakma egyik legnehezebb területének specialistája, s bár a sors jó néhányszor csavarintott Pápai Zsuzsanna elképzeléseiben, a helyén érzi magát és boldog. Talán minden oka megvan rá, hogy az legyen, talán a jó természete teszi képessé rá. Mindenesetre jó mellette ülni és hallgatni őt.

kutatásokat már akkor, 15 évvel ezelőtt beillesztették a napi klinikai munkába. Szó, ami szó, láttam jól működő intézményeket és a szemléletüket kívánom megvalósítani: tempó és hatékonyság és más kontextusba helyezett orvos-beteg viszony. A környezet adott, de rajtunk múlik a szolgáltatás minősége, a jó kapcsolatok kialakítása. Hiszek a változtatásban, hiszem, hogy lehet „élni és élni hagyni”, hogy versengés helyett össze lehet fogni egy nagyobb jó érdekében.

25 év országos intézeti (osztályvezetői) múlttal, a Magyar Honvédség Egészségügyi Központja onkológiai osztályán nyilván van lehetősége megvalósítani az elképzeléseit.

– Sose gondoltam volna, hogy egyszer professzor vagy osztályvezető leszek, az élet véletlenszerűen hozta a lehetőséget. Elsősorban magammal vagyok maximalista, de nyilván ezért másoktól is sokat várok el – hiszem, hogy kitartó munkával nagyszerű dolgokat lehet megvalósítani. Osztályok és kutatások a klinikumban együtt; az itt dolgozó fiatalok részt vesznek az alapkutatásban és a tudományos életben – ez a titka szerintem a szemléletváltásnak. A multidiszciplináris munkacsoportunk egy baráti körré vált, ahol mindennapos, hogy az eseteket még munkaidőn túl is megbeszéljük – így fonódik össze szakma és lelkeség. Azt is fontosnak tartom, hogy az osztályunkon állandó pszichológus foglalkozik a bent fekvő és járó betegekkel. Számos nagyon újszerű klinikai vizsgálat is folyik a szarkómákban, ami a nehezen kezelhető betegeknek reménységet ad a gyógyulásra.

Lágyrész- és csonttumor. Se nem sikeres, se nem nőknek való terület első ránézésre.

– Valóban, eleinte én is nagyon nehéznek éreztem, már csak azért is, mert valóban nem sok sikerrel kecsegtetett. Ami átlendített, hogy fiatal voltam, a csonttumorosok pedig korombeliek. Segíteni rajtuk, ez vitt a tudományos munkához a csoportban, és végül ezen a szakterületen maradtam. Nagy és pozitív változások voltak az elmúlt 20 év során Magyarországon, valamint az európai és amerikai munkacsoportok is segítik a munkámat új és új kezelési lehetőségekkel. Ha szeretnék valamit megkonzultálni, csak írok egy mailt és 2 órán belül megkapom a választ a világ valamely pontjáról. A „kibővített onco-team” tagjai sokszor olyan műtéttel vagy kezeléssel is segítenek, ami-



re itthon nincs lehetőség. És szeretek tanítani, leginkább a speciális kollégiumokon orvos kollégákkal komplexen átadni azt a tudást, amit erről a területről szereztem. A legjobb a medikusokat tanítani a medicina szeretetére.

Hobbik terén néhány érdekességre akadtam Önről az interneten. A kedvenc könyve tényleg az *Alta:Tódal*?

– Talán inkább a lányomé, akinek barátnője a szerzőnő, aki a kislányának írta ezeket a mély gondolatiságú meséket és rajzolta a gyönyörű illusztrációkat. Ismerem a lányt és tetszik a könyv, de ami évekre meghatározó volt számomra: Richard Rohr „Emelkedő zuhanása” – az élet közepét elért ember számvetése a múlttól és elgondolásai a jövőt illetően, egy életfilozófia. Korábban pedig Khaled Hosseini Amerikában élő afganisztáni író (egyébként általános orvos) „Papírsárkányok”, valamint „És a hegyek visszhangozzák” c. könyvei voltak rám nagy hatással, melyek cselekményes, mégis inkább lélektani írások.

Érdeklődése: komolyzene. Ezt részletezné cseppet?

– Nagyon szeretek hangversenyekre járni, szerencsére közel van hozzám a MÜPA. De amikor hazaérek, akkor is zenét hallgatok, például tv-t se nézek soha, mert az a zenétől venné el az időmet. Hangulatomtól függően teszek be valamit az óriási cd gyűjteményemből: Beethoven-t, Mozart-ot, Chopin-t, aki a kedvencem. Régen zongoráztam, és pár éve újrakezdtém, először is a kottával való küzdelemmel, de most már egész jól megy, csupán jó lenne több időt játszani. Az operát is imádom, Verdi és Bizet műveit a leginkább. Már javultam egy kicsit, ami azt jelenti, hogy nem veszek meg mindent, de az biztos, hogy komolyzene nélkül nem tudnék megenni.

És valóban „sport-lady”?

– Hát, az biztos, hogy a síelés szinte szenvedélyem. Soha-soha nem tudom megenni, nem tudok eleget síelni, így amikor más örül a tél végének, az én örömben ürem is van: vége a síelésnek. A lányom azt mondja, ez számomra „flow”. Reggeltől estig, minden időjárásban síelek, annak ellenére, hogy mindkét térdem keresztszalagját operálták. Talán csak egy kissé lassabb és óvatosabb lettem. Rettenetesen szeretek kirándulni, valamint biciklivel túrázni (például Vác–Szob–Vác egy jó útvona-

lam). Ifjú koromban röplabdáztam, aztán még teniszeztam – a térdműtétemig. És Budafokon, ahol lakom van egy uszoda, ahol este lehet úszni, sokszor a már csilagos ég alatt, azt is nagyon szeretem. Lovaglok is heti kétszer egy tanyán, ahol van kutya is. Ezt azért említem, mert volt egy németjuhászunk, ami minden-hova velünk tartott, és mióta (szép kort betöltve) elpusztult, nagyon hiányzik. Nekem a sport ugyanolyan fontos, mint a zene és az olvasás – kikapcsolnak és feltöltődök tőlük. Csak persze sok a hobbi, az idő pedig kevés.

Mit tart fontosnak az életben?

– A családot, a családi összefogást. És azt gondolom, hogy ez előzi a szakmai karriert. Nagycsaládot szerettem volna, de Diana lányom egyke, és spirituális érdeklődésű pszichológusként már a saját útját járja. Persze áhítozok egy unokára – majd egyszer. „Nagycsaládom” egészem más-képp lett, mint ahogy elképzeltem: az orvosi pálya aján-dékozott meg olyan emberekkel, akiket méltán tarthatok hozzám tartozónak. Mindig is orvos szerettem volna lenni, és ez sikerült. Bár pszichiáternek indultam, és sose gondoltam, hogy onkológus leszek, megszerettem ezt a nehéz területet, hiszen minden új betegnél ott a remény, hogy meg fog gyógyulni. A betegekkel nagyon szeretek foglalkozni, így vagyok mégis pszichével is foglalkozó orvos. Boldog vagyok, mert azt csinálom, amit szeretek – a munkám a hobbim. Remélem, hogy a jövőben ez így működik majd tovább.

Gubcsi Anikó



A drótkötélpálya helyett a zergeösvényt választottam...



Kulcsár Tamás az Országos Onkológiai Intézet szülész-nőgyógyász onkológusa büszke lehet felmenőire. Nagypja szegény vidéki fiúként bérelt szobát Budapesten, hogy álma valóra váljon és orvos lehessen. Édesapja szintén orvos, aki azért választotta ezt a hivatást, mert gyomorrákban fiatalon veszítette el apját. A Rákosi-korszak – rövid katonai orvosi kitérője után – a papa szülész nőgyógyászként, majd körzeti orvosként 72 éves koráig folytatta a gyógyítás mesterségét. Ilyen gyökerekkel aligha lehetett más példa a fiatal Tamás előtt, mint az orvosi hivatás.

