

Knyga „Daktare, galiu užėti?“ – juokingos ir įkvepiančios istorijos iš gydytojos kabineto

Kodėl prie gydytojų neįmanoma prisikasti? Ar poliklinikoje visi tik geria kavą? Kodėl gydytojas nepaima stebuklingos lazdelės ir neišsiaiškina, kas man yra? Jaučiu, kad kažkas negerai, bet kaip įvardyti, kad mane suprastų?

Šmaikščiai ir taikliai apie tai, kas svarbu mums visiems – sveikatą, – ką tik pasirodžiusioje knygoje „Daktare, galiu užėti?“ kalba šeimos gydytoja ir psichoterapeutė Justė Latauskienė, kurios įrašus socialiniuose tinkluose skaito tūkstančiai.

Zuikis ir Zuikienė bei jų „atradimai“ gydytojo kabinete, nekantraujantis į Balį išskristi pacientas, ponija Tipiškaitė ir jos aukštas kraujospūdis... Nuotaikingai ir kiek ironiškai gydytoja pasakoja kasdienes istorijas, kurios atskleidžia ir gilesnius dalykus apie mus, praveriančius gydytojo kabineto duris. Paciento ir gydytojo santykiai, medicinos stereotipai ir tragikomiškos situacijos – knygoje „Daktare, galiu užėti?“ Kviečiame skaityti knygos ištrauką.

Zuikis ir Zuikienė, Arba profilaktika

Nusibodo istorijos apie vėžį? Deja. Jo labai daug. Jei esate *milenialsas*, žinokite, kad ši tema gyvenime jums bus ypač aktuali, nes jūsų rizika susirgti vėžiu gerokai didesnė nei jūsų tėvų. Dėl mikroplastiko poveikio, kurio pilna visur ir kuris ypač pavojingas virškinimo ir lytinei sistemoms.

– Zuiki, zuiki, ar tu mane myli, – girdžiu, kaip mergina klausia už kabineto durų.

– Tai ne, blet, – atsako vyriškas balsas.

Abu įeina į kabinetą. Vyras sėklidėse užčiuopė darinį, tad nusprendė pasitikrinti profilaktiškai. Žinokite, jeigu ką nors užčiuopiate, tai nebėra profilaktinė patikra. Nors dalis žmonių ne profilaktiškai pas gydytoją eina tuomet, kai jau nebegali paeiti. Taigi Zuikis atrodo tikrai šauniai. Jaunas. Aukštas. Trumpai kirpti plaukai. Tik labai liesas. Ir su treningu, atsiprašau, sportiniu kostiumu, kuris turi teisin-gą juostelių skaičių (3). Zuikienė nenusileidžia išvaizda. Akivaizdu, kad moka pasirūpinti ne tik savimi, bet ir savo vyru. Atėjo iš pasaulio, kuriame galioja geležinė taisyklė – moteris yra kaklas, kuris sukioja vyro galvą. Arba susuka, jei pykčio vėjai perpučia.

Konsultacijos metu paaiškėja, kad pora susitarė. Jis pasitikrins sėklides, jeigu ji... irgi ką nors pasitikrins. Nesvarbu ką. Juk moters organizme irgi galima labai daug ką tikrinti, ar ne? Kitaip Zuikis pas gydytojus neis, nes gydytojai – šlykštūs ir nemalonūs padarai, kurie moka tik kavą gerti, reketuoti ir aprėkti: „Ko čia atėjai, juk trukdai dirbti!“ Jeigu Zuikis turės tai patirti, tai ir Zuikienė turės.

Taigi imu klausinėti, ką jie norėtų pasitikrinti? Gal krūtinės ląstą peršviesti rentgenu ir pažiūrėti, ar neatrasime kokios tuberkuliozės? Bet jie atsisako, esą per daug radiacijos. Tada siūlau elektrokardiogramą, nes kartais ji parodo visai netikėtų dalykų. Bet ir jos atsisako, mat paskutinį kartą elektrodai prisisiurbė kaip įžūlios siurbėlės ir paliko mažytes hematomas kelioms dienoms, už tai jie niekada neatleis. Hmmm... O gal šlapimo ir kraujo tyrimus? Na, bendrą kraują, gliukozę, cholesterolį, skydliaukę stimuliuojantį hormoną, feritiną irgi būtų gerai pasižiūrėti, tik šio tyrimo nefinansuoja privalomasis sveikatos draudimas. Tačiau ir to atsisako, nes tikrai nesiruošia mokėti užtyrimą, kadangi moka mokesčius ir sveikatos priežiūra privalo būti

nemokama. Be to, pasak procedūrinio kabineto slaugytojos, venos sunkiai matosi ir yra labai giliai, tad baisoka.

