

Medikua da eta gaixotasunak fondeo kopioaren beste aldean jarri zuen duela hilabete batzuk. Ikuspuntu desberdina zalan-tzarik gabe. Ikusi dituenak eta sentitu dituenak jaso ditu li-buru batean, hobetuko lukee-naren inguruko hausnarketa intimo bezain interesgarrian.

Nondik sortu zaizu liburu hau idazteko beharra?

Hau nire bigarren liburua da, lehena lankidetzaren inguruan idatzi nuen. Lehen liburu-buruan nituen ideia mor-doa ordenan jartzeko modu bat izan zen, eta, bigarrena, antzeko. Justu lehen liburua aurkeztu eta gaixotasun serio bat diagnostikatu zidaten. Horrelakoetan buruan ideiak pila-tzen dira, sentsazioak... Nola-bait, horiek guztiak ordenan jartzeko hasi nintzen idazten, buruan nituen korapiloak as-katzeko modu bat bezala.

Idea bat bestearen atzean josi eta liburua pixkanaka for-ma hartzen joan zen. Orduan ikusi nuen akaso argitara eman nezakeela. Eta horrela izan da.

Fonendoskopioaren beste aldean, pazientearen aldean, gustatu ez zaizkizun gauzak ikusi dituzu, ezta?

Bai, bi eratakoak. Batzuk pa-ziente bezala sentitu ditut eta segurtasun eza eta beldurra sortu didate zenbaitetan. Eta, besteak, profesional bezala, mediku bezala ikusi ditut, eta nik antzeko kasuetan nola jo-katu izan dudana aztertzeko ba-lio izan didate.

Mediku bezala beti saiatu izan naiz ikuskera humanista

izaten eta enpatiarekin joka-tzen. Hala ere, konturatu naiz batzuetan ez naizela egoerak eskatzen zuen mailan egon. Horrek ere egonezina sortzen du.

Liburuan Medikuntzako ikasketen errepasoa egiten duzu. Alderdi psikologikoari, gizakien arteko hartu-emanari, ez zaio behar adina ga-rrantzirik ematen.

Nire ustez ez. Finean, zu fakul-tate batera joaten zarenean zuk ez dakizu ezer eta han

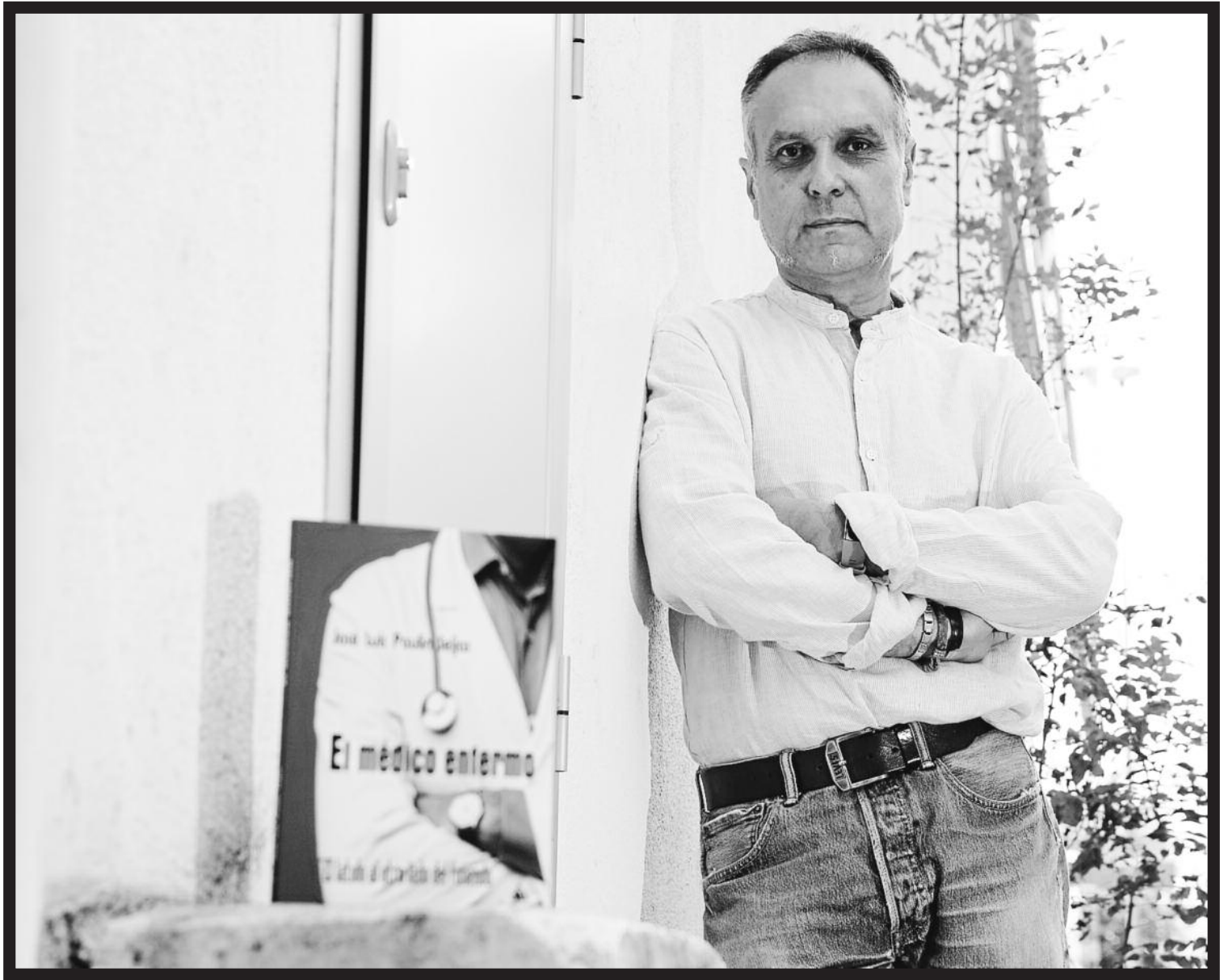
dauden irakasleek eta katedra-tikoei irakatsi behar dizute guztia. Haiek esaten dutena eztaba daezina da, derrigorre-an bete beharrekoa. Eta esaten ez dutena, berdin. Pentsatzen duzu esaten ez duten horrek ez duela ezertarako balio.

