

# MediArt

## Orvosi szakmai és kulturális folyóirat

Szerkesztő: DR. SZEKERES LÁSZLÓ

2013/2. szám

### TARTALOM

#### ORVOSTUDOMÁNY

- A kulturált borfogyasztás és a sajtukultúra szerepe a mozgásszervi megbetegedések patomechanizmusában – DR. SPEER GÁBOR, DR. SPEER JÓZSEFNÉ ■ 3
- Tudásmorzsák 6. Sorozat dr. Papp Zoltán professzor emlékezéseiből ■ 10

#### ELMÉLKEDÉS

- Hit a gyógyításban – DR. CSÓKAY ANDRÁS ■ 15

#### SPORT

- Futóiskola – AMBRUS LORÁND ■ 19

#### IRODALOM

- Első találkozásom a stresszel – DR. SZÖLLŐSY TIBOR ■ 21
- Eltartási szerződés, A gyógyítás trükkje, Hofferék, Marci – RIESZ TAMÁS ■ 22

#### KÉPZŐMŰVÉSZET

- Helyzetelek – GYÓRFI ANDRÁS ■ 30

#### MŰVÉSZET ÉS MEDICINA

- Orvos művészek egymás között – RADNAI ANNA ■ 32

#### INTERJÚ

- Beszélgetés fiatal alpinista orvosokkal – DR. SZEKERES LÁSZLÓ ■ 36

#### BESZÁMOLÓ

- Az Orvosi Numizmatikai Szakosztály életéből – DR. JAKÓ JÁNOS ■ 41

#### FOTÓ

- Magyar fényképezőgépek kiállítása – FEJÉR ZOLTÁN ■ 42

- TUDTA-E ÖN, HOGY...? – DR. GÖMÖR BÉLA ■ 44

## Szerkesztőbizottság

FEJÉR ZOLTÁN – FOTÓTÖRTÉNÉSZ  
 DR. GÖMÖR BÉLA – REUMATOLÓGUS  
 DR. KOVÁCS CSABA – REUMATOLÓGUS  
 DR. LAKATOS PÉTER – BELGYÓGYÁSZ  
 DR. MATITS FERENC – MŰVÉSZETTÖRTÉNÉSZ  
 DR. MAGYAR LÁSZLÓ ANDRÁS – ORVOSTÖRTÉNÉSZ  
 DR. NAGY GYÖRGY – REUMATOLÓGUS  
 DR. SZIRMAI IMRE – NEUROLÓGUS

### Kéziratok beküldése, szerkesztőségi levelezés

Dr. Szekeres László szerkesztő  
 szekereslaszlodr@gmail.com

Kiadja az Akadémiai Kiadó  
 (1117 Budapest, Prielle Kornélia u. 21–35.)  
 évi négy füzetben

#### Előfizethető és megvásárolható a kiadónál:

Akadémiai Kiadó, Tudományos,  
 Műszaki és Orvosi Szerkesztőség  
 1519 Budapest, Pf. 245  
 Telefon: (06 1) 464 8222; fax: (06 1) 464 8221  
 E-mail: journals@akkr.hu

Éves előfizetési díj (2013) 5420 Ft áfával

Terjeszti a Magyar Posta Zrt.  
 Hírlapüzletági Igazgatósága  
 és az Akadémiai Kiadó Zrt.

ISSN 1789-6894

© Akadémiai Kiadó, 2013

A kiadásért felelős  
 az Akadémiai Kiadó Zrt. igazgatója  
 Az orvostudományi szegmens vezetője:  
 Dr. Bencsik Péter  
 Kiadói szerkesztő: Bazsánt Nóra  
 Termékmenedzser: Egri Róbert  
 Tipográfia, nyomdai előkészítés: Erky-Nagy Tibor  
 Nyomás és kötés: NestPress Kft.,  
 1116 Budapest, Vegyész u. 17–25.  
 Felelős vezető: Fekete Iván  
 Megjelent 5,5 (A/5) ív terjedelemben  
 MediArt 2013/2

A borítón Győrfi András *Alkotás közben* c. képe látható.

A borítót Erky-Nagy Tibor tervezte.

A folyóiratot szemlézi a:



### ÚTMUTATÓ SZERZŐINKNEK

A közlés céljából beküldött elektronikus kéziratokat szövegszerkesztővel (MS Word) elkészítve (doc kiterjesztésben), e-mailben kérjük eljuttatni a szerkesztőségbe a szekereslaszlodr@gmail.com címre.