Toliau galvoju, ką gi čia pasiūlius profilaktiškai, jeigu be Zuikienės patikros Zuikis net kelnių nesimaus, kad galėčiau sėklides apžiūrėti. O kaip jis išvis sumanė pasitikrinti sėklides? Ogi troleibuse išvydo reklamą, kur du krepšinio kamuoliai pakibę krepšyje. Krepšinis jam patinka. Staiga Zuikiui topteli idėja:

– Zuikiene, – sako jis, – pasitikrink savo papukus, – ir rodo du menamus burbulus dydžio sulig krepšinio kamuoliais.

Zuikienė sukikena. Pasitaiso liemenėlę – jos krūtys mažulytės, ji tokia pati liesutė kaip ir Zuikis, bet tą akimirką jie abu vienas kitam atrodo visiškai teisingo dydžio visomis prasmėmis.

– Taip, daktare, aš sutinku pasitikrinti krūtis!

Profilaktinio tyrimo tikslas nėra ką nors atskleisti. Atliekant tokį tyrimą sumažėja ligos rizika. Kai kurie žmonės tą žino taip gerai, kad nori atlikti visus įmanomus tyrimus net po kelis kartus. Ką laikome profilaktine patikra, priklauso tik nuo sutarimo. Jeigu turite namus ir saugote savo turtą nuo vagių, tai apsaugoti galite uždarydami duris. Galbūt gyvenate vagimis apkirstoje aplinkoje ar net jūsų įprastas kaimynas, progai pasitaikius, gali jus apvogti, tada duris dar ir užrakiniate. Gal reikia net kamerą laiptinėje įtaisyti, signalizaciją įjungti ar užrašyti PRAŠAU NEVOGTI. Gali būti, kad persistengę kaip tik patrauksite vagių dėmesį. Pasirodys, kad tikrai yra ką saugoti. Profilaktiką lydi įvairūs lūkesčiai. Didelė dalis pacientų nori patysapsisaugoti. Kita dalis visuomenės (darbdaviai), siūsdami pacientus profilaktiškai patikrai, nori apsaugoti žmonių darbingumą, kad šie kuo našiau ir ilgiau dirbtų, o kartu ir savo pinigus, kad vėliau gydymas daug nekainuotų.

Paašškėja, kad Zuikienė turi papildomą sveikatos draudimą, tad tirtis keliauja į labai gražią įstaigą. Moteris džiaugiasi, kad darbas ja rūpinasi, patenka be jokių eilių ir dargi tokius pat tyrimus ten pat darosi ir jos vadovė, vadinasi, jos visiškai lygios. Kartkartėmis pasitaiko koks politikas, kuris nustemba, kad jį gydys rezidentas, ar reikalauja, kad jį priimtų greičiau nei jo rinkėjus. Taigi jaunos, dailios ir sveikai atrodančios Zuikienės tyrimas vyksta dekoratyviu marmuru puoštose patalpose, kur kabo tikrų menininkų, o ne mano giminaitis nusipirko akrilo rinkinį, darbai, ir dar čiulpinukas įteikiamas išeinant. Tik, deja, ateina atsakymas – BI-RADS 4 b. Echoskopuotojas piktas: „Daktare, aš jums skambinau į kabinetą, o jūs nekėlėte“. Tam šeimos gydytojui prisiskambinti sunkiau nei pačiam prezidentui. Laimei, šeimos gydytojas ir pats pažiūrėjo atsakymą e-sveikatoje, nes jam buvo smalsu, o ir Zuikienė sugrįžo, nes ji atsakinga moteris.

Kas čia per keiksmoždziai? Tai sistema, pagal kurią stengiamasi kuo tiksliau nustatyti ligą. Trumpinys kilo iš angliško termino *The Breast Imaging-Reporting and Data System*. Maždaug prieš 30 metų grupė radiologų susėdo ir pasakė: „Žinot, chebra, žmonės sunkiai supranta, kai mes ką nors parašome apie krūtis. Juk dauguma žmonių negalvoja apie jas, kaip apie gražų organą, kuriame gali būti visko. Visi (tarp jų ir gydytojai) bijo vėžio. O kaip žmonės kalba apie vėžį? Stadijomis. Duokime jiems, ko nori. Duokime kažką panašaus į stadijas.“ Taip ir atsirado ši skalė, kuri turi 6 padalas, o kartais priskaičiuojama dar viena – nulinė. Ji reiškia, kad niekas neaišku, ir tuomet tirti reikia truputį kitaip.

