

Be

Kopogtató

orvosokról – orvosoknak...



Hipertónia Társasági Magazin

2019. XI. évfolyam 2. szám





Tartalom



ANTI-AGING

Alanya vagyok egy általam kitalált emberkísérletnek...

04

TÖRÖK ESZTER EMLÉKÉREM

Szakácsnak el tudnám magam képzelni!

07

ÉV PRAXISA DÍJ

Jó embereket kérek magam és a szeretteim köré!

10

GRAFIKA

„Kirajzolom magamból az érzelmeket...”

12

PORTRÉ

Nincs hosszú bakancslistám...

16

ÉVFORDULÓ

30 év háziorvosi szolgálat

19

ELISMERÉS

10 percet beszéltem portugálul...

22

ÉV PRAXISA DÍJ

Amit adok százszorosan kapom vissza....

25

MUZIKA

Az adás örömét megélni az igazi boldogság!

28

EGIS

A diabéteszes beteg antihypertenzív kezelésének lehetőségei.

32

Kedves Olvasó!

Akik Eger környékén élnek azonnal felismerhetik a díszletet. Hiszen a háttérben a Bükk-hegység egyik gyöngyszeme a sziklák szorításában: Szarvaskő. 50 éve mutatták be a Fábri Zoltán rendezte, Szarvaskőben forgatott, „Isten hozta őrnagy úr” című legendás filmet. Blaskó Balázs az egri Gárdonyi Géza Színház főrendezője a filmre emlékezve Mátraszentanna helyett Szarvaskőn állította színpadra Örkény István egyik legismertebb művét: a Tótékat. Könyvként először 1967-ben, a Nászutasok a légyapíron című kötetben jelent meg, két év múlva Párizsban elnyerte a Fekete Humor Nagydíját.

„Abszurd helyzetben abszurd módon viselkednek az emberek. A háború a legabszurdabb emberi élethelyzet. A szorongás, féltés, halálfélelem felfoghatatlan, ellenőrizhetetlen, emberileg feldolgozhatatlan abszurdítások forrása. A legszélsőségesebb paradox élethelyzetek válhatnak természetessé, és a leginkább magától értetődő magatartásformák különlegessé. Elmosódnak határok álom és valóság, realitás és lázálom között. Ilyen lebegésben látjuk Tótékat, az őrnagyot, a békés, szelíd kis Mátra-bükki falucska bolondját és jellegzetes figuráit. Az augusztusi napfényre és a csillagos nyár végi éjszakák ragyogására fagyos árnyékot borít a doni front rémképének szívszorítása.” – írja a rendező ismertetőjében.

Ki ne tudná, hogy a történet a második világháború idején, 1942 nyarán, egy észak-magyarországi idilli falucskában játszódik. Tót Lajos, a község tűzoltóparancsnoka köztiszteletnek örvend. Felesége, Mariska és lánya, Ágika valósággal istenítik, fia Gyula az orosz fronton harcol. A község postását is behívták, ezért helyette a félkegyelmű Gyuri hordja a leveleket, már ha van kedve hozzá. Van akinek átadja a küldeményt, van akiét széttépi. Tótékat különösen szereti, azért mert négyen vannak, és Gyuri kedveli a páros számokat. Tóték levelet kapnak, melyben fiuk közli, hogy parancsnokát, Varró őrnagyot rávette, hogy megromlott idegállapota miatt náluk töltsen kéthetes szabadságát. Gyula megemlíti, hogy az őrnagy egyes szagokat nem tud elviselni, álmatlanságban szenved, éjjel alvás helyett szórakozásra vágyik, idegesíti az ásitás. Tóték remélik, hogyha mindenben alkalmazkodnak hozzá, ha kilépnek napi rutinjukból, ha éjszaka alvás helyett dobozolnak (mert az őrnagy ezt imádja) fiúknak segítenek túlélni a háborút, hiszen az őrnagy maga mellé veszi majd Gyulát a „jól fűtött zászlóaljroddára”. Csakhogy közben sürgöny érkezik a Vöröskereszttől, amelyben Gyula halálhírének tudatják. A postás szereti Tótékat, ezért összetépi a rossz hírt tartalmazó levelet. És Tóték alkalmazkodnak tovább, a család mindent megtesz azért, hogy az őrnagy jól érezze magát. Mindent, ami emberileg lehetséges. De hogy mi az, ami emberileg lehetséges? Nézőpont kérdése.

Miközben a megtépzott idegzetű őrnagy a falusi csendben regenerálódik, épülés helyett vendéglátóit kényszeríti bolond cselekedetekre, akik a fiuk érdekében a végéig igyekeznek eleget tenni az ésszerűtlen, megalázó elvárásoknak. A rendező nem egyszerű tragikomédiát (miként a szerző meghatározta 1967-ben írt művének műfaját) játszat, inkább egy lélektani krimi, amiben a szereplők lelki állapotának folyamatos torzulásai idézik elő a végkifejletet.

Az Új Színházban vendégként fellépő egriek remekül hozták Örkény fekete humorát. A darab ma már újdonságként hat a nézők nagy részére, ez könnyen megállapítható a gyakran felhangzó nevetések időzítéséből és ízéből. Tótot Baranyi Péter, feleségét Saárossy Kinga, lányukat Nagy Fruzsina, az őrnagyot Reiter Zoltán, a postást Rác Zoltán játszotta. Torokszorító a két nő odaadása és előzékenysége, ahogyan kiszolgálják az őrnagy mániákusságát, de az még jobban, hogy közben semmibe veszik férjük/apjuk emberi méltóságának szétporladását.

Nem a pszichés, fizikai határait feszegeti lapunkban Palik László az ismert tévés, aki 57 éves korában egy 40 éves biológiai paramétereivel büszkélkedhet. Bemutatkozik 2 fantasztikus háziorvos, Gali Ida Csongrádból, és Cuzic Melinda Erdélyből, mindketten „Az év praxisa a Kárpát-medencében” pályázat nyertesei. Rurik Imre évfordulót ünnepel, Finta Ervin pedig a Török Eszter emlékérem átvétele utáni érzelmeiről, hangulatáról és persze az előzményekről mesél. Nincs hosszú bakancslistám – mondja a szolnoki Hetényi Gáza kórház régi-új igazgatója Bene Ildikó, kiderül, hogy Farsang Csaba díszdoktorrá avatásán portugálul beszélt, Zádori-Born Alexandra Gyuláról pedig a grafikáit mutatja be Önöknek.

A többi olvasnivalóhoz is jó szórakozást kíván:

B. Király Györgyi



Bekopogtató

Kiadja az Egis Gyógyszergyár Zrt. a Magyar Hypertonia Társaság szakmai támogatásával

ISSN 2061-7429

Felelős szerkesztő:
B. Király Györgyi

Szaktanácsadó:
Dr. Alföldi Sándor
Dr. Farsang Csaba
Dr. Kiss Róbert

Munkatársak:
Boromisza Piroska,
Bozsán Eta,
Bulla Bianka,
Csák Elemér,
Vámos Éva és
Seregély István

Tördelőszerkesztő:
Tusor Ildikó

Honlapcím:
www.vandb.hu

Nyomda:
Balu Print Art
Nyomdaipari,
Kereskedelmi, Szolgáltató
és Művészeti Kft.

Felelős vezető:
Virág László

A lap orvosoknak, egészségügyi szakdolgozóknak készült, terjesztik az Egis orvoslátogatói.

Alanya vagyok egy általam kitalált emberkísérletek...

Szerkesztő bizottságunk elnöke, Farsang Csaba azt mondja, mindenképpen érdemes beszélgetni vele, ugyanis 57 évesen egy 40 éves biológiai paramétereivel büszkélkedhet. Vajon hogy csinálja? Dominikán értük utol Palik László sportriporter-újságírót, aki az Exatlon Hungary című sport-reality vetélkedő műsorvezetőjeként forgat a karibi országban.



Mint sportriportert ismerte meg önt a nagyközönség, legendás Forma-1 közvetítéseire ma is emlékszünk. A sport iránti rajongása miatt lépett annak idején erre a pályára?

– Az igazat megvallva nem. Én azokban az években leginkább a televíziózás iránt rajongtam. Vitray Tamás mellett „inaskodtam”, és amikor ő lett a Telesport főszerkesztője, mint tanítványát hál’ Istennek oda is vitt magával. Na, ott abban a közegben aztán végleg megpecsételődött a sorsom. Két mániám találkozott egyszerre, a sport és a televíziózás.

Később a Dakar rallikon szurkolt önnek az ország. Mi készítette arra, hogy megmértesse magát ezen a kemény sivatagi versenyen?

– A Dakar késő gyerekkorom óta izgatott, de hát azokban az években még álmodni is ostobaság volt erről a versenyről, hisz’ javában a szocializmusban éltünk, és nemhogy Dakarig, de még Bécsig se juthattunk el. Aztán a rendszerváltással megnyílt a kapu, kinyílt a világ és én már csak a kellő pillanatra vártam.

Hogyan készült fel a versenyekre, és mi jelentette az ön számára a legnagyobb megpróbáltatást?

– Napi sporttal készültem egész évben, mert csak a Dakarra nem lehet készülni és csak ott versenyezni sem, ha az ember hatékony és eredményes akar lenni. Ezért egy évtizeden keresztül folyamatosan edzettem és versenyeztem. Mindennel és mindenhol versenyeztem – pályán, terepen, itthon, külföldön – amivel és ahol tudtam. Szerencsés vagyok, mert a sok év alatt annyi, de annyi emlékezetes viadalom volt, hogy csak egyet nem tudok kiemelni. Ma is úgy gondolok vissza azokra az évekre, hogy életem legkalandosabb, legizgalmasabb és legtöbb kihívással teli periódusa volt.

Hogyan tartja karban magát a mindennapi életben? Milyen rendszerességgel sportol?

– Alanya vagyok egy, magam által és magamnak kitalált emberkísérletnek, aminek a lényege, hogy folyamatosan, pihenőnap nélkül edzek immáron két éve. Kíváncsi voltam rá, hogy ezt sikerül-e hosszútávon megvalósítani. Edzeni, amikor utazok, edzeni, amikor beteg vagyok, edzeni, amikor fáradt vagyok. Edzeni, minden huszonnégy órában egyszer, úgy egy órácskát. Jelentem, eddig sikerült ezt betartani. Attól függően, hogy hol vagyok és mit csinálok, leggyakrabban futok, mert ahhoz semmi nem kell egy jó futópályán kívül, vagy evezőpadon evezek, illetve saját testsúllyal edzek, ha lehet, akkor szabadtéri edzőpályán, ha nem, akkor teremben.

Mennyire egyeztethető össze a munkájával a rendszeresség, mint az egészséges életmód része? Mi az, amit semmi pénzért nem hagyna ki a napirendjéből?

– A napi sportot. És semmiképp nem változtatnék a táplálkozási szokásaimon. Normális körülmények között általában magam készítette ételt eszem. A forgatáson erre nincs időm és módom, tehát azt eszem, amit kapok. Itt, Dominikán is ugyanazt eszem, mint tíz éve mindig: zöldséget és gyümölcsöt, naponta háromszor. Banánt, szőlőt és egyéb magas cukortartalmú, leginkább déligyümölcsöt természetesen nem fogyasztok. Reggelire tojásfehérjéből készítek magamnak egy rántottát, hogy fehérjéhez is jusson a szerveze-
tem.

Mennyi ideje jut az alvásra? Bagoly, vagy pacsirta típus?

– Hajnalban kelek, hogy ne legyen aztán kapkodás. Így nyugodtan tudok sportolni és kapkodás nélkül tudok felkészülni az előttem álló napra.

Milyen életvezetési tanácsokat adna azoknak, akik meg szeretnék őrizni az egészségüket?