– Anyai nagypám az 1920-as években jó fejű, de szegény gyereként jelentkezett az akkori orvosi egyetemre. Unokatestvérel Kispesztén béreltek családnál egy kis szobát. Akiktől bérelték, azok is szegények voltak, a fűtetlen szobában gyakran a paplan alatt tanultak. Így végezte el az egyetemet és lett falusi körorvos. 1942-43 folyamán behívták katonának. Táborig kórházi orvosként a Don-kanyart is megjárta. Gyerekként többször hallottam tőle, hogyan csúsztak ki a hómezőn a gyűrűből az utolsó pillanatokban gyalogosan, a sebesültek szekereivel. Mire a front Hatvanba ért, a legtöbben, akik tehették, elmenekültek a városból. Orvosok csak ketten maradtak a környéken, nagypám és a felesége testvére. Egy házat rendeztek be tábori kórháznak, ahol a tífuszos betegekkel kezdve a különböző sérülteket ellátták. Ezért később a várostól kitüntetését kapott. Az ő két gyerekéből a lánya – az én mamám – hozzáment egy fiatal orvoshoz. Ő az apám, azért lett orvos, mert az édesapja fiatalon, gyomorrákban halt meg. Még gyerekfejjel határozta el, hogy orvos lesz. Tanítványokat vállalt, mert a nagymamám az özvegy nyugdíjából nem tudta volna taníttatni, így végezte el „summa cum laude” az orvosi egyetemet. A háború alatt az egész orvosi és mérnöki fakultást, hogy maradjanak szakemberek a háború után is, kivitték Németországba, ahol a szőnyegbombázásokat szerencsésen megúszták, és hazajöttek. Itthon a II. számú szülészeti klinikán dolgozott szülészorvosként. Az 50-es években a klinika olyan utasítást kapott, hogy adjon a hadseregnek három orvost. Ő is a „kiválasztottak” között volt, így akaratára ellenére hivatásos katonai orvosi beosztásba, Észak-Magyarországra került. Három évig nem is tudott „kiszállni” a hadseregből. Leszerelése után visszajött Pestre és a Rókus Kórházban folytatta a szülész-nőgyógyász tevékenységet. Amikor vidékre akarták áthelyezni, akkor nagypám tanácsára inkább körzeti orvos lett. A XIII. kerületben 72 éves koráig aktívan dolgozott.



– Először képzőművész szerettem volna lenni. Rajzoltam, festettem, kisplasztikáztam. A Képzőművészeti Gimnázium rajz kurzusára jártam. Ugyanakkor mindig nagyon érdekelt a természettudomány, ezért lettem biológia-kémia tagozatos. Szüleim sokszor hangoztatták, hogy festeni fiam mindig lesz lehetőséged, attól még lehetsz orvos. Egy idő után beláttam, hogy igazuk van.

Szülésként dolgozni, az új élet születésénél asszisztálni mindenképpen sikerélmény. Az onkológiáról nem merném ugyanezt kijelenteni.

– Ha időben felismerjük ezt a betegséget, akkor általában meg lehet gyógyítani, ez pedig egyértelmű sikerélmény. De, ha kései stádiumban van, vagy nem tudunk meggyógyítani, ott is lehet adni hónapokat, éveket. Az utóbbi években, évtizedben sok minden megváltozott a technika és a gyógyszeres kezelés terén is. Hatalmasat lépett előre a diagnosztika és olyan műtéti technikák birtokába kerültünk, amikkel sokszor azok a beavatkozások is elvégezhetők, amikre eddig nem, vagy csak nagyobb rizikóval volt lehetőség. Ilyen a lézer technika, vagy éppen a laparoszkópos eljárások.

Ezek szerint nem volt kérdéses, hogy milyen pályát válasszon?



A kórházi munka mellett magánpraxist is vezet.

– A magánrendelést 1984-ben kezdtem, az első szakvizsgám letétele után. Testvéremmel együtt visszük a praxist, aki szintén nőgyógyász. A lehetőség adott volt, hiszen apámnak volt egy rendelője a lakásukban. Nem akartuk, hogy kihasználatlan maradjon, inkább felfejlesztettük. Szélesíti a látókört. Persze családi indíttatása is volt a döntésünknek. Így sűrűbben találkozunk a szüleinkkel, a rendelés végeztével édesanyánk mindig vacsorával és jóízű beszélgetésekkel vár. Ilyenkor visszatérnek a gyermekkori emlékek.

Mi a különbség a kórházi és a magánrendelés között?

– A magánpraxis önálló. Az ember saját magára van bízva, nem lehet senkit megkérdezni. A kórház kicsit olyan, mint egy katonai intézmény. Hierarchia szintek vannak, sok embernek kell egymáshoz alkalmazkodnia és mindig kevés az idő. A magánrendelőben személyesebb a kapcsolat, de itt is elsősorban a bizalom dominál.

Mi lett a gyerekkori álmából? Ma is festeget még?

– Néha igen. Olykor „rohamszerűen” jön rám. Volt, mikor szabadságot vettem ki, hogy dolgozhassak és lementem vidékre egy festőtáborba. Tudom, hogy amatőr vagyok, mégis szeretem csinálni, megnyugtat. Alapvetően csak magamnak meg a családnak szánom a képeket. Egyéb-ként nagyon keveset alszom, és sok minden érdekel. Legjobban szeretem a természetjárást, ha tehetem, síelek, vitorlázom. A hétvégék nagy részét vidéki parasztházunkban töltjük a családdal, ahol kertészkedem, olvasok. Ez a kis ház csak ötven kilométerre van a fővárostól, így bármikor kiruccanhatunk. Sok a gyümölcsfa, a fenyőfák, és egy kis mini tavacska is csináltam. Ha este lefekszem a gerendás mennyezet alatt, úgy érzem, mintha mindig ott laktam volna.

És a vitorlázás?

– Gyerekkorunkban vett apám egy kis német Yolle-t, hamar megtanultuk az alapfogásokat és le is vizsgáztunk. A vízi jártassági megszerzése után már kimehettünk a vízre egyedül is, vagy barátokkal. A feltámadó szélben izgalmas kalandokat éltünk át. Ahogy idősödik az ember, mindig többre vágyik. A 90-es évek elején öcsémmel elhatároztuk, hogy építünk egy kajütös hajót túrázáshoz. Két év alatt el is készült. Ezzel a vitorlással elindultunk balatoni versenyeken is szép eredményekkel. Tizenhárom év után fájo szívvel adtuk el a megnövekedett költségek miatt, még ma is versenyeznek vele. Hamarosan kiderült, hogy nem bírom ki vitorlás nélkül. Két év kihagyás után vettem egy kis hajót, egy kalózt, mondván, a gyerekeknek jó lesz ezen tanulni vitorlázni. Így is lett. Azóta is rendezünk házi versenyeket a környék baráti hajósaival.

Volt a hegyekben is egy-két kalandja.

– 2200 méter magasságban történt Ausztriában. Egy nyár végi túra alkalmával, osztrák barátommal már elég magasan jártunk, amikor eleredt az eső. Hatalmas köd szállt le ránk. A közelben észrevettünk egy drótkötélpályát, ami felfelé a ködben eltűnt a semmiben. A drótkötél alján egy asztallapnyi teherszállító alkalmas volt felfüggesztve. Alojz barátom – hegyi vezető volt – úgy gondolta, hogy ezzel a szerkezettel felmehetnénk a csúcsra, ahol a menedékház található. Erre én fel nem ülök – mondtam – hiszen se korlátja, se kapaszkodója nincs. De ő ráült és pillanatok alatt eltűnt a szemem elől. Mint később kiderült, ez egy olyan drótkötélpálya volt, amin a sörös rekeszeket szállították fel a menedékházhoz. Én jobb híján két és fél órát másztam felfelé egy sziklafalba vágott zergeösvényen, miközben lassan besötétedett. Nehezen, de megtaláltam a menedékházat. Lojzi barátom addigra már jó hangulatban itta a söroket a sötétben a vendégekkel, megünnepeltek.

Lesz, aki tovább viszi a pályaválasztás hagyományát? Folytatódik az orvos dinasztia Kulcsáréknál?

– Három gyerekem van. 28 éves a lányom az első házasságomból, ő reklámszakember. Nagyon jó a kapcsolataink. A második feleségemtől pedig egy 21 éves lányom és egy 20 éves fiam van. Igyekeztem velük annyit időt tölteni amennyit csak tudtam, de sohasem lehet eleget. A kisebbik lányom szeretne orvos lenni, de három pont híján nem vették fel az orvosira. Most a Műszaki Egyetem Biomérnöki Karára jár. Azt tervezi, hogy újra megpróbálja az orvosit. A fiam jogot tanul és közgazdaságot Bécsben.

Seregély István



Doktori dolgozat hastáncból...

Szalai Márta 2001-ben végzett a Semmelweis Egyetem főiskolai karának diplomás ápoló szakán, 2003-ban a Pécsi Tudományegyetem főiskolai karán egyetemi okleveles ápoló lett, 2008-2014 között doktoranduszhallgató volt a pécsi egyetem egészségügyi doktori iskolájában, s 2014. december 9-én summa cum laude kapta meg PhD diplomáját. Doktori dolgozatának címe: Orientális tánc, mint holisztikus rehabilitációs módszer.

