

PROBLÉMY

PRI

LIEČENÍ A LIEČENÍ SA

pre

CHYBY A OMYLY

lekárov i pacientov

(najmä v poznávaní a v chápaní
„fungovania života“ v zdraví a v chorobe)

MUDr. M. B. BENJAN

Obsah

Úvod (o čom, prečo, komu, ako?).....	5
--------------------------------------	---

I. časť:

NAJČASTEJŠIE PROBLÉMY, CHYBY a OMYLY pri liečbe

1. Problém s INFORMÁCIAMI (s dostupnosťou a formou informácií)	11
2. Problém s LIEČBOU (s výberom najvhodnejšej metódy a načasovania liečby)	14
„Každý jen tu svou má za jedinou“	14
Delenie liečebných metód	16
Delenie liečby podľa jej indikovanejosti	17
Načasovanie liečby	18
3. Problém s LIEKMI	20
Nie každý chápe, čím liek je a čím nie je	20
O viere v lieky a nedôvere k niektorým liečebným metódam	23
Ďalšie chyby pri medikamentóznej liečbe	24
Pár praktických rád	27
4. problém so ŽIVOTOSPRÁVOU (o niektorých jej zásadách a o výnimkách zo všeobecne platných zásad)	28
Pár praktických rád k životospráve: Program zaťažovania a obmedzovania	29
5. Problém s OPATROVANÍM chorých a starých	32
O pomoci ľudom na pomoc odkázaným	32
Pár praktických rád pre ošetrovanie starých a bezvládných	34
Dodatok k pomoci pri niektorých problémoch v starobe	37

II. časť:

DOPLNKY a POZNÁMKY

I. Chyby a omyly	41
O zodpovednosti „chybujúcich“	43
O chybách a zodpovednosti pri liečení chorých	44
II. „Novodobá negramotnosť“ a niektoré iné subjektívne príčiny neinformovanosti	46
III. Niektoré tzv. „alternatívne“ (v skutočnosti ezoterické a šamanské) metódy „liečby“ (liečiteľstva)	47
IV. Príklady škodlivého „konzervativizmu“ (otáľania s liečbou) a príklady škodlivého „radikalizmu“ (unáhlenia sa s liečbou)	51
V. Šokujúci rozhovor s bývalým manažérom významnej farmaceutickej firmy	56
VI. Ako je to s vysokým tlakom krvi a s niektorými poruchami prekrvenia	62
VII. „Staroba – choroba!“ „Proti veku nieto lieku!“ Je vôbec nejaká možnosť riešenia problémov staroby?	64
A predsa je liečba niekedy nielen možná, ale aj nutná	64

VIII. Niečo o „chémií“ ľudského tela a o biochemických (aj iných) riadiacich a informačných mechanizmoch v organizme	65
IX. Pitný režim a „otrava vodou“	66
X. O tzv. „bielych jedoch“	69
XI. Kto sú ľudia na pomoc odkázaní?	73

III. časť:

VYBRANÉ KAPITOLY...

Život je zázrak, a to v zdraví i v chorobe	75
...o vegetatívnom nervovom systéme.....	77
Riadenie a regulácia kardiovaskulárneho (srdcovo-cievneho) systému	80
Príčina choroby – prekročenie zákona.....	86
Kto je zodpovedný za zdravie človeka: Jeho lekár?	87
Čo (a aké) je vlastne zdravie? Možno ho merať? A čo je (alebo „je už“) choroba?	88
Regulačné systémy organizmu vo vzťahu k vzniku a priebehu ochorenia	91
<i>Spätná väzba</i>	92
Je treba naučiť sa uvažovať novým spôsobom: zavrhnúť staré dogmy a držať sa faktov získaných výskumom a empiriou	96
Kritika niektorých konvenčných názorov v medicíne:.....	96
1. „Neonervizmus“ verzus „neovirchowizmus“	96
2. Nevšímavosť voči výnimkám, tendencia zatracovať kazuistiku a preceňovať štatistiku.....	97
3. Neadekvátna analogizácia.	97
4. Alternatívny model zdravia a choroby.	98
5. „Bohovia medicíny“ postavili pred terapiu diagnózu (ktorá často nič neznamená).	98
6. Delenie patogénnych činiteľov na endogénne (=genetické) a exogénne (=vplyvy prostredia).....	99
Etiopatogenéza niektorých chorôb a ich terapia z kyberneticko-systémového hľadiska	99
Poznámky k mechanizmu pôsobenia reflexnej liečby	100
Fungovanie niektorých orgánov a systémov ľudského organizmu a niektoré pozoruhodnosti života	102
Niektoré ďalšie vlastnosti (a zvláštnosti) života	116

Úvod

O čom, prečo, komu, ako?

