

ISKOLAORVOSI TAPASZTALATAIM

Városunkban, Salgótarjánban nincs főfoglalkozású iskolaorvos. Az általános iskolásokat a gyermek-körzeti orvosok, a középiskolásokat két részfoglalkozású orvos látja el. Felkérésre már a harmadik tanévben vagyok két középiskola csaknem ezer tanulójának iskolaorvosa. Egy védőnővel együtt, napi 4 órában mindketten nyugdíjasként látjuk el ezt a feladatot. A munkaidőnket teljesen kitölti az akut esetek ellátása, gyógyszerelés, a rendszeres szűrővizsgálatok végzése és a kiszűrtek gondozása. Minden egyes tanulónál évenként szűrő vizsgálatot végzünk lelkiismeretesen, mindenre kiterjedően. A vizsgálat az iskolák által fenntartott rendelő helyiségben történik, természetesen egyesével hívjuk be a tanulókat, és felnőttként kezeljük őket. A vizsgálatok alapján észlelt eltérések esetén kiegészítő szakvizsgálatot kezdeményezünk. A kiszűrt tanulókat gondozási lappal ellátva visszarendeljük ellenőrzésre. Minden tanulóról egészségügyi törzslapot vezetünk, amelyet 30 évig irattárban kötelesek vagyunk megőrizni. Ha egy tanuló befejezi vagy megszakítja tanulmányait, akkor a kárton alapján egy egészségügyi törzslap kivonatát állítunk ki, ha ezt az illetékes orvos írásban kéri. A sorkötelesek vizsgálatát az előírt szakvizsgálatokra történő beutalását, a törzslap kitöltését eddig és jelenleg is végzzük. Megjegyzem ezzel kapcsolatban, hogy a legújabb rendelet a hadkötelesek vizsgálatát családorvosi feladatként jelölte meg.

Az iskola-egészségügyi munka fő mutatóiról, statisztikáról szólva az alábbiakat állapíthatom meg:

Egy tanévben elvégzett össz-szűrővizsgálatok száma: 967, ebből a testmagasságbeli eltérés (törpenövés) 1. Testsúly szerinti eltérés: 29, halláscsökkenés 10 esetben, mozgásszervi eltérés (gerincferdülés, csípő, térdízületi elváltozás, lúdtalp) 269 esetben volt észlelhető. Szemészeti eltérés (látásélesség, színlátás zavar) 129 esetben igazolódott.

Összesen 476 tanulót szűrtünk ki. Ebből szakrendelésre küldöttek száma 162, vizsgálatra nem ment el – illetve nem hozta vissza a leletét 78 fő.

Könnyített testnevelésre, illetve gyógytestnevelésre és gyógyúszásra a tanulók 8,9%-a szorul, teljesen felmentett (belgyógyászati, ortopédiai és reumatológiai javaslatra) a tanulók 3,6%-a.

A szűrővizsgálatok során egyénre szabott egészségügyi felvilágosítást végzünk életmódra, étrendre, tornára vonatkozóan.

Részletesebben kell foglalkozni a testi fejlettség kérdésével.

Az átlagon aluli fejlettség (magasság, súly) okaként a helytelen táplálkozás nevezhető meg: a menzai meleg ebéd helyett inkább hamburgert, csipszet fogyasztanak.

Tej- és tejtermék helyett a divatos cukrozott üdítőitalokat vásárolják. A növekvő szervezet nagy kalcium és vitamin-igényének megfelelő mennyiségnek még a felét sem veszik fel táplálék formájában.

A gyenge fejlettség hátterében ezenkívül a dohányzás, a szeszes ital fogyasztás és a 13–14 éves korban megkezdett szexuális élet is szerepet játszik.

A másik véglet a túltápláltság, mely a falánkság és a helytelen étkezési szokás következménye. Túl sok kalóriát, zsírt, szénhidrátot tartalmaz az étrendjük és emellett igen keveset mozognak. Pedig a kövérség, mint rizikófaktor szerepet játszik a magas vérnyomás, a szív- és érrendszeri betegségek, emésztőszervi panaszok, csontvázrendszeri betegségek kialakulásában, anyagcsere betegség, cukorbetegség kialakulására és korai érlelmeszesedésre vezet. Az eddig általam mért legmagasabb testsúly 125 kg volt. Elhízást okozhatnak még a fogamzásgátló gyógyszerek is. Volt olyan tanuló, aki a gyógyszerszedést követően 1 év alatt 20 kg-ot hízott a kialakult hormonzavar miatt.