Mielőtt 18 éve az Országos Onkológia Intézetet választotta munkahelyéül, sokfelé dolgozott az egészségügyben, és annyi bizonyítványt, diplomát szerzett, hogy nehéz elképzelni, miként fér bele mindez egy csinos fiatal nő szakmai életrajzába. Pályája íve az immár véglegesnek tetsző onkológiáig a nagypapától indult ki.

„Nagypám a világháborúban szanitéc volt egy orvos mellett. Élményeiről rengeteget mesélt, s én csodálattal hallgattam őt, mint életmentőt, az emberek megsegítőjét. Így történt, hogy hatéves koromban egy álarcosbálon ápolónőnek öltöztem, s az a ruha rajtam maradt a mai napig. Már első éves voltam az egészségügyi szakközépiskolában, amikor a nagypapa tüdőrákban meghalt; egészen bizonyos, hogy ez az élmény is meghatározta a folytatást, s az onkológia beivódott az agyamba.

Alighanem ezért történt, hogy amikor daganatos emberek közé kerültem, nem riasztott el a tragikus látvány, hanem valami furcsa melegség öntött el, s megerősödött bennem az a tudat, hogy itt a helyem. Persze egy cukorbetegnek is kell vagy lehet segíteni, de az onkológia sokkal nagyobb kihívást jelentett a számomra. Tehát egy pillanatig sem gondolkoztam, s ugyanígy voltak ezzel azok a nővérek is, akikkel addig dolgoztam: az egész csapat követett ide az intézetbe.”



„Az ápolás mellett a legnagyobb szenvedélyem a pszichológia. Rengeteget beszélgettem a nálunk műtött nőkkel és azt tapasztaltam, hogy szinte szó szerint azonosak a panaszai; mintha könyvből olvasták volna. (Ezek a páciensek egy-két év után elméletileg már gyógyultak voltak s el lehetett végezni az emlőrekonstrukciót.) Elmondták, hogy amikor közölték velük a diagnózist, egy világ omlott össze bennük; gyötrelmesek voltak a kezeléseik, tönkrement az életminőségük, felborultak a baráti és társas kapcsolataik. Mindemellett sérültek voltak önértékelésükben, nőiségükben, csonkítottak érezték magukat...

Én akkor már jártam hastáncra (férjemmel fedeztünk fel egy ilyen éttermet), s arra gondoltam, hogy ha ezek a nők is beiratkoznának, ha felvennék azokat az izgalmas ruhákat, szépen kisminkelnék magukat, visszatérne az életkedvük és az önbecsülésük. Az egyetemen tanultam anatómiát, meg hát szereztem már tapasztalatot az emberi test kezelésében, de biztos, ami biztos, lettettem az orientális táncelőadói vizsgát, s végül utána olvastam annak is, hogy egy-egy ilyen emlékműtétnél milyen változások következnek be a pácienseknél. Az első csoport tíz főből állt, rövidesen lekerültek a melegítőik meg a garbók, felvették a kis topot, a csilingelő fátlyat, és néhány hónap múlva a résztvevők kivirultak, mint tavaszkezdetkor a hóvirág.”



Márta főnővérnek nemcsak hatalmas hivatástudata van, hanem rengeteg energiája is. Ha a kíváncsi, érdeklődő újságíró kutakodik egy kicsit az életrajzában, kiderül, hogy az ápolás mellett oktat, konferenciákat szervez, kórháztörténeti tevékenységet folytat, jótékonysági akciókat indít, társadalmi életet él és nem utolsó sorban vezeti az Országos Onkológiai Intézet fej-nyak sebészeti osztályának nővéreit. A kollektív munkából látszólag egyéni kirándulást jelentett egy rendkívül szokatlan ötlet: megszervezte a Százszorszép Hastánc Klubot az emlőrákos páciensek műtét utáni gondozása érdekében. Szokatlan, mondhatnánk „meredek” ötlet volt, a fogadtatása sem nevezhető egyértelműnek, de a klub minden előítéletre rációvalva épp tíz éve működik.

Sajátos ellentmondás, hogy Mártának az adja a sikerélményt, ha egy idő után a nőtársak kezdenek elmaradozni; ez ugyanis többnyire azt jelenti, hogy sikeres volt a rehabilitáció és visszamentek dolgozni.



Nem gyakran fordul elő, hogy ápolónők PhD disszertációt védenek meg és kisdoktori címet nyernek el, ráadásul a diplomájuk hastánccról szól, de Márta ezt is vállalta és sikerrel. Némi közelharc után az egyetem befogadta a témát. Úgy gondolta, hogy a gyakorlatban is be kell mutatni a módszert – annak ellenére, hogy két akadémikus volt a konzulense. „Épp azért a védés után az én aranyos kis klubtáncosaim felvonultak és hastánccbemutatót tartottak a tudós testületnek.”

Az elmúlt évtizedben elhangzottak sanda, becsmérő megjegyzések, kijelentések, de a doktornővér szerint most már hagyományos orvosok is ajánlják a pácienseknek a táncos lelki és testi utógondozást. Márta elégedett lehet eredményeivel, de azért megkérdezem: van-e olyan terve, vágya, aminek megvalósítását a mesebeli tündértől kérné? A válasz egy pillanatig sem várat magára.



„Szeretnék magamnak egy nagy épületet, ahol a gyógyíthatatlan betegeket ápolnánk halálukig. A másik feladat egy nappali rehabilitációs szolgáltatás rendszeresítése lenne azok számára, akik a gyógyulás folyamatában vannak. És itt nemcsak az emlődaganatosok meg a fej-nyák rákosok kezeléséről lenne szó: hol van a többi betegségcsoport, ki foglalkozik például a heredaganatos fiatal emberek lelkével és visszatérésével? Azokkal a betegekkel, akiknek nem a mozgás, hanem például a rajzterápia vagy a pszichoterápia segítene? Egy gyermekrák alapítványt akkor is támogatnak az adakozók, ha nem minden tiszta körülöttük, mert hát gyerekekről van szó. A felnőtt rákosokat ugyanakkor sokszor megbélyegzi a közvélemény: 'tüdő daganata van, mert sokat dohányzott; azért van hasnyálmirigy rákja, mert sokat ivott'. Tudatváltozásra van szükség. Nem fogadom el azt sem, amikor egy orvos azt mondja, hogy egy rákos betegnek már nincs szüksége rehabilitációra. Tény, hogy ez a betegség nagyon sok pénzt emészt fel. De ha magukra hagyjuk őket, akkor a csodaszereket áruló sarlatánok áldozataivá válnak. Ezért mindig hangoztatom az előadásokon, hogy ne higgyenek a szélhámosoknak. És várom a mindent megoldó tündért.”



Minden ember a csúcsra törekszik

Landherr László az Uzsoki utcai Kórház osztályvezető főorvosa tömören és egyértelműen fogalmazza meg ars poeticáját. Empátia nélkül nem lehet jó orvos valaki. Ma egyre inkább komputerekre, protokollokra, guide line-okra, a számítógép adataira támaszkodunk, ezért lazul az orvos beteg kapcsolat. Márpedig meg kell őrizni az orvoslás személyes jellegét, a betegnek éreznie kell, hogy megbízhat orvosában, elmondhatja neki legrejtettebb titkait is. Egy titkot most az orvos nagypapa is elárul olvasóinknak, imádja a hegycsúcsokat. Annyira, hogy a Tanzánia és Kenya határán emelkedő Kilimandzsárót is megmászta.

– Hat éves voltam, amikor a Péterfy Sándor utcai kórházban kivették a mandulámat. Annyira megtetszett a kórház éjszakai hangulata, hogy elhatároztam, orvos leszek. Szüleim nem örültek az ötletemnek – édesapám nyomdász volt – ők inkább az újságírás felé terelgettek volna. De én csökönyösen ragaszkodtam az orvosi pályához. A jó nevű óbudai Martos Flóra gimnáziumba már biológia-kémia tagozatra jelentkeztem, mert reméltem, hogy ez segíti az orvosira való bejutásomat. Gyerekgyógyász akartam lenni. 1979-ben, amikor végeztem, összesen két ilyen álláslehetőség volt Budapesten, tehát ez reménytelennek látszott. Vidékre nem akartam menni, hiszen minden a fővároshoz kötött. Egy ismerős orvosnő, Szekulesz Ágnes ötlete volt



Apa és fia

az Uzsoki Kórház. Ő úgy gondolta, hogy a szakvizsga megszerzése után, egy onkológiai gondozóba kerülhetek főorvosnak. Megpályáztam ezt az állást, sikerült. Itt szerettem meg a klinikai onkológiát és sugárterápiát, és persze a kollégákat. Ez egy nagyon jó légkörű, bensőséges barátságokkal teletűzdelt kórház, soha eszembe nem jutott, hogy elmenjek innen.

Meg lehet szeretni egy onkológiai részleget?

