

Frá Læknadögum

Hjálækningar, steratröll – og svo ball á eftir

ÞAÐ FER EKKERT Á MILLI MÁLA AÐ LÆKNADAGAR ERU einn veigamesti þátturinn í fræðslustarfi og jafnframt félagslífi lækna. Í heila viku eru þeir í félagsskap kollega og ræða fagið, fræðast um nýjungar og skiptast á skoðunum. Svo lýkur þessu með balli ársins og að því loknu teljast rafhlöðurnar fullhlaðnar fyrir nýtt ár. Þetta fyrirkomulag hefur greinilega sannað tilverurétt sinn því aðsóknin eykst ár frá ári. Það er helst að þeir sem þurfa að eiga samskipti við lækna þessa viku kvarti undan því að þeir séu dálítið annars hugar, ef þeir á annað borð láta ná í sig.

Áhugi fjölmiðla á Læknadögum hefur farið vaxandi og blöð og ljósvakamiðlar voru uppfullir með viðtöl og frásagnir af því sem þeim þótti merkast. Mikla athygli vakti til dæmis heimsókn tveggja bandarískra lækna sem héldu erindi um hjálækningar eða það sem á ensku nefnist *Complementary and Alternative Medicine*. Það var fróðlegt að hlýða á mál þeirra en þeir hvöttu lækna til þess að kynna sér það sem boðið er fram af hjálækningum, nauðsynlegt væri að brúa bilið milli hefðbundinna lækninga og hjálækninga og eyða tortryggni sem ríkt hefur á milli þessara greina.

Glöggt mátti heyra á máli þeirra *Ronald E. Chez* og *Wayne B. Jonas* hversu margbreytileg flóra hjálækninga er. Þar ægir öllu saman, sumt hefur öðlast nokkurn þegnrétt í heimi læknavísindanna, svo sem nálalækningar og hnykkækningar, en annað er þar víðsfjarri og getur raunar varla kallast annað en svindl og fjárplógsstarfsemi.

*Arnór Víkingsson for-
maður Fræðslunefndar bar
hitann og þungann af
skipulagningu Læknadaga.
Hér slakar hann á að þeim
loknum ásamt konu sinni,
Ragnheiði Jónu Jónsdóttur,
á árs hátíð LR.
Ljós. Jón Svavarsson.*



Þótt viðhorf lækna til hjálækninga hafi verið að breytast ríkir enn mikil tortryggni sem birtist meðal annars í því að sjö af hverjum tíu sjúklingum þora ekki eða vilja ekki segja lækni sínum frá því að þeir hafi leitað sér aðstoðar hjálækna. Þetta getur í sumum tilvikum verið beinlínis hættulegt. Jonas nefndi sem dæmi ýmsar lækningajurtir sem geta haft áhrif á storknunareiginleika blóðs. Þeir sem neyta slíkra jurtalyfja og leita samtímis til læknis og fá hjá þeim lyf vegna blóðrásartruflana geta því verið í beinni lífs-hættu vegna milliverkana þeirra og jurtalyfjanna.

Íþróttir efla alla dáð, eða hvað?

Á öðru málþingi sem undirritaður rakst inn á var rætt um íþróttalækningar en þær hafa ekki verið mjög mikið í sviðsljósinu. Þetta svið hefur þó vaxið verulega að umfangi með aukinni íþróttaiðkun fólks á öllum aldri og einnig vegna misnotkunar íþróttamanna á lyfjum sem auka krafta þeirra, úthald eða vöðva-massa.

Birgir Guðjónsson hélt þar erindi um baráttu íþróttahreyfingarinnar gegn notkun ólöglegra lyfja en hann hefur verið virkur í forystusveit samtaka íslenskra frjálsíþróttamanna um langt skeið. Af erindi hans varð ljóst að allra bragða er beitt til þess að ná árangri í íþróttum, hvað sem það kostar, enda er ávinningurinn mikill. Íþróttamenn í fremstu röð hagnast vel á íþrótt sinni auk þess sem margir þeirra eiga greiða leið til valda á sviði stjórnmála eða viðskipta þegar ferlinum lýkur.