Külső megjelenés tekintetében megállapítható, hogy a lányok szinte kivétel nélkül festik a hajukat, arcukat. Ez egyfelől felesleges, mert az igazi szépségüket nem a festék, hanem a fiatalságuk, üdeségük jelenti, másfelől egészségügyi szempontból is kifogásolható, hiszen fénytelené, töredezetté teszi a hajukat, a festékek és a rendszeres szolárium használat a bőr korai ráncosodásához vezethet.

Az ékszerek használata elsősorban balesetveszélyességük miatt kifogásolható. Viszont külön kell szólni a testékszerekről, karika a szemöldökívben, orrcimpákon, felső vagy alsó ajkakon, állon, mellbimbóban, köldökben, és a nyelvben implantálva is. Gyakori ezzel együtt – vagy csak külön – a szabadkézi tetoválás egyszínű, illetve színes változata, mely különös ismertetőjelként örökre megmarad. Azonkívül, hogy esztétikailag visszataszító jelenség, még egészségtelen is, pl. a köldökékszer beültetésének sebé csak félév alatt gyógyul teljesen, még szövődménymentes esetben is. A tetoválás következménye bőrgyulladás, de sárgaság és AIDS-es fertőzés is előfordulhat, ha nem sterilen történik a művelet. A fájdalom elviselésén

kívül még fizetni is kell érte 10 000–30 000 Ft-ot. Magatartás-zavar, lelki egyensúly felbomlásának külső tünete ez, a tanulók 12,5%-ánál fordul elő. A személyi higiénia általában jónak mondható, de vannak, akik az orvosi vizsgálatra mosdatlanul és szennyes fehérneműben jönnek. Az elsősök között gyakori a fogszuvasodás és elmarad a szájapolás.

A mozgásszervi elváltozások egy része a helytelen táplálkozásra és abból eredő ásványi anyag és vitaminhiányra, a mozgásszegény életmódra és az egészségtelen cipő viseletre is visszavezethető.

Általában sportcipőben járnak, pedig ez állandó viselésre nem alkalmas, egészségtelen, a lúdtalp kialakulásában is szerepe van.

Szólni kell még a fiatalok magatartásáról, viselkedéséről. Hangsúlyozom, hogy nem erre az 1 000 tanulóra jellemző, hanem általánosítható a korosztályra. Sokszor az alapvető udvariassági szabályokat sem tartják be. Szeretnek tömondatokban beszélni. Szótárukból hiányzik a „kérem”, „legyen szíves”, „tessék szíves lenni”. Egy részük beszéde hemzseg a trágár kifejezésektől. Érzeni életük sivár. Az utóbbival az országos Iskolaegészségügyi Kongresszuson több előadás is foglalkozott. Sokukból hiányzik a hazaszeretet, a szülőföldhöz való ragaszkodás, a szülők tisztelete. Jó állásra, anyagi jólétre várás tölti ki gondolataikat.

Igen korán, még általános iskolásként, érzelmileg és szociálisan éretlen fiatalok egyre nagyobb számban kerülnek egymással szexuális kapcsolatban és folytatnak meggondolatlanul és felelőtlenül nemi életet, melynek következménye terhesség és kényszerházasság, vagy a terhesség művi megszakítása, melynek korai és késői szövődményei és következményei lehetnek.

Az organikus következményen túl az érzelmi töltés, szeretetnélküli, ösztönösen vagy divatból, presztízsből gyakran váltott partnerrel folytatott nemi élet kiégeti, sivárrá teszi a lánygyermek személyiségét. Megfosztja a valódi szerelemre, szeretetre épülő testi kapcsolatoknak, a gyermekvárásnak, és a gyerekekkel együtt teljes családi életnek semmilyen más érzéssel és érvényesüléssel nem pótolható örömétől.

Az idő előtt, éretlenül elkezdett szabados szexuális élet elvonja a fiatalok figyelmét, energiáját a tanulástól, csökkenti az egészséges ambíciót, érvényesülési vágyát, megfosztja őket az egészséges értelmes pályaválasztástól, a szórakozás pozitív, személyiségformáló sok-sok örömétől.

A testi-lelki, érzelmi érettség kb. a 18 éves korra fejlődik ki, tehát csak ezután, már érettebb korban javasolható a szexuális élet kezdése.

A tudatos terhesség vállalására, szülésre legalkalmasabb a 20–30 éves kor.

Primér prevenció tehát az erkölcsös élet. A gyermeki jellem kialakulásában nagy segítséget jelent a kisiskolás korban bevezetett hit- és erkölcsstan-oktatás, mely biztosítja az erkölcsi törvények megismertetését, amely a gyermeki jellem kialakulásában iránytűként, vezérfonalként szolgál.