– Lelkileg nem könnyű daganatos betegekkel foglalkozni, mert rengeteg tragédiával találkozok az ember, ami nagyon megterhelő. Szerencsés

alkatnak tartom magam, bár néha nekem is vissza kell fojtanom a könnyeimet. De sikerélmény is bőven adódik, hiszen a daganatos betegek felét meg tudjuk gyógyítani! Akiket meg nem, hosszú éveket, vagy akár évtizedekig is viszonylag jó életminőségben tudjuk tartani, a modern terápiák és korszerű kezelési elvek, stratégiák segítségével.

A daganatos betegségek kezelésében elterjedt módszerek közül lehet-e bármelyiket előnyben részesíteni?

– Háromféle bizonyítottan hatásos daganatellenes terápia létezik. A műtét, a sugárkezelés és a gyógyszeres kezelés. A daganatok jelentős része műtétileg gyógyítható. Másik része sugárkezeléssel, illetve kemoterápiával kezelhető. Az utóbbi évtizedekben teljesen nyilvánvalóvá vált, hogy a legjobb eredményt ezek kombinációjával érhetjük el. A legnagyobb veszélyt mindig maga a daganat jelenti. A kezelés okozta mellékhatások többnyire átmenetiek, elmúlnak, vagy uralhatók. Ha viszont nem kezeljük a rákot, akkor nem uralható helyzetbe kerülünk. A sugárterápia ráépül a sugárbiológiára, a technikai tudományokra. Ma már olyan korszerű technikák vannak, amivel minimálisra tudjuk csökkenteni a környező szervek sugárterhelését.



Tehát tudatlanságnak, tájékozatlanságnak tartom, ha valaki a sugárterápiát károsnak és szükségtelennek tartja.

Mi a véleménye a természetgyógyászatról és az alternatív gyógymódokról?

– Ezeknek a közös jellemzője, hogy soha senki nem bizonyította be a hatásosságukat. Legendákra, reklámra, szóbeszédre alapuló módszerek, amikre sohasem irányulnak klinikai vizsgálatok és nem vizsgálták az élettani hatásukat sem. Sajnos sok olyan esettel találkoztam, amikor a betegek elutasították az evidenciákon alapuló orvoslás által kínált lehetőségeket, helyette természetgyógyászhoz fordultak, és amikor visszakerültek hozzám, már gyógyíthatatlanokká váltak. Ezért borzasztó nagy az alternatív medicina felelőssége.



A Kilimandzsáró meghódítása

Találkozott csodás gyógyulással?

– Évente 6500 orvos-beteg találkozó jön létre a rendelőmben. Azt mondhatom, hogy legalább 500 új beteggel találkozom évente. Olyan betegem volt, aki olyan rossz állapotban került hozzám, hogy 3 hetet sem adtam neki. Három év múlva benyitott az ajtómon, ugyanolyan rossz állapotban volt, de élt.

A hitnek van szerepe a gyógyulásban?

– Óriási szerepe van a hitnek és a küzdőképességnek is. Nap, mint nap tapasztalom, hogy azok a betegek, akik megpróbálnak pozitívan gondolkodni, küzdenek minden téren, valóban nagyobb arányban gyógyulnak. A küzdő típusok tovább élnek.

Sok bizottságban lehet találkozni az Ön nevével, több társadalmi és szakmai pozíciót tölt be.

– Az onkológiai közéletben, aki ennyi idős már: hasonló helyzetben van. Négy évig voltam a Magyar Onkológusok Társasága főtájkára. Tagja vagyok az Onkológiai és Sugárterápiás Szakmai Kollégiumnak. 1992-ben megalakítottuk a Magyar Szenológiai Társaságot, ami az emlőbetegségekkel foglalkozik, számos európai és tengerentúli országban működik. Évekkel később Nagykálnai Tamás főorvossal létrehoztuk Az Emlőrák Gyógyításáért Alapítványt, amelynek célja a korai felismerés fontosságának tudatosítása. Bár ezek sok feladatot és terhet rónak az emberre, de ha megbíznak bennem, akkor nem tudom a felkéréseket visszautasítani.

Biztosan vannak gyerekei. És unokái?

– Feleséggel még egyetemista korunkban ismerkedtünk össze. Két nagy gyerekünk van, egy lányunk és egy fiúnk. A lányom három tündéri unokával örvendeztetett meg. Imádom őket. Igazi kikapcsolódást jelent számomra, ha velük lehetek. A másik kedvenc időtöltésem a sport. F fiatal koromban. Kézilabdáztam, cselgáncsoztam, karatéztam, és túráztam. Vonzott a természet. Ez a mai napig sem múlt el. 15 évvel ezelőtt kipróbáltam klettersteig-nek, vagy via ferratának nevezett hegymászási technikát, amikor rögzített drótkötél, vagy lánc segítségével kell a sziklákat megmászni. Ez a módszer nem igényel olyan jellegű

alpin technikát, mint amikor egy függőleges sziklafalon lóg az ember egy kötélén, de fizikailag elég komoly igénybevételt jelent. Annyira megszerettem, hogy rendszeresen járok via ferratakra. Ezzel a módszerrel megmásztam már a Grossglocknert, a Mont-Blanc-t, a Kilimandzsárót is.

Mi vonzza a hegymászásban?

– Minden ember a csúcra törekszik egész élete során. Próbálunk egyre feljebb jutni, ez alapvető emberi tulajdonság. Nekem ezek a valódi hegycsúcsok. Rendkívül jó érzés, ha feljutok egy csúcra. Ilyenkor felszabadul az adrenalin, meg az olyan endorfinok, amik nagyfokú boldogsággal töltik el az embert. De szoktam teljesítménytűrákra is járni, mint például a Kinizsi 100-as. Ez a Pilisen és a Gerecsén keresztül vezető út, ami 100 kilométer hosszú és 24 óránál rövidebb idő alatt kell megtenni futva, vagy gyalog. Elég komoly fizikai próbatétel. Mióta rendszeresen járok futni, azóta egyre jobb fizikai állapotban vagyok. Holnap éppen félmaratont megyek futni. A kikapcsolódás mellett a sikerélmény is jóleső érzéssel tölti el az embert és egy ideig nyugton maradok. Persze rövid idő múlva újra felébred az emberben a vágy és az mindig újabb eredményekre sarkallja. Van egy nagy álmom, az Aconcagua. Ez a Chile és Argentína határán lévő hegy legmagasabb csúcsa, közel 7000 méter. Ennek a megmászása azért nagyon veszélyes, mert itt az időjárási viszontagságokat is ki kell bírni. Nagy az oxigénhiány, rendkívül száraz a levegő és éjszaka nagyon hideg van. Ez igazi kihívás.

Eddig melyik hegycsúcs volt a legnagyobb élmény?

– A Kilimandzsáró, azzal nagyon hosszú időre feltöltődtem.

Soha nem gondolt arra, hogy visszafordul?

– Grossglocknerre menet találtunk egy tündéri kis osztrák falut. A temető kertben van a hegymászók emlékfala, amire a Grossglockneren meghalt hegymászók neveit írják fel. Megdöbbsentem, hogy milyen sokan haltak meg itt. Egy pillanatra elgondolkoztam, hogy fel akarok-e én erre a táblára kerülni. De az embert hajtja a vére, nem riadtam vissza.



Álom és önismeret

„Az álom valóság, a valóság álom. Az álmodás és az ébrenlét világa is forrása lehet a megismerésnek, az önismeretnek.” Az „Álom és önismeret” című tavaly novemberben megjelent könyv szerzője: Nógrádi Csilla. Az energikus, sugárzó megjelenésű negyvenes asszony amúgy rendszeresen publikál egy női magazinban, korábban mesekönyveket írt, lovakkal gyógyított, integratív szemléletben alkalmaz pszichológiai módszereket és terápiákat az Országos Onkológiai Intézet klinikai szakpszichológusaként, új dolgokat tanul, hogy azt majd bevezethesse a munkájába. Végül, de nem utolsó sorban, fiatalon már két felnőtt gyermek édesanyja és boldog nagymama.

Nem te írtad az ajánlót a könyvedhez, az olvasók viszont bizonyára örülnének, ha te foglalnád össze, mi is az „Álom és önismeret” tartalma.