– Nem tudok tanácsot adni, hisz nem értek ehhez. Nekem ez nem mesterségem. Azt tudom elmondani, hogy én hogyan élek és mit eszem, de, hogy ez másnak megszívlelendő-e, azt nem tudom megmondani. Hiszek a napi sportban. A sporttól szerintem nem lehet fogyni, de nincs fogyás és tartós egészség, erő sport nélkül. Hiszek abban, hogy a sportot, illetve egy új mozgásformát csak fokozatosan lehet elkezdni. Nem szabad nekirentani, mert azt nem díjazza sem a szervezetünk, sem a lelkünk. Idő kell hozzá, hogy megszokjuk a rendszeres, fokozatosan növekvő terhelést. Nem hiszek a kúrákban, nem hiszek a nagy fogadalmakban. A hétköznapi életben hiszek. A kúra szóban benne sejlik, hogy egy napon vége és akkor pont olyan gyorsan kerülünk vissza a gödörbe, mint ahogy kijöttünk belőle. Az életmódban hiszek. Fejben nem tudok lefutni egy maratont mert, emésztetetlenül sok a 42 km, még a 10 is, ha előre sokkolom magam vele. Inkább csak egyik lépés a másik után, egyik kilométer a másik után, és egyszer csak vége lesz. Egyszer mindennek vége szokott lenni... Ne higgyük azt, hogy másnak könnyebb felhúzni a tornacipőt, ne dőlünk be annak, hogy más nem fél attól, hogy ez most fájni fog. De igen, más is így van ezzel, ám a fájdalmat, a nehézségeket nem lehet eladni ezért sokan titkolják. Ne higgyük el, hogy azok a kockás hasak a tévében két hét alatt születtek ilyen-olyan csoda-



módszernek, vagy csodaszórnak köszönhetően. Ez mese. Azok az izmok hosszú hónapok, évek napi intenzív munkájának az eredményei. Ez száraz, szigorú tény. Csak éppen évek izzasztó, megerőltető napi munkáját nem lehet úgymond pénzzé tenni, mert ki venné meg. Szóval nekem is fáj, nekem is nehéz, nekem sincs kedvem belefogni, de mivel eldöntöttem, hogy így élek, az akkori döntésemet nincs lehetőségem ma felülbírálni. Döntés előtt még lehet elemezni az érveket és ellenérveket, azonban ha belevágunk egy megtervezett életmódba, akkor már nem kell a gondolkodással bajlódni. Csak csinálni kell nap mint nap, egyik lépést a másik után.

Szokta ellenőriztetni az egészségi állapotát? Hogy érzi magát a bőrében mostanában?

– Jól vagyok. Pont semmi bajom. Úgy tíz-tizenöt évente biztos elvetődök orvoshoz, általában valamilyen sérüléssel. Olyankor szoktak vért venni és azt mondják, hogy az értékeim rendben vannak. Ennél többet nem foglalkozom az egészségi állapottommal.

A teste karbantartása, a kondíció megtartása, és ezzel az egészsége megőrzése nyilván azért is fontos, hogy még nagyon sokáig a gyermekeivel lehessen...

– Amikor a kisfiaim születtek, 44, illetve 47 éves elmúltam már. Sokáig mérlegeltem, hogy ennyi idős korban szabad-e még felelősséggel gyermeket, gyermekeket vállalni. Végül úgy döntöttem, hogy igen, de akkor szigorú szabályokat is kell tartanom,



hogy ne ők tologassanak engem, mint egy aggastyánt, hanem én kísérhessem, támogathassam őket jó erőben, amíg önállóan nem tudnak már repülni. A szülői lét felelősség. Józan ítélőképességem tudatában vállaltam és tudtam, tudom, mivel jár. Ehhez tartom magam. Egyébként a világ hülyéje lettem volna, ha nem így döntök! Ma a három gyermekem teszi csodássá az életemet. Naponta tanulok tőlük, naponta izgulok értük, naponta örülök nekik. Ők az életerőm forrásai. Belőlük, a létükből merítem az összes erőm, akarásom és élni-vágyásom.

Mivel oldja a feszültséget, hogyan kapcsolódik ki?

– Nem kell oldanom a feszültséget, mert nem vagyok feszült. Kiegyensúlyozott vagyok. Ha pedig ki-kapcsolódásra vágyom, akkor olvasok. Az igazság az, hogy rengeteget olvasok.

A forgatás mellett jutott-e ideje arra, hogy kicsit körbenézzon Dominikán? Hogyan éli meg a családját távollétét?

– Semmire sem jut időm a forgatásokon kívül, így semmit nem láttam Dominikából. A családom hiányát nehezen bírom, de mivel ez is, mint nálunk minden, családi döntés volt, egy picit mindegy is, hogy én mit bírok nehezen, vagy könnyen. Mert már nem a mérlegelésnek, hanem a végrehajtásnak van itt az ideje. Tehát most én és a családom is végrehajtási üzemmódban vagyunk.

Úgy tudom, rendszeresen hordja edzésre a fiait. Milyen sportágban jeleskednek a gyerekek? Mit mond nekik, ha esetleg szívesen kihagynának egy edzést?

– Vízilabdáznak. Nem tudom, mit mondanék, ha ki akarnának hagyni egy edzést, mert ez még nem fordult elő. Nem igazán „kihagyós” fajták a fiaim. Buzdításra szerintem minden sportolónak szüksége van, így nekik is. Mi a feleségemmel ezt is nagyon egyszerűen csináljuk. Minden meccsükön megállás nélkül és torkunk szakadtából üvöltünk a többi szülővel együtt, természetesen a csapatuk trikójában.

Boromisza Piroksa



Szakácsnak el tudnám magam képzelni!

A Magyar Hypertonia Társaság tavalyi kongresszusán Finta Ervin profilvezető főorvos, a Szent Imre Egyetemi Oktató Kórház orvosigazgató-helyettese kapta a Török Eszter emlékérmét. Ha magáról kell beszélnie meglehetősen szűkszavú, akkor nyílik ki igazán, ha szakmai kérdések, például a gyógyszerkölsönhatások kerülnek szóba.

Humoros ember vagy?

– Annak tartom magam. Az egyik alapelvem egy Murphy idézet: „Már megint túlságosan komolyan vetted magad” – ennek megfelelően próbálok élni, és ennek megfelelően zajlanak a hétköznapijaim is.

Azért kérdezem, mert szellemes fordulatokkal tűzdelted tele az előadásodat. Persze nem azt, amit a díj átvételekor mondtál.

– Ezt csak komolyan lehet venni. Ezért az emlékérem átvételekor a díszelőadás során tőlem szokatlan módon egyetlen viccet sem mondtam el.

Meg is lepett mert hallgattalak az előző szimpóziumon, és ahhoz képest ég és föld volt.

– Ez a megilletődésemnek köszönhető és az emlékérem rangos voltának!

Nemcsik János olvasta fel, hogy mit kell tudni rólad. Elhangzott többek között, hogy Freiburgban voltál kutató orvos, onnan mit hoztál magaddal? Nem a szatyorban, hanem a fejedben.

– A freiburgi 2 éves kutató munkám nagyon fontos része az életemnek. Az Albert-Ludwigs Universitaet Pharmakologisches Institut munkatársaként a világhírű Starke intézetben dolgoztam. Agykutatással foglalkoztunk és a vérnyomás szabályozásban is szerepet játszó ingerület átvivőkkel, neurotranszmitterekkel. Ott tanultam meg a precizitást és azt



a gondolkodásmódot, ami jellemez. Abban az időben az volt a szokás, hogy akik Németországban tanultak, különböző dolgokat hoztak haza. Autókat, műszaki cikkeket, én nem ezt tettem! Magántanárt fogadtam, náemtől tanultam, és amikor hazajöttem perfektül beszéltem a német nyelvet! Erre nagyon büszke voltam! Ez az egyik legnagyobb dolog, amit onnan hozhattam, és persze a kutatásaim vizsgálati eredményeit, amikből később a kandidátusi disszertációmát megírtam!

A hipertónia gondozás minősített orvosa címet is elnyerted, sőt 2001-ben a Specialist In Clinical Hypertension nemzetközi minősítést is.

– Ezt a rendszert a Magyar Hypertónia Társaság vezette be. Farsang Csaba és Kiss István professzorok hatalmas munkája nyomán egy államilag elismert szakképesítés lett belőle. 40–50-en lehetünk, mára ez egy hálózattá alakult. A minősített orvosokra hagyatkozva épült ki a hipertónia ellátási hálózat, a centrumok, amelyek a magas vérnyomásos betegek ellátásával foglalkoznak!





Mennyivel tud többet a minősített orvos, mint egy nem minősített?

– Nem biztos, hogy többet tud, de a látásmódja más! Gondol egyidejűleg a szekunder hipertóniára, foglalkozik a szövődeményekkel, az optimális gyógyszerek beállításával és a gyógyszerkölcsönhatásokkal!

Az utóbbiról ritkán hallani a magyar egészségügyben!

– Ez egy nagyon nehéz és fontos kérdés. Azért is, mert a hipertóniások jelentős része egyéb társbetegségben is szenved, ami további gyógyszerek alkalmazása révén jelentősen emeli a gyógyszerkölcsönhatások rizikóját. Ez a vérnyomáscsökkentő kezelés hatástalanságának hátterében is állhat, de nemkívánatos hatások jelentkezését is magyarázhatja. Bár lehetetlen az összes gyógyszerkölcsönhatást fejben tartani, mégis fontos a lehetséges mechanizmusok ismerete, mert ez hozzásegíthet a megelőzéshez, és az antihipertenzív terápia optimalizálása révén a célvérnyomás eléréséhez.

A hipertóniások jelentős része éveken át szed többféle antihipertenzív szert. Emellett gyakran zajlik egy- vagy több társbetegségük gyógyszeres ke-

zelése is, emelve a gyógyszerkölcsönhatások valószínűségét. Az interakciók gyakorisága sajnos együtt nő a korrallal, ahogyan a szervezetben az enzimikus rendszerek aktivitása, valamint a folyadék-tesztisár-arány változik.

Az interakciók gyakran lehetnek súlyosak, sőt! letálisak is. A veszélyes mellék- vagy kölcsönhatások gyakoriak. Német adatok szerint a belgyógyászaton az interakciók miatt veszik fel a betegeket 4%-át, évente 88000 páciens. Ez évi 400 millió euró költséget jelent! Amerikai adatok szerint a gyógyszer mellékhatások 6–10%-a interakciók miatt alakul

ki, és az 5 vagy több gyógyszert szedők 40%-ában megfigyelhető! A gyógyszer-szedéshez kapcsolható morbiditás-mortalitás eléri a 177 milliárd USD kiadást évente!

A mellékhatások 50–84%-a megelőzhető lenne megfelelő ellenőrzéssel és korrekt gyógyszeradagolással. Az interakciók gyakoriságáról és az emiatt keletkező költségekről nem ismerek magyar adatokat, de figyelembe véve a magyarországi gyógyszerfogyasztási szokásokat, feltételezem, hogy adataink nem kedvezőbbek a nemzetközinek!

Munkacsoportunk előadást tartott a kongresszuson egy nagyon ritka kölcsönhatásról. Egy szemcsepp alkalmazásakor történő eszméletvesztéses rosszullét a kiindulópont, amit az egyik doktornő a hipertónia ambulancián tapasztalt. A beteg a megelőző 2 év alatt számtalan vizsgálaton vett részt: koponya MR, szív CT vizsgálat, komplett endokrinológiai kivizsgálás, és nem találtak nála semmit!

Az említett doktornő viszont a vérnyomás monitorozása kapcsán észrevette, hogy a szemcsepp cseppentése után zuhan le a beteg vérnyomása, és kiderítette, hogy a beteg által szedett antihipertenzív gyógyszer és a szemcsepp kölcsönhatása áll a rosszullétek hátterében.

Sok ilyen eset létezik Magyarországon, nem nagyon publikálják. Mi a British Medical Jour-



nalban találtunk 3 esetet. Nagyon büszke vagyok az iménti történetben szereplő doktornőre, aki történetesen a feleségem!

Úgy tudom, szabad idődben nemcsak a gyógyszerek, de a különböző fűszerek kombinációját is szívesen próbálgatod.

– Igen, az egyik hobbim a főzés, melynek során imádok nagy-szerű íz-kombinációkat alkotni. Legfőképpen a hagyományos főzési technikákat kedvelem, kö-zöttük a bográcsot, a diszkoszt és a kemencét.

Melyik ételedre vagy a legbüszkébb?

– A halászlére. A Tisza partján nőttem fel és a halászlét a régi tiszai halászok receptje alapján főzzük azonos módon édesapá-mal. Nincs benne túl sok fűszer, az elkészítése is egyszerűen, hagyomá-nyos módon történik, passzírozás nélkül. A kapott eredmény mégis a tökéletes ízkombinációt jelenti számunkra.

