

Vse več zdravnikov začenja razmišljati s svojo glavo



Slovensko zdravstvo v zadnjih letih pretresajo številne afere, a zdi se, da je to le vrh ledene gore. Povrhu imajo pogosto tudi zdravniki zvezane roke, saj morajo strogo upoštevati doktrino uradne medicine. Darinka Strmole, dr. med., je po skoraj petindvajsetih letih dela v šolskem dispanzerju v zdravstvenem domu dala odpoved, ker je začutila, da mora delati drugače. Zdaj se posveča zdravljenju z bioresonanco, izvaja družinsko in partnersko psihoterapijo, nabira znanje o ajurvedi. V domačem Trebnjem vodi svojo ordinacijo za celostno zdravljenje in psihoterapijo.

Sprašuje: **DAMJAN LIKAR**

Foto: **LEON VIDIC**

Kaj vse vas je zmotilo pri zdravniškem poklicu, da ste dali odpoved?

Pravzaprav bi verjetno še delala v javnem zdravstvu, če se pri nas ne bi bilo, drugače kot v vseh evropskih državah, prepovedano zdravnikom ukvarjati z alternativnimi metodami zdravljenja celo v prostem času. Pred kratkim sem se pogovarjala s kolegom anesteziatom s Hrvaške, ki je trenutno direktor zdravstvenega doma, v popoldanskem času pa ima zasebno ambulanto za bioresonanco, pa je to v skladu s hrvaško zakonodajo. Morda me je še najbolj motilo, da imaš kot zdravnik odmerjenega premalo časa za posameznega bolnika. Zelo pogosto se menjavajo doktrine zdravljenja za

Preventiva je usmerjena na sistematske preglede, manj pa je poudarka na učenju in spodbujanju ljudi k zdravemu življenju, prehranjevanju, izbiri prave hrane za posameznika.

V Sloveniji je še vedno obvezno cepljenje za otroke. Kakšen je vaš odnos do njega?

Kot zdravnica v šolskem dispanzerju sem vsako leto cepila več sto otrok. Tudi jaz sem prebirala literaturo za in proti. Zdaj še ne morem z gotovostjo trditi, da cepljenje nima pozitivnega učinka. Strinjam se, da je otrokov

imunski sistem v prvem letu s številnimi cepljenji močno obremenjen. Za marsikoga bi bilo dobro, da bi pridobil imunost proti otroškim boleznim po naravni poti. Ampak tako kot trenutno je, ko otroci ne morejo preboleli ošpic, mumpsa, rdečk v obdobju, ko te bolezni navadno potekajo brez komplikacij, je težko svetovati izogibanje cepljenju, ker se lahko zgodi, da bolezen dobijo v odrasli dobi,

ko se prebolevanje zelo pogosto težko in lahko nevarno zakomplicira. Jaz sem se vsa leta trudila, da sem cepila samo res zdrave otroke in da sem dajala, če se je le dalo, po eno cepivo. Žal so zdaj na tržišču skoraj samo kombinirana cepiva. Navodila so taka, da se večkrat lahko kombinira več cepiv isti dan pa tudi presledki med enim in drugim cepljenjem za različne bolezni niso več pomembni, včasih pa vsaj dva tedna po enem nismo cepili proti drugi bolezni.

Kako rešiti konflikt med starši in pediatri?

To, da država kaznuje starše, ki zavračajo trenutni sistem celjenja, se mi ne zdi prav. Še huje se mi zdi, da se starši, ki ne želijo cepiti otrok, zaradi stalnih pritiskov zdravnikov in zdravstvenega osebja ne upajo z bolnim otrokom k zdravniku, ker nočejo spet poslušati, da je vzrok za

vse težave njihovega otroka necepljenost. Mislim, da bi morali pediatri delovati kot enakovredni partnerji skupaj z njimi za zdravje otrok. In če so starši pripravljeni prevzeti tveganje, se morajo zavedati, da morajo res skrbeti za zdravo hrano in zdravo življenje svoje družine in otroke vzgojiti, da bodo to delali vse življenje. Pediatr ali osebni zdravnik pa daje vse informacije in posveti vse svoje sposobnosti in znanje, da pomaga v bolezni. Brez očitkov. Nesprejemljivo se mi zdi, da nekateri zdravniki nočejo sprejeti za svoje paciente otrok, ki jih starši ne želijo cepiti!