– Életünk egyharmadát alvással töltjük, s álmodunk, még ha nem is mindig emlékszünk azokra. Számomra fontosak az álmok. Mind a személyes tapasztalatom, mind a témával foglalkozó vizsgálatok eredményei azt mutatják, hogy az álmok alkalmasak a személyiségfejlesztésre. Előszedtem hát az elméleteket: az első kezdetleges orvosi vizsgálatoktól kezdve minden jelentős tudományos eredményt, sőt, az ősi spirituális megközelítéseket (vallások, sámánok, gyógyítók leírásait) is, hiszen az érdeklődés, hogy mi lakozik a lélekben olyan régi, mint maga az ember. Arra jutottam, hogy vallásokon, kultúrákon és a tudományon átívelően megtalálható a közös pont, vagyis a lényegi hasonlóság. Az elméleteket állásfoglalás nélkül mutatom be, s emellett leírok olyan

technikákat, melyekkel tudatosságot vihetünk az álmodásba. Nem álomfejtő könyv ez, hanem egy lehetőség bemutatása azok számára, akiknek fontos az önismeret, és általa a világ megismerése. A könyv előzménye egy pályázatra leadott tanulmányom volt, még 2006-ban, melyben az alvással, az álmodással kapcsolatos kutatásaim eredményeit és a vonatkozó szakirodalmat írtam le. 2013 decemberében megmutattam ezt a tudományos munkát az Ursus Libris kiadó vezetőjének, akinek nagyon megtetszett a téma, csupán annyit kért, írjam meg úgy, hogy egy önfejlesztő és önismereti könyv váljék belőle. Ráadásul Lebár József illusztrálta a mondandómat, szerintem zseniálisan.

Az integratív terápiában, melyet az Országos Onkológiai Intézetben alkalmazol, nem valami hasonló történik, mint a tudatos álmodás során?

– A hipnózis során a tudattalan tartalmakat, a lélek legrejtettebb zugait tárja fel a páciens, a terapeuta segítségével. A tudatos álom technikájával viszont, ami néhány heti gyakorlással elsajátítható, egyénileg is lehet felfedezéseket tenni belső világunkban. Ez esetben az ego cenzúrája csak annyit enged megismerni a tudatosság elől elzárt területekből, amennyit képesek vagyunk elviselni. Egyes pszichológiai iskolák szerint az álomalakok egytől egyig mi magunk vagyunk, és mint énrészeink, mind szimbolizálnak szá-



munkra valami lényegeset. Aki tudatossá válik álmában, az nem csupán megkaphatja kérdéseire a válaszokat, hanem új készségeket gyakorolhat, s felszabadíthatja, fejlesztheti kreativitását. Egyébként a közhiedelemmel ellentétben nem csak a REM fázisban (gyors szemmozgások periódusában) álmodunk, hanem vannak kép nélküli, fogalmi álmunk is. A legújabb tudatos álom vizsgálatokban pedig az álmodási szakaszban még akaratlan mozgásokat is elő tudtak idézni az alvók. Ezek nagyon jelentős eredmények. A keleti kultúrákban nem csupán az önismeret és a kreativitás növelésére használták és használják a tudatos álmodást. A tibeti álomjóga egyrészt világi célok elérésére: mint az egészségmegőrzés, jóslás, diagnosztika, gyógyítás, másrészt spirituális célokra: a karmikus terhektől való tisztulásra és az Egységben (tisztá





tudatosságban) való tartózkodásra is alkalmazza.

Van lehetőséged használni ezt a tudást munkád során?

– Az intézet vezetősége nyitott az innovációra, a legújabb pszichológiai módszerek alkalmazására az onkológiai betegek körében. Pár éve több frissen végzett kollégával gazdagodtunk, akik itt szerzik majd meg klinikai pszichológusi szakképesítésüket. Ez a csapatbővülés sok lehetőséget hozott. A betegek kezelésén túl az itt dolgozók számára a kiegészítő megelőzésére joga csoportfoglalkozást tartok. A Rákellenes Liga segítségével MBSR program is elérhető az intézet betegei számára, a rossz fizikai állapot okozta stressz csökkentésére. A 8 hetes tréning egy éber figyelmen alapuló meditációs technika, melynek kitartható gyakorlása nyomán igen jó eredményeket mértek Európában és az Egyesült Államokban lévő Mindfulness centrumok kutatói az emlé- és prosztratadaganatos betegek körében. Ennek a viselkedésterápiás változatát, az MBCT-t tanulom oxfordi vendég-tanároktól ezekben a hónapokban. A módszer lényege a jelen pillanatra fókuszálás, az érzékelés kiterjesztése az „itt és most”-ra – így gyengéden megváltoztatható a maladaptív viselkedés, a pesszimista látásmód, ezáltal a lélek sebei gyógyulnak. Fontosnak tartom, hogy a páciens a terápiás munkában partnerként kezeljük, hiszen ő a saját fájdalmának szakértője. A pszichológus feladata, hogy feltérképezze a problémát, és a megoldáshoz szükséges belső erőforrásokat. Mindenki ott rejlik ez a forrás.

Kulcsa a saját működésünk megfigyelésén keresztül történő megismerés, és az elfogadás – a hibáinkkal együtt.

Hogyan kerültél az intézetbe?

– A szél valahogy idesorodott, mert valójában korábban elképzelésem sem volt, milyen lehet a rákgyógyítás. Itt képződtem ki klinikai szakpszicho-



lógusnak, és bár láttam, hogy ez nem leányálom, de súlya van és értelme. Elhivatottsággá vált.

Régebben még lovakkal is foglalkoztál. Hogy is volt ez, és hogyan is lett a ló örök szerelem?

– Pici gyermekkorom óta csodáltam a lovakat. Tizennégy éves koromban, nyári diákmunka keretében lovászleánnyként gondoztam őket, a nagyok megtanítottak fennmaradni a lóháton. Később, amikor már megtehettem, két lovat vettem, és az egyi-

kükről, Duduról hamarosan kiderült, hogy kitűnő terápiás ló. A pusztja jelenlétével olyan autistákat gyógyított, akik emberekkel szinte egyáltalán nem kommunikáltak. Lassan megtanultam a lovak kommunikációját, a „lósuttogást”. Ez valóban nagy szerelem, állatbarát vagyok, s bár jelenleg nem vagyok gazdi, de alig várom, hogy újra legyen lovam és kutyám is.

Két évtizede jelentek meg Cifra Palota verses-mesés gyerekkönyveid. Csak nem a gyermekeidnek írtad őket?

– De igen, nekik. Fruzsinnak és Olivérnek írtam ezeket az interaktív könyveket, hogy ezzel tanítsam őket, saját kis világuk meséjébe szöve. Azóta már felnőttek, önállóak, okosak, nagyon büszke vagyok rájuk. Ezen a nyáron pedig Fruzsini lányom egy gyönyörű kisfiúval – Benivel ajándékozta meg a családjukat.

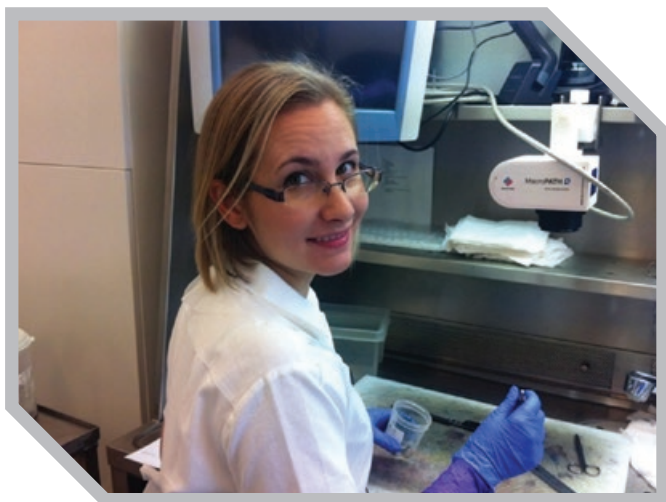
Tényleg boldognak tűnsz, mi a titkod?

– Jól érzem magam, a helyemen vagyok a világban. Vannak nehéz percek, sőt nehéz időszakok, de ennek elle-

nére kiegyensúlyozott vagyok, mert tudok dolgozni és szeretni, meglátom az életben a szépet. Amikor szükséges, átértékelem a dolgokat, s ha kell, változom. Egy ideje minden nap 40 percet meditálok. Embertársaink tiszteletét tartom a legfőbb értéknek, és annak megtanulását, hogyan lehet jól szeretni a másikat. A szeretet és elfogadás különböző lépcsőfokain, jó esetben éber tudatossággal rovom az utamat abba az irányba, ahol már Minden Egy.

Julia és a mentőkutyák...

Cristofari Julia – a Julia szándékosan rövid, hiszen Franciaországban anyakönyvezték – a Debreceni Egyetem Orvos- és Egészségtudományi Centrumának patológusa fiatal kora ellenére mozgalmas életúttal rendelkezik. Francia-magyar kettős állampolgár. Francia apukája és magyar anyukája válása után öt éves korában kerül Magyarországra. A pécsi egyetemi évek végeztével a Debreceni Egyetemen vállal patológusi munkát. Gyerekkori társa, kutyusa eltávozása után, ismerkedik meg a mentőkutyás, keresőkutyás önkéntes szervezetek munkájával. Kínában részt vesz eltűnt hegymászók felkutatásában, bekerül a földrengés sújtotta Szumátrára utazó magyar delegációba, ahol a kutyás keresés mellett orvosi segítségnyújtásban is részt vesz.