BI-RADS 4 b ir jauna mergina žaliu koridoriumi keliauja pas onkologus. Šie išpjauna darinį, kartu pašalina sarginius limfmazgius – limfinės sistemos dalį, kur gali būti įsitaisiusių metastazuoti bandžiusių vėžinių ląstelių. Patvirtinama, kad tai tikrai buvo vėžys, super duper piktas vėžys. Po išsamesnių tyrimų paašškėja, kad nors ir piktas, bet pagautas tokios ankstyvos stadijos, kad net ir gydymo nedaug tereikės. Pacientė pakelia jį labai lengvai, o operuotos pusės

ranka net netinsta, nors dažniausiai po šių operacijų pacientės skundžiasi, kad skauda ir tinsta. Zuikienė net nesureikšmina, kad jai buvo onkologinė liga, nementalizuoja to.

– Baikit juokus, – sako moteris, kai paklausiu, ar nenorėtų sumažinto dalyvumo lygio (dabar čia taip vadiname nedarbingumą), nes liga sukėlė stresą, o vaistai turėjo šalutinį poveikį.

Zuikienė dar paaiškina, kad vėžys būna, kai vemi kraujais, šiki pūliais, prie tavęs prijungtos visos įmanomos žarnelės, užakusios visos įmanomos angelės, tad padaryta naujų, o tau skauda, skauda, skauda.

– Daktare, ar aš panaši į vėžininę? – klausia Zuikienė ir klapsi gražiomis priklijuotomis blakstienomis. Ir apskritai, jai labiau rūpi Zuikio kiaušiniai. Jeigu Zuikis jų neturės, jie neturės vaikučių. – Daktare, baigiam šitas nesąmones, gi ne to čia atėjome!!!

Tai kas buvo Zuikiui? Pasirodo, nesveiką sėklidę pacientas vertino kaip sveiką ir atvirksčiai. Dėl išsiplėtusios venos viena sėklidė ėmė trauktis, bet jam atrodė, kad kita didėja. Urologas – op ir sutvarkė. Zuikienė baigė savo ligos gydymą, iš karto pastojo, nėštumas buvo labai lengvas ir gimė sveikas vaikutis. Moteris toliau ateina profilaktiškai tikrintis, o klausinėjama dėl pogimdyminės depresijos (irgi profilaktiškai) dalijasi, koks Zuikis geras tėtis.

Aš tik paklausti

Draugai siūlė taip pavadinti knygą ir pradėti ją šia fraze. O aš pradėsiu kiek kitaip – kur jūs buvote anksčiau? Ne, ne kodėl tik dabar skaitote šią knygą. Tokios frazės niekas nenorėtų išgirsti gydytojo kabinete. Ne tik todėl, kad būtų praradę sveikatai brangų laiką, bet ir todėl, kad nesinori ir toliau to laiko gaišti.

Iš tiesų, daktare, kurgi aš galėjau būti?

Galėjau nežinoti, kad šis klausimas toks svarbus. Juk nesu gydytojas, negebu pastebėti ligos užuomazgos. Juk mano gyvenime yra daug skausmų bei vargų ir absoliuti jų dauguma išsisprendžia patys, dažniausiai be jūsų, gydytojų, pagalbos. Kaip galėjau žinoti, kad šis kartas bus kitoks. Net jei ir nujaučiau, gal ta nuojauta jau ne sykį mane apgavo, tad išmokau nepirkti loterijos bilietų ir neinvestuoti į bitkoinus.

Galėjau žinoti, bet tikėtis geriausio. Tada gydytojų nereikia. Galėjau žinoti ir tikėtis blogiausio. O tada gydytojų jau nebereikia. Bet, va, persigalvojau. Juk esu laisvas žmogus.

Galėjau nepatekti pas gydytoją, nes neturėjau pinigų ar galimybių patekti greičiau. O gal turėjau ir pinigų, ir galimybių, bet jūs manęs nepriėmėte, nes vis rasdavote kokį pasiteisinimą, kodėl ne aš, kodėl kitas pacientas.