Mi lennél szívesen, ha nem a belgyógyászatot választod? Esetleg szakács?

– Szakácsnak el tudnám ma-gam képzelni, bár minden bi-zonnyal nagyon kövér szakács lennék, ugyanis imádok enni. Iga-zából bármilyen hivatás szóba jö-het, ami megadja az alkotás örö-mét. Nem tiltakoznék akkor sem, ha tanárként születnék újjá. Nagy örömet okoz számomra, amikor egy-egy előadásom során látom a csillogó szempárokat és érzem a hallgatóság elégedettségét.

Kedvenc idézeted?

– Az ember tragédiájában hangzik el: „...mit borzadasz? Tragédiának nézed? Nézd legott komédiának s mulattatni fog.” Gyakran idézem, de megtenni so-sem tudom.

Mi volt a legemlékezetesebb pillanat az életedben?

– Egy közös karácsonyi vacso-ra, melynek során egy asztalnál ülhetett az egész család szüleim



súlyos betegsége után. Nagyon örültem, hiszen mindent megtet-tem azért, hogy sokáig közöttünk maradhassanak.

Mit csinálnál másképpen, ha most volnál 20 éves?

– Nagyon vigyáznék, hogy ne öregedjek meg.

B. Király Györgyi

Jó embereket kérek magam és a szeretteim köré!

Türelem és a szeretet kell a betegnek, amit szívből csinálsz az visszafordul – állítja „Az év praxisa a Kárpát-medencében” pályázat határon túli nyertese Cuzic Melinda Szovátáról. Az erdélyi doktornő 18 ajánlást kapott. Páciensei mellett javasolta a Rhéma Alapítvány elnöke, a szovátai polgármesteri hivatal munkatársa, a nyugdíjas pedagógus és a Bernády Közművelődési Egylet vezetője is. Azt mondják, rangos előd után vette át a praxist a fiatal orvosnő, „akit mintha angyalok segítettek volna. Karácsonyi koncertünkön árva gyerekek kézműves ajándékait árulta. Igazi transzilvániai orvos, anyanyelvi szinten magyar, apanyelvi szinten román, minden betegéhez a neki legmegfelelőbbben szól, szívvel-lélekkel gyógyítva, ha kell vasárnap, ha kell ünnepnapon, ha kell éjszaka.” – írják ajánlói. Melinda „kampányfőnöke” az internetes szavazás idején az édesanyja és a barátnője volt.



„A szavazást szorgalmazták: a barátnőm, édesanyám, a húgom. Amikor stabilan a második helyen álltam, nagyon rámenősek lettek a „kampány” irányítóim – utolsó nap sikerült megfordítaniuk a helyezést –, állandóan figyelemztetve minden ismerőst, barátot, felkérve, hogy ők is vonják be saját ismerőseiket, hogy a szavazás még nem ért véget: „Hajrá!”, „Kitartás!”. És meglett az I. helyezés. Nagyon hálás vagyok mindenkinek, aki hozzájárult e győzelmemhez! Csodának, Isteni gondviselésnek minősítem, mert nem adatik meg gyakran, hogy 10 évi munka után ilyen elismerésben legyen része egy alig 41. életévét betöltött orvosnak.”

Forrás: www.webbeteg.hu

– 1977 áprilisában a dél-erdélyi Nagyenyeden születtem. Román és magyar állampolgár is vagyok. Mindig román akartam lenni, kicsi koromban is állandóan „orvosos” játékokat játszottunk. Ehhez meg is kaptam az ösztönzést, főleg édesanyámtól, aki minden olyan játékot megvásárolt, ami az orvosi műszereket utánozza. Ha azt kérdezték: „Mi leszel, ha nagy leszel?” állandó válaszom az volt, hogy: „katonaoorvos”. Édesanyám nem bízott a rendszerváltás esélyeiben, ezért az egyetem befejezéséig román tagozaton tanultam. Szülővárosomban jártam iskolába, majd a Marosvásárhelyi Orvosi és Gyógyszerészeti Egyetemen végeztem el az általános orvosi kart.

Kezdetben pszichiáter akartam lenni, aztán rájöttem, hogy az nem nekem való. Egyik profesz-

szorom sugallatára határoztam úgy, hogy családorvos leszek. Tudom, sokan úgy tekintik, hogy az lesz családorvos, akinek nem sikerült más szakosodás, de amikor én rezidens vizsgára jelentkeztem, a családorvosira külön kellett jelentkezni. Arra gondoltam, hogy nekem ez lesz a legmegfelelőbb, hiszen sokféle pácienssel tudok találkozni, más-más emberrel lesz kapcsolatom, és nem lesz rutinmunka, amitől félttem.

Vásárhelyen kezdtem el a pályafutásomat rezidensként. A megváltozott törvény szerint döntennem kellett, hogy alkalmazott leszek valahol, vagy vállalkozok egy praxist. A nyugdíjba vonuló Soós Béla rendelőjét vettem át, őt kiemelkedő munkásságáért, szolgálatkészségéért 2008 májusában Szováta

város díszpolgárává választották. Nagyon kellett bizonyítanom, hogy méltó utóda lehessen! Azóta isteni gondviselésnek tartom ezt a választást. Alig 35 évesen 2012-ben tettem le a főorvosi vizsgát.

Otthon édesanyámmal magyarul beszélünk, de ez nem volt elég ahhoz, hogy Szovátán tárt karokkal fogadjanak. Hátránynak bizonyult, hogy kevés ismertem az orvosi szakkifejezéseket magyarul. De azzal, hogy szakmailag is próbáltam bizonyítani és tanultam a magyar nyelvet is, megkaptam a szovátai székelyek megbecsülését, elismerését és szeretetét, amiről, messziről jött új orvosként, álmodni sem mertem. Személyre szóló kezelés a szakmai módszerem, nemzetiségi, felekezeti hovatartozás figyelembevétele nélkül. Büszkén mondhatom, hogy győztem. Betegeim bizalma és tisztelete mellé a szeretetüket is elnyertem. Hálás vagyok érte. Ez a szeretet felemelt, s lám, még egy díjat is hozott. Köszönöm a pályázat szervezőinek is, hogy megerősítettek emberi hitemben, orvosi elkötelezettségemben! Hálás vagyok azoknak, akik ennyire felkarolják a külföldi családi orvosok tevékenységét is, és hozzájárulnak a tevékenységünk elismeréséhez. És nem utolsósorban a támogatóknak, akik évente értékes jutalmakkal járulnak hozzá munkánk jobbá és könnyebbé válásához.

Köszönetet mindazoknak, akik ajánlóként és szavazóként lehetővé tették, hogy nyilvánosan is elmondjuk azt, amit a beteg-orvos kapcsolatban gondolunk, illetve érzünk! A betegek leginkább az empátiát, a tudást és a türelmet díjazták. Ezek is alapvető értékei egy jó háziorvosnak, de ennél persze jóval több képességgel kell rendelkezünk! Lényegében arra kell törekedni, hogy a legjobb tudása szerint cselekedjen az ember, akármit tesz és bárhol is van.

Szováta város Facebook oldalán olvasható:

„Több mint százán gyűltünk össze tegnap Szovátán, hogy itthon is megünnepeljük Cuzic Melinda orvosnő sikerét, aki idén elnyerte az Év praxisa a Kárpát-medencében pályázat I. díját. Büszkéek vagyunk arra, hogy a mi háziorvosunk az egyik legjobb háziorvos a Kárpát-medencében. Köszönjük Cuzic Melindának, hogy hivatásként végzi munkáját, és sok sikert kívánunk számára a továbbiakban is!”

A körzetben 2200 pácienset tartunk nyilván, közülük sok a 70 évnél idősebb krónikus beteg, de van utánpótlás: a gyerekek, fiatalok száma is gyarapszik. Tavaly kiszámítottam, hogy átlagban naponta 31-32 konzultációt tartok, de ebben nincsenek benne a házi kezeléseik.

Hogy van-e családom? Hát persze. A férjem román, a lányaink már tinédzserek, jó gyermekek. Ők is román tagozatra járnak, de jól beszélnek magyarul, hisz a közösség többsége magyar. A szüleim – akik már 2 éve Szovátára költöztek – sokat segítenek a lányainknak a mindennapi feladatok elvégzésében, és a férjem is komoly támaszom. Nélkük nehezebb lenne annyi időt fordítanom a hozzám fordulókra, rászorulókra.

Mit kérnék, ha valaki megkérdezné, mit kívánok még? A mesebeli tündér csak a mesében létezik, de ha találkozna vele egészséget, egy csepp szerencsét, és jó embereket kérnék magam és szeretteim köré. Másképpen az Isteni gondviselésben hiszek. Nem kérni, hanem megköszönni szoktam mindazt, amit kapok. És ezek csodák!”

Lejegyezte: Csák Elemér



„Kirajzolom magamból az érzelmeket”



A képzőművészet és az orvoslás közül ez utóbbi került ki győztesen, amikor Zádori-Born Alexandra a továbbtanulásról döntött, ám ez korántsem jelentette azt, hogy felhagyott volna a rajzolással. A Békés Megyei Központi Kórház Réthy Pál Tagkórház IV. Belgyógyászati-Gasztroenterológiai Osztályának fiatal szakorvosjelöltje számára a rajz nemcsak kedvtelés, hanem önterápia is.

jelenttem: „Többet nem jövök ide, mert itt megmondják, mit kell rajzolni. Én viszont azt akarom lerajzolni, amit saját magam találok ki.” Ezért inkább otthon, egyedül folytattam, és autodidakta módon próbáltam fejleszteni a technikámat. A gimnáziumi évek alatt felmerült bennem, hogy képzőművésze-ti, vagy iparművészeti vonalon tanulok tovább. Végül úgy döntöttem, hogy inkább emberekkel foglalkoznék, rajtuk szeretnék segíteni, ezért az orvosi pályát választottam. Közrejátszott a döntésemben

Mióta rajzol?

– Már gyermekkoromban szívesen rajzolgattam, ezért a szüleim be is íratnak egy rajztanfolyamra. Úgy mesélték, hogy már az első alkalom után ki-





az is, hogy a képzősöktől mindenféle mendemondát hallottam a gyakorlati vizsgák nehézségét illetően. Rettegtem attól, hogy esetleg nem tudok megfelelni a szigorú követelményeknek. Így a rajzolást megtartottam hobbinak.

Ez azért érdekes, mert az orvosegyetemi vizsgákat sem lehet „csuklóból kirázní”...

– Így igaz. Nagyon is jól jött nekem a rajzolás, amikor egy-egy vizsga miatt feszültebb voltam, vagy valamiért érzelmileg túlfűtött állapotba kerültem. Olyankor ki tudtam rajzolni magamból a felgyülemlett indulatokat, és nincs ez másképp ma sem. Mások futnak, vagy zenét hallgatnak, ha ki akarják engedni a szelepet. Én pedig rajzolok.

Hogyan emlékszik vissza az egyetemi évekre? Volt olyan professzora, akire a tanítómestereként tekintett?

– A szegedi orvoskaron többen is voltak, főleg az idősebb professzorok között, akiktől nem csak a szakmát lehetett eltanulni, hanem az emberi hozzáállásukkal is példát mutattak. Olyan volt a kisugárzásuk, mint azoknak a régi nagy orvosoknak, akiknek már a puszta lénye, néhány okos mondata megnyugtatóan hatott a betegekre. Én is ilyen orvossá szeretnék majd válni.

A véletlen hozta, hogy gasztroenterológiai osztályra került, vagy tudatos választás volt?

– Tudatosan döntöttem így. Többféle irány között hezitáltam, például a fül-orr-gégészet és az arc-állcsont sebészet is vonzott, éppen a manualitásuk miatt, ám amikor a békéscsabai belgyógyászati osztá-

lyon töltöttem a gyakorlataim egy részét, nagyon megtetszett, nemcsak a szakma, hanem az itteni jó kollektíva is. A gyakorlat ideje alatt nagyon segítőkészek voltak a kollégák, szívesen tanítgattak, és ha nem értettem valamit, azt készséggel elmagyarázták. Láttam, hogy itt egy nagyon jól működő csapat





dolgozik, ahova könnyű beilleszkedni. Szerencsémre rögtön a diploma letételét követően sikerült itt elhelyezkednem, 2016. szeptember 1-jétől dolgozom ezen az osztályon.