A szülők feladata a gyermeki jellem vadhajtásainak nyesegetése. ha az észérvek nem hatnak, és nincs a fiatalban elég lelki tartás, akkor „menteni, ami menthető” meggondolásból alkalmazható a szekunder prevenció: a fogamzásgátlás. Csak előzetes nőgyógyászati vizsgálat után nőgyógyászati javaslatra, a megfelelően kiválasztott hormontartalmú gyógyszerrel történjen mindez.

Mint minden gyógyszernek, ennek is vannak nem kívánatos mellékhatásai: hormonzavar következményes elhízással, magas vérnyomás, tromبózis hajlam, máj és epebetegség és sok esetben rákkeltő hatás. Szövődmények kialakulásában prediszponáló tényező az életkor és a dohányzás. A felelőtlen, éretlen szexuális kapcsolatok, az együttélés – mely minden jogi következmény nélkül –, bármikor megszüntethető, semmilyen biztonságot nem nyújt, a kárvallottak rendszerint a jobbsorsra érdemes lányok, akik terhesen vagy anélkül, de lélekben megsebezve kerülnek ki ebből a laza kapcsolatból. Lelki válságuk hamarosan testi tünetekkel jár, és kialakul a pszichoszomatikus betegség, mely egész életükön át kíséri őket.

Egyesek betegségbe menekülnek. Mások a lelki bajukat igyekeznek elfojtani alkohollal vagy a droghoz nyúlnak. Mindkettő zsákutcába vezet. Az egyik héten az „Emberbarát Alapítvány” iskolai AIDS-drogprevenciós programjára voltak hivatalosak a középiskolás fiatalok. Nagy lelkierő és emberbaráti segítő szándék kellett ahhoz, hogy a közönség elé állva az öt drogos fiatal elmondja, hogyan jutottak idáig, hogy a hallgatóság okuljon az ő életükből. Beszámolójukból kiderült, hogy saját kíváncsiságuk, az anyagi jólétük, a szülők rossz példát mutató élete (alkoholizmus, prostitúció,) válása vezetett oda, hogy a droghoz nyúltak.

Már az első fogyasztás után rászoktak a fűre, kábítószer tartalmú bélyegre, nyalókára, egyre nagyobb mennyiségre, és egyre erősebb szerre vágytak, amíg eljutottak a heroinhoz. A közös tű és fecskendő használatával egymásba oltották az AIDS vírusát. Betegen és a kábítószer rabjaként már csak a szer megszerzése érdekelte őket, nem számított

semmit a tanulás, munka, szülők és a barátok léte. Otthonról lassan mindent elloptak, pénzt, ékszert, ruhát, TV-t, alkalmi ismerőseiktől pénzt szereztek, de többnyire rablótámadással, emiatt börtönbe kerültek, majd zárt osztályra, elvonóra.

Többszöri öngyilkossági kísérlet, hajléktalanság, teljes magába fordulás következett. A 20 éves fiatalok eddig hat-hét évet töltöttek zárt intézetekben, és maradtak drogfüggők.

Mindannyiunk felelőssége, hogy fiataljaink testileg-lelkileg egészségesek legyenek. Hiszen ők a jövő társadalma, nem mindegy, hogy milyen lesz a magyar nemzet. A társadalom alapja, legkisebb sejtje a család, amely összetartozást, boldogságot, védelmet nyújt a szülőknek, gyermekeknek egyaránt és semmi mással nem helyettesíthető. Erkölcsi felemelkedésre, valódi példaképekre van szükség. A fiatalokban meglévő dicséretes vágyat felhasználva – hogy valamiben ki akarnak tűnni a többi közül, az átlag fölé akarnak emelkedni –, értelmes, nemes célokat kell kitűzni eléjük, hogy abban versenyezzenek.

Fontos a szabadidő hasznos eltöltése, a test- és lélek edzése. Az értelemre és érzelemre is ható magyar irodalmi és történelmi előadásokkal, vetélkedőkkel segíteni kell a fiatalok jellemének alakulását. Megyei kirándulások szervezése, a táj szépségének és a műemlékeknek megismertetésére, hogy „honismerettel a honszeretethez” jussanak el, ahogy ezt annak idején Dr. Dornay Béla megfogalmazta.

Fontos, hogy a fiatalok helyes önismerettel és önértékeléssel rendelkezzenek, legyen magyarságtudatuk, és ezt büszkén vallják is meg, legyenek büszkék nyelvünkre, kultúránkra, hogy fennmaradjon nemzetünk.