Myslím si, že autor knihy (aspoň takéhoto žánru ako je táto) by mal svojho čitateľa v úvode informovať o čom kniha je, prečo ju napísal, komu (resp. hlavne komu) je určená, a popripade (ak je to nutné) aj o niektorých zvláštnostiach knihy, napr. ako je členená a čo on pokladá za prioritné (aby sa čitateľ vedel v knihe správne orientovať, ak napr. hľadá odpoveď na nejakú konkrétnu otázku, problém, a nemá čas alebo vôľu čítať ju celú).

Titul knihy nemôže odpovedať na tieto otázky – v najlepšom prípade môže niečo naznačiť, v horšom môže dezinformovať (i zámerne klamať čitateľa).

Aj **meno autora** (ak je známy) čo-to môže napovedať. Nie však vždy. Nielen preto, že autor môže použiť (z rôznych dôvodov) pseudonym, ale hlavne preto, že niektorý autor sa venuje rôznym témam, neraz aj rôznym literárnym žánrom; a keďže v každom z nich môže používať osobitné literárne prostriedky (nielen jazyk, štýl, ale napr. aj spôsob argumentovania), môžu byť medzi jednotlivými jeho dielami značné rozdiely.

Častým zdrojom informácií o knihe sú **recenzie**. Na tie sa však vôbec nemožno spoliehať; sú totiž vždy subjektívne, a navyše neraz i vyslovene zaujaté (dôvodov zaujatosti môže byť veľa, a to ako pri pozitívnych, tak i pri negatívnych hodnoteniach).

Je preto povinnosťou autora, aby – ak si váži svojho čitateľa – v úvode knihy odpovedal na vyššie uvedené otázky. Tu sú teda moje odpovede:

Titul tejto knihy vlastne hovorí **o čom** je – „o problémoch pri liečení a pri liečení sa...“ (čím sa myslí, že problémy sa týkajú ako liečiacich, tak i liečených, t.j. lekárov aj ich pacientov).

Za približne štyri desiatky rokov lekárskej praxe (v rôznych odboroch i v rôznych funkciách)¹ som sa stretol s takým množstvom problémov (lekárov

¹ Aby som bol konkrétnejší (a súčasne využil príležitosť „predstaviť sa“ – aspoň formou akejsi stručnej „pracovnej anamnézy“): Začínal som (ako azda každý absolvent fakulty všeobecného lekárstva) ako sekundárny lekár (pracoval som na rôznych oddeleniach nemocnice, najdlhšie na internom, chirurgickom a detskom), pokračoval som ako praktický („obvodný“ a „závodný“) lekár; no najdlhší čas svojej profesionálnej kariéry som strávil vo funkcii odborného „samostatne pracujúceho“ lekára (ordinára) a „najvyššiu pozíciu“ tejto kariéry (po roku 1989) vo funkcii riaditeľa „mamutieho“ zdravotníckeho zariadenia (s cca 3000 lôžkami), ktoré pozostávalo z deviatich samostatných liečební (z toho boli tri detské), v ktorých bolo zamestnaných vyše 600 zdravotníkov (vrátane stredných a nižších zdravot. pracovníkov); pracovali tu lekári so špecializáciami z vnútorného lekárstva, detského lekárstva, kardiológie, neurológie, detskej neurológie, reumatológie, ortopedie, gastroenterológie a biochémie.