Az egyetemi pad után afféle mélyvízbe való fejesugrást jelenthetett az osztályos munka. Mi okozta kezdetben a legnagyobb nehézséget?

– A betegekkel való kommunikáció. Az egyetemi képzés nem volt túl gyakorlatorientált, és a gyakorlatok ideje alatt is kevésszer állt módunkban a páciensekkel beszélni. Számomra az volt a legnehezebb, hogy meg tudjam értetni velük a betegségük természetét, hogy milyen kezelések várnak rájuk, és azokra miért van szükség. Hiszen egészen más módon kell beszélni a betegekkel, mint ahogy azt mi orvosok, egymás közt tesszük. Mellőzni kell a latin kifejezéseket, és részletesen el kell magyarázni, hogy mi miért történik velük, mire számíthatnak. A beteg kiszolgáltatott helyzetben van, ezért ő, illetve a hozzátartozója érthető módon türelmetlen. Néha mi is feszültebbek vagyunk a kelleténél, emiatt gyakran a mi oldalunkról is elsiklik a kommunikáció, félreértések adódhatnak. Tudatosan dolgozom azon, hogy ezek a dialógusok gördülékenyebben működjenek. Természetesen mindig megérint, ha olyan betegséggel találkozom, amin a mai tudásunk szerint nem lehet segíteni. Még ebben a szituációban is jó érzés, ha sikerül megnyugtatni a beteget, kapaszkodót adni neki az élete legnehezebb szakaszában. Nem könnyű az ilyen esetekbe belenyugodni, és ilyenkor, ha jut rá időm, kirajzolom magamból az érzelmeimet. Ettől megkönnyebbülök, ezért számomra ez afféle önterápia.

Milyen témákat rajzol szívesen?

– Témaválasztásomat nagyban meghatározza a kedélyállapotom. Ha rosszabb napom volt, vagy kudarc ért, akkor szomorú hangulatú, elgondolkodtató képet készítek. Ha sikerélmény ér és boldognak érzem magam, akkor mosolygós portrék kerülnek ki a kezeim közül.

Élő modelleket szokott megörökíteni?

– Nem, inkább az internetről lehívott fotókat szoktam megrajzolni.

Mikor jött el a pillanat, amikor a családján kívül másnak is megmutatta a frissen elkészült művét?

– Az egyetemi évek alatt. Ennek az lett az eredménye, hogy a barátaim nem egyszer megkértek, készíts nekik rajzot, amelyet aztán névnapra, születésnapra adhattak tovább ajándékba. A témaválasztást általában rám bízta, de előfordult konkrét kérés is: egyszer a Gyűrűk ura című film egyik szereplőjét kellett megörökítenem. Ez nem állt távol tőlem, ugyanis az egyik nagy példaképem éppen Alan Lee, a Gyűrűk ura illusztrátora. Szívesen nézegetem John Howe sci-fi világba kalauzoló grafikáit is. A klasszikusok közül Munkácsy és Van Gogh a kedvencem. Tervezem is, hogy megnézem Debrecenben Munkácsy monumentális trilógiáját.

Az ön rajzait láthatta már a nagyközönség?

– Igen, a békéscsabai és a gyulai kórházban megrendezett kiállításokon szerepeltek már a műveim, valamint tavaly májusban lehetőségem nyílt Zágrábban is bemutatkozni. Az Asklepios-Med Alapítvány célul tűzte ki, hogy teret biztosít a különböző művészeti ágakban jeleskedő orvosok, gyógyszerészek, ápolók és egyéb egészségügyi szakdolgozók számára, és kiállításokat, koncerteket szervez, ahol megmutathatják a művészetüket. Így került sor a zágrábi kiállításra, ahol a textiliáktól a Tiffany üvegeken át a festményekig, rajzokig a legkülönbözőbb alkotásokat láthattuk. Nagyon örültem a pozitív visszajelzéseknek, még vételi ajánlatot is kaptam, de nem volt szívem megválni attól a rajztól. A férjem különben is nehezményezte, hogy – ha időlegesen is – lekerültek otthon a falról a műveim.

Mit szokott szabadidejében csinálni, amikor nem rajzol?

– A férjemmel szívesen járunk moziba, hallgatunk zenét, és ha kicsit több időnk van, akkor kirándulni megyünk. Lelkes kísérője vagyok a horgászatok alkalmával, mert amíg ő a kapást figyeli, addig én a természetet fotózom. Korábban komolyabban foglalkoztam a fényképezéssel, még esküvői fotózást is vállaltam. Sajnos manapság a munka mellett erre nemigen jut időm, ezért inkább a nyaralások, kirándulások alkalmával veszem elő a gépemet. Szeretem megörökíteni a körülöttem lévő világot, észrevenni a természet apró szépségeit, és – leginkább – otthon hagyni a gondokat, kikapcsolni, elcsendesedni.

Boromíza Piroška

Nincs hosszú bakancslistám...

Bene Ildikó egyéni országgyűlési képviselői munkája miatt adta fel a Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Hetényi Géza Kórház és Rendelőintézet vezetését, viszont ugyanide tért vissza 2018 októberében. Másodjára sok mindent másképp csinál, de továbbra is azt gondolja, hogy „Az a nap, amelyik nevetés nélkül telik el, elvesztegetett idő”.

Azt mondják, addig tér vissza az életünkbe egy-egy feladat, amíg meg nem oldjuk. Önt kétszer bízták meg a Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Hetényi Géza Kórház-Rendelőintézet vezetésével. Másodjára eszébe jutott ez a mondás?

– Természetesen minden döntésemet alaposan átgondolom, így történt ez most is. Egy kór-



ház vezetése embert próbáló feladat. A Hetényi Géza Kórház nincs könnyű helyzetben, rengeteg a teendő. Egy megyei kórház szerepét, feladatait, struktúráját, progresszivitási szintjeit jól meg kell határozni. Szerencsére abban a helyzetben vagyunk, hogy elmondhatjuk: pozitív változások előtt állunk a kórházban, és az elmúlt években is számos fejlesztésnek örülhettünk. Lesz egy skill laborunk, pályázati forrásból fejlesztjük a pszichiátriát, a gyermek pszichiátriát, az egynapos sebé-

szetet és nagy örömeinkre sikeres a családbarát kórház pályázatunk is. Nagy hangsúlyt fektetünk az orvosaink, szakdolgozóink képzésére, többek között pályázati forrásokból is.

Van, amit másképpen csinál, mint amikor első alkalommal volt a kórház főigazgatója?

– Igen, sok mindent. Idősebb lettem, másképpen hozom a döntéseket, a vezetési stílusom is változott. Ma úgy látom, hogy fontos az egységes, átlátható rendszer. Érdekes protokollokat kialakítani, így az egész kórház működése rendezettebb. Ahol lehet, igyekszünk egyszerűsíteni a folyamatokat. Még az elején tartunk, de fokozatosan, szépen haladunk. Nagyon fontos, hogy legyen egy „jó csapat”. Bízom a munkatársaimban, tudom, felelősséggel, profi módon dolgoznak, de az is fontos, hogy a fiatalokat bevonjuk, legyen kinek átadni a stafétát.

Mennyire könnyen fogadnak el egy női vezetőt? Igaz, hogy kétszer olyan keményen kell dol-



goznia, mint egy férfinak, hogy elfogadják?

– Én nem éreztem, hogy nő vezetőként más elvárásokat támasztának elém. A kollégáim tudják, hogy komolyan veszem a feladataimat. Korán kezdem a munkát és nem nézem a munka-
idő végét, feladat pedig akad bőven. Hangsúlyozom, csapatban dolgozom, elkötelezett kollégákkal, mert csak így lehet előre haladni.

Mi az a tulajdonság, amit nagyra értékel, és mi az, amit nem tud elviselni?

– Szeretem, ha valaki egyenes és őszinte, még akkor is, ha ez nem mindig esik jól, de hosszú távon előrevisz. Ez a barátság és a bizalom alapja. A problémák leküzdése csak akkor sikerül, ha keressük is a megoldást. Nehezen viselem, ha valaki csak sorolja a problémákat, de nem tesz erőfeszítéseket a sikerért, akkor sem, ha módja lenne rá.

Gyógyít is a kórház vezetése mellett?

– Igen. Valójában soha nem hagytam abba a gyógyítást. Országgyűlési képviselőként összeférhetetlen volt, hogy alkalmazásban álljak valahol, de önkéntes munkát vállalhattam, így a Rendelőintézet Belgyógyászati Szakrendelésén dolgoztam. Most a kórház fenntartójának az engedélyével gyógyítok. Ez a szakma olyan, hogy ha nem gyakorolja az ember folyamatosan, nem vesz részt a képzéseken, menthetetlenül lemarad. Vezetőként is nagyon fontosnak tartom, hogy lássam a folyamatokat, ez pedig csak akkor lehetséges, ha ott vagyok az alapoknál.

Újra visszatért Szolnokra. Mit jelent Önnek ez a város?

– Ma már tősgyökeres szolnokinak érzem magam. Orvosként nagyon fontosnak tartom a prevenciót, és nagyon örülök, hogy ebben mellett áll a város. Tizenkét éve minden tavasszal tartunk egy egyhetes szűrőprogramot Szolnokon, sőt a



megyei önkormányzat jóvoltából még a környékbeli kis településekre is eljutunk. Egyébként sok szállal kötődöm a környékhez. Újszászon nőttem fel, 20 kilométerre Szolnoktól. A Szegedi Orvostudományi Egyetem elvégzése után rögtön a Hetényi Géza Kórházba kerültem Szolnokra. A IV-es Belgyógyászati Osztályon kezdtem el dolgozni. Szerencsénél mondhatom magam, hiszen az első perctől kezdve bizalmat kaptam, önállóan dolgozhattam. A későbbiekben az osztály angiológiai irányba specializálódott. Végigjártam a ranglétrát: a rendelőintézet vezető főorvosa, majd orvos-igazgató lettem. 2010 és 2018 között országgyűlési képviselő voltam, eközben 2010 és 2014 között kineveztek a kórház főigazgatójának. Ebbe a pozícióba tértem vissza 2018 októberében.

Orvos, országgyűlési képviselő, főigazgató. Melyik fajta munka áll a legközelebb a szívéhez?

– Van egy közös vonásuk: mindegyik emberekkel kapcsolatos. Az egész életem az egészségügyhöz kötődik, még amikor országgyűlési képviselő voltam,

akkor is az Egészségügyi, majd a Népjóléti Bizottság munkájában vettem részt.

Mit tart élete legnagyobb sikerének?

– A legnagyobb siker és öröm a családom. Ők a legfontosabbak, és azt gondolom, ez így is van jól. Igyekszem minden napban megtalálni a jót, szeretek nevetni, alapvetően optimista vagyok. „Az a nap, amelyik nevetés nélkül telik el, elvesztegetett idő”. Charlie Chaplinnek szerintem igaza van.

Marad ideje a családjára annak, aki ilyen szívesen foglalkozik emberekkel?

– Két fiam van, 31 és 28 évesek, a fiatalabb még nem hagyta el a családi fészket. Örülök, hogy bár felnőttek, de egy-egy nyári kirándulásra még elutazunk együtt. A hobbim az, hogy hétvégente főzök a családomnak, kipróbálok új ízeket, ez remekül kikapcsol. A fiúk nagyon egészségtudatosak, az ételnek egészségesnek kell lennie. Szerencsére ez nem nehéz, hiszen az olasz konyha az egyik kedvencük. Ha még marad idő, olvasok, ez jelenti nekem az elcsendesedést. Mindenevő va-



gyok, minden érdekel. A hangulatomnak megfelelően választok, de leginkább a történelmi regényeket szeretem. Szívesen olvasok nőkről, akik életükkel, munkájukkal, hitükkel maradandót hagytak az utókorra.

Mi az, amit még el szeretne érni?

– Nincs hosszú bakancslistám. Örömmel utazgatok Magyaror-

szágon, és a szomszéd országokat is szívesen felkeresem, most kezdem felfedezni Szlovéniát. Ami a kórházat illeti, azt szeretném, hogy jól működő, stabil, betegközpontú intézmény legyen. Sok fiatalot várunk a kórházba, szerencsére jönnek is, és ügyesek, érdeklődőek.