Behin lanean hasita, kontu-ratzen zara ez dakizula nola kudeatu giza harremanak eta egunero-egunero zure kont-sultan daukazun korapilo bat da; paziente desberdinak, as-kotariko kulturak, zure gor-putz espresioa, nola komuni-

«Ordenagailuko pantaila normalean medikuaren eta pazientearen arteko komunikazioa oztokatzen duen muga bat da, eta, batzuetan, atzean ezkutatzeko babesleku bat medikuarentzat»

katu pazienteekin, nola mol-datu haien kulturara eta mai-lara ondo ulertua izateko, nola agertu gertutasun egokia, nola aurre egin zalantzari, porrota-ri... Pixkanaka zure bidea egi-ten duzu eta zure gaitasunak garatzen dituzu, baina medi-kuen formakuntzan ez dago ikuspegi hori txertatua.

Eta pazienteak arreta bereziz aztertzen du medikuaren gorputz espresioa, begirada...
Finean profesional baten au-rean zaudenean bere profe-



«Medikuak gutxieneko enpatia bat izan behar du; keinu txiki batzuekin, asko hobetu daiteke komunikazioa»

sionaltasunean sinisten duzu, pentsatzen duzu konponduko duela zure arazoa. Behin hori jakintzat emanda, beste gutxian jartzen duzu arreta; begirada, mugitzeko modua...

Ordenagailuko pantailari begira pazienteari begietara begira baino denbora gehiago ematen duten medikuak ere badira.

Bai. Alde batetik, beharra dute-lako, izapide asko egin behar izaten dugulako. Eta, bestetik, baita ezkutatzeko ere. Ordenagailuko pantaila batzuetan ez-kutu bat da, oso zaila delako pazienteari begietara begiratzeta. Normalean komunikazio oztopatzen duen muga bat da, eta, batzuetan, atzean ezkutatzeko babesleku bat.

Liburuan diozu medikuak enpatia izan behar duela, baina neurrian. Medikuak bere burua zaindu behar du beste-en gaitzen aurrean.

Jakina. Enpatia izan behar da, baina medikuak jakin behar du noraino iritsi. Baina gutxieneko enpatia bat behar-beharrezkoa da. Keinu txiki batzuekin asko hobetu daiteke egoera; begirada bat, keinu bat, une batez ordenagailuko teklatura alde batera apartatu eta pazienteari aurrez aurre begiratzea, une jakin batean sorbalda laztantzea, isilune uneak errespetatzea, negarrez dagoenari musuzapi bat eskaintzea... Ez dira hainbeste gauza, errazak dira eta asko hobetu dezakete medikuaren eta pazientearen arteko harremana.