Svo langt er seilst til þess að ná árangri að með ólíkindum hlýtur að teljast. Ófáir íþróttamenn hafa látið lífið af völdum lyfjaneyslu og aðrir hlotið mikla skömm fyrir hjá þjóð sinni eftir að upp um þá hefur komist. Nefndi *Birgir* ýmis dæmi um slíkt en það frægasta er eflaust af Kanadamanninum *Ben Johnson* sem var sviptur gullverðlaunum í 100 metra hlaupi á Ólympíuleikunum í Seoul árið 1988. Raunar er baráttan gegn misnotkun lyfja og öðrum ólöglegum aðferðum samfelldur slagur þar sem menn finna sífellt upp ný lyf og aðferðir en íþróttahreyfingin reynir með aðstoð læknavísindanna að finna upp aðferðir til að koma upp um lögbrotin.

Íþróttamót sjúklinga?

Ábyrgð lækna í þessum efnum var mönnum ofarlega í huga enda sagði *Birgir* að þegar upp kæmist um ólöglega lyfjanotkun beindu menn fyrst sjónum sínum að þeim sem útveguðu lyfin. Benti hann á að lækni *Bens Johnson* hefði verið sviptur starfsleyfi



Hlustað af íhygli á umræður á Læknadögum.

sínu í Kanada. Aðild lækna getur þó verið með öðrum hætti því oft aðstoða þeir við þjálfun íþróttamanna, gefa ráð, rannsaka heilsufar þeirra og gefa jafnvel út vottorð um að íþróttamenn þurfi af heilsufarsástæðum að nota tiltekin lyf. Slikt getur leitt menn út á hálar brautir samanber söguna sem Birgir sagði af stórmóti í íþróttum þar sem stór hluti keppenda hafði undanþágu fyrir vissum lyfjum vegna astma. Þegar einhverjum varð litið á undanþágulistann var spurt hvort þetta væri nokkuð íþróttakeppni sjúklinga.

Astmi er sérstakt vandamál í þessu samhengi vegna þess að öndunin og upptaka súrefnis er leið sem oft verður fyrir valinu þegar reynt er að auka úthald og snerpu íþróttamanna með ólöglegum hætti. Annað mál er steramisnotkun sem einkum hefur verið útbreidd meðal þeirra sem stunda lyftingar og vaxtarrækt. *Guðmundur Þorgeirsson* ræddi um áhrif anabolískra stera á hjarta og blóðrás sem virðast vera töluverð þótt rannsóknir skorti á þessu sviði. Ljóst er að ofnotkun stera minnkar HDL kólesteról í blóðinu og ýtir þannig undir æðakölkun.

Engar smáskammtalækningar, takk!

Það kom líka fram í máli *Guðmundar* og annarra að lækningar koma hvergi nærri þessari útbreiddu steramisnotkun. Löggjöf um steranotkun er mjög misjöfn, í sumum löndum, svo sem Danmörku og Bandaríkjunum, eru starar flokkaðir og meðhöndlaðir eins og ólögleg fíkniefni en hér á landi eru reglur um þessi lyf ekki nógu skýrar. Neytendur, þjálfarar eða aðrir sem tengjast viðkomandi íþróttgreinum flytja stera inn og ekkert eftirlit er með neyslu þeirra. Skammtarnir eru gífurlega stórir og langt umfram allt meðalhóf.

En sem betur fer er flest íþróttafólk heilbrigt og vill ná árangri í krafti eigin getu og hæfileika en ekki fyrir tilstuðlan ólöglegra lyfja. Það getur þó verið



vandratáð meðalhófið því að undanförunu hafa komið upp mörg mál þar sem frægt íþróttafólk hefur mátt sæta keppnisbanni vegna neyslu fæðubótarefna sem þjálfarar hafa mælt fyrir um. Birgir sagði að í sum þessara fæðubótarefna settu framleiðendur efni sem eru á bannlista. Þetta yrðu lækningar og þjálfarar að vita því á endanum bera þeir ábyrgðina.

Þetta var aðeins brot af því sem fram fór á Læknadögum. Þar var einnig málþing undir heitinu *Á brattann þar sem fjallað var um veikindi lækna, átök einkalífs og starfs og starfslok lækna*. Frá því er sagt í annarri grein sem birtist hér í blaðinu. Þá er einnig birt grein sem byggð er á erindi *Katrínar Fjeldsted* sem hún flutti á Læknadögum og heitir *Þrjúgur reiðinnar*.

Bandarísku lækarnir Wayne B. Jonas (til vinstri) og Ronald A. Chez fræða íslenska kollega sína um hjálækningar.

—PH