Önöket nem is érinti a munkaerőhiány?

– Dehogynem, mi is érezzük, hogy egy egész generáció kiesett: sok osztályról egyszerre mennek majd nyugdíjba a dolgozók. Erre csak egy megoldás van, csatasorba kell állítani fiatalokat, az orvosokat és a szakdolgozókat egyaránt.

Mitől válhat számukra vonzóvá a kórház?

– Attól, hogy látják: ők is aktív részesei lehetnek a gyógyításnak, ha feladatot kapnak, elismerik őket, biztos a szakmai fejlődésük, fontos a véleményük. Bízni kell bennük, és hagyni kell őket dolgozni.

Elképzeltető, hogy a politika még visszatér az életébe?

– Elvállaltam egy komoly feladatot, még nagyon az elején tartok. Számítanak rám a munkatársaim, most teljes erőmmel erre koncentrálok, és nagyon vágyom a „nagymamaszerepre”.

Vámos Éva

30 év háziiorvosi szolgálat

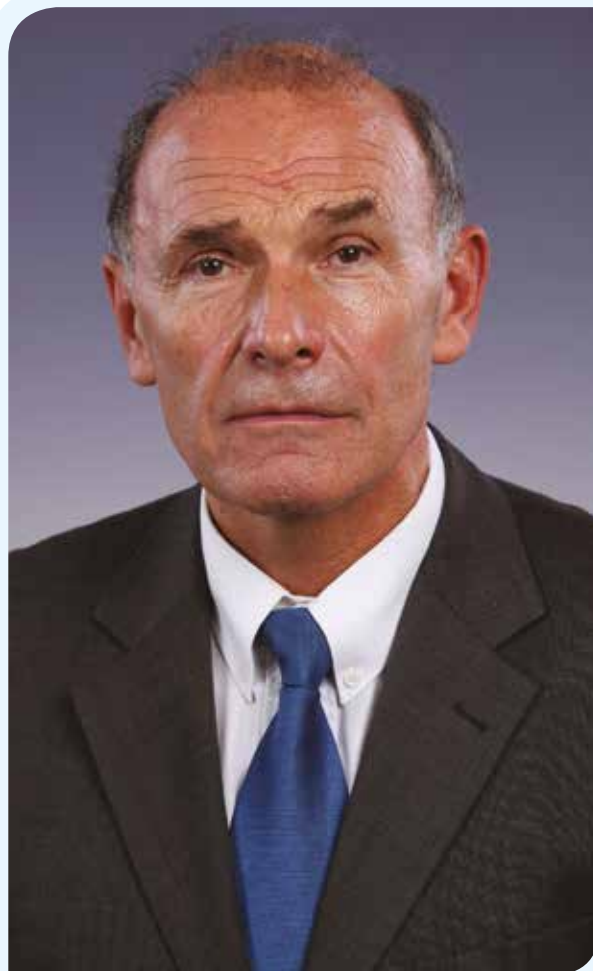
XX. kerület, Pesterzsébet, Vörösmarty utca 5. Ez Rurik Imre háziiorvosi rendelőjének címe immáron 30 éve. A Debreceni Egyetem Családorvosi és Foglalkozás-egészségügyi Tanszékének vezetője háziorvos, urológus, andrológus, és még okleveles egészségügyi szakmenedzser is. Az első, aki háziiorvosként PhD fokozatot szerzett, még 2003-ban.

„Januárban lesz 30 éve, hogy lezártam kórházi pályámat és elmentem körzetbe. Ennek megemlékezésére egy szerény, kollegiális és baráti ünnepséget tartok pesterzsébeti rendelőmben – írta meghívójában Rurik Imre. Ültünk már közös tévé műsorban, tagja kedves projektem a hazai és a határon túli háziiorvosoknak szóló „Az év praxisa a Kárpát-medencében” pályázat zsűrijének, persze, hogy elmegyek.

1 óra körül már tömve a rendelő, kivételesen nem betegekkel, hanem barátokkal. Mi lesz a forgatókönyv? – kérdezem Imrétől. – Forgatókönyv? Az nincs. Majd bemutatok mindenkit.

Aztán egy showman magabiztosságával, kreativitásával és humorával beszél egyfolytában 45 percig. Igaz, hogy a pezsgő megmelegszik a kezünkben, hogy egyik lábunkról állunk a másikra, de ez eltörpül amellet, ahogyan egytől-egyig bemutatja a jelenlévőket, elmondja azt is ki miért van itt.

Orvosi tanulmányait 1979-ben fejezte be a SOTE-n, Budapesten. Utána urológusként dolgozott, majd 1989-től körzeti orvosi állást vállalt, 1992-től háziorvos. 2008-tól a Debreceni Egyetem tanára, a Családorvosi és Foglalkozás-egészségügyi Tanszék vezetője. Egyetemi oktatói munkája mellett Budapest XX. kerületében gyakorló háziorvos, andrológiai és foglalkozás-egészségügyi szakrendelést is vezet. Családorvosi munkája mellett végzett kutatásainak fő iránya a táplálkozás és a metabolikus betegségek összefüggései. Ebben a témakörben szerzett PhD fokozatot, a háziorvosok közül elsőként, 2003-ban a Semmelweis Egyetemen „Időskorúak táplálkozás-egészségügyi vizsgálatának családorvosi lehetőségei” c. értekezé-



sével). 2010-óta a Debreceni Egyetem habilitált doktora, 2015-ben védte meg MTA doktori értekezését „Az elhízás terhe és következményei az alapellátásban” címmel.

Több hazai – Pro-Sanitate, Kibédi Mátyus István és Tangl Ferenc-díj, Halmy László emlékérem – és külföldi – Specialist Certification of Obesity Professional Education European Fellow, International Fellow – szakmai elismerés birtokosa. Tagja hazai és nemzetközi orvosszakmai folyóiratok szerkesztő bizottságának, 3 éven át a Családorvosi Fórum főszerkesztője volt. Aktív nemzetközi tevékenységet folytat a Háziiorvosi Világszervezet (WONCA) Európai régiójában, 2003 óta vezetőségi tagja a Primary Care Diabetes Europe szervezetének, továbbá az European General Practice Research Network és az European Forum for Primary Care Advisory Boardjának is. 2012 óta a Magyar Elhízástudományi Társaság alelnöke, 2014 óta a Családorvos Kutatók Országos Szervezetének elnöke, 2017 óta a Magyar Táplálkozástudományi Társaságot is vezeti.



Azt mondja évtizedekkel ezelőtt nem volt fontos, hogy egy 2 szobás lakásban ki volt az 86 ember, aki együtt bulizott. Ma már sok mindent másképpen lát, szeretné megkönnyíteni az egybegyűlteket dolgát, ha netán szólni szeretnének egymáshoz és ezért mutatja be minden vendégét: az egykori minisztereket – 3 is van belőlük –, házi orvos kollégákat, jobb vagy úgy tetszik balkezűket is: a nővéreket, a régi urológus kollégákat, Kisbenedek professzort, egykori főnökét a Dél-pesti Kórházból, ahonnan házi orvosnak igazolt át. A reggel beteget jelentett polgármester helyett kedvesen üdvözli az őt helyettesítő alpolgármester asszonyt. Sztori-sztori hátán, és még arra is felhívja a figyelmet, hogy van szemész a társaságban – felesége, akivel 40 éves házasság –, ha rosszul repülne a

pezsgős dugó. Mellettem a legidősebb vendég, egy 82 éves házi orvos. Hunyadi Péter állítja, hogy 1-2 év még biztosan benne van a kezében és a fejében, nem hagyja abba a hivatása gyakorlását, még nem áll le. Az ünnepelt közben azzal folytatja, hogy szépen felújított rendelőjével 1,5 milliót „tolt át” a veszteséglistájára, ugyanis az akkori illetékes kerületi alpolgármester nem támogatta a kért bővítést és átalakítást, így azt neki kellett kifizetnie. Koccannak a poharak, jönnek a jókívánságok, meg a kérdések.

Miért éppen házi orvos lett az urológusból? Nem áll hozzád közelebb mondjuk a sebész szakma?

– A kórházi évek alatt urológusként sokat ügyeltem körzetben, bevallom elsősorban gazdasági



okokból. Közben megszerettem ezt a szakmát, hiszen lehet másképpen is segíteni embereken anélkül, hogy meglévő testnyílásaikba csöveket dugnánk, bevarrnánk vagy újakat vágnánk beléjük. Korábban az urológia igazi sebészeti szakma volt, sokféle műtétet végeztem, de abban az időben kezdett bejönni az endoszkópia, amely mára a laparoszkópiával együtt szinte megszüntette a klasszikus sebészetet. Ettől egy kicsit tartottam, mert nem tudtam mennyi idő kell ahhoz, hogy azt is rutinszerűen tudjam majd tenni.

30 év hosszú idő. Utána – de már előtte is- leltárt készít, mérlegel az ember. Voltak nagy sikereid és nagy kudarcaid?

– Kudarccal kezdtem. Az egyetem utolsó éveiben urológusnak készültem, a klinikán TDK-ztam, a professzor biztatott, hogy odavesz, de azután másnak adta az állást. A Dél-pesti Kórház akkor nyitott, nem kellett protekció a felvételhez. Itt tanultam meg – részben autodidakta módon – kommunikálni a betegekkel, az egyszerű munkástól a vezető színművészig, a pártfunkcionáriustól a papokig, akadémikusig, mindenki feküdt nálunk. Úgy érzem jól döntöttem a pályaváltáskor. Büszke vagyok, hogy a háziorvosi munka mellett sikerült tudományos fokozatot elérnem, abban az időben én voltam az első az alapellátásból. Szerencsére ma már jóval többen vagyunk, néhányuknak én tudtam ebben segíteni. Odafigyeltem a nemzetközi kapcsolatokra, sok külföldi konferenciára elmentem, abban az időben saját költségemen.

Sokat számít az alapellátásban az önkormányzat. Nekem szerencsém volt, mert nemcsak a korábbi tanácselnökkel, hanem mindkét – eddigi – pesterszébeti polgármesterrel igen jó kapcsolatban voltam, partnernek tekintették a háziorvosokat, ami sajnos nem mindenhol jellemző.

Mire vagy a legbüszkébb? Az mindenképpen örömet okozhatott, hogy ilyen sokan eljöttek, és ilyen sokan örültek veled.

– Úgy érzem tudtam segíteni az alapellátásban folyó tudományos munka színvonalának emelésében, sok tehetséges fiatalot motiváltam. Akik itt vannak, régi és jelenlegi kollégáim mindkét szakmából, közülük sokhoz baráti kapcsolat is fűz. Rendelői munkatársaim és olyan korábbi egészségügyi vezetők, akik felismerték az alapellátás jelentőségét és a maguk hivatali idejében próbáltak is javítani rajta. Innen a kapcsolat velük, igaz mindhármat már jóval azelőttől ismertem, hogy miniszterek lettek volna. Az utóbbi 10 évben, amióta egyetemen oktatók, a praxisból való gyakori távolléteim alatt Tóth Kovács Krisztina segített sokat, a folyamatosságot a közel 20 éve nálam dolgozó Vally nővér jelenléte biztosította.

*B.Király Györgyi
fotó: Lerner I. Csaba*

10 percet beszéltem portugálul...

Farsang Csabát a Magyar Hypertonia Társaság örökös tiszteletbeli elnökét, a Szent Imre Egyetemi Oktatókórház Anyagcsere Központ Hypertonia Ambulanciájának vezető főorvosát tavaly októberben a portói Universidade Fernando Pessoa Egyetem díszdoktorrá avatta.

Portóról először a finom portói bor jut eszünkbe, pedig Portugália második legnagyobb városa egyetemeiről is híres. A portugálok a portói-akról azt mondják, hogy szorgalmas emberek. Van egy mondás, miszerint: *„Porto nem nevet, hanem dolgozik”*. Több-kevesebb igazság van benne, mert amíg a lisszaboniak, meg az ország déli részének lakói lazábbak, szívesen élvezik az életet, addig a portóiak inkább tüsténkednek, kereskednek, előnyben részesítik a munkát. Ezt tükrözi a másik mondás is: *„Braga imádkozik, Coimbra tanul, Lisszabon szórakozik, Porto dolgozik”*.