A szövegszerkesztés egyféle betűtípussal (Times New Roman, 14-es betűméret) történjen. A terjedelem lehetőleg ne haladja meg a 20 000 karaktert szóközökkel. A cikkekben a mondanivaló tagolása érdekében javasoljuk a bekezdéseket, illetve kérjük elkerülni a nagy-, vastagított és dőlt betűs, valamint az aláhúzott szövegrészek használatát.

A képeket, ábrákat, fotókat és táblázatokat külön (JPG vagy TIF) fájlokban, legalább 300 dpi-s felbontásban kérjük mellékelni. Az ábrákhoz, táblázatokhoz a címet és a magyarázó szöveget külön fájlban kérjük mellékelni.

# A kulturált borfogyasztás és a sajtkultúra szerepe a mozgásszervi megbetegedések patomechanizmusában

DR. SPEER GÁBOR<sup>1</sup>, DR. SPEER JÓZSEFNÉ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Pálmai-Med Egészségügyi Központ, <sup>2</sup>Victofon Kft.

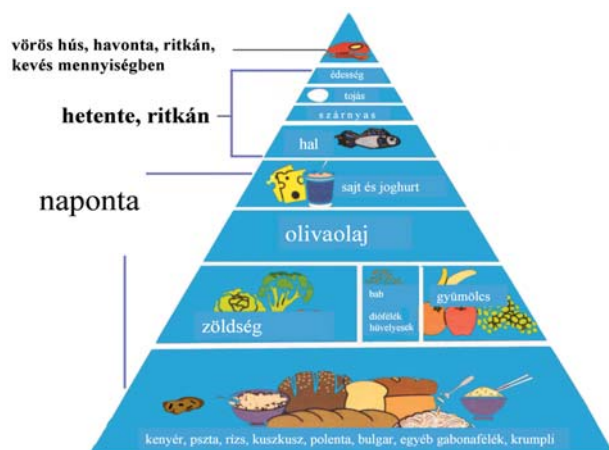
Közleményünkben a mediterrán étrend két kiemelkedő összetevőjének – a sajtnak és a bornak – a segítségével mutatjuk be az étrend jelentőségét a mozgásszerveket érintő egyes megbetegedések kialakulásának gátlásában. Munkánk részeként olyan saját recepteket is találunk, amelyek a mediterrán étrend jellemző tápanyagainak felhasználásával készültek, és így egészségmegőrző példával szolgálnak – reményeink szerint. Úgy véljük, ez az egyetlen olyan táplálkozási szokásokat (és egyben életmódot) jelentő étrend, amelynek hasznosságát nem kizárólag egyedi kísérletes, hanem klinikofarmakológiai igényességű, randomizált vizsgálatok is igazolják. Szakmai körökben úgy tartják, hogy a betegségek megelőzése terén a huszadik század egyik legnagyobb sikere a mediterrán étrend egészségmegőrző szerepének felfedezése volt. Ennek ellenére ez hazánkban nemcsak a laikusok között, de orvosi körökben sem eléggé ismert. Olyannyira ismeretlenek az eredmények, hogy a hazai nyelvhasználat mediterrán diétaként fordítja és használja – helytelenül.

## A mediterrán étrendről

Jól ismert a mediterrán étrendet leíró piramisra (1. ábra). Jellemző a mediterrán táplálkozásra a gabonaételek jelentős fogyasztása. Azonban felhasznált gabonaféléik alapvetően teljes kiőrlésűek, azaz az egész magszemet tartalmazzák (teljes értékűek). A halak közül a kékes színezetű, kis testű halak a legjellemzőbbek a térségre (és táplálkozás-élettanilag a leghasznosabbak is, pl. csak ezek tartalmaznak nagy mennyiségű D-vitamint). Ilyen a szardínia, a makrél, a tonhal, a lazac, a hering, a pisztáng. Heti két alkalommal a megszokott (leg-

alább, de nem káros a több), mert a mediterrán étrendre a hal mérsékelt fogyasztása jellemző. A mediterrán étrendben a baromfiús fogyasztása is mérsékelt, vörös húst pedig alig esznek. Jellemzője továbbá a tejtermékek nem eltűnt, főleg joghurtok és zsírszegény sajtok formájában való fogyasztása is. A sajtok alapvető részei az étrendnek, azonban nem mindegy, hogy mifélek: alacsony kalóriatartalmúak, tehen- és juhtúró, valamint zsírszegény sajtok, például mozzarella. Alkoholból férfiaknak naponta 10–50 g, míg nőknek 5–25 g ajánlott (ez 100–200 ml-nek felel meg), és ez része is a mediterrán életmódnak.

