

# Lijeènik i pacijent

Autor Administrator

Ono &scaron;to lijeènik treba reæi svome pacijentu, ili

ono &scaron;to bi pacijent morao  
znati o svome zdravlju

Preduvjet uspje&scaron;nog lijeèenja je &scaron;to bolje upoznavanje bolesnika o njegovoj bolesti, o njenoj naravi, uzrocima, tijeku, razvoju, komplikacijama, moguænostima lijeèenja i prognozi. Jer, ako o opasnosti ni&scaron;ta ne zna&scaron;, ako je ne osjeæa&scaron;, ne vidi&scaron;, kako æe&scaron; joj se onda suprostavljati. Stari kineski strateg kaæe: &bdquo;Upoznaj neprijatelja, upoznaj samoga sebe, i pobjeda neæe biti dvojbena..., a onaj tko ne poznaje ni sebe ni neprijatelja doæivjet æe neuspjeh u svakoj bitki&ldquo;.

\* \* \*

Najčešće bolesti

današnje su tzv. kronične nezarazne bolesti, među koje spadaju visok krvni tlak, pretilost, šećerna bolest, povišene masnoće u krvi, te bolesti srca i krvnih žila sa srčanim infarktomb i moždanim udaromb kao krajnjim posljedicama, koje često dovode ili do smrti ili teške invalidnosti. Neki ih nazivaju podmlim ubojicama zbog toga što su u svom početnom tijeku bez ikakvih specifičnih simptoma koji bi upozorili na opasnost.

U nastanku spomenutih

bolesti, uz nasljednu sklonost, ključnu ulogu imaju nezdrave životne navike – premalo kretanja, preobilna prehrana i pretjerani unos soli, rafiniranih ugljikohidrata i zasićenih masnoća. Tu treba pridodati i trajnu izloženost stresu kao obilježju našeg vremena. I ako se sve to ima u vidu, jasno je da bez korjenitih promjena našina života, kao nove životne strategije, u bitci za opstanak nećemo imati nikakva izgleda.

Nažalost, upozorenja liječnika,

osobito u početnoj fazi bolesti, kada su mogućnosti liječenja i sprečavanja negativnog tijeka bolesti najveće, u pravilu su bez učinka. Glavni razlog je, izgleda, nepostojanje tegoba koje bi upozorile na opasnost i neprihvatanje činjenice da smo bolesni i da moramo nešto mijenjati u svome životu – životni stil, navike, filozofiju... A kad se tegobe jave, već je kasno i komplikacije su već tu, a mogućnosti liječenja daleko manje; preostaje trpljenje i spašavanje onoga što se da spasiti.

Preduvjet uspješnog liječenja je nešto

bolje upoznavanje bolesnika o svojoj bolesti, tom "tihom, podmlkom ubojici" – o njevoj naravi, uzrocima, tijeku, razvoju, komplikacijama, mogućnostima liječenja i prognozi. Jer, ako o opasnosti ništa ne znaš, ako je ne osjećaš, ne vidiš, kako ćeš joj se onda suprostavljati. Stari kineski strateg kaže: "Upoznaj neprijatelja, upoznaj samoga sebe, i pobjeda neće biti dvojbeni...", a onaj tko ne poznaje ni sebe ni neprijatelja doživjet će neuspjeh u svakoj bitki";.

Tek nakon dobrog upoznavanja

bolesti, moguće je napraviti dobar plan liječenja, odnosno uspješne obrane. Nažalost, vrijeme koje u ordinaciji obično stoji na raspolaganju liječniku i njegovu pacijentu za prijenos ovakvih informacija i savjeta je uglavnom ograničeno i nedovoljno. Možda je i to jedan od razloga za crne statističke brojeve koji govore o lošem ishodu ovih bolesti.

Kako približiti i posvijesti ove

spoznaje ljudima koji već znaju za svoj

tlak, svoje kilograme, svoj šećer, svoj kolesterol, a nitako ne čine, do one potrebne razine, koja bi ih

potaknula na izbor opcije: želim živjeti, želim zdravlje,

želim se liječiti. Tako to još poduzeti da ih se trgne i makne od filozofije "pusti me da živim svoj život kako ja hoću", i da ne zatvaraju svjesno oči pred opasnosti.

Svaka ordinacija, svaki

liječnik pamti primjere koji upozoravaju. Na žalost ima ih previše. I svaki dan novih i novih. Sjećam se Lovre,

dobrog čovjeka, dobrog prijatelja, intelektualca, vrhunskog političara, koji se

često na račun savjeta da malo bolje

pripazi na tlak i da se riješi svojih kilograma. "Ajde, moj doktore, čemu se

patiti, čemu živjeti ako moramo misliti samo na bolest i odricati

se dobrog ručka s prijateljima..." Prvi infarkt, drugi... i smrt u

pedeset i nekoj godini života. Ili jednako dobrog prijatelja i tebe, kolege

liječnika, među najboljima u svojoj struci, koji se jednako odnosio prema svom

dijabetesu, tlaku i kilogramima. I jednoga dana na poslu nađen je u svojoj ordinaciji u dubokoj komi. Teško ki moždani

udar; spao krajnjim naporima i unatoč dugom

liječenju i rehabilitaciji - teško ki invalid, potpuno ovisan o pomoći drugih.

I za to nema bolje opcije od ove koju nudi struka: potisnuti strah od suočavanja s realnim stanjem i koristiti sve

mogućnosti koje nudi suvremena medicina. A te mogućnosti uz sve njene limite nisu male. Za to govore brojni

statistički podaci o značajnom smanjenju smrtnosti od najčešćih bolesti koje nas danas pogađaju, a to su

kardiovaskularne i druge kronične nezarazne bolesti.

Mr.sc. Ante Ljubić, diabetolog i endokrinolog