Medikuak jendartean duen estatusari buruz ere hitz egin duzu.

Gero eta garrantzia gutxiago dauka medikuak. Mutur bate-

tik bestera pasatu gara; lehen medikuak sekulako pisua zuen jendartean, gehiegi akaso; eta, orain, gutxiegi. Lehen medikuak goratu egiten ziren, jainkoak bailiran. Eta, orain, maiz, gutxietsi egiten dira.

Gogoan dut fakultatean irakasle batek tratamendua betetzen ez duten pazienteek hitz egin zigula eta seko harrituta geratu nintzela. Sekula ez nuen pentsatu ere egin paziente batek medikuak esandakoa ez zuenik beteko. Ba hori eguneroko gauza da gure kontsultan eta ez digute sekula esan nola kudeatu behar dugun egoera hori.

Google doktorea.

Bai, oso presente dago. Askotan kalte handia egiten du, baina gure errealitatearen parte da eta ezin dugu ahaztu, kontuan izan behar dugu. Medikuak askotan haserretu egiten gara pazienteek Interneten begiratzen dutelako. Baina errealitate hori hor dago. Segur aski medikuok ere berdina egiten dugu beste egoera batzuetan; autoa konpontzeko adibidez.

Hartara, medikuok aholku egokiak eman behar ditugu; “Interneten begiratzen baduzu, hau eta bestea kontuan izan”, “Interneten begiratu eta zalantzaren bat sortzen bazazu, deitu niri argitzeko”... eta era horretakoak. Interneten informazio gehiegi dago eta herritarrek dakitenarekin, ezin da egoki kudeatu informazio hori guztia. Gerta daiteke goizeko laueta norbait etortzea esanez hankan pikor bat atera zaiola, Interneten begiratu duela eta oso beldurtuta dagoela, ordu gutxi geratzen zaizkiolako. Tira, errealitate hori hor dago eta medikuok horrekin lan egin behar dugu.

Inguruko gaixotasuna trantze txarra izaten da medikuarentzat.

Oso txarra, norberaren gaixotasuna baino txarragoa. Finean, ni gaixo nagoenean badakit nola sentitzen naizen eta erritmoak kontrolatzen ditut. Baina aitaren, amaren, arrebaren, lagunaren... aurrean zaudenean eta badakizunean hil egingo direla, oso gogorra da. Haiek zuri begiratu eta informazioa bilatzen dute, itxaropena zugarrituta daukate... pisu guztia zure buruaren gainean sentitzen duzu. Oso egoera zaila da. Beste lankideekin partekatzen duzunean, sentsazio hori orokorra dela konturatzeko zara. Baina normalean ez da horri buruz hitz egiten.

Medikuek eskura dituzue baliabide psikologikoak eta psikiatrikoak, baina oso gutxi erabiltzen dituzue.

Gure gizartean buru osasunari ez zaio behar adina garrantzirik ematen. Psikologoarengana joaten dena mesfidantzaz begiratu ohi da. Hori bai, tibia hautsia duena, bihotzeko bat sufritu duena, minbizia duena... dagokion medikura joatea erabat ulertzen da. Besteak, buruko arazoak, ezin ditugu zehatz neurtu eta ondorioz bada barregarri uzteko joera, garrantzia kentzekoa. Medikuak gizartearen parte gara eta kostatu egiten zaigu laguntza psikologikoa eskatzea, nahiz eta badakigun esku hartze beharrezkoa dela eta normaldu egin behar dela.

Zure liburuan izen-abizenek aipatzen dituzu mediku asko, beren profesionaltasuna nabarmenduz.

Bai. Nire gaixotasunak iraun bitartean, orokorrean, ondo sentitu naiz, profesional onak