Sőt alig használják, az ízesítés fűszernövényekkel történik. A mediterrán táplálkozás további és meghatározó alapja a bőséges gyümölcs- és zöldségfogyasztás, összesen legalább 5 alkalommal naponta: ez gyümölcsből napi 250-300 g-nak, míg zöldségből 125-150 g-nak felel meg. Az összesen napi 400 g zöldség és gyümölcs fogyasztása egészség-élettanilag is igazoltan előnyös hatású. A hüvelyesek szintén jellemzői a mediterrán étrendnek. Fehérjeter-



1. ábra. A mediterrán étrend piramisa

talmuk jelentős, akár a húsokat is helyettesíteni tudják, ráadásul kevés bennük a zsiradék.

Zsiradékok fogyasztására alapvetően szükség van a szervezetünknek, azonban nem mindegy, hogy ennek milyen a típusa. Megkülönböztetünk telített, egyszerűen telítetlen és többszörösen telítetlen zsírsavakat, melyek szervezetünkre gyakorolt hatása igen eltérő. A telített zsírsavak leginkább a húsokban és a tejtermékekben fordulnak elő, és káros hatással vannak többek között a vér koleszterinszintjére. Az egyszerűen telítetlen zsírsavak viszont jótékony hatásúak, mert éppen ellenkezőleg, csökkentik a koleszterinszintet. A szintén hasznos, többszörösen telítetlen zsírsavakhoz tartozik az ómega-3 zsírsav, míg a szintén idesorolandó ómega-6 zsírsav nagy mennyiségben előnytelen. Mert míg a szervezetünkben az ómega-6-ból kialakuló faktorok inflammatorikus hatásúak, addig az ómega-3-ból kialakítottak gátolják e folyamatokat. Azt lehet mondani, hogy az ómega-3/ómega-6 megfelelő aránya fontos az egészséges szervezetnek. Az úgynevezett „olajos halak” (a kis testű tengeri halak) és egyes növények tartalmazzák őket a megfelelő arányban. Az úgynevezett „nyugati típusú étrend” telítettzsírsav-tartalma mellett jelentősebb mennyiségben tartalmaz ómega-6 zsírsavat, mely a napraforgóolajból és az állati zsiradékokból kerül a szervezetbe. A vörös hús fogyasztásának mértéke részben ezért függ össze a koleszterinszint emelésén túl a coronariamegbetegedésekkel.

A mediterrán étrendben a zsiradék egyik fő forrása az olívaolaj, a legfontosabb telítetlen zsírsavforrás, főleg az ómega-3-é. De, és ezt fontos tudni, a diófélékben (bár magasabb a kalóriatartalmuk) is sok van belőle: egy marék naponta pótolni tudja az olívaolajat.

Összefoglalva tehát a mediterrán étrend számos olyan komponensben gazdag, mely ismertén kardioprotektív hatású: egyrészt egyszerűen telítetlen (monoszaturátlan) zsírsavakban (MUFA), másrészt az ómega-3 többszörösen telítetlen (poliszaturátlan) zsírsavban (PUFA), továbbá különböző antioxidánsokban, mint a C- és E-vitamin, valamint a flavonoidok (gyümölcsökben, zöldségekben, borban, olívaolajban) és a rostok (zöldségekben, gabonaételekben). Ezen felül keveset tartalmaz az étrend a zsíros tejben és tejtermékekben, állati zsiradékban, vörös húsban (marha, borjú, disznó,

vad) megtalálható káros, telített (szaturált) zsírsavakból, illetőleg az „ipari” transzszírsavból (félkész sült tészták és vajás sütemények).

A közleményben nem foglalkozunk a mediterrán étrendre szintén jellemző magas D-vitamin-fogyasztás már ismert előnyeivel.