Mi volt előbb, a kutyák iránti szenvedély, vagy az orvosi pálya iránti vonzalom?

– Majdnem egyszerre indult. Gyerekkorom óta volt kutyusunk, olyan igazi házi kedvenc. Hozzá tartozott a mindenapjaimhoz. Az orvoslás is kölyökkorom óta volt az álomom. Szüleim mindketten közigazdászok, tehát úgy gondoltam, az biztos nem leszek. A felvételi kapcsán kicsit elbizonytalanodtam, mert az orvosok anyagi helyzetét már akkor sem tartottam stabilnak. Ezért inkább Pécsre a fogorvosira adtam be a jelentkezésem, de másfél év múlva az első technikai gyakorlaton rájöttem, mégsem ez az én utam. Gyorsan visszanyergeltem az orvosi pályára és ott is diplomáztam.

Hogy került Pécsre?

– Mikor hazaköltöztünk Budapestre anyukám egyedül nevelt. „Egyeként” nagyon szoros kapcsolat alakult ki közöttünk. Úgy gondoltam, így könnyebb lesz a leválás. Pécssett az intenzív osztályon TDK-áztam. Nagyon szerettem, gondoltam erre veszem az irányt. De egy patológia vizsgán a professzor úr lehordott. Ehhez nem voltam hozzászokva, nagyon meglepődtem. A következő félévben csak azért is rengeteget tanultam és a patológia versenyen is nagyon jó eredményt értem el. Ha az ember ráfekszik

egy tárgyra és nagyon belemélyed, akkor hamar meg tudja szeretni. Harmadévtől úgy gondoltam, hogy az első szakvizsgám a patológia lesz. Hatodévtől pedig jelentkeztem a II. sz. Patológiai Intézetbe. Itt végeztem el két évet a rezidensségből, aztán átkerültem az Országos Onkológiai Intézetbe a szakvizsgáig. A szakvizsga után pedig a Debreceni Egyetemen kezdtem el dolgozni.

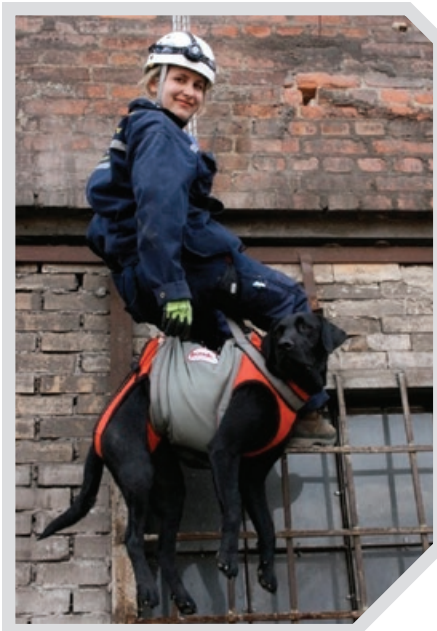
Miért pont Debrecenben?

– Volt egy szerelem, ami Debrecenhez kötött. A szerelem elmúlt, a patológia megmaradt. Az tetszett meg benne, hogy itt az egész folyamatot kell átlátni, az összes betegséget kell ismerni, és van benne egy kis nyomozás is. Sok professzor volt Pécssett a tanáraink között, akiket nagyon jó belgyógyászként, nephrológusként ismertem meg, mind patológusként kezdték. Gondoltam, jó alap lesz ez nekem is. A technikai része nagyon megterhelő lelkileg, sok szomorú eset van, ami kitörölhetetlen. De egy mondás járja a patológusok között: patológus nem lesz az ember, hanem marad. Sokan úgy indulnak, hogy majd letesznek egy másik szakvizsgát, aztán egyszer csak beleszeretnek ebbe a szakmába. Ma már keveset járok a boncterembe, elsősorban szövettani vizsgálatokat végzek. Élő betegek kezelésében veszek részt. Izgalmas, változatos munka, intellektuálisan is nagy kihívás. Persze hiányzik a betegekkel a személyes kapcsolat. Sokszor zavar, hogy csak mikroszkópot és különböző beteg szöveteket látok és elemzek. Tervezem, hogy

leteszem a citopatológiai szakvizsgát. Ez még két év. Itt egy vékony tűvel sejteket szívunk ki a betegekből, amit elemzünk, vizsgálunk. Ez nagyon izgalmas feladat. Szeretek az egyetemen dolgozni, szeretek diákokat oktatni. Most elsősorban emlőpatológiával foglalkozom, ez a területem itt az egyetemen.

A kutyás mentés mióta része az életének?

– Mire első éves lettem az egyetemen, gyerekkori kedvencem 16 évesen elhagyott minket. Elhatároztam, hogy mindenképp szerzek egy kutyust, mégpedig egy labradort. Abból is egy vörös színű szukát szerettem volna. Ez nem gyakori. Ismerősöm összehozott egy kutyákkal foglalkozó lánnyal, véletlenül volt neki egy éppen megfelelő négy hónapos kiskutyá-



ja. Így lett nekem a McKeres Crystal Fanta nevű labrador kölykőm. A lány a Tűzoltóság Mentőkutyás Szolgálatának volt a vezetője. Sokat kutyáztunk együtt, nagyon jó barátok lettünk. Fanta az új családtag nagyon aktív volt. Ha nem kötöttem le állandó foglalkozással, akkor „tombolva rombolt”. Sokat kellett vele lenni, de sok volt a sikerélmény is. Szépen fejlődött, okos kutya lett. Ennek a lánynak volt egy csapata a Pannon Kutyás Kutató-Mentő Csoport, ami egy civil szervezet. Kutyákat készít fel különböző helyeken, romok között eltűnt emberek felkutatására. Fantával mi is csatlakoztunk hozzájuk. Nagyon megszerettem az egész csapatot, meg a tevékenységét is. Gyakran tűnik el Mari néni, vagy Józsi bácsi, idős emberek, cukorbeteg, Alzheimeresek, vagy gyerekek. Sok keresésem vettem részt, hiszen az egyetem alatt még megengedheti az ember, hogy kicsit elkésik az előadásról, vagy kialvatlanul megy be, mert éjszaka mentőkutyás keresésem volt.

Ez a mentőcsapat teljesen önkéntes alapon dolgozik?

– Igen, ez egy önkéntes szervezet. Fizettünk tagdíjat, és szerencsére vannak támogatóink, biztosítanak ruhát, egyebeket. Ha elfogyott a pénz, akkor összedobtuk.

Mi a helyzet, amikor hegyi mentésben kell részt venni? Netán hivatásos hegymászó is?

– A gimnáziumi éveimben jártam alapfokú barlangász tanfolyamra. Ott tanultunk kötéltechnikát. Tehát a különböző kötéltechnikák, biztosító eszközök, sátorban alvás számomra nem voltak ismeretlenek. 2009-ben meglepett minket a Kínában eltűnt négy hegymászó családja, azzal a kéréssel, hogy tudnánk-e segíteni, felkutatni az eltűnteket. Fél év felkészülési időnk volt, mind a kutyákat, mind az embereket felkészíteni erre a speciális feladatra és az extrém körülményekre. 2010-ben indultunk és három hetet voltunk a terepen. A kutyás társam egy profi sziklamászó volt. Fel is jutottunk az érintett zónába, 4600 méterre. Én két kutyát vittem, Fantát és az új kutyámat, Gyurit. Fanta jelezte, hogy nem akar már erre a magasságra feljönni, ezért lent maradt 3900 méteren. Így társam Csülök nevű kutyájával és Gyurival kutattunk a hegyoldalon. Volt is jelzés a kutyák részéről, de nem lehetett a hegyoldalt megbontani. A rossz időjárási körülmények és a lavinaveszély miatt abba kellett hagynunk a kutatást. A kutyáknak is nagyon megterhelő volt ez a feladat. Véresre kopott a talpuk, a körmük. Másnap nem tudtak lábra állni.

Költséges út lehetett. Ki finanszírozta?



– Teljes egészében a családok. A földrengések, cunamik helyszínén való részvétel teljesen más. Ott sokszor van állami támogatás is, és a nagyobb karitatív szervezetek is bekapcsolódnak a finanszírozásba. Ilyen akcióban 2009-ben Szumátrán Padang városában vettünk részt egy komoly földrengés után. Akkor a Vöröskereszt támogatott és volt egy összekötőnk a magyar államtól is. Kutyás csapatot, egészségügyi személyzetet és műszaki mentőket is vittünk, összesen 17-en. Ketten is voltunk a csapatban, akik kutyás mentőkként és orvosokként is közreműködünk egy személyben. Több feladatunk is volt. Egyrészt megtalálni a földcsuszamlásban betemetett halottakat, másrészt egészségügyi segítséget nyújtani olyan falvakba, ahova nem jutottak még el az orvosi alakulatok. Itt sérüléseket és krónikus betegségeket is elláttunk.