Pre úplnosť by som mal spomenúť aj krátke (niekoľko mesačné) obdobie práce v zdravotnej poisťovni (vo funkcii revízneho lekára) a počas vojenskej prezenčnej služby prá-

i pacientov), že naozaj mám o čom písať. Mojmým „problémom“ bolo skôr roztriediť tieto problémy – vybrať z nich tie najzávažnejšie (predovšetkým preto, že sú časté, a pritom vôbec nie sú banálne) a ktoré, keď už v minulosti niektorých ľudí poškodili, mohli by (resp. ich poznanie by mohlo) teraz a v budúcnosti iným poslúžiť – ako výstraha, poučenie.

Aké „problémy“ mám na mysli, vysvetľuje podtitul knihy – ide predovšetkým o také problémy, ktoré sú dôsledkami **chýb a omylov** lekárov a ich pacientov. Chyby a omyly sa môžu týkať najrôznejších vecí, no medzi nimi zaujímajú zvláštne miesto (ako je naznačené v názve knihy) tie, ktoré vyplývajú z nepoznania alebo nechápania fyziologických, patogenetických (a „sanogenetických“) dejov v organizme. Týmto sa chcem venovať osobitne, a to najmä v 3. časti knihy, kde sa pokúsím poskytnúť aspoň tie najzákladnejšie informácie, ktoré by mohli korigovať niektoré skreslené predstavy o „zostrojení a fungovaní“ ľudského tela (a o živote vôbec) a z nich vyplývajúci chybný spôsob uvažovania i konania.

Samozrejme, že nie všetky problémy sú dôsledkom chýb a omylov, ale mnohé z nich áno: som presvedčený o tom, že veľká väčšina problémov pri liečení (a liečení sa) má subjektívne príčiny, to znamená, že sú zavinené chybným konaním niekoho. A toto chybné konanie je tiež niečím zavinené; najčastejšie omylom alebo neinformovanosťou, alebo ak chcete nevedomosťou. (O chybách a omyloch pozri ^{DOPL.1}).

Ale aj neinformovanosť a nevedomosť majú svoje príčiny, napr. nezaujem, lenivosť, zotrúvanie na *dogmách*, ktoré vznikli v čase nízkej úrovne poznania, a dnes sú už iba prekonanými a škodlivými reliktmami minulosti (čo dokazujú nielen nové vedecké fakty, ale aj empiria); inokedy je príčinou chybného myslenia a konania naopak *lahkovornosť*, t.j. podliehanie ľživým hypotézam, tvrdeniam.

Tieto hypotézy sa neraz tvária tak, akoby im išlo o hlbšie poznanie, v skutočnosti však nie sú ničím iným ako ideológiou, ktorej cieľom je zmanipulovať verejnú mienku a zásadne ovplyvniť všeobecnú paradigmu (teda v podstate zmeniť „západnú kultúru“). Iné tvrdenia zasa môžu budiť zdanie, že im ide o „záujem pacientov“, v skutočnosti však majú iba komerčný účel, t.j. ich jediným cieľom je niečí zisk.

Ako to však má chudák pacient (niekedy i lekár) poznať? Azda sa mi aspoň trochu podarí poodhaliť akúsi pomyselnú oponu, za ktorou sa skrývajú niektorí „aktéri“ a „rekvizity“ veľkých „hier“, ktoré sa nazývajú „liečenie chorých“ („medicína“ alebo „liečiteľstvo“).

Napríklad za oponou, či skôr v zákulisí hry „*liečenie chorých*“ (resp. *zdravotníctvo*) sa okrem režisérov a hercov (resp. okrem vedy, altruizmu, snahy pomôcť trpiacim) nahromadilo v ostatnom čase aj mnoho iných aktérov – „impresáriov“,

cu vojenského lekára (zástupcu hl. lekára pluku), neskôr (v zálohe) funkciu „náčelníka odsunovej nemocnice“ (v hodnosti mjr. zdrav. sl. v zál.); pre túto poslednú funkciu som bol síce školený a cvičený, v skutočnosti som ju však nikdy nevykonával (treba dodať: „Chvála Bohu!“; pretože „odsunová nemocnica“ mala byť zriadená iba v čase vojny).

samozvaných „režisérov“, ale i „šepkárov“ a kvazimcenášov („sponzorov“, sponzorujúcich pre vlastný prospech) s celou paletou rôznych „rekvizít“, ktoré zdanelivo majú „hru“ vylepšiť, zmodernizovať, často ju však menia na niečo úplne iné (a tak sa dráma neraz mení na tragikomédiu, či dokonca na frašku).