### A borfogyasztás szerepe

A tudomány, ha alkoholról beszél, egységekben fogalmaz. Egy egység 8-12 g alkohollal egyenlő, ami 1 dl bornak, 2 dl sörnek vagy 2-3 cl tömény italnak felel meg. Napi 3 egység vagy több alkohol fogyasztása már jelentősnek mondható, és káros. Már napi 3 egység vagy több alkoholfogyasztás esetén emelkedik a törési rizikó (1). Állatkísérletben azt találták, hogy az alkohol a Wnt szignálfehérjéken keresztül befolyásolja a mesenchymalis őssejtből az osteoblast és a chondrocyta differenciálódását, csökkenti az osteoblast-aktivitást, fokozza a csontreszorpciót, és csökkenti a formációt (1). Humánvizsgálatban azt találták, hogy alacsony, illetve mérsékelt (< 3 egység naponta) alkoholfogyasztás csökkentette a vertebraalis törési rizikót (2). Az EPIDOS vizsgálatban (7 598 nő, átlagéletkor 79,9) is a mérsékelt (11–29 g alkohol naponta) alkoholt fogyasztó idős női populációban a legjestest-, továbbá a femur-BMD magasabb volt, miközben az elesések száma nem növekedett (3). A hatás az alkohol okozta endogén ösztrogénszint emelkedésének tudható be, mely egyrészt a máj működésével (4), másrészt a mellékvesék androstendion-termelésének fokozásával (egy része ösztrogénné alakul a szervezetben) magyarázható (4). Tekintettel arra, hogy az ösztrogénnek a férfiak csontanyagcseréjében is fontos szerepe van, nem meglepő, hogy a mérsékelt alkoholfogyasztás a férfiak csontszilárdságát is fokozza (1).

Az hatások egy részéért maga az alkohol a felelős. A vörösbor további jótékony hatását az antioxidáns hatású flavonoid fenolok, difenolok, nonflavonoid fenolok és a csersav jelenlétével magyarázták (1). A vörösborban található legismertebb flavonoid a rezveratrol, mely ösztrogénszerű hatású, egyben proliferációt gátló és gyulladáscsökkentő, fájdalomcsillapító hatása is van (5), mert gátolja a prosztaglandin és leukotrién bioszintézisutakat. A vörös és fehér szőlőben egyaránt megtalálható – de a vörös szőlőben nagyobb mennyiségben – a syringetin

(flavonoidszármazék), mely szintén fokozza az osteoblast differenciálódását (emelve a BMP-2 szintet) (6). Bár a fehérborban kevesebb biológiai összetevő található, mint a vörösborban, a csonthatást tekintve nincs köztük különbség (7).

A rezveratrolt először a *Veratrum grandiflorum* növényben mutatták ki, melyben az a szerepe, hogy védje a növényt az UV sugárzás káros, oxidatív hatásával szemben. Jelenlegi adatok szerint a *Polygonum cuspidatum* (ártéri japánkeserűfű) az a növény, melynek rezveratrol-tartalma a legnagyobb. De nem csak a rezveratrolról kell szólni, mert a bor jelentős flavonoidjai közé tartozik a kvercetin és a rutin is. A rezveratrol antioxidáns aktivitása az alfa-tokoferoléval azonos. Számos kísérlet igazolta, hogy a vörös- és a fehérborok polifenoltartalma és antioxidáns hatása között szoros összefüggés mutatható ki. A rezveratrol gyulladáscsökkentő hatását találták egy vizsgálatban, amelynek résztvevői 3 csoportban (3×25 alany) egy éven át naponta 8 mg rezveratrolt, placebót, illetve rezveratrol nélküli szőlőkivonatot kaptak (8). A hs-CRP 26%-kal, a tumornekrózis-faktor- $\alpha$  (TNF- $\alpha$ ) szintje 19,8%-kal csökkent, a plazminogén-aktivátor inhibitor 1 típusának szintje pedig 16,8%-kal lett kevesebb, míg az antiinflammatorikus hatású interleukin-10 (IL-10) 19,8%-kal emelkedett meg (mind szignifikáns mértékben). Ez a hatás a medikamentumokkal összemérhető, mert például a JUPITER vizsgálatban (20 mg rosuvastatin naponta) a hs-CRP 37%-kal lett kevesebb, evvel magyarázták a rosuvastatin major KV eseményeket is csökkentő hatását (8).

Intraartikulárisan beadott lipo-poliszachariddal (LPS) indukált arthritismodellt alkalmazva, két héten át adott rezveratrol (napi 10  $\mu\text{mol}/\text{kg}$  ízületbe) kivédte az arthritis kialakulását (9). A vörösbor szintén antioxidáns alkotója a galluszsav (gubacssav). Vizsgálták a hatását rheumatoid arthritisben (RA) szenvedők térdprotézisműtétje során nyert synoviocytákra. Protektív hatásának bizonyult, mert gátolta a COX-2, az IL-1 $\beta$  és az IL-6 szintjét e synoviumsejtekben (10). Az IL-1 $\beta$  központi szerepet játszik a láz, a fájdalom patomechanizmusában, emelkedett szintjét több autoimmun és autoinflammatorikus betegségben is leírták, sőt a köszvény kialakulásában is kardinális jelentőségű (11). Az IL-1 $\beta$  hatásai közé tartozik még, hogy fokozza a csontreszorpciót és ízületi

károsodáshoz vezet, IL-6 és a májban akutfázis-fehérjék termelődését okozza. IL-1 $\beta$ -gátlószereket (canakinumab, anakinra, rilonacept) számos megbetegedés kezelésében használnak.