Izgalmas lehet felkészíteni a kutyákat. Mit keresnek? Szagot, nyomokat?

– A kutyák nem speciális szagot keresnek. A mi kutyáink nem nyomkövető kutyák. Tehát nem egy ember szagát, hanem az ember szagát keresik. A kutya az orrával mindent érzékel. Ha egy romos területen van 5 ember, akkor a kutya érzékeli az 5 ember szagát. Ezeket beazonosítja. Van, amelyiket látja, van, amelyiket nem. Amelyiket nem látja, arra rááll az orrával, és azt megkeresi. Arra kell megtanítani, hogy a keresés után jelezzen is. Mi egy nemzetközi német mentőkutyás szervezet szabályai szerint készítjük fel a kutyáinkat, és azok szerint vizsgáztatjuk őket. Ez egy koreografált helyzet. Van ügyességi rész, fegyelmező rész és keresési rész, olyan, mint egy minőségbiztosítás. Egy kutya kiképzése általában három év, ennyi idő kell, hogy egy tapasztalt, terhelhető kutyát kapjunk.

Ennyi munka és önként vállalt feladat mellett, ismeri azt a fogalmat, hogy magánélet?

– Nagyon sokáig abszolút kitöltötte az életemet a munka és a keresés. A szakvizsgám óta már erre sincs annyi időm, mint volt. Fanta már nincs közöttünk, Gyurka kutyám is lassan kiöregszik. Volt egy nagyon jó alapanyagú kiskutyám, de sajnos elkapott egy komoly betegséget, ezért ő nem terhelhető. Most a szakma került előtérbe. Család még nincs. Jelölt van, majd meglátjuk, hogyan alakul. De ő sem nem kutyás, sem nem hegymászó.

Művészet, tudomány és varázslat...



Mit szolt a díjhoz?

– Nagyon meglepett, nem számítottam rá. Nagyon örültem neki, egyrészt azért, mert úgy érzem, egyre inkább elismerik a helyreállító plasztikai sebészet szerepét. A másik ok személyes: ez alkalom volt számomra arra, hogy egy percre megálljak és visszatekintsek. Nálam ez ritkán fordul elő, én inkább mindig előre nézek.

Pedig most is jó lenne kicsit visszaneézni... Meséljen, hogyan kezdődött az orvosi pályafutása?

– A keresztszüleim ösztönöztek, hogy orvos legyek. Nagynéném ké-

Kedves, emberséges, precíz, tökéletességre törekszik, kötelességtudó, elhivatott, aranykezű – ezeket a jelzőket használták Debreczeni Béla Zoltán betegei, akik javasolták őt az Astellas-díjra. A közönség szavazatai alapján a Honvéd Kórház főorvosa lett az Év orvosa pályázat nyertese. Élete a plasztikai sebészet, a mai napig Budapest és Siófok között ingázik.

szített fel az orvosira, nagybátyám sebész volt, így már egészen korán tudtam, mit jelent, ha valakit bármikor behívhatnak, és nekem ez tetszett. Péccsett végeztem az orvosi egyetemen, ahol a sebészetet választottam. Sokat köszönhetek Róth Erzsébet professzorasszonynak, aki harmadéves koromban először adott szikét a kezembe, és ezzel megerősítette a családi impulzust. Siófoki vagyok, ott születtem, ott jártam gimnáziumba, az egyetem befejezése után ott dolgoztam Farkas Sándor tanár úr osztályán a sebész szakvizsga megszerzéséig. Ezután jött egy több hónapos ausztriai kitérő, ahol a salzburgi onkológiai emlőcentrumban tanulmányoztam a korszerű emlőmegegyező sebészet alapjait.

Ez új dolog volt akkoriban?

– Meglehetősen. A kilencvenes években már nem kellett az egész emlőt eltávolítani, és csak az érintett hónaljmirigy-csomókat vettük

ki. Ami maradt, abból már lehetett esztétikus mellformát kialakítani, még szebbet is, mint amilyen egykor volt. Ez nem pusztán esztétikai szempontból fontos, hanem azért is, mert a melldaganat egy nő számára nem pusztán betegséget jelent, hanem nőiessége elvesztését is. Az onkológusnak és a sebésznek is oda kell figyelnie arra, hogy az utóbbi helyreállításában, a lelkiekben is segítsen.

Empatikusnak tűnik. Mi az Ön szakmai ars poeticája?

– Szerintem a plasztikai sebészet művészet, tudomány, lelki kapcsolat és varázslat. Mindent, ami ehhez bennem megvan, a szüleimnek köszönhetek.

Kicsit elkalandoztunk, hiszen még csak az osztrák tanulmányútnál járunk...

– A plasztikai sebészetet a Központi Honvédkórházban sajátítottam el Donáth Antal osztályán. A Honvéd Kórházban nagyon nagy szakmai igényességgel talákoztam, és olyan technikákat tanultam, amelyek egész életemre megváltoztatták a sebészi munkámat. Akkoriban heti négy napot dolgoztam Budapesten, egy napot pedig Siófokon, és ott ügyeltem hétvégénként is. A plasztikai sebész szakvizsga után az új osztályvezető Tamás Róbert állást kínált nekem a kórházban, melyet elfogadtam. Hűtlen lettem a városomhoz, mert elmentem Budapestre dolgozni, azaz mégsem, mert szakmai kötelekben visszatértem. Ezt a kétlakiságot ma is megőriztem, dolgozom a Honvédkórházban és alkalmanként a Siófoki Kórházban is. Magánbetegeim részére nemcsak a DrD Plasztikai Stúdióban állok rendel-





kezésre Budapesten, hanem Siófokon is van magánrendelésem...

Úgy tűnik, nem sokat vett vissza a munkatempójából...

– Nekem a munkám a hobbim.

Világos, de az embernek néha pihennie is kell. Nem fél, hogy előbb-utóbb az egészsége látja kárát ennek a hajásnak?

– Lassan átadom a részfeladatokat a fiataloknak. Másrészt van két olyan hobbim, amik teljesen feltöltenek. A Balaton mellett nőttem fel, hatéves koromban már vitorláztam, és ez a szenvedélyem máig megmaradt. A másik is a vízhez kötődik: bűvárokodom. Tizenöt éve kezdtem, és azóta megszereztem az amatőrök számára elérhető legmagasabb képesítést, bűvároktató lettem.

Hol bűvárokkodik?

– Az Adrián és a Vörös-tengeren. Sajnos egy évben csak néhány hétre utazhatom el, ennél hosszabb időre nem lehet magukra hagyni a beteget.

A tudományos munkára van ideje?

– Igen, idén tervezem megvédeni a PhD dolgozatomat, amit az érfalak keringési élettanának aktuális kérdéseiről írtam. Egyelőre az opponensi kérdések megválaszolására készülök. De van még egy elfoglaltságom: igazságügyi szakértő is vagyok a plasztikai sebészet területén.

Mit mondana a szakmájáról, ha ilyen sajátos szemszögből is látja?

– Pozitív fejleménynek tartom, hogy nem nőtt a peres esetek száma. Ez azt jelenti, hogy az orvosok és a betegek kompromisszum készek. Nincs annál rosszabb, mint amikor a



bíróságnak kell eldöntenie egy ügyet, ott szinte mindenki sérül. A mediátoroknak nagyon fontos szerepük van.

Van olyan feleség a világon, aki el tudja viselni, hogy a férje ilyen sokat dolgozik?

– Igen, nagy szerencsém van a feleségemmel. Egy bőrgyógyászati és plasztikai termékeket forgalmazó cégnél dolgozik, jól kiegészítjük egymást. Az egyetemi végzés óta hű társsam, követ mindenhol. Több gyerek keresztapja vagyok, akik behozták az életembe a fiatalos vidámságot is.

Szerencsére a szüleim is egészségesek.

Mit tart élete legnagyobb sikerének?

– Remélem, az még előttem van.

Kedvenc könyve?

– Coelhótól Az alkimista. Én is azt gondolom, hogy észre kell vennünk magunk körül a lehetőségeket, és merni kell változtatni.

Van példaképe?

– Nincs. Schwarzeneggerből már kinőttünk: egy idő után nem vonzza az embert, hogy testépítés és hogy az akciófilmek után mondjuk kormányzó legyen. A tehetséget tartom fontosnak, és azt, hogy mindenki kihozza magából a maximumot.