JOSE LUIS PAULIN

MEDIKUA

«El médico enfermo; el latido al otro lado

del fonendo» izenburudun liburua

kaleratu berri du. Gaixotu eta beste aldea

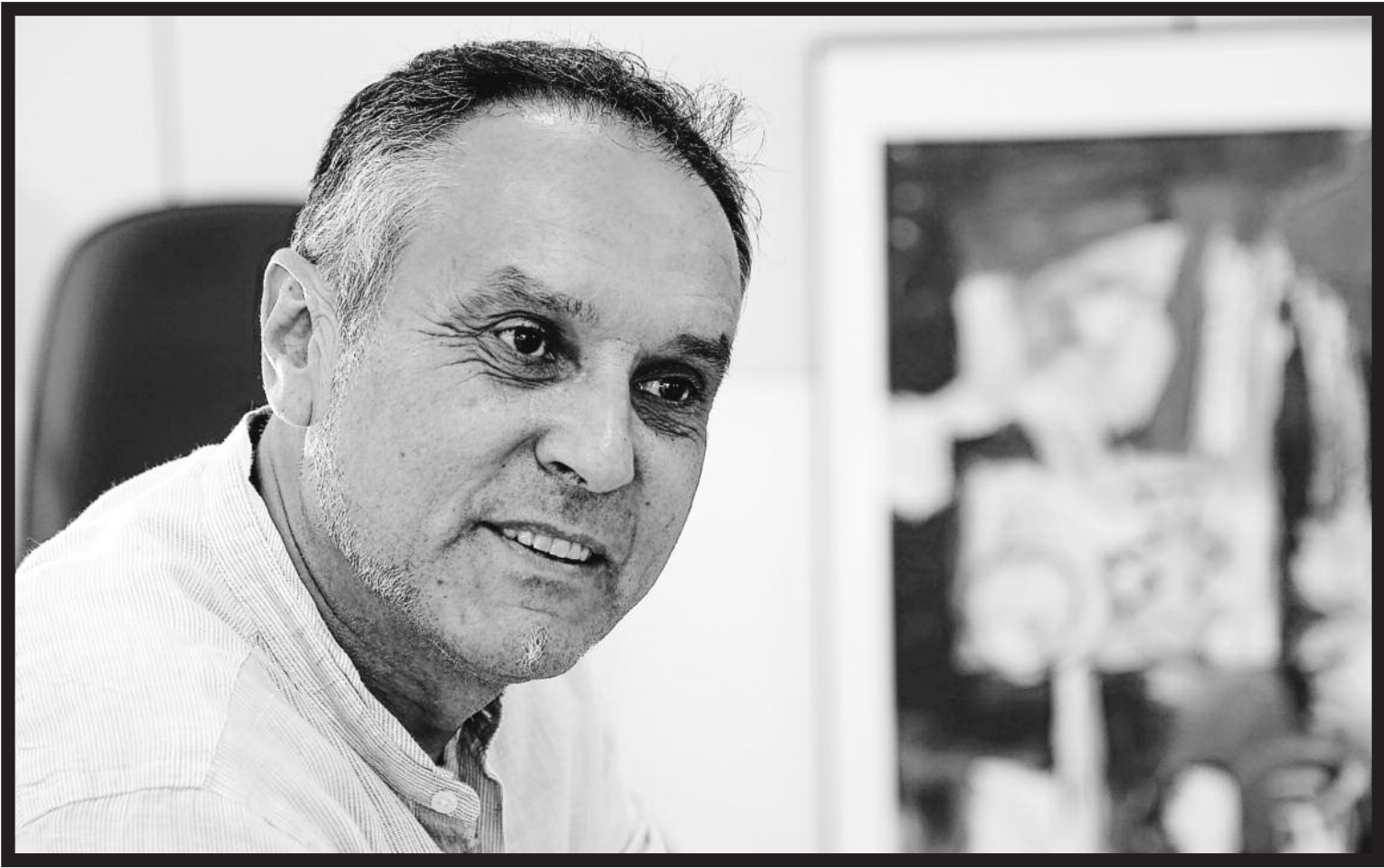
ezagutzea egokitu zaio Oiartzunen bizi

den medikuari, eta pazientearen alde

horretatik ikusi eta sentitu dituenak bildu

ditu liburu batean.

Amagoia Mujika Telleria



«Osasun arloa medikuaren bizkarrean jartzen da, edozer gauza; pikorta txiki bat, bikoteak utzi egin nau eta ez nago ondo, mukiak ditut, buruko mina daukat... Duela gutxi osinak pikatu ziolako etorri zen paziente bat»



topatu ditut bidean. Baina sistemak zuloak ditu eta zulo horiek konpondu behar ditugu.

Nola konpondu daitezke zulo horiek?

Ez da erraza eta, gainera, epe luzeko aldaketa bat eskatzen du. Askotan entzun izan dut Osakidetzan pazienteak dela sistemaren ardatza eta uste dut ez dela horrela, sistemaren ardatza sistema bera da eta pazienteak etengabe moldatu egin behar du. Hori aldatu beharra dago. Horretarako beharrezkoa da pazienteak entzutea, bere beharrak ezagutzea. Hurbiltasuna oso garrantzitsua iruditzen zait, eta ez medikuen aldetik bakarrik. Erizainek, administrariak, zaindarien... oso presente eduki beharko lukete parean duten pazienteak ez dagoela ondo, es-tutasuna bizitzen ari dela eta egoera hori samurtzen saiatu-ko beharko lukete.

