

meg minden anyukának van egy-egy önmagán túlmutató története páciensei körében: elcukrozott tea helyett mézzel édesített, frissen facsart citromból készített limonádé a torokfájós kisgyerekek... Kézenfekvő megoldások, melyek pont a beteg gyerek mellett nem jutnak az aggódó szülők eszébe.

Elsők között jelentkezett, amikor a nyíregyházi önkormányzat meghirdette a rendelők privatizációját. Amint megszerezte a Szent István utcai ingatlant, hozzáfogott a felújításához. Praktikusabb a helyiségek elrendezése, logikusabb a beteg útja, tágasabb a váró, lett hely a babakocsiknak, s persze megszüpült minden. De a doktornak ugyan ennyire fontos, hogy az önálló, egyszemélyes rendelő *teljesebb körű betegellátást és jobb munkaszervezést* tesz lehetővé.

„Megvizsgálom – felírom – mehet – kérem a következő! Illik tartani a tempót, amikor a sok nyugős beteg ott várakozik a rendelő előtt. Márpedig, vannak esetek, amelyeket nehéz az akut ellátás tempójába illeszteni, mert elmélyültebb, hosszabb törődést igényel a probléma. Ezért módosítottam a működési engedélyem, meghosszabbítottam a betegellátást, hogy az ilyen eseteket külön, megbeszélte időpontban vissza-rendelhessem. Például kidolgozott programot tudok kínálni a *túlsúlyos gyerekeknek*. Őket nem lehet fogókúráztatni, nem feltétlenül szükséges, hogy egy fejlődésben lévő gyermek veszítsen a testsúlyából. Esetükben az a cél, hogy testük zsír-izom aránya megváltozzon, megfelelő mozgásprogram és táplálkozás révén. A rendelőben rendelkezésre állnak azok a műszerek, melyek a fizikai állóképességről képet adnak, másrészt a testzsír arányt mutatják, így a megfelelő motiváció fenntartásával célt tudunk érni a gyerekeknek. De hogy a másik végletéről is beszéljünk, szerintem az én praxisomban *meglepően nagy arányban*

*vannak sportoló-gyerekek*. Kis úszók, triatlonosok, ami meggyőződésem, hogy nem véletlen. Hisz sportorvos is vagyok, de a személyes példamutatásomnak is következménye, s annak, hogy mióta az eszemet tudom, fontosnak tartom, és *minden módon képviselem az egészséges életmódot*. S miután ennek a praxisnak én vagyok a vezetője, magától értetődő, hogy a kollégáim felé is ezt a nézetet képviselem, illetve, hogy egyetértés van köztünk ezeknek az értékeknek a fontosságát illetően.”

Az Országos Alapellátási Intézet pályázatát, az *Egészséges praxis* cím elnyerésére tehát mintha neki írták volna ki. Megörült a pályázati kiírásnak, s egyúttal szinte meg is hatódott. Hogy *mindez másoknak is fontos...*

„Nemcsak az itt dolgozók személyes paramétereire, életmódjára volt kíváncsi a pályázat kiírója, mert ha csak annyi lenne, akkor elég egy fiatal orvos, két fiatal munkatárssal és már kész is a pályázati siker. Az a *szemlélet* fontos a számomra, amely a betegellátásban érhető tetten: higiénikus, esztétikus környezetben a legmagasabb szakmai ellátást nyújtani, hogy az lelki téren is megnyugvással töltsse el a beteget. Itt volt az ideje, hogy *magunkba nézzünk: mi orvosok*, vajon megteszünk-e mindent annak érdekében, hogy azok a népegészségügyi programok, amelyek követik egymást, eredményesek legyenek. Lehet-e hatékonyan nevelni úgy, hogy mi magunk nem változtatunk az életünkön? Nagyon tetszett az a kérdés, ami a feltárt hiányosságok megoldását firtatta. Tudniillik a mi pályázatunk sem csupa szuperlatívuszt tartalmaz! Magam is érzem, hogy így ötvenkét évesen nem sokáig tartható az *önki-zsákmányoló tempó*, amit diktálok magamnak! Kéthárom éve nem pihentem egy hetet folyamatosan, s ezen egészen bizonyosan változtatni kell. Tudni kell kiszállni a mókuskerékből.”