Melyik viselkedést tudja a legkevésbé elviselni?

– Azt, ha cserbenhagynak, ha egyedül maradok a „lövészárokban”. Ha

valakivel együtt dolgozom, abban bíznom kell. Az a legrosszabb, ha a bizalom elvész.

Játsszunk egy kicsit, válaszoljon egy-két „mi lett volna, ha...” kérdésre! Ha nem plasztikai sebész lett volna, akkor milyen hivatást választott volna?

– Valamilyen két kézzel végezhető alkotó tevékenységet végeznék.

Ha nem Magyarországon, akkor hol élne?

– Biztosan valahol a tenger mellett.

Vámos Éva

Minden porcikámmal azon vagyok, hogy a daganatos betegek kigyógyuljanak...

A rehabilitációs és krónikus ellátás kategóriában a dobogós második helyen végzett Hódi Zsuzsanna, a Bács-Kiskun Megyei Kórház Rendelőintézet és Onkoradiológiai Központ főorvosa. Radiológus és sugárterapeuta is, és azt sem titkolja, hogy testközelből ismerkedett az emlőrákkal.

Gondolom kislányként még nem onkológus akart lenni.

– Nem, de már tizennégy éves korban elhatároztam, hogy orvos leszek. Édesapámnak hosszan tartó betegsége volt, sokszor jártunk a kórházban. Megfogott az a légkör és attól kezdve az orvosi pályára készültem. Még latin szakkörbe is jártam, ami akkor nem volt különösebben elfogadott. Mivel második nekifutásra vettem fel az orvosira, a köztes időben segédműtősnőként dolgoztam a szegedi sebészeti klinikán, s ez csak megerősítette a hivatástudatomat. –

Az egyetem után Zsuzsanna és jogász férje Kecskeméten kapott állást, de mivel az ideggyógyászatnál épp akkor nem volt hely, radiológiából majd sugárterápiából szerzett szakorvosi képesítést. Nem bánta meg, figyelme egyre inkább az onkológia felé fordult, és Szűcs Miklós főorvossal együtt megalapították Kecskeméten az onkológiát, illetve a komplex ellátást biztosító onkoradiológiai központot.

Más irányban készült szakosodni. Nem rettentette el, mikor szörnyű daganatokat és műtéti sebeket láttott?

– Egy pillanatra sem. Gyermekgyógyász például nem lettem volna,



különösen azután, hogy gyermekeim születtek, mert egyszerűen sajnálom őket. Mások a ráktól riadnak meg. Én viszont minden porcikámmal azon vagyok, hogy a daganatos betegek kigyógyuljanak, vagy ha nincs más megoldás, minél kevesebb szenvedéssel továbbá megnyugvással távozzanak az élők sorából. –

Alapító tagja volt 1995-ben a Kecskeméti Ölelő Kéz Ápolási és Hospice Alapítványnak (www.olelokez.hu). Jelenleg a szolgálat orvos szakmai irányítását végzi a járóbeteg-ellátással párhuzamosan. A két tevékenység a többi között abban különbözik egymástól, hogy az ambulancia szervezése, fejlesztése mérhető, míg a daganatos betegek házi ápolása, lelki kezelése nem fejezhető ki számokban.

– A hospice tevékenység a betegeknek és a hozzátartozóknak a szeretetében és annak az elfogadtatásában „mérhető”, hogy a halál az élet természetes része, és minden

másnál többet ér az a segítség, amit a haldoklók kapnak tőlünk, hogy méltósággal tölthessék el életük utolsó szakaszát. Ehhez azonban hozzá kell tenni, hogy a közhiedelemmel ellentétben ma már a daganatos betegségek 60 százaléka gyógyítható, így hát vannak konkrét sikerélményeink is. Nem szoktam eltitkolni, inkább élő példaként emlegetem, hogy tizenkét éve rajtam is felfedeztek emlőrákot. Szerencsére a műtét eredményes volt, ma is itt vagyok és dolgozom. Tudom, persze, hogy a rák bármikor kiújulhat, de megtanultam ezzel a gondolattal élni, elsajátítottam a megfelelő relaxációs technikát, s ha lelki gondjaim vannak, azokat meg tudom beszélni egy, a pszicho-onkológián dolgozó kollégámmal.

Ha leül egy beteggel, feltételezem, első dolga az, hogy igyekszik megnyerni a bizalmát. Bizonyára nehéz szívvel teszi, hiszen pontosan tudja – tudják –, hogy az utolsó állomás következik.

– Ezeknek a betegeknek a többsége tisztában van a helyzetével, több orvossal beszéltek, s valaki már közölte velük, hogy több onkológiai kezelést nem fognak kapni. Amennyiben a beteg erre rákérdez, én megerősítem a döntést, de rögtön a bemutatkozásnál azzal kezdem: segíteni szeretnék, hogy minél kevesebb fájdalommal viselhesse el az élet utolsó szakaszát. Ennyire nyíltan persze csak akkor beszélünk, ha haldokló ezt igényli. Egyébként a tünetekről van szó, a fájdalmakról, a családról. Sajnos, nagyon gyakori helyzet, hogy a páciens csak röviddel a halála előtt kerül be a szolgálatba, nem tudjuk sokáig kísérsni, de van olyan is, akit már másfél éve segítünk.

Az „elkísérésnek” melyek a kulcsszavai: vigasztalás, hit, megnyugvás...?

– Az első az elfogadtatás. Ez nem könnyű: Magyarországon még a nagyon idősök is nehezen törődnek bele az elkerülhetetlenbe. A másik: a megnyugvás. Arról beszélünk a haldoklóval, hogy próbáljon mindent elrendezni maga körül. Lehet, hogy családi szeretet veszi körül, de a végén egyedül marad, és neki magának kell megvívni a csatát. Tudni kell, hogy a végstadiumú daganatos betegekkel egy egész csapat találkozik. A betegágy mellett a legaktívabb az a nővér, aki elvégzi az általam meghatározott ápolási feladatokat, de a team tagja a nővér mellett lehet lelkész, szociális munkás, dietetikus, gyógytornász és pszicho-onkológus... mikor kinek mire van szüksége.

Ami Hódi főorvos asszony sokféle tevékenységét illeti, lelkileg a hospice gondozás a leginkább megterhelő, de állandóan formában kell lennie egyéb vállalt területeken is, mint az oktatás, a szervezés, a szakmai irányítás és a tudományos munka. Saját relaxációs módszereket dolgozott ki, emellett szaunázik, szobabiciklizik, és persze, ha lehetséges, együtt utazgatnak a gyerekekkel meg az unokákkal. A legkisebbek természetesen nem ismerik részleteiben a nagy munkáját, de az már elhangzott, hogy ha a kislány nem színésznő vagy óvó néni lesz, akkor gyógyítani fog, mint a mama.

Csák Elemér



Az Astellas Pharma Kft. – mint a nemzetközi cégcsoport magyarországi leányvállalata – piaci szerepének és súlyának megfelelően hosszú évek óta jelentős lépéseket tesz a hazai orvos szakma és a társadalom viszonyának formálásáért. Ennek keretében – üzleti tevékenysége mellett – a hazai egészségügy néhány kiemelt területére fókuszálva, olyan társadalmi és szakmai jellegű célokat, törekvéseket tűzött zászlajára, amelyek az egészségügyi ágazat legfontosabb szereplői, az orvosok és az egészségügyi szakdolgozók általános elismertségének, megbecsültségének és pályán maradásának erősítését, valamint a gyógyulás szempontjából oly fontos jó orvos-beteg kapcsolat társadalmi szintű újraépítését szolgálják.

E programok mellé az idők során egyre több támogató szervezet állt. Jelenlétükkel, szerepvállalásukkal az eleinte lokális aktivitások országos jelentőségűvé váltak. Az Astellas Pharma Kft. a kiemelkedő szakmai és emberi teljesítmények széleskörű társadalmi és szakmai elismerését célul tűzve, 2006-ban Astellas-díj elnevezéssel rangos díjat alapított, amelynek odaítélésével évről-évre a kiemelkedő orvosokat és szakdolgozókat ismerik el. Az elmúlt hét esztendőben 40 orvos és 139 egészségügyi szakdolgozó vehette már át ezt a díjat, s került a szakmai nyilvánosság fókuszába.

Forrás: <http://evorvosa.astellasdij.hu>

Changing tomorrow



www.astellas.hu
Astellas Pharma Kft.
1124 Budapest, Csörsz u. 49-51.
Telefon: +36 (1) 577-8200

ONCOLOGY
TRANSPLANTATION
UROLOGY
DERMATOLOGY
ANTI-INFECTIVES
PAIN MANAGEMENT

 **astellas**
Leading Light for Life