Egy másik vizsgálatban a kollagén indukálta arthritismodellt alkalmazva, az intraperitonealis rezveratrolkezelés (10 napon át) gátolta az ízületi gyulladást és a destrukciót, mégpedig a gyulladáskeltő citokinszintek csökkentésén keresztül (12). Csökkentette az IL-17, a TNF- $\alpha$ , az IL-6 és az IL-1 szintjét. Az IL-17 központi citokin az autoimmun folyamatokban. Számos autoimmun megbetegedésben klinikofarmakológiai vizsgálatok zajlanak az IL-17 szintjének csökkentésén keresztül ható készítményekkel. Az IL-17-et az ún. T-17 helper (Th17) sejtek termelik. E sejtek működését serkenti az IL-12/23 rendszer. Ezt gátolja az ustekinumab, így közvetve IL-17-csökkenést okoz. Az IL-17-ellenes antitest (pl. sekukinumabixekizumab) neutralizál. De mások (brodalumab) az IL-17 receptort gátolva semlegesítik az IL-17 hatását. Mindhárom készítmény sikeresnek bizonyult RA-ban, jelenleg a törzskönyvezési folyamat előtt áll.

A pterostilbene (mely rezveratrolanalóg) hatását vizsgálva osteosarcoma-sejteken azt találták, hogy csökkentette – többek között – a JAK2/STAT3 szintézist (13). Jól ismert, hogy az orálisan adagolandó JAK2/STAT3 gátló szer RA-ban kiváló eredményeket mutatott, és törzskönyvezésre is került. De számos egyéb JAK-2/STAT3 gátló van RA-ban vizsgálat alatt (SB1578, CEP-33779). Egy metaanalízis (11 vizsgálat) szerint a mérsékelt alkohol és a magas tejtermékbevitel védő hatásának bizonyult RA-val szemben.

### A sajt fogyasztásának jelentősége

Egy szerb esetkontrollos vizsgálatban, amelyben 100 osteoporosisban szenvedő és 100 kontroll posztmenopauzás nő táplálkozási szokásait követték, az osteoporosis rizikófaktorainak bizonyult a csökkent hal- és sajt fogyasztás (14). Jól ismert, hogy a mediterrán területeken az RA ritkábban fordul elő, és kevésbé súlyos formában jelenik meg.

A csont élettana szempontjából a három legfontosabb tápanyag a kalcium, a D-vitamin és a fehérjék. A táplálékkal bejuttatott különböző étrendi fehérjék befolyásolják a kalciumegyen-

súlyt. Az optimális fehérjebevitel nélkülözhetetlen a csont fejlődéséhez és az ép csontszerkezet fenntartásához. Ugyanakkor ismert, hogy a magas proteintartalmú (vörös húsookban gazdag) étrend a csontritkulás kialakulásának valószínűségét emeli, mert fokozott savi hatást okoz, következésképpen növeli a kalciumvesztést és a vizelettel történő kalciumürítést.

A kiegyensúlyozott étrend esetén a kalciumbevitel 60%-át a tejfogyasztás fedezi, 20%-át friss vagy szárított gyümölcsök, zöldségek adják, a fennmaradó részt pedig az ivóvíz biztosítja. Számos tanulmány bizonyította, hogy a foszfor, a kálium, a magnézium, a cink, a D-, A-, C-vitamin, valamint a kazein (többségük fő tápanyagforrása a tej és a tejtermékek) alapvetően szabályozza a kalcium fiziológiás egyensúlyát (15). A kalcium felszívódása aktív és passzív transzportfolyamatok eredménye. A duodenum sejtjein keresztül történő aktív felszívódást a napi kalciumbevitel és a D-vitamin több ponton is szabályozza. Ezzel szemben a passzív difúzió az elektrokémiai gradiens következménye, és független a D-vitamin hatásától. A tejfehérjéből származó foszfopeptidek és egyes aminosavak segítik a kalcium oldatban tartását, ezáltal passzív felszívódását. A valós kalciumfelszívódás elsősorban a belek abszorpciós kapacitásától függ, azonban ezt a mechanizmust a táplálékok összetétele is befolyásolhatja, ilyenek az élelmi rostok, a zsírok, a bioaktív peptidok és a laktóz. Bizonyos anionok (szulfát, klorid, kelátképzők), valamint a fehérje- és nátriumtöbblet (sóbevitel!) egyaránt fokozzák a vizelettel ürülő kalcium mennyiségét. A gabonafélékben, különböző magvakban és hüvelyesekben található kelátképző fitátok oldhatatlan komplex formájában tartják a kalciumot, ezzel is meggátolva biohasznosulását. A tejben megtalálható kazein emésztése során eltérő molekulatömegű foszfopeptidekre hasad. Ezek a foszfopeptidek segítik a kalcium beoldódását és abszorpcióját. Kimutatták, hogy az optimális kazein-foszfopeptid/kalcium arány elérésével maximalizálható a kalcium passzív diffúziója.

