

Rīgas Stradiņa universitāte  
Medicīnas fakultāte  
otrā līmeņa profesionālās augstākās izglītības  
studiju programma „Medicīna”

**ĢIMENES ĀRSTS – LIKTENĪGĀM LOMĀM BAGĀTI VĀRTI  
VESELĪBAS APRŪPĒ**

**ESEJA**

Darba autors:  
**Klāvs Adiņš**  
Medicīnas fakultāte

Rīga, 2024

Pasaule ir iekārtota tā, ka viss pamats balstās uz vārtu principa. Lai iekļūtu mājā vai no tās izkļūtu, nākas doties cauri vārtiem; lai nosargātu savas pilis, karaļi un karalienes būvēja izturīgus vārtus; lai iegūtu uzvaru futbolā vai hokejā – mērķis ir bumbu vai ripu novirzīt vārtos. Grandiozā latviešu valoda, kā zināms, ļāvusi mums vārtu jēdzienu izmantot arī kā alegoriju tādiem vārdiem kā mīlestība, labestība, cieņa, godīgums, kas, respektīvi, ir vārti uz cilvēku dvēselēm. Nevilšus prātā parādās arī aknu vārtu vēnas termins, kuras nozīmība visnotaļ neprasa papildus komentārus. Liriski ievadot veselības un medicīnas tēmu, kļūst skaidrs arī jautājums, kas ir šie stabilie vārti, kuri cilvēku ikdienas ceļu savieno ar veselības aprūpes pieejamību. Šie vārti ir kaut kas gaišs, zinošs, vienmēr atvērts; kaut kas, kura mūri satur visas kartes un ceļarāžus. Jā, Ģimenes ārsts (pavisam instinktīvi pat gribas šo vārdu rakstīt ar lielo burtu). Nav šaubu, ka tieši šis speciālists, iemiesojot dažādas liktenīgi svarīgas lomas, mērķtiecīgi stāv starp pacientu un viņa tālākajām gaitām veselības aprūpē, kas vistiešākajā nozīmē attaino vārtu būtību.

Viena no skaistākajām mākslām vienmēr bijusi runas māksla. Gan Senajā Grieķijā, gan Romā oratori ieņēma augstu un nozīmīgu lomu sabiedrībā. Ģimenes ārsts šo runas mākslas jaudu pielieto citam mērķim – iegūt pēc iespējas vairāk informācijas par pacienta problēmu, veselības stāvokli, veidot stabilu kontaktu. Tas ir kā pamats terapeitiskā ceļa būvēšanai un bruģa klāšanai, kas šķērso vārtus un aizved vajadzīgajā virzienā. Tādējādi izpaužas ģimenes ārsta dibinātāja loma. Zināms arī, ka Hipokrāts vairākus tūkstošus gadus iepriekš ieviesis slaveno zvērestu, kas nosaka ārsta konfidencialitāti un sūtību. Tas, saprotams, jāievēro jebkuram veselības aprūpes speciālistam, bet, objektīvi izvērtējot, jautājums par to, kurš speciālists ir visuzticamākais, ieņem retorisku pozīciju. Līdz ar to ģimenes ārsts pilda arī uzticības personas lomu. Tāpat šis ir gadījums, kad “sienas ar ausīm” ir tas, kas vajadzīgs, jo šie vārti spēj klausīties. Tas nozīmē ne tikai dzirdēt, bet arī saprast un viest uzticību. Romiešu vēsturnieks Tīts Līvijs teicis, ka “izrādīta uzticība parasti izraisa atbildes uzticību”, tāpēc ģimenes ārsta iedibinātā uzticēšanās ir būtiska, lai pacients justos drošs, būtu godīgs, nebaidītos atklāties, tādējādi daudz efektīvāk kāpjot augšup pa veselības atjaunošanas un saglabāšanas kāpnēm. Turklāt palīdzīga roka ir blakus ikkatrā pakāpienā, kas piešķir droša ceļabiedra lomu.

No visām specialitātēm tieši ģimenes ārsta ikdienas paletē ir visvairāk krāsu un sarežņu. Būtībā katrs pacients, kas nokļuvis pie ģimenes ārsta, ierodas ar sūdzībām no citas orgānu sistēmas. Tad nu ģimenes ārstam nākas ņemt rokā situācijai atbilstošāko sareni un gleznot vai nu kluso dabu, iesakot pacientam novēroties un kontrolēt stāvokli ar medikamentiem, vai arī ainavu, nozīmējot un iegūstot pilnu asins ainu, krūškurvja rentgena vai citu izmeklējumu attēlus. Aizvien biežāk nākas ķerties arī pie portretu gleznošanas, jo pieaug psihoemocionālo traucējumu profila pacientu skaits primārajā aprūpē. Nenoliedzami bieži noder krāsu sapludināšanas prasmes, ņemot vērā, ka ir daudz polimorbīdu pacientu. Šajā gadījumā visas veselības problēmas jāskata kopā, kas ir zināms izaicinājums. Tādējādi

ģimenes ārsts ir mākslinieks – gleznotājs, kas visas paletes krāsas izmanto kopā – zīmējot varavīksni, kuras galā ir bagātīgs medus pods jeb veselība. *Unum momentum, quaeso* – varavīksne? Pat nebaidos ģimenes ārsta daudzšķautņainajai sūtībai pievienot arī meteorologa lomu.