Nos, a portóiakat bizonyára jól ismeri Farsang Csaba, hiszen nem első alkalommal látogatta meg októberben a portói egyetemet. Gyorsan tegyük hozzá, hogy van már egy külföldi elismerése, néhány éve Kazahsztánban, egészen pontosan Almatiban vehetett részt a díszdoktorrá avatáson. Farsang professzor 5 éve meghívott előadó a Fernando



Pessoa Magán Egyetem Egészségtudományi Karán szervezett tanfolyamokon.

Fernando Pessoa egyébként a portugál modernizmus legkiválóbb alakja, költő, író, esszéista, társadalomtudós.

Világirodalmi jelentősége csak jóval halála után, 1960-ban kiadott összes művei nyomán vált egyértelművé. Életében egyetlen kötete látott napvilágot saját néven: Üzenet címmel. Egyik könyve (*„The Book of Dysquiet”*) halála után jelent csak meg. A könyv ott ékeskedik a frissen avatott díszdoktor polcán. A hazai irodalmárok bizonyára ismerik Fernando Pessoa-t, hiszen több könyve magyar fordításban is megjelent. Könyveinek többségét angolul, 70 különböző néven (ő ezt „heteronym”-nek nevezte álnév helyett) írta.

Az egyetemnek mintegy 5000 hallgatója van, kétszázötven tanára, 80 százaléka van PhD fokozata. Luis Martins professzor, a Portugál Hypertonia Társaság egykori elnöke, a Magyar Hypertonia Társaság tiszteletbeli tagja, az egyetem előző dékánja terjesztette elő Farsang professzort a díszdoktori címre. Meséli, hogy gyönyörű volt a ceremónia. *„A Gaudeamus igitur éneklése közben mentünk le az emeletről a földszintre, ahol a ceremóniát szervező hölgy ismertette az életpályámat,*





Luis Martins professzor, Salvato Trigo rektor és Farsang Csaba

„Fernando António Nogueira Pessoa 1888. június 13-án született Lisszabonban, az egyik Tejo-ra ereszkedő domboldalon elterülő São Carlos tér 4-es számú házában, amely éppen szemben volt a lisszaboni opera épületével. Az életrajzírók közlik a költő születésének óráját is – délután három óra 20 perc – föltehetően Pessoa okkult tudományok és az asztrológia iránti vonzódására s az általa készített horoszkópokra gondolva.

Tisztviselőcsaládból származott, édesapja korán meghalt, mikor Pessoa még csak ötéves volt. Költői tehetségét édesanyjától örökölhette, aki újra férjhez ment, s a család a mostohaapa konzuli kinevezése miatt Dél-Afrikába költözött. Tanulmányait Dél-Afrikában, Durbanban, majd a Fokvárosi Egyetemen folytatta. Angolul, görögül, németül, fran-

ciául olvasott filozófusokat és szimbolistákat. 1905-ben hazatért Lisszabonba, hogy a portugál irodalomnak szentelje életét. Bizarr személyiségnek, „hisztérikus neuraszténikus” típusnak tartották. Élete végén lett ismert költő és író hazájában, 1934-ben jelent meg költészeti életművét összefoglaló, első önálló portugál kötet *Mensagem* (Üzenet) címmel.

Kiderült, hogy 70 álnéven („heteronyms”) és különböző stílusokban írt, különböző nyelveken. Vélhetőleg az énkeresés sajátos formáját jelentette nála a személyiség megtöbbszörözése. Írásaiban – valamennyi alteregójának publikációiban – felépítette a fiktív alakok pályáját, megírta életrajzukat, kiszámolta horoszkópjukat és kidolgozta aláírásukat is. Legismertebb heteronímjei: Alexander Search, Charles Robert Anon, Pantaleão,

Barao de Teive, Dr. Gaudêncio Nabos, Chevalier de Pas, Jean Seul, Raphael Baldaya, A. A. Cross, Maria Jose, Adolf Moscow, Jean Seul de Méleuret, Viciente Guedes, Barón de Teive, Frederico Reis, Fausto, Antonio Mora, Pero Botelho, Coelho Pacheco, Thomas Crosse, David Marrichi.

Úgy képzelhetjük el a portugál költőt, mintha Babits, Kassák, Kosztolányi, Füst Milán és Tóth Árpád költői teljesítménye egyetlen emberbe lenne összegyűrve. Barátainak olykor úgy beszélt alteregóiról a személyiségét megsokszorozó Pessoa, mintha néhány perce vált volna el a saját maga által teremtett íróársaktól az utcán. A kutatók szerint legalább nyolcvanhat ilyen alakmást, heteronímet keltett életre.”

Forrás: mek.oszk.hu



majd Luis Martins professzor tette meg előterjesztését, egy félórás előadásban szolt eddigi munkásságomról.

Ezt követően az egyetem rektora, Salvato Trigo nyelvész professzor ismertette a Rectori Tanács határozatát, melyben megválasztottak az egyetem díszdoktorává. Megkaptam tőle az egyetem díszait (diploma, kö-

peny, díszlánc éremmel, ami természetesen a tudós baglyot ábrázolja).

Ezután felkértek előadásom megtartására, melyet mintegy 10 perces portugál nyelvű bevezetővel kezdtem (a hallgatóság nagy meglepetésére...). Marikával, a feleségemmel együtt már egy ideje tanulunk portugálul! Rettenetesen nehéz nyelv. Egyetlen példa: az x betűt négyféleképpen kell ejteni, attól függően, hogy melyik szóban található. Lehet x, s, z, de sz is. Aztán angolul folytattam a „Hypertonia és én” című előadásomat, amiben beszámoltam a kezdetekről, a Kanadában töltött másfél évről, a hazai eredményekről, az Európai és a Portugál Hypertonia Társasággal közösen végzett munkámról is.

Prezentációm után Salvato Trigo rektor hosszan méltatta a portugál-magyar irodalmi, történelmi és – nagy meglepetésemre – nyelvi, nyelvészeti kapcsolatokat.”

Előadását követően a portugál himnusz, majd a „Gaudeamus igitur” dallamai zárták az ünnepséget.



Amit adok, százszorososan kapom vissza...

Az állítást Gali Ida csongrádi házi gyermekorvos fogalmazza meg magáról. Bizonyos értelemben tényleg eltér az átlagtól, de inkább jó értelemben. Ezt bizonyítja, hogy „Az év praxisa a Kárpát-medencében” pályázaton a második helyre juttatta páciensei 25000 szavazata.



A pályázat honlapja szerint Önt imádják a betegek. 33 ajánlást kapott úgy, hogy egy kisvárosban, Csongrádon háziorvos. Hogy érezte magát, amikor kiderült, hogy ennyire szeretik?

– A sok ajánlatot olvasva elsírtam magam, ennyi szeretet megbecsülés és bizalom – amit Isteni kegyelemnek tartok – láttán, úgy éreztem magam mint a Lourdesi zarándok úton, amikor a fáklyás menettel mentünk a Mária szoborhoz, és szeretet csillagok hul-

lottak ránk az égből. A mai rendelésen így fogalmaztak: ekkora kampány és összefogás árvíz idején volt. Az ajánlásokat be fogom köttetni, mert azok őszinték, igazak, és minden díjnál többet érnek.

Ön hívő?

– Igen. Nem tartom magam nagyra, Isten teremtett olyanra, hogy tegyem a jót, és hogy elbírjam, ami jön. Tízszer műtöttek, más már a padlón lenne, én meg

megyek és teszem a dolgomat. Sokkal könnyebb annak, akinek van hite. Feszület van a falamon otthon is, a rendelőben is. Ha valami nagyon nehéz, ránézek, és könnyebb lesz minden. Én minden reggel hálát adok, este pedig végiggondolom a napom, és megköszönök mindent. Hálás vagyok a takarítónőnek, ha szép tiszta a lakás és van friss ágynemű, és ezt ki is mondom. A szeretetterápia működik, amit adok, százszorososan kapom vissza. Engedje meg, hogy megosszam az olvasókkal egyik kedvenc idézetemet Anthony de Mellótól. Ez pontosan visszaadja, amit gondolok. „Ha szeretsz, más szemmel nézel a világra; nagylelkű leszel, megbocsátó, jószívű, pedig korábban esetleg kemény és rideg voltál. Az emberek óhatatlanul is hasonlóan viselkednek veled, s hamarosan abban a szeretetteljes világban élsz, amit te magad teremtettél.”

Mit szeretnek Önben a betegek?

– Engem mindig el lehet érni. Számomra a beteg az első, bár-





„Tisztelt Zsúri!

Nemrég összefutottam egyik ismerőssémmel, aki megkérdezte tőlem, hogy hallottam-e az év praxisa pályázatról? Azt feleltem neki, hogy nem, de mivel kíváncsi voltam, hogy mit is takar ez a pályázat, kértem, hogy világosítson fel kicsit bővebben ezzel kapcsolatban. Elmondta, hogy ezt a díjat házi orvosok nyerhetik el, és hogy mi páciensek is ajánlhatjuk őket. Rögtön eszembe jutott a mi gyermekorvosunk „Ida néni”, aki munkáját a mai napig teljes szívvel-lélekkel, lelkiismeretesen végzi.

Mikor gyermekeim számára házi orvost kellett választani, „gondolkodás nélkül” őt választottam, hiszen én is az „Ő” keze alatt nőttem fel, éppen ezért teljes mértékben megbízom tudásában, orvosi tapasztalatában. Két gyermekem közül a nagyobbik sokáig magatartászavarral küszködött, amit sajnos a környezet (óvoda, iskola) nem tolerált, és segítség helyett „hideget-meleget” kaptam. A „laikusok” gyógyszereket, nyugtatókat javasoltak a gyermek számára.

Felkerestem „Ida néni”, elmondtam neki gyermekem problémáját, hogy a környezetemtől csak támogatást kapok, és kérdeztem, hogy mitévő legyek? Ő elmondta, hogy azok a tünetek, amelyek gyermekemnél jelentkeztek egy bizonyos betegségre utalnak, de ezt a betegséget csak 25–30 éves korban lehet konkrétan diagnosztizálni. Tehát, ha a tünetek nem múlnak el, akkor beszélhetünk betegségről és gyógyszeréről. Ahogy elmondta nekem mindezt, nyugalom költözött „lelkembe”. Azóta pár év eltelt, és szerencsére gyermekem magatartászavara kezd helyreállni.

Az előző történet is azt bizonyítja, hogy „Ida néni” nemcsak jó szakember, hanem képes az empátiára is. Véleményem szerint ez a bizalom és a jó kapcsolat alapja.

Ami pozitívum még számomra, és a jó betegorvos kapcsolatot tovább erősíti, hogy keresztény szellemben gondolkodik. Ha belépünk a váróterembe, a falat díszítő mesealakok között feltűnik a „jóra vezető út” képe, a Tízparancsolat. Mikor először megláttam, nagyon örültem neki, hiszen az általam ismert egészségügyi intézmények egyikében sem tapasztaltam még ilyet. „Ida néni” számára nemcsak a testi, hanem a lelki gyógyulás is fontos, éppen ezért tartom őt nagyon jó szakembernek, és kívánom, hogy még nagyon sokáig az is maradjon!

Köszönettel: Sebestyén Krisztina

Forrás: www.evpraxisa.hu



kinek szüksége van rám, megyek. Nem érdekel, hány óra van, vagy mennyit dolgoztam már aznap. Ez azóta így van, hogy az orvosi diploma megszerzése után elkezdtem a munkát az orosházi kórházban. Volt, hogy az év 365 napjából 340-et ügyeltem. Szoktam is mondani, hogy a 42 év alatt dupla mennyiségű, ráadásul két férfi munkáját végeztem el. Hat éve nyugdíjas vagyok, de a múlt héten például három körzetben dolgoztam, és nyolcvan embert elláttam naponta. Biztosan azért van ez így, mert méhen belül fiúnak akartak.

Kicsit spirituálisan hangzik, amit mond. A spirituális szemlélet alapján gyógyít?