A sajt optimális forrása minden, a csontok egészségének megőrzéséhez nélkülözhetetlen tápanyagnak, emellett a mediterrán étrendben a kalcium fő étrendi forrása is. Az elnyújtott érési folyamattal készült sajtok esetén (pl. parmezán sajt) a tejfehérje (kazein) kis molekulatömegű peptidokra (foszfopeptid) és sok eset-

ben már szabad aminosavakra bomlik, ami elősegíti a kalciumfelszívódást (15).

A magas telítettszsírsav-tartalmú diéta ellenére Franciaországban nagyon alacsony a szív- és érrendszeri betegségek miatt bekövetkező halálozások aránya a világon. Ezt az alacsony kardiovaszkuláris mortalitást „francia paradoxonként” definiálják, amelyet próbáltak a vörösborfogyasztással, annak jótékony, kardio-protéktív hatásával magyarázni. Azonban számos egyéb tényező is szerepet játszhat a franciák csökkent szív- és érrendszeri kockázatában, beleértve a rostokban és flavonoidokban dús gyümölcsök és zöldségek nagyarányú bevitelét, a rendszeres testmozgást és a francia konyhára jellemző kis élelmiszeradagokat. Eddig azonban egyetlen olyan faktort sem találtak, ami egyértelműen megmagyarázná a „francia paradoxont” (16).

A tipikus francia étrend jelentős mennyiségű, vajból, sajtokból, tejből származó telített zsírsavat tartalmaz. Korábbi tanulmányok alapján bizonyítható, hogy a telített zsírsavak náluk az összes kalóriabevitel 40%-át adják. Ráadásul az északi régióban a zöldség- és gyümölcsfogyasztás is mérsékeltebb, < 300 g/nap. A déli területeket a tipikus mediterrán étrend jellemzi (rengeteg gyümölcs és zöldség, teljes kiőrlésű ételek, hüvelyesek, hal, olívaolaj, egyéb telítetlen zsírok és bor). A sajt szerves része mind a jellegzetes francia, mind pedig a mediterrán étrendnek. A sajt fogyasztás Franciaországban az egyik legmagasabb a világon (26,1 kg/fő/év), amit csak Görögország előz meg. Egyedi íze és állaga mellett a sajt igen sokoldalú tápanyagforrás, alacsony a glikémiás indexe, magas a fehérjetartalma. Magas telítettszsírsav- és koleszterintartalma ellenére a táplálkozástudományi vizsgálatok alapján egyre inkább az egészséget megőrző ételek közé sorolják a – jellemzően francia – érlelt sajtkészítményeket (16).

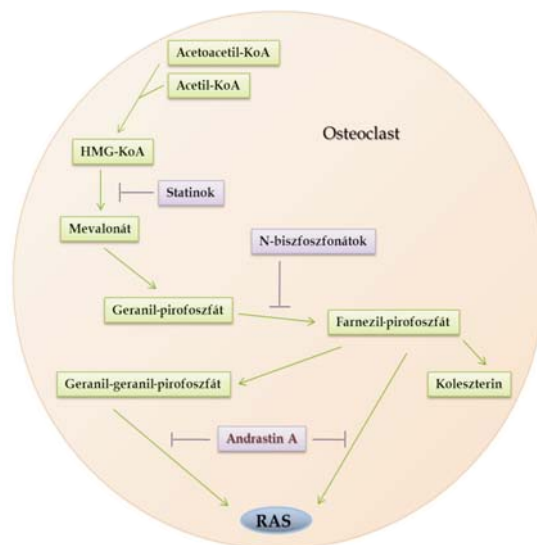
A fermentált tejtermékek fogyasztásáról bebizonyosodott, hogy redukálja a stroke és a kardiovaszkuláris események bekövetkezésének kockázatát, valamint enyhé vérnyomáscsökkentő hatással is bír. Különösen magas koleszterintartalma ellenére a sajtbevitel semleges vagy kedvező hatású a szérum-koleszterin-, -LDL- és -trigliceridszintre. Nemrég számoltak be arról, hogy a sajt fogyasztás csökkenti a plazma LDL-koleszterin-koncentrációját, szemben azzal, ha ugyanazt a zsírmennyiséget vaj-