Možno niektoré kapitoly z 2., ale najmä z 3. časti knihy pomôžu tiež ukázať čitateľovi, že skutočnosť (v medicíne, ale aj v biológii) sa podstatne líši od zdania, že pravé veci a fakty sú úplne iné ako rekvizity (atrapy) a ilúzie, ktoré sú mu predkladané (alebo ktoré si on sám naivne vytvoril vo svojej mysli na základe nedostatočných alebo skreslených informácií).

Človek však nie je v tejto „veľkej hre“ iba divákom, ale je vlastne „aktérom“ („spoluaktérom“), a to veľmi dôležitým spoluaktérom celého toho diania. Mal by teda vedieť, čo všetko sa v zákulisí odohráva, a najmä čo môže on sám ovplyvniť, aby sa dostal z role pasívneho objektu do role subjektu, aby sa mohol podieľať na „spolurežirovaní“ tejto pre neho tak dôležitej „hry“, či aby mohol byť dokonca v istom zmysle „dramaturgom“, t.j. aby mal možnosť vybrať si aj „repertoár“ (teda nielen *ako*, ale aj *čo* sa bude hrať).

Pokiaľ ide o prijatie tej, či onej koncepcie, teórie, ideológie (mám teraz, pravdaže, na mysli nielen liečbu, resp. zdravotníctvo, ale všetky oblasti ľudského myslenia a života), záleží na jednotlivcovi, len a len na ňom, kam sa prikloní (veľkú rolu tu hrajú také veci, ako sú jeho duševné vlastnosti, najmä schopnosť logicky a samostatne uvažovať, ale tiež vplyv okolia, teda v akom „ansámblí“ musí hrať svoju „životnú rolu“).

Pokiaľ ide konkrétne o liečbu, narážame tu na kontroverznú otázku: môže pacient – ako „laik“ – režírovať (presnejšie „spolurežirovať“) svoju liečbu, či dokonca rozhodovať, akú liečbu bude absolvovať? Niektorí lekári sú zásadne proti, ja som naopak za... Pravdaže, za predpokladu, že pacient dostane toľko informácií, aby o svojej chorobe a jej liečbe vedel *všetko podstatné*. Nemusí sa naučiť – tak ako lekár – poznávať a liečiť stovky chorôb, nemusí ovládať umenie diagnostiky a diferenciálnej diagnostiky, nemusí ziskávať profesionálnu zručnosť, nemusí mať ani iné vlastnosti a schopnosti, ktoré lekár musí (alebo aspoň by mal) ovládať, mal by však pochopiť podstatu svojej choroby, jej obvyklý (i menej obvyklý) priebeh, možné komplikácie i všetky alternatívy liečby (ich prednosti a nevýhody) choroby, a tiež jej prognózu.

Preto celou knihou – nech sa už bude hovoriť o čomkoľvek (nielen o samotných informáciách, ale napr. aj o metódach liečby, o liekoch, o životopráve, o ošetrovaní chorých a starých atď.) – sa bude ťahať ako tá povestná „červená niť“ *dôraz na informovanosť*, na dostatočné, a pritom primerané, poučenie pacienta. A tam, kde tieto informácie najčastejšie chýbajú, poprípade bývajú poskytované nesprávne, skreslene (ako to ja poznám z vlastnej praxe lekára, ale i pacienta, alebo iba „pozorovateľá“), tam sa budem snažiť informácie poskytnúť, resp. poopraviť. Každému musí byť jasné, že moje možnosti sú tu veľmi obmedzené: veď koľko je rozličných lekárskejších oborov, v každom z nich desiatky až stovky chorôb; a koľko je rôznych komplikácií, vyžadujúcich špeciálne postupy; a konečne: akí roz-

dielni sú pacienti (rôzne reagujú nielen na chorobu, na lieky, ale i na lekára...!) Čo z toho môže pojať táto kniha, obmedzená nielen rozsahom (s čím súvisí aj jej dostupnosť pre tých, ktorým je najmä určená), ale aj inými limitujúcimi faktormi, napr. zrozumiteľnosťou: nemala by byť zrozumiteľná iba „odborníkom“, ale všetkým ľuďom (alebo aspoň tým, čo majú minimálne všeobecné vedomosti).