– A holisztikus szemlélet alapján gyógyítok, nekem az az elvem, hogy minden a lélekre vezethető vissza. Régen ez tabu volt, ma már egyre többen elfogadják. Mindig a betegség érzelmi okait keresem, a sokkot, az érzelmi megrázkódtatást, ami kiváltotta, a gyógyítás egyik legfontosabb eleme pedig a belső ellentmondások, feszültségek feloldása. Számos esetet tudok elmesélni. Mindig próbálom kitalálni, a testi tünet mögött milyen érzelmi probléma lehet. Ha például kiütés van a páciens bőrén, az azt jelenti, hogy valamtől el akar határolódni. Sokat kell beszélgetni a betegekkel, hogy megtaláljam a probléma gyökerét. Egyik pácinsem két éves gyerekeknek hullottak a körmei. Sok



beszélgetés után mondta el az anyukája, hogy „amikor két hónapos terhes voltam, ki akarták kaparni Ninát”. Ennek a kiderítése volt az első lépés a gyógyulás felé. Annál tudok jó eredményt elérni, aki őszinte velem. A hazugságnak, játszmázásnak nincs helye a rendelőmben. Az biztos, hogy minden egyes hozzám fordulónak adok valamit: azt tartom a legfontosabbnak, hogy aki velem beszél, legyen boldogabb, mint a találkozás előtt volt.

Amikor valakinek ennyire a hivatásáról szól az élete, nagyon erős elköteleződés kell jellemezze. Önnél ez már gyerekkorában kialakult? Már akkor tudta, hogy orvos lesz? Milyen családból jött?

– Nagyon jó családban nőttem fel Csépnán, a Tiszazugban. Az apám szabómester volt, az anyám háztartásbeli. A szentesi gimnáziumban inkább humán ér-

deklődésű voltam, tanítónő akartam lenni. Vesekő miatt kórházba kerültem, és ott a kórházban döbbentem rá, hogy az orvosi szakma az én hivatásom. Az apám harcolt ellene, azt mondta, nem való ez egy falusi lánynak, de én már akkor sem adtam fel az álmaimat. Nagyon jól tettem: boldog vagyok, hogy azt csinálhatom, amit szeretek.

Mennyi ideje jut a szeretteire?

– Nem sok, de arra törekedtem mindig, hogy amikor otthon vagyok, akkor az minőségi együttlét legyen. Egyszer az egyik asszisztensem azt mondta. „Doktornő, én se vagyok lassú, de ilyen gyors, mint maga, senki nincs.” Az, hogy ilyen vagyok – nem az én érdemem, ez isteni adomány –, nemcsak a munkában segít, hanem a családban is, ott is többet tudtam elvégezni, mint egy átlagos munkabírási ember. A férjem 1999-ben meghalt, akkor 15 és 14 évesek voltak a fiam, egyedül neveltem őket. Az egyik fiam mentőzik, és a katonaságnál bűvár. A másik fiam vendéglátózott, most vettek egy szőlőt, építenek rajta egy házikót. Ő művészlélek, nagyon kreatív. Most az elcsendesedés időszakát éli.

Eddig nem volt rá alkalom, most tanulok főzni. Van egy nyolcéves unokám, sokat van velem, ő is szokta mondani: „Mama, azt szeretem benned, hogy veled lehet őszintének lenni.” Nekem ez nagy dicséret, igyekszem is megfelelni neki.

Vámos Éva



Az adás örömét megélni az igazi boldogság!



A Semmelweis vonósnégyest 1983-ban alakította négy, a zene iránt elkötelezett orvos: Asbóth Richárd, Kelemen László, Ostoros Gyula és Székely György. Olyan neves előadóművészek és zenepedagógusok segítettek repertoárjuk kialakításában mint Kistétényi Melinda, Nagy Enikő, Szentpéteri Gabriella, Varga Csilla, Devich Sándor, Frankl Péter, Konrád György, Rolla János, Várjon Dénes, Vásáry Tamás. 36 esztendő alatt szerepeltek a Zeneakadémia Nagytermében, koncerteztek Berlinben, Grazban, Salzburgban. Részt vettek a Tavaszi Fesztivál programjában, 2008-ban pedig elsőként nyerték el a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem Musica dilecta – amatőr

művészek számára alapított – díját. Most a hegedű szerelmese, Kelemen László belgyógyász, háziorvos mutatkozik be Önöknek.

Hány éves korára emlékszik vissza?

– Talán négy éves lehettem, nem szerettem se öltözködni, se vetkőzni. Mindig sírtam, amikor öltöztettek. Anyám ilyenkor rám ripakodott: milyen orvos lesz belőled ha ezért is bőgsz? Ez sokáig megmaradt bennem. Aztán jöttek a gyerekkori műtétek, sérv, vakbél, mandula, úgyhogy a fehér köpenyt hamar megismerhettem. Örömmön nevelkedtem. A kő-

bányának volt egy kultúrháza, ahová összejárt a falu apraja, nagya nézni az első fekete fehér televíziós adást. Focimeccs volt, ami engem annyira nem érdekelt, de a meccs szünetében egy szóló hegedűdarabot játszott valaki, ami annyira megragadott, hogy otthon azt mondtam édesanyának: szeretnék hegedülni. „Ha eljárszod fiam, hogy eltörött a hegedűm, akkor születésnapodra kapsz ajándékba!” Addig pen-

gettem, ameddig sikerült eljátszanom, így kaptam az első hegedűmet. Először a plébános édesapja tanítgatott, majd egy év után Óbudán, a Flórián téren Szigeti Klára zeneiskolában folytattam Batári József hegedűművésznél. Nem volt olcsó itt tanulni, de szüleim ezt az áldozatot is meghozták. Öt évet tanultam nála, tőle kaptam meg mindazt, ami ahhoz kellett, hogy a zene fennkölt-ségét megértsem.

Végül is, miért döntött az orvosi pálya mellett?

– Nem tudom megfogalmazni. Ez a csíra gyermekkorom óta élt bennem, és amikor



Örömeze Konrád Gyuri bácsival

dönteni kellett: egyértelmű volt, hogy orvosira jelentkezem, még-hozzá az NDK-ba. Bár a maximális pontszámot sikerült elérnem nem fértem bele a keretbe. Még abban az évben felvételiztem a Budapesti Orvosi Egyetemre, ahol a maximális 20 pontból 19-et teljesítettem, ezért abban az évben nem vettek fel oda sem. Elmentem mindenesnek a volt BM Kórházba, ahol a szakmából sok mindent megtapasztalhattam. A következő évben felvettek az orvosira, jártam mellette zeneiskolába is. Aztán kirúgtak a fizika vizsgán, ezért úgy döntöttem, hogy a szigorlatok miatt szüneteltetem a zenei tanulmányaimat. Ezután már nem is vettem részt semmilyen zenei képzésben, de a zene utáni olthatatlan vágyam megmaradt. Sokszor hegedűtökkel lógtam be a Zeneakadémiára nagynevű előadókat hallgatni. A fizika szigorlatom egyébként másodszorra ötösre sikerült és jó eredménnyel végeztem az egyetemen. Szívem szerint sebész szerettem volna lenni, de ezt a gyerekkori szembalesetem nem tette lehetővé. Édesanyám ragaszkodott hozzá, hogy a közelében maradjak és bár számtalan helyre kaptam meghívást végül a MÁV Kórházba kerültem. Aztán nyugdíjba vonulásomig háziorkosként praktizáltam.

Mégiscsak visszatért a zenéléshez.

– Már az egyetemi éveim alatt is játszottam, 1968-ban szűnt meg a Budapesti Orvostudományi Egyetem szimfonikus zenekara. Az egyetem KISZ szervezete nem szerette volna, hogy a zenei élet teljesen megszűnjön, ezért felvételt hirdetett egy kamarazenekar megalakításához, ahová jelentkez-

tem. Ez a kamarazenekar Tardy László – a Mátyás templom karnagya – odaadó irányításával ma is működik.

Milyen út vezetett a Semmelweis vonósnégyeshez?

– A zenekarban kezdetektől ott volt, a nálam fiatalabb Asbóth Richárd – ma kardiológus főorvos –, aki csellistája lett a vonósnégyesnek. Szoros barátság alakult ki közöttünk már az egyetemen. A papája szülész-nőgyógyász volt Újpesten, jó barátságban Végh Sándorral, akivel együtt kamaráztak a lakásukon. Richárd meghívott engem egy ilyen kamarapróbára, ahol együtt játszottak Kistétényi Melindával zongoraötöst. Itt született a gondolat, hogy jó lenne egy vonósnégyest alakítani. Később megtaláltuk Széll Jancsit, aki felettem járt és brácsázott, valamint a feleségét, aki nagyon jól hegedült. Ezzel a felállással indultunk, rendszeressé vált, hogy összejöttünk és vonósnégyesestünk. Sajnos Széll János megbetegedett, meghalt, ez véget vetett a vo-



Kelemen László, Székely György, Ostoros Gyula és Asbóth Richárd



A Semmelweis Vonósnégyes, azaz próba nálunk



Rolla János
mesterkurzusa

nósnégyesünknek. A nagy megrázkódtatás után Székely Gyuri – ma gasztroenterológus osztályvezető főorvos – került képbe, az egyetemi éveink alatt ő volt a zenei élet szervezője a Medikus klub-

ban. Rendezett egy olyan koncertet a zenekar számára, ahol Kistétényi Melinda zongorázott. Azon töprengtünk, hogy a haláleset miatt szétesett vonósnégyesünk, újra összeállhatna. Ostoros Gyuszi hegedűn játszott, ő lett a kvartett brácsása, ma tudógyógyász-onkológus osztályvezető. Így alakult meg a vonósnégyes a remekül gitározó és hegedülő Székely Gyuri szervezésével, aki átlendített bennünket a holtponton. Akkor kaptuk az első meghívást, amitől annyira fellelkesültünk, hogy elhatároztuk: ezt folytatni kell.

És a mai napig együtt vannak.

– Van három jó barátom! Ez egy igaz barátság. Az ember önmaga megismerésében is talál sok újat, jót és rosszat, és ez igaz mások megismerésére is. Mi a jót keressük kölcsönösen. Azt tartom elsődlegesnek, hogy ne úgy legyen nekem jó, hogy az másnak rossz! Ezért jelentettem be a Semmelweis Kamarazenekar újévi koncertjének utolsó próbáján, hogy én ezt az évet szeretném az utódlásra kijelölni. Úgy szeretnék a koncertmesteri székből felállni, hogy időben tettem le a hangszert, és nem a pódiumon esik ki a kezemből a hegedű.

Büszke vagyok, hogy a zenekarunk tavaly töltötte be az ötvenedik születésnapját és még mindig együtt vagyunk, de felelősnek érzem magam a kontinuitás megőrzését jelentő utódlás kérdésében is.



Igazi örömmzenészek, akik még a beteg, nehéz sorú gyerekeket is támogatják.

– Támogatni? Az a legjobb dolog a világon. Mondok egy példát: Tarnabodon töltöttem iskolás korom nyarait nagynénémnél Anna néninél. Egyszer azt mondtam apámnak, hogy úgy szeretnék Anna nénitől egy csomagot kapni. Én soha sem kapok senkitől, és az olyan jó lenne. Apám vette a fáradságot, megcímzett egy kartondobozt az én nevemre és feladónak odaírta a nővére nevét és címét. Elvitte a postára és feladta. Amikor a postás kihozta én rettenetesen boldog voltam, hogy kaptam Anna nénitől egy csomagot, amire annyira vágytam. Én ezzel a kívánsággal adtam apámnak egy ötletet, ő lett a legboldogabb, hogy adhatott nekem. Akkor jöttem rá, hogy kapni is nagyon jó dolog, de az adás örömét megélni az igazi! Annál nagyobb boldogság nincs! Ez így van a zenében és az orvosi hivatásban is. Bármilyen jó ügy mellé szívesen odaállunk, ha látjuk, hogy van értelme.

Az orvosi hivatás önmagában is időigényes, hát még ha kombinálja fellépésekkel, gyakorlással. A családja jól viseli?

– Az első házasságom tévedés volt, egy év után visszaköltöztem a szülői házba. A második házasságomat már sokkal jobban megfontoltam. Szerencsés vagyok, mert egy igaz embert kerestem és találtam a második házasságomban. Feleségemnek van egy fia az első házasságából: szakács, Bristolban élnek egyetlen unokánkkal. Bánatunkra, ritkán találkozunk. 3 közös gyerekünk közül András fiúnk 28 évesen váratlanul elhunyt, nagy tragédia. Lacikáért is sokat aggódtunk pici korában, ő most német érdekelttségű cégnél kamatoztatja diplomáját és kiváló tehetségét. Kata lányunk mérnök informatikus, és remek zenei érzéssel rendelkezik. Fuvolázni, zongorázni tanult, jelenleg a filmművészet iránt érdeklődik, filmesztétikát tanul Pécsen.