jal vitték be. Azt is kimutatták, hogy azok a sajtféleségek, amelyek gazdagok cisz-9 és transz-11 konjugált linolsavakban (pl. a juhtejből készült pecorino típusú sajtok), csökkentik a plazma TNF-, IL-6- és IL-8-szintjét. A sajt érése során a tejfehérjék és lipidek számos biokémiai átalakuláson mennek keresztül. Ma már ismert tény, hogy a probiotikus baktériumok és gombák által vezérelt proteolízis újonnan képződött peptidok és makromolekulák felhalmozódásához vezet, aminek potenciális szív- és érrendszeri hatása lehet. Néhány ilyen, sajteredetű, érési peptidről már kimutatták, hogy a vérnyomást szabályozó angiotenzin-konvertáló enzim működését gátolja. Mások a trombocitafunkciót, a véralvadási kaszkádot vagy a mikrocirkulációt befolyásolják.

Igazi újdonságként szolgált, hogy a rokfort és egyéb kéksajtok esetében 2005-ben igazoltak egy, a koleszterin bioszintézis-útvonalat (mevalonát-út) gátló anyagot. Ez az andrastin A és D, mely a kéksajtok érési periódusa során a *Penicillium* családba tartozó gombák tevékenysége révén szabadul fel. Az andrastin antitumor-potenciállal is rendelkezik, mert a már említett mevalonát-útvonal blokkolásával gátolja az RAS onkogén prenilációját is. Az RAS egy kis GTP-áz aktivitású fehérje, mely elsődleges kontroll alatt tartja a sejtciklust, valamint a sejtek növekedési és differenciálódási folyamatait. Továbbgondolandó, hogy az andrastin A és a nitrogéntartalmú biszfoszfonátok tehát ugyanazon a mevalonát-rendszeren fejtik ki inhibitor szerepüket (hiszen a biszfoszfonátok így gátolják az osteoclastok működését) (2. ábra). Így – bár irodalmi adat még nincs a téma vonatkozásában – nagyon valószínű, hogy az andrastinok, illetve a kéksajtok fogyasztása a csontanyagcserét is előnyösen befolyásolja.

### A csontrendszer és a mediterrán étrend

Fiatalokban – megfelelő kalciumbevitel mellett – igazolták a fokozott gyümölcs- és zöldségbevitel (5–10 adag naponta) és a csont ásványianyag-sűrűségének fokozódása közti összefüggést, amire magyarázattal is szolgálnak: A nyugati típusú étrend a vért enyhén savasítja, ez pedig számos funkciót károsít. Döntően a táplálék fehérjéinek van savformáló hatásuk, amit leginkább a húsfogyasztással érünk el. Az étkezésünk savanyító hatását szervezetünk



2. ábra. Az andrastinok jelentősége az osteoclastok gátlásában (dr. Balla Bernadett anyaga – *LAM-KID* 2013, 3: 35–36, engedélyvel átvéve)

kompenzálni kénytelen, ezt meg is teszi, mégpedig kalciummal, káliummal. A kalciumhoz pedig a csontokból mint kalciumraktárakból jut hozzá, így ennek a savanyított állapotnak a leküzdése csontvesztéssel jár, ami pedig fokozza a törési rizikót. Ezért okoz a nyugati típusú étrend többek között csontvesztést. Minél nagyobb és elhúzódóbb (krónikus) a savterhelés, annál inkább csökken a csont ásványianyag-sűrűsége, különösen akkor, ha egyébként is alacsony a kalcium (és a D-vitamin) étrendi bevitel.