♥♥ **Tudi hrana bolnikov v bolnišnicah pogosto ni v podporo zdravju, in kar je še huje, bolniki se zgledujejo po njej, češ, v bolnišnici so mi dali jesti salamo, golaž, homogenizirano mleko, krofe, torej bo to že zdravo.**

Kaj pa uradna medicina in zdrava prehrana, ste tudi na tem področju prišli v konflikt z njihovo doktrino? Jaz in moja družina se že od posta pri Marjanu Videnškju prehranjemo pretežno vegetarijansko. Občasno uživamo mlečne izdelke. Nam to koristi in ugaja, še posebno od takrat, ko smo se naučili uporabljati začimbe in okusno

pripraviti žita, zelenjavo, stročnice. Uradna medicina ne priporoča vegetarijanske hrane, vse manj pa se svetuje prilagojena prehrana pri posameznih boleznih, razen pri alergijah. Starejši pediatri in zdravniki so v času, ko sem jaz začela delati, pri težavah s prebavili, driskah, sklepnih težavah pogosto svetovali prilagojeno dietno prehrano. Zdaj je ne več, vendar se mi je v praksi velikokrat potrdilo, da je trenutni boleznih prilagojena prehrana še kako pomembna za čim hitrejšo ozdravitev. Pogosto sem tudi v ambulanti svetovala vsaj štirinajstdnevno izključitev mesa ali mleka ali jajc ali pšeničnih izdelkov, svetovala uživanje sveže iztisnjenih sokov iz sadja in zelenjave z domačega vrta ali shrambe. In večina so bili ljudje zadovoljni, ko so na lastnem telesu občutili, da se počutijo bolje.

posamezne bolezni. Ob pojavu bolezenskih simptomov ali znakov po doktrini zdravnik prehitro predpiše sintetična zdravila, namesto da bi svetoval recimo spremembo prehrane, uživanje dovolj čiste vode, morda kakšno naravno zdravilo ali zdravilno zelišče, in šele če to ne bi bilo učinkovito, predpisal močnejše zdravilo. Medicina se danes zelo opira na preiskovalne metode, podprte z najsoodobnejšo tehniko, ki so seveda drage in je dostopnost do njih vsaj časovno (čakalne vrste) vse slabša, pozabljamo pa na tehnike kliničnega pregleda, ki smo se jih učili na fakulteti in so lahko zanesljive, vsaj pri ločevanju preprostih od zelo kompliciranih in nevarnih stanj.



Kako ste doživeli postenje? Bi moralo biti to področje del izobraževanja na medicinski fakulteti?

Moje postenje je bila zelo lepa izkušnja. Čutila sem, da moram nekaj narediti za svoje zdravje, in me je vleklo, da bi preizkusila post. Doma se ga nisem upala lotiti, pa sva se z možem pridružila Marjanovi skupini na Mostu na Soči. Že po treh dneh posta sem ugotovila, koliko prožnejše so vezi mojih sklepov, s kolikšno lahkoto hodim po hribih, čeprav nisem imela posebne kondicije. Lahko rečem, da je to dopust za dušo in telo. Letos spet načrtujem tak dopust in se ga že zelo veselim. Vsako čiščenje telesa je zelo koristno. Prav bi bilo, da bi študenti o tem slišali na fakulteti, vsaj pri kakšnem izbirnem predmetu. Brala sem, da v nekaterih državah, mislim, da so omenjali Izrael, zdravniki pri številnih boleznih priporočajo postopke za odstranjevanje toksinov iz telesa pred uvedbo drugega zdravljenja ali vzporedno z njim. Post ob sokovih in mineralni juhi, z rednim čiščenjem črevesja, aerobno vadbo, pozitivno naravnostjo do življenja, narave in zdravja ter vsem drugim

☞ **Že po treh dneh posta sem ugotovila, koliko prožnejše so vezi mojih sklepov, s kolikšno lahkoto hodim po hribih, čeprav nisem imela posebne kondicije. Lahko rečem, da je to dopust za dušo in telo.**

razvajanjem, ki so ga udeleženci Marjanovih skupin deležni v dneh postenja, je pravi eliksir, ki lahko v kratkem času prenovi telo.

Zdravniki daste Hipokratovo prisego. Znan je bil po izreku: Hrana naj bo vaše zdravilo in zdravilo naj bo vaša hrana. Zakaj je uradna medicina nadomestila hrano s sintetičnimi zdravili, zaradi katerih vsako leto umre najmanj sto tisoč ljudi?

Veste, veliko ljudem v resnici še ni do tega, da bi kaj spremenili v svojem življenju. Želijo zdravila, ki bi čudežno rešila njihove težave, sami pa še vode ne morejo piti v zadostni količini. Morda smo zdravniki tudi pod vplivom rezultatov študij farmacije o veliki in hitri učinkovitosti sintetiziranih zdravil, doktrinar-nih priporočil stroke pozabili na možnost pomena in učinkovanja prehrane na zdravje. Preveč preprosto je. Medicina želi biti zelo uslužna do razvad ljudi. Poglejte, kako brez zadržkov predpisujejo hormonsko kontracepcijo mladim deklicam, ne da bi jih poučili o pomenu zrelosti, pristnosti odnosa med fantom in dekletom, vrednotah življenja, ljubezni, spolnosti, in brez presoje, kaj to pomeni za mlado razvijajoče se telo in njegov hormonski sistem. Kako se družba približuje odvisnikom od mamil z metadonom na recept, koliko zdravil za znižanje holesterola pojedjo Slovenci in ob tem uživajo nespremenjene količine nezdrave hrane, kako hitro predpišejo antidepresive, ki zagotovo ne rešijo problemov, ki so jih pripeljali v depresijo, še huje pa je, da jih človek dobi, ko zdravnik ne najde labo-

ratorijskih ali s preiskavami potrjenih dokazov za njegove težave.