Ģimenes ārsta ikdienu varētu pielīdzināt skudru pūznim vai bišu stropam, ar to saprotot komandas darba būtību un to, cik svarīga ir katra roku pāra pievienotā vērtība. Lielāko daļu rotācijas prakšu pavadīju pie ģimenes ārstēm, un komandas darba vērtību abas ārstes uzsvēra jau mūsu pirmajā tikšanās reizē. “Vai vēlies kļūt par labu ģimenes ārstu?” viņas jautāja. “Tad labas un uz sadarbību vērstas komandas izveidošana ir viens no stūrakmeņiem šī mērķa sasniegšanai!” Vai ārsta palīgs, medmāsa un prakses reģistratore ir kā ķirsis kūkas galā? Nē! Viņi tāpat kā ģimenes ārsts piedalās kūkas pamatmasas, pildījuma un glazūras veidošanā, lai pacients, to nogaršojot, būtu pilnībā apmierināts jebšu sacītu, ka “mēli var norīt”. Komandas darbu ģimenes ārsta praksē lieliski raksturo slavenā basketbolista Maikla Džordana vēstījums: “Komandas darbs ir spēja strādāt kopā, lai sasniegtu kopīgu vīziju. Spēja virzīt individuālos sasniegumus uz organizācijas mērķiem. Tā ir degviela, kas ļauj parastiem cilvēkiem sasniegt neparastus rezultātus.” Lai to nodrošinātu, ģimenes ārstam jāieņem vadītāja, laba līdera loma – kā bišu stropa karalienei. Nedaudz patenkošu, ka abas ģimenes ārstes, ar kurām sadarbojos prakses laikā, apgalvoja, ka ikdienu rit produktīvi un efektīvi, tieši pateicoties lieliski nokomplektētai komandai. Tad jau tā tas arī ir – tādā bišu stropā vienmēr ir gardākais medus un stabilā skudru pūznī pat Vēja mātes niknākais dēls Ziemeļis nesagāzīs juntu!

Ja pavērojam vārda savienojuma “ģimenes ārsts” etimoloģiju, vai uzreiz nav skaidrs, kas šī ir par profesiju? Tā ir ģimenes cilvēka profesija, un ko gan nozīmē ģimene? Ģimene vienmēr un visos laikos nozīmējusi drošību, pajumti, siltumu, labestību, atbalstu, palīdzīgu roku un tā varētu turpināt skaitīt cauri līdz pat Piena Ceļa tālākajai zvaigznei. Lielākajā daļā gadījumu tikai šajā specialitātē ārstam veidojas ilgtermiņa sadarbība ar pacientu; pacients tiek novērots, ārstēts, kontrolēts gadiem ilgi, nevis tikai konkrētas ārstēšanas epizodes ietvaros. Ar iepriekš minētajiem “ģimenes vārdiem” papildīta saikne veidojas starp ģimenes ārstu un pacientu. Tādējādi ģimenes ārsts būtībā ieņem ģimenes locekļa lomu. Jāatzīmē, ka saikni nevajadzētu padarīt pārāk familiāru, kas varētu traucēt terapeitisko attiecību pilnvērtībai. Labam ģimenes ārstam ir jābūt emocionāli atvērtam, bet tajā pašā laikā jāspēj savu vārtu vērūmā novilkt zināmu robežšķirtni. Attiecībām nav jābūt bloķējošam dambim vai upē strauji saplūstošai rumbai, bet efektīvai hidroelektrostacijai, kas spēj ražot enerģiju.

Izvērtējot ģimenes ārsta sūtību, iepazīstot ikdienu, domājot par labāku palīdzības organizāciju cilvēkiem Latvijā, manī ir modusies vēlme specializēties šajā nozarē. Ģimenes ārsta darbā visvairāk uzrunā tieši tas, ka kontakts ar cilvēku ir ilgtermiņa; ir iespējams izvērtēt dinamiku un iepazīt cilvēku tuvāk, kas ļauj individualizēt pieeju, izprast katru situāciju. Ļoti simpātizē fakts, ka ģimenes ārsts, kā jau sinonīms vēsta, ir vispārējās prakses ārsts, respektīvi, nodarbojas ar jebkādiem veselības problēmu

jautājumiem no pacienta matu galiņiem līdz papēžiem. Tas nodrošina antirūtīnas efektu, ļauj uzturēt svaigas zināšanas un orientēties visā medicīnā. Par labu šai izvēlei liecina arī neesoši profesionālie griesti – atbilstoši savām iespējām, ģimenes ārsts praksē var īstenot ne tikai pamatdarbības, bet ieviest, piemēram, magnētiskās terapijas iekārtu, kā tas bija ģimenes ārstes praksē Rīgā. Tik tiešām esmu gatavs realizēt savu ārsta karjeru šajā specialitātē un par savu izvēli esmu pārliecināts.

Sokrats ir teicis: “Nevar ārstēt miesu, neārstējot dvēseli.” Ar šo citātu vēlos lakoniski raksturot visu ģimenes ārsta būtību. Ģimenes ārsts tik tiešām ir ģimenes cilvēks, miesas un dvēseles ārsts. Daudzšķautņainība un dažādās lomas šos vārtus notur stabilus un atvērtus, lai jebkurš to šķērsotājs nokļūtu savā Laimīgajā zemē jebšu veselības paspārnē.