Norite, kad papasakočiau, kodėl tik dabar pirmą kartą atėjau pasitikrinti pagal profilaktinę sveikatos programą? Pats paklausėte, tad dabar klausykitės!

Galbūt, kai buvau vienuolikos, mane pagrobė einantį iš mokyklos ir laikė prirakintą rūsyje prie radiatoriaus, tad 15 metų praleidau tamsoje prievartaujamas ir ligotas. Nežinau, kaip neišprotėjau. Ištrūkti padėjo tik atsitiktinumas – šalia statomo namo projektuotojas buvo toks kvailys, kad bestatant tą namą išgriuvo mano kalėjimo siena, tad aš, mažas, purvinas, kaulėtas ir opom apėjęs gniutulėlis išriedėjau į laisvę. Trūkus vamzdžiui vos neprigėriau nuotekose, bet mane ištraukė statybininkai, kurių kalbos po tiek metų izoliacijos nesupratau. Tad ar šito manęs klausiate?

Vieni gydytojai klausimą *kur jūs buvote anksčiau* užduoda labai labai retai. Sunku to klausti, nes šis klausimas tinkamas itin retai. Kiekvienas klausimas dažnai daugiau pasako apie klausiantįjį, nei atsakymas apie atsakantįjį. Vien todėl, kad kas nors tavęs paklausia, dar nereiškia, kad privalai atsakyti. Išimtis – tardymas.

Kai atėję pas gydytoją sulaukiame klausimų, kurių tikimės, tai gydytojas – labai klasiškas. Kai išgirstame klausimų, kurių nesitikime, – gydytojas originalus. Bet kai nuspėjamosiose situacijose iškyla netikėti dalykai ir klausimai pasitaiko ne į temą, tai gydytojas – genialus. Klausimai gali būti guodžiantys, įkvepiantys, nereikšmingi ar net žiaurūs ir pavojingi. Kaip chirurgas nepjauna, kad galėtų tik pasižiūrėti, taip terapeutas neklausinėja bet ko. Kai kurie gydytojai labai mėgsta sudėlioti pacientus į menamas lentynėles. Kuo greičiau tą padaro, tuo ramiau gali dirbti, nes kai viską sudėlioji į skyrelius, turi aiškias darbo ir lūkesčių kryptis. Kuo ramiau jūs, kaip pacientas, priimate savo vietą lentynėlėje ir perprantate dėliojimo principus, tuo arčiau daugumos esate. Bet jeigu vieta lentynėlėje jums kelia nerimą, jeigu atrodo, kad ji žalinga ir pavojinga, esate arčiau mažumos. Liga ir skausmas išskiria ir atskiria. Kai kuriems žmonėms liga yra dvigubas smūgis – ne tik dėl to, kad ji daug ką pakeičia, bet ir dėl to, kad tavęs nesupranta kiti ir tu daug ką imi suprasti kitaip nei anksčiau.

Išsekęs, vienišas, apimtas skausmų ir nieko nenorintis pacientas kreipiasi į psichiatrą, šis jį padeda į depresijos lentynėlę: išgydysime depresiją, pavalgys, susiras draugų, nebebus vienišas. Jei pacientas kreipiasi į gastroenterologą, šis jį padeda į malabsorbcijos skyrelį: surasime, kas trukdo virškinimui, atkursime svorį, sureguliuosime žarnyno mikroflorą. Jai susitvarkius į kraują pateks mažiau šiukšlių, atkus smegenys ir pabus gyvenimo džiaugsmas. Jei kreipsitės į šeimos gydytoją, jis paklaus – gal pervargote, nebespėjate pasirūpinti savimi, neberandate laiko draugams, nuo visko atitolote, tad imkite nedarbingumą keturiems mėnesiams ir išsimiegokite pagaliau. Netikite? Pabandykite tiesiog suskaudus galvai kreiptis į skirtingus specialistus – kiekvienas turės savų minčių.

Praktikoje susidūriau, kad dauguma pacientų aš tik paklausti laimę bando visai ne todėl, kad stokoja elementaraus supratimo apie darbo organizavimą ar menkina kitus pacientus. Ne todėl, kad galvoja, jog jų klausimėlis tikrai toks paprastas ir bus atsakyta vos per kelias minutes, ar nepastebi, kad planinėms konsultacijomis skiriamos vos kelios minutės. Ne. Aš tik paklausti yra puikus būdas užklupti gydytoją iš anksto nepasirengusį.