Existujú isté zásady, ktoré možno zovšeobecniť... A práve o to – o pripomenutie týchto zásad, o upozornenie na niektoré všeobecné pravidlá (niekedy i na konkrétnych príkladoch) by som sa tu chcel pokúsiť. Ale s dvoma pripomienkami: 1. vždy sa môžu vyskytnúť výnimky (v biológii, a teda aj v medicíne, sa rôzne „výnimky“ môžu vyskytnúť až neprijemne často), 2. aby bol opis niektorých skutočností pochopiteľný práve tým, ktorým je kniha predovšetkým určená, t.j. pacientom bez lekárskeho vzdelania, nevyhнем sa istým zjednodušeniam (no pritom sa vynasnažím, aby tieto zjednodušenia nevedli k deformovaniu podstaty problému, o ktorom bude reč).

Na prvé tri otázky (o čom, prečo, komu) som odpovedal. Zostáva ešte odpovedať na štvrtú: „ako“? Zvažoval som niekoľko postupov, nakoniec som sa rozhodol takto:

Kniha je rozdelená na tri časti.

V **prvej** sa zmienim o niektorých *najčastejších* „problémoch“ a *chybách* pri liečení a pri liečení sa, teda pri práci lekárov a pri správaní sa pacientov. Každé oblasti, ktorej sa môže „problém“ týkať, napr. informovanosti, výberu metódy liečby, liekov atď. je venovaná samostatná kapitola). Pokúsim sa charakterizovať problém, vysvetliť jeho podstatu a chyby, ktoré ho môžu spôsobiť, a to pokiaľ možno vo všeobecnej rovine (ak spomeniem nejaký konkrétny problém, tak väčšinou iba ako príklad, na ilustráciu).

Toto sú kapitoly (zoznam „problémov“) prvej časti knihy:

- 1. Problém s INFORMÁCIAMI – s informovanosťou, s dostupnosťou a formou informácií.**
- 2. Problém s LIEČBOU – s výberom najvhodnejšieho spôsobu a času liečby.**
- 3. Problém s LIEKMI – s chápaním ich vlastností a účinku, ale aj s rizikami najčastejšej medikamentózne liečby (aspoň pri niektorých chorobách).**
- 4. Problém so ŽIVOTOSPRÁVOU – poznámky nielen o niektorých zásadách životosprávy, ale aj o výnimkách zo všeobecných zásad.**
- 5. Problém s OPATROVANÍM chorých a starých – poznámky nielen o všeobecných zásadách opatrovania, ale aj o niektorých zvláštnostiach (napr. pri opatrovaní starých a bezvládných).**

Druhá časť knihy je nazvaná „*Doplňky a poznámky*“. Sú to v podstate tzv. „koncové poznámky“ k textu prvej časti. Ako vyplýva z názvu, táto časť dopĺňa časť prvú poznámkami alebo doplnením – rozvedením nie-

ktorých vecí, problémov. Ide sa tu viac do **hĺbky** – dané problémy (resp. niektoré ich aspekty) sú rozoberané podrobnejšie (hoci v porovnaní so skutočnosťou stále ešte stručne).

Tretia časť knihy je nazvaná „*Vybrané kapitoly...*“ To „vybrané kapitoly“ možno chápať v dvojzmysle:

1. *Vybrané kapitoly z fyziológie* (alebo – ak chcete – „zo zdravotvedy“). Ich obsah sice často nenadväzuje priamo na „problémy“, opísané v prvých dvoch častiach, ale predsa s nimi (i keď nepriamo) súvisí. Tieto vybrané kapitoly idú nielen do väčšej hĺbky, ale i šírky, a sú určené najmä tým, ktorí chcú podrobnejšie porozumieť podstate fungovania niektorých orgánov a systémov organizmu, a tým, pravdaže, aj „problémom“ spojeným s ich poruchami (a do istej miery aj s liečením týchto porúch).
2. *Vybrané kapitoly z mojich kníh*. Väčšina z týchto kapitol totiž pochádza z kníh, ktoré som vydal v minulosti (niektoré kapitoly bolo treba čiastočne upraviť). Ide hlavne o tieto publikácie „Fakty a úvahy O ŽIVOTE...“, „Fakty a úvahy O VIERE... kresťanov...“, „NEURÁLNA TERAPIA...“ a „STARNUTIE a STAROBA“.