Adibidez, erietxean alde ba-tetik bestera mugitzerakoan,

gurpil aulkia erabili behar da. Zergatik? Batzuetan paziente-ak ez dauka ibiltzeko inolako arazorik, beraz, zergatik sen-tiarazi behar zaio mendeko? Beste adibide bat: ebakuntza baten aurretik, bezperan ospi-taleratu behar da. Zergatik? Esan pazienteari zein ordutan etorri behar duen eta zer egin behar duen ebakuntzaren bez-peran. Badaezpadako neurria omen, garaiz iristen dela ziur-tatzeko... eta medikua berandu iristen bada?

Bada pazienteek ez fidatzeko joera, dena gaizki egingo dute-naren beldurra, eta horri buel-ta eman behar zaio.

Pazienteak bere osasunaren gaineko ardura hartu behar du, ezta?

Zalantzarik gabe. Gauzak alda-tzeko bi zutabe nagusi ikusten ditut, biak hezkuntzarekin lo-tuak. Batetik, Medikuntzako Fakultateetan ematen den for-makuntzan gizatasunak pisu handiagoa izan behar du. Eta,

bestetik, umetatik jasotzen dugun hezkuntzan mezu garbi bat helarazi behar da: zure gorputza zurea da eta osasuna lehentasuneko gaia da. Harta-ra, txikitatik tresnak eskaini behar zaizkio gizakiari bere osasuna zaintzeko eta izan di-tzakeen osasun arazo arinak kudeatzeko. Zenbait osasun arazo etorri bezala joaten dira eta bizirik gaudelako gerta-tzen zaizkigu.

Hori okerragora aldatu da, ez-ta? Jendea errazago joaten al da orain medikura?

Bai, askoz errazago. Osasun ar-loa medikuaren bizkarrean jartzen da, edozer gauza; pi-korta txiki bat, bikoteak utzi egin nau eta ez nago ondo, mukiak ditut, buruko mina... Duela gutxi osinak pikatu zio-lako etorri zen paziente bat kontsultara. Zergatik? Ez ditu-gulako bizitzako gauzak kude-atzeko tresnak eskura.

Paziente askoren kasuan, gainera, larriagoa da kontua:

medikuak agindutako trata-mendua ez dute betetzen eta berriz medikura bueltatzen di-ra, ez direla ondo sentitzen esanez eta ardura guztia medi-kuaren gainean jarritz. Eta ara-zoak, gainera, berehala kon-pondu behar dira.

Zaintzaileen lana goraipatu duzu; isila eta beharrezkoa.

Bai, oso-oso beharrezkoa. Nor-malean emakumeak eta ikuse-zinak izaten dira, baita medi-kuentzat ere. Zaintzaileak ez baleude, sistemak ez luke fun-tzionatuko, horien hutsunea betetzea oso-oso garestia litza-tekeelako. Finean, sistemak medikuak, erizainak, garbi-tzaileak, administrariak... jar-tzen ditu, baina, zaintzailerik gabe, sistemak ez luke funtzio-natuko. Eta ez diegu merezi duten garrantzia ematen.

Pazientearen azalean egon eta gero, mediku hobea zara?

Ez dakit hobea naizen, baina kontzienteago naiz dauden

hutsunez eta hobetu beharre-koez. Batzuetan ezin duzu nahiko zenukeen guztia egin, baina pazienteari hurbiltzeko modua zaintzen saiatzen naiz.

Liburuarekin lortutako iraba-ziak Bizi Bide elkartearentzat izango dira; Fibromialgiako, Neke Kroniko Sindromekeo, Sentsibilitate Kimiko Aniz-koitzeko eta Elektrohipersen-tsibilitateko Gipuzkoako El-karteak.

Bai. Kasu horietan diagnosti-koa zailagoa da, korapilatsua-go eta maiz berandu etortzen da. Eta, batez ere, ulertu ezin handia pairatzen dute, fami-liaren aldetik, medikuen alde-tik, gizartean...

Gaixo horien egoera ma-haiaren gainean jarri nahi nuen, batez ere sufritzen du-ten ulertezintasuna oso kru-dela delako. Gaixotasun ho-riek ez dira ulertzen, eta, gainera, gaizki ikusiak daude. Gaizki zaudenean, hori oso gogorra da.