Kai pacientai pasakoja geriausias savo išgijimo istorijas, gydytojas tuose pasakojimuose nukrenta tarsi stebuklas. Toks pacientas neatlieka išsamių namų darbų ir nepasirenka gydytojo, labiausiai tinkančio jo atvejui. Toks pacientas nesuburia gydymo komandos. Ir jau tikrai laukdamas konsultacijos nepažymi miesto viešųjų darbų tvarkymo programėlėje, kad kelias iki ligoninės duobėtas, o jį sutvarko kaip tik tuo metu, kai ateina nuostabaus vizito pas gydytoją metas. Ne. Toks pacientas guli plažėje, kai prie jo prieina daktaras ir sako: „Jums reikia pasitikrinti šitą krūtį, ateikite pas mane antradienį.“ Pacientui atėjus, gydytojas suranda ten vėžį. Žmonės laukia stebuklų. Nori pasveikti, kaip ir susirgo, – netikėtai.

Klausimas *kur jūs buvote anksčiau* labai geras, kai padeda diagnozuoti ligą ir sudaryti gydymo planą. Kita vertus, jis gali skambėti kaip puolimas, kai jau pirmo susitikimo metu pacientui pasakoma, kad jis kažkoks nevykęs, netinkamai vertina dalykus ir apskritai trukdo dirbti atėjęs su savo problemomis. Tad frazė *aš tik paklausti* turbūt vienintelis būdas apsiginti nuo kaltinimo kur jūs buvote anksčiau, nes jei visuomet landžiojate klausinėti, tai negalite būti pavėlavęs. Juk niekas nedraudžia gydytojui jūsų nepriimti arba, dokumentavus tris tokius užlindimus, pateikti kaip įrodymą, kad nesilaikote vidaus tvarkos taisyklių, tad keliuokite gydytis kitur. Tose vidaus taisyklėse galima prirašyti ko tik nori.

Klausimas *kur jūs buvote anksčiau* turi ir dar piktesnių pusbrolių, kurie sukuria prielaidą, kad ir matėte, ir supratote, bet neva specialiai nieko nedarėte. Tarkim, motinosgalima paklausti, kaip ji nesugebėjo pamatyti, kad jos vaiko viena akytė kitokia. Kaip ji nesuvokė, kad jam smegenų auglys? Moters galima paklausti, ar ji nežino, kad moterims infarktas ne visada

pasireiškia taip, kaip vyrams, ir kad tas rėmuo buvo visai ne rėmuo. Oi, pilna tokių klausimų – nors vežimu vežk, lopeta semk. Ta lopeta galima kabinti ir pačius gydytojus, ir medicinos darbuotojus, kurie nusistebės, kaip jūs nuo ryto iki vakaro knygų apie mediciną neskaitote, nesidomite ir apskritai ne daktaras esate.

Retas rūkantis nepastebi ant cigarečių pakelio pūvančios kojos paveiksliuko. Gali būti, kad žmogus tiesiog tikisi, kad jam taip nenutiks, arba jis jau tiek kartų buvo apgautas autoritetų, kurių prognozės visiškai neišsipildė. Jums žadėjo, kad jei gerai mokysitės, daug uždirbsite, bet taip nenutiko. Tai kodėl tikėti gąsdinimais, kad, jei rūkysite susirgsite vėžiu? Kai kurie pacientai galvoja, kad gydytojai nuo jų slepia tiesą, kad egzistuoja sąmokslai ir susitarimai, vakcinos ir dantų implantai pilni mikročipų, o į vandenį pilami haliucinogenai, kad nematytume mus valdančių ateivių. O kas, jei jūsų problema tiesiog niekam nerūpi? Negi taip galėtų būti!?

Galbūt pacientas kreipėsi į gydytoją vėliau dėl nekokios ankstesnės patirties. Gal besikreipdamas anksčiau patirdavo daugiau žalos nei naudos. Tarkim, jeigu žmogus kreipiasi dėl dalykų, susijusių su genetika ar gyvenimo būdu. Gydytojas su tokiais klausimais susiduria galbūt tik kelis kartus per savaitę, o žmogus su tuo gyvena nuolat, tad iš tiesų gali pasakyti gydytojui, kaip ten viskas yra. Tuomet gydytojas džiūgauja, kad iš karto nepadėjo paciento į kurią nors lentynėlę, bet skyrė jam visą stalčių, iki galo nesuprasdamas, kas slypi to stalčiaus dugne.