Ali se tudi številni vaši zdravniški kolegi ne strinjajo z medicinsko doktrino, vendar si še ne upajo iti na samostojno pot?

Imam občutek, da je vse več zdravnikov, ki začenjajo razmišljati s svojo glavo, so kritični do kemije, preštevilnih stranskih učinkov zdravil in želijo zdraviti tudi s pomočjo naravnih zdravil in pripomočkov. Danes je na voljo veliko kakovostne literature o načinih zdravljenja z ajurvedo, kitajsko medicino, naravnimi zdravili in zelišči, homeopatijo, ki jih raziskujejo in njihovo učinkovitost potrjujejo tudi ugledni inštituti po svetu. Žal pa je v naši medicinski literaturi teh tekstov manj kot v dnevnem časopisju. Včasih pravim, da nas laiki učijo, kaj je prava in zdrava hrana. Prepričana sem, da ima narava vedno prav in da so najučinkovitejši zelo preproste stvari in postopki.

Če bi bili ministrica za zdravje, kaj bi spremenili?

Marsikaj bi bilo treba postoriti. Gotovo bi uzakonila možnost izbire celostnega zdravljenja s povezovanjem sodobne medicine in znanja ajurvede, kitajske medicine, homeopatije, zdravljenja z zelišči, bioresonance. Zdravniki bi morali (ne le smeli) spoznavati čim širše vidike tudi naravnega zdravljenja in jih po svoji vesti in znanju kombinirati s postopki in preverjenimi načini zdravljenja, ki jih ponuja sodobna znanost. Danes se v Sloveniji lahko ukvarjajo z naravnim zdravljenjem ali zdravilstvom ljudje vseh drugih poklicev, samo zdravniki ne! Potem bi omogočila, da bi imeli zdravstveni delavci, ki so pogosto vse dneve na delovnem mestu, na voljo zdravo, živo hrano. Kako naj človek dela s srcem, zbrano in kakovostno, če nima energije, ker jo porablja za prebavo mrtve, zdravju škodljive plastične hrane? Tudi hrana bolnikov v bolnišnicah pogosto ni v podporo zdravju, in kar je še huje, pogosto se bolniki zgledujejo po njej, češ, v bolnišnici so mi pa dali jesti salamo, golaž, homogenizirano mleko, krofe, torej bo to že zdravo. In veliko bi postorila za dobre medčloveške odnose v timih. Če se zdravstveni delavci dobro in varno počutijo med sodelavci, so cenjeni in vredni, potem



” Veste, veliko ljudem v resnici še ni do tega, da bi kaj spremenili v svojem življenju. Želijo zdravila, ki bi čudežno rešila njihove težave, sami pa še dovolj vode ne morejo piti.

ni toliko pomembno, koliko so plačani in ali morajo delati prek delovnega časa. Prepričana sem, da je zelo veliko zdravnikov in zdravstvenih delavcev naklonjenih pacientom in so pripravljeni zanje narediti vse, kar zmorejo. Največje plačilo zanje je, če gre bolniku na bolje. Če pa so ljudje nesrečni, nepovezani s svojo vestjo, torej niso prisotni v tem trenutku, se ne zavedajo svojega položaja, strahov, ranljivosti, občutkov sodelavcev, kaj šele stiske pacienta, potem pač branijo sebe in nočejo biti za nič krivi. Za to morajo imeti za vsako svojo odločitev potrditev v laboratorijskih izvidih in kritje s protokoli za zdravljenje

posameznih bolezni. V takem položaju ni prostora za intuicijo, za srce in osebno angažiranost. Pa vendar je že Hipokrat rekel, da je zdravnik dober človek, ki zna medicino. Iz izkušenj lahko povem, da sem nekajkrat v svoji karieri pravočasno postavila diagnozo, ker sem ubogala intuicijo in iskala znake bolezni in laboratorijske potrditve za bolezen, na katero samo z razumom glede na okoliščine, anamnezo, včasih pa tudi glede na znake po površnem rutinskem pregledu gotovo ne bi niti pomislila. Pa sta bili prava in pravočasna diagnoza in napatitev na pravo mesto ključni za ozdravitev, nekajkrat celo za preživetje bolnika.