Maradt még valami másra is ideje?

– Ha egy autót szét lehet szedni és össze lehet rakni, akkor én megteszem. A műszaki dolgok rendkívül érdekelnek. Legjellemzőbb erre a helyzetre a fiam reakciója 3 éves korából. Akkor tanítottuk arra, hogy meg tudja mondani, hol lakik. – A kiságyban lakom – mondta. – Apa hol lakik? – kérdeztük. – Apa a garázsban. – És édesanyád? – Anya a konyhában lakik. Ő így látta a mi családjunkat. Most már kicsit lelassultam, már jobban be kell osztanom az időmet. Mindent összevetve szerencsés ember vagyok, mert amit szerettem volna elérni azt elértem: úgy az orvoslásban, mint a zenélésben. Ennél többre soha nem vágytam. A családom – feleségemmel az élen – minden erejével mögöttem állt, és támogatott. Köszönettel tartozom nekik, minden barátomnak, a zenekari tagoknak és azoknak a kollégáknak, akik komolyan vették a csapatmunkát!

Seregély István

A diabéteszes beteg antihypertenzív kezelésének lehetőségei

„A cardiovascularis betegségek ma ugyanazt jelentik az orvostudomány számára mint az előző évszázadok járványai az akkori medicinának: a fejlett országok népességének 50%-a hal meg szív-érbetegségekben.” Fogalmazta meg a jövőbe látóan Kertai Pál professzor. A kockázatokról szólt az Egis szimpóziuma az előző hypertónia kongresszuson. Előadók: Finta Ervin, Ábrahám György és Simonyi Gábor.

A szimpatikus túlsúly szerepe a vérnyomás szabályozásában-terápiás lehetőségek rilmenidinnel

Erről beszélt **Finta Ervin**, a Szent Imre Egyetemi Oktatókórház főorvosa. Előadásának első részében a baroreflex vérnyomás szabályozásában betöltött szerepét ismertette. A folytatásban terítékre került a hipertónia kialakulásában és fenntartásában jelentős szerepet betöltő szimpatikotónia, illetve annak a szív- és érrendszerre kifejtett káros hatásai, melyek jelentős szerepet tölthetnek be az atheroszklerózis, a koronária spazmus, illetve trombozisz, vagy akár súlyosabb esetben a hirtelen szívhalál kialakulásában.

Az előadás második részében a szimpatikus túlsúly csökkentésének lehetőségeit hangsúlyozta. Az életmódbeli változtatás jelentőségének kiemelésén túl, a jelentős szimpatolitikus hatással rendelkező I₁ imidazolin-receptor agonisták kedvező kardiovaszkuláris hatásait ismertette az előadó. E gyógyszercsoport egyik legszélesebb körben használt hatóanyaga a rilmenidin. Számos külföldi és hazai vizsgálatok eredményeire hivatkozva nyomatékosította a hatóanyag jelentős vérnyomás-, illetve a bal kamrai hipertrófiát csökkentő hatását. Majd a rilmenidinnel a baroreflex érzékenységre, a vérnyomás- és a szívfrekvencia variabilitásra kifejtett kedvező hatásait egy saját, nemzetközi szaklapban is

publikált vizsgálat eredményivel demonstrálta. Az előadás utolsó részében a rilmenidin kedvező renális, hormonális és metabolikus hatásairól beszélt, valamint a diabéteszes betegek kezelésének szempontjából kedvező, az inzulinrezisztenciára, glukóz toleranciára, illetve a lipidanyagcserére kifejtett kedvező tulajdonságáról.

A klinikai eredmények, illetve a hatóanyaggal szerzett jelentős tapasztalat alapján elmondható, hogy a rilmenidin a hipertóniás betegek széles körében egy hatékony, jól tolerálható terápiás partner.

Fix kombináció egy molekulán belül



Ezt a címet választotta **Ábrahám György** a Szent-Györgyi Albert Egyetem Általános Orvostudományi Karának professzora. A kardiovaszkuláris betegségek kockázati tényezői többségükben jól ismertek, számos közülük a befolyásolhatók közé tartozik mint például a magas vérnyomás, a cukorbetegség, a lipid eltérések, a húgysav anyagcsere zavarai. Csak idő kérdése, hogy mikor és milyen mértékben ezek létre a célszervek érintettségét, mely a szervezet egészét érintve progresszív károsodást okoz.

Közös bennük a centrálisan generált kórosan fokozott sympatheticus aktivitás, mely más tényezőkkel együtt hozzájárul a vasculáris és cardialis szimaizomzat hypertrophiájához és hyperplasiájához. Utóbbi változásokat összefoglaló néven remodellingnek nevezzük. Ennek pathomechanizmusában a renin-angiotensin-aldoszteron rendszer (RAAS) – elsődlegesen az angiotensin II – mellett döntő szerepe van az alfa- és béta-receptorok révén indított hatásoknak is. Csak akkor számíthatunk komplex terápiás védelemre, ha a RAAS-gátlás mellett egyfelől fékezzük a centrális sympatheticus aktivitást – ennek hatékony eszköze az I₁-receptorok stimulálása pl. rilmenidinnel –, másfelől blokkolni tudjuk a sympatheticus aktivitás érvényesülésének perifériás transzferpontjait, az alfa- és béta-receptorokat is. Erre kiválóan alkalmas gyógyszer a carvedilol, melynek egyedülálló tulajdonsága a többi béta-blokkolóhoz képest, hogy a hatékony béta-receptor gátlás mellett effektíven blok-

kolja a perifériás alfa-receptorokat is, így egyidőben akadályozza mindazokat a káros folyamatokat, melyek a sympathicus túlműködés következményeként az alfa- és béta-receptorok közvetítésével jönnek létre. További egyedülálló sajátossága, hogy elsődlegesen a muszkarin M₂-es receptoraira hatva javítja a szimpatikus-paraszimpatikus egyensúlyt. Az M₂ receptor (ún. „cardialis típusú”): elsősorban a paraszimpatikus szívhatásokért (bradycardia, a szívpitvar kontraktilitás csökkenése) felelős, preszinaptikusan is előfordul, ahol gátló hatású. Az M₄ receptorral együtt általában az adenilát-cikláz enzimet gátolják, a pertussis toxin-szenzitív G-fehérjén keresztül, amely elsődlegesen gátló jellegű hatásokat közvetít, leggyakrabban K⁺-csatorna nyitása által okozott membrán-hiperpolarizáció révén: a sejtszintű hatás ez esetben neuronális kisülés és a neurotransmitter-felszabadulás gátlása, a szívfrekvencia csökkenése lesz. Így tulajdonképpen megvalósul a carvedilol molekulán belül a 3-as „fix kombináció”.

Ez az egyedi sajátossága is magyarázza, hogy a carvedilol megfelel az ideális antihypertensivummal szemben támasztott követelményeknek, azaz egyaránt csökkenti a sympathicus aktivitást, így a perifériás rezisztenciát, a szívfrekvenciát, a renin szintet, ugyanakkor nem hat a perctérfogatra és nem okoz perifériás vasoconstrictiót. Mindehhez antioxidáns hatás, az anyagcsere kedvező befolyásolása, az inzulin szenzitivitás javítása, a melanotonin szint alvaskori megőrzése társul endothel protekció mellett. Összefoglalva megállapíthatjuk, hogy a carvedilol meghatározó képviselője a korszerű alfa- és béta-receptor blokkoló készítményeknek, mely az M₂-es receptorokra való hatásával megvalósítja az egy molekulán belüli „fix 3-as kombinációt” is. Bejegyzett indikációi alapján hatékonyan alkalmazható az esszenciális hypertensio kezelésére monoterápiában vagy kombinációs kezelés részeként. Hasonlóan kedvező hatást remélhetünk a krónikus szívelégtelenség valamennyi stádiumában, függetlenül, hogy annak hátterében ischaemiás vagy nem-ischaemiás kórok áll. A carvedilol a cardiovascularis continuum minden fázisában olyan terápiás alternatívát kínál, melytől joggal remélhető úgy az életminőség javítása, mint a szív-érrendszeri célszervi károsodás csökkenése.

Vérnyomáskontroll fix kombinációval



Munkacsoportjának vizsgálatára alapozva, új megközelítésben mutatta be a ramipril/amlodipin fix kombinációk előnyeit **Simonyi Gábor** vezető főorvos (Szent Imre Egyetemi Oktató Kórház). Előadásának első részében felidézte, hogy a nagy elemszámú korábbi hazai RAMONA és RAMSES vizsgálatok már igazol-

ták, hogy a vérnyomás célértéket el nem érőknél a ramipril/amlodipin fix kombinációval (FDC) végzett antihypertenzív terápia igen hatásosnak bizonyult.

A RAMONA vizsgálatban a négy hónapos követési idő alatt sok, nagy kardiovaszkuláris kockázatú (pl. ISZB, 2-es típusú diabetes mellitus) beteg esetében 70–76%-ban elérhetővé vált a vérnyomás célérték, amely a kardiovaszkuláris prevenció szempontjából nagy jelentőségű eredmény. A RAMSES vizsgálatban, amelyben metabolikus szindrómás hypertoniás betegek vettek részt, a diabeteses betegek célérték elérésének aránya mintegy 60%-os volt.

A prezentáció szakmai érdekessége volt még, az idei Európai Kardiológiai Kongresszuson már korábban ismertetett, több mint 135.000 beteg OEP adataira alapozott saját, hazai perzisztencia vizsgálat eredményeinek bemutatása, amely a RAAS-gátlók (ACEI és ARB)/CCB-k fix kombinációinak egyéves perzisztenciáját hasonlította össze. Ebben, a hét fix kombinációt tartalmazó elemzésben a ramipril/amlodipin fix kombináció egyéves perzisztenciája bizonyult a legjobbnak.

Ezt követően került sor a ramipril/amlodipin fix kombináció egy újabb hazai pilot vizsgálatának az ismertetésére. A vizsgálat célkitűzései közé tartozott, hogy felmérjék a ramipril/amlodipin FDC hatásosságát centrális 24 órás vérnyomás monitorozással (cABPM) friss hypertoniás, terápia-naív betegekben. Vizsgálták azt is, hogy a szokásos 24 órás vérnyommérés brachiális paraméterein túl hogyan változnak a centrális vérnyomás különböző paramétere a ramipril/amlodipin FDC hatására.

A vizsgálati eredmények igazolták, hogy a korábban terápia-naív, frissen diagnosztizált középsúlyos hypertoniás betegek közül 19 (82,6%) érte el az egy hónapos 5 mg/5 mg ramipril/amlodipin fix kombinációs terápiával a célvérnyomást. A vérnyomás célérték el nem ért betegek esetében a 10 mg/5 mg-ra feltitrált ramipril/amlodipin FDC dózisemeléssel a következő egy hónap alatt 3 beteg esetében sikerült a célvérnyomást elérni, míg egy 2-es típusú cukorbetegnél a 10 mg/10 mg-re feltitrált ramipril/amlodipin fix kombinációval a 3. hónapra érték el a vérnyomás célértéket.

A vizsgálat újdonsága volt, hogy nemcsak a mindennapokban használatos ABPM-et használták, hanem a centrális vérnyomás paramétereit is mérő készüléket alkalmaztak. A ramipril/amlodipin fix kombináció e szempontból is jól vizsgázott, mivel a brachiális vérnyomásértékkel párhuzamosan csökkent a centrális 24 órás átlagvérnyomás, a cPP, a cMAP és az Alx75is, előzetesen még nem kezelt hypertóniásokban.

Az ismertetett vizsgálatok eredményei alapján a ramipril/amlodipin fix kombináció alkalmazásával eredményes vérnyomáskontroll érhető el a korábban már kezelt, de nem célértéken lévő, valamint az újonnan diagnosztizált hypertoniás betegek körében egyaránt.

A közlemény megjelenését az Egis Gyógyszergyár Zrt. támogatta. Az összefoglalóban szereplő információk a szerző(k) nézeteit tükrözik. Bármely említett termék alkalmazásakor az érvényes alkalmazási előírás az irányadó.