A zöldség és gyümölcs is semlegesítő képességű, részben a gyümölcsök magas káliumtartalma miatt. A csontrendszer igénybevétele helyett ez célszerűbb megoldás. A diófélék is savanyító hatásúak, azonban a mediterrán étrendben ajánlott mennyiség nem mutatott csontkárosító hatást, sőt, az egyszerűen telítetlen zsírsavak nekik köszönhető magas bevitelük hasznos a csontrendszernek. A mediterrán étrend összterhelése bázikus, ezért nem meglepő, hogy a mediterrán országokban a csontritkulás is ritka.

### RECEPTJEINK

#### Kukoricás sajtkrémleves (3. ábra)

Hozzávalók 4 személyre: 10 dkg vaj, 1 evőkanál liszt, 1 doboz kukorica (konzerv), 20 dkg reszelt Pannónia sajt (a fele lehet füstölt is), 1,5 l zöldség- vagy húsleves, ízlés szerint: 1-2 gerezd zúzott fokhagyma, csipetnyi szerecsendió, fél TK fehérbors, só



3. ábra. Kukoricás sajtkrémleves és szezámagos stangli

Egy lábasban megolvasztjuk a vaját, meghintjük a liszttel, áthevítjük, és hozzáadjuk a zúzott fokhagymát. A kukoricát leszűrve hozzáöntjük, és éppen csak annyi vizet adunk hozzá, amennyi ellepi. Röviden összefőzzük, majd a tűzről levéve botmixerrel finoman pürésítjük (esetleg szitán áttörjük). Visszatesszük a tűzre, felengedjük a levessel, ízesítve felforraljuk. Beleszórjuk a reszelt sajtot, és közepes lángon, kevergetve addig főzzük, amíg a sajt elolvad benne. Jó forrón tálaljuk. Adhatunk mellé pirított zsemlekockát vagy szezámagos stanglit.

Tápanyagtartalom adagonként: 435 kcal, 16 g fehérje, 35 g zsiradék, 12 g szénhidrát, 410 mg kalcium.

### Szezámagos stangli (3. ábra)

Hozzávalók: 15 dkg mélyhűtött leveles tészta, 1 tojássárgája, 3-4 EK szezámag, tengeri só

A tésztát hagyjuk felengedni, majd deszkán kiterítve 1,5 cm széles csíkokra vágjuk. Mindkét végét megfogva megcsavarjuk őket és sütőpapírral bélelt tepsibe rakogatjuk. A tojássárgáját 2 evőkanál hideg vízzel simára keverjük, és megkenjük vele a stanglikat. Meghintjük szezámaggal és tengeri sóval. 200 fokra előmelegített sütőben kb. 12 perc alatt kisütjük. Vasárnapi ebédnél tovább kényeztethetjük a családtagokat megtisztított angol zellerszárral is.

Tápanyagtartalom az egész mennyiségben: 945 kcal, 22 g fehérje, 69 g zsiradék, 56 g szénhidrát, 275 mg kalcium.

### Egészben sült süllő spenóttal és édesburgonyával (4. ábra)

Hozzávalók: 4 db 30-40 dkg-os konyhakész süllő, só, kb. 20 dkg liszt, 1 evőkanál pirospaprikával és ízlés

szerint kevés fehérborssal. A spenóthoz: 50 dkg friss spenót, 1 fej hagyma, 3 gerezd fokhagyma, 1 EK liszt, 0,5 dl olívaolaj, 2,5 dl natúr joghurt, só, fehérbors, szerecsendió. Az édesburgonyához: személyenként 1-1 nagyobb méretű édesburgonya, só, olaj a sütéshez.

A halakat alaposan megmossuk, konyhai papírtörővel kívül-belül leszárítjuk, majd mindkét oldalukon éles késsel kb. 2-3 cm-ként bevagdossuk (irdaljuk). Kívül-belül besózzuk, és fóliába csomagolva a hűtőbe tesszük, amíg a köretek elkészülnek. A felhevített olívaolajon megdinszteljük a finomra összevágott hagymát, majd kicsit később a zúzott fokhagymát is.



4. ábra. Egészben sült süllő spenóttal és édesburgonyával

Hozzáadjuk az alaposan megmosott, lecsepegtetett és durván összevágott spenótot, és időnként megkeverve kis lángon megpároljuk. Meghintjük liszttel, majd rövid párolás után hozzáadjuk a joghurtot, sóval, borssal, csipetnyi szerecsendióval ízesítve összeforraljuk (ha túl sűrű lenne, adhatunk hozzá kevés tejet vagy tejszínt is). Levesszük a tűzről, és botmixerrel simára pürésítjük. Összeforraljuk, és a tálalásig melegen tartjuk. Az édesburgonyát