Ako som sa zmienil, v tejto časti sa chcem zaoberať problémami **širšie**. Jej hlavným cieľom je teda „rozšíriť uhol pohľadu“ čitateľa, napr. upozorniť ho na isté fakty, ktoré možno s daným problémom priamo nesúvisia, predsa však môžu prispieť (hoci i nepriamo, napr. opisom zásad fungovania podobných systémov alebo súvislostí) k pochopeniu danej problematiky. Sú tu totiž viaceré kapitoly, ktorých cieľom je ukázať, hoci stručne (napriek tomu sa možno niekomu budú zdať príliš zložité), ako to funguje v našom tele – ako „funguje živoť“, ktorý je „zázrakom v zdraví i chorobe“ (tak je nazvaná úvodná kapitola tejto časti knihy).

Pri takomto usporiadaní (konceptii) knihy sa môže stať, že o niektorých veciach, napr. o reakciách organizmu na isté (fyziologické alebo patogénne) podnety, poprípade o iných dôležitých dejoch v ňom prebiehajúcich, bude čitateľ čítať opakovane (v rôznych súvislostiach i v rôznom rozsahu). Myslím, že to nemôže byť na škodu; naopak možno práve toto posilní a zafixuje v jeho mysli (v pozornosti a pamäti) niektoré dôležité informácie, poprípade odhalí mu isté súvislosti, ktoré by mu inak mohli uniknúť.

Predpokladám, že väčšina čitateľov si prečíta celú knihu. Ak by sa však niekomu zdala kniha (najmä jej druhá a tretia časť) „ťažká na pochopenie“ (napriek mojej – opakovane proklamovanej – snahe o zjednodušenie problematiky a vyhýbaniu sa, pokiaľ to len trochu bude možné, cudzej terminológii), stačí, ak si prečíta prvú časť. Tá sa najviac týka praktickej stránky riešenia problémov, a pritom by nemala byť (aspoň predpokladám) nezrozumiteľnou nikomu, kto má aspoň základné vzdelanie.

Chcel by som ešte upozorniť, že konkrétne príklady (opísané najmä v druhej a tretej časti) nie sú kazuistikou v pravom slova zmysle (na akú sú lekári zvyknutí

z odbornej literatúry alebo prednášok), ale obsahuje iba tie skutočnosti, ktoré sú nevyhnutne nutné pre pochopenie práve vysvetľovaného problému.

Odkaz na tzv. „koncovú poznámku“ (t.j. na poznámku alebo doplnok v druhej časti knihy) je v texte označený skratkou „DOPL.“ a rímskym číslom v hornom indexe (napr.: ^{DOPL.II}), zatiaľ čo odkaz na „poznámku pod čiarou“ (t.j. na stručnejšiu vysvetľujúcu poznámku v dolnej časti strany) je označený v texte arabským číslom v hornom indexe (napr.: ²).

PROBLÉMY pri liečení a pri liečení sa
pre **CHYBY A OMYLY lekárov a pacientov**
(najmä v poznaní a chápaní „fungovania života“ v zdraví a v chorobe)

Autor: **MUDr. M. B. Benjan**

Prvé vydanie, 2011:

Pre **MB.KB Sliač** vydali a vytlačili: **Bratia Sabovci, s.r.o.**, Zvolen, Pribinova 170

ISBN: **978-80-89241-40-8**

Druhé vydanie, 2016:

V elektronickej forme vydal **MB.KB, Sliač**

Distribuuje: **MBKB Sliač**, Hviezdoslavova 6

URL: www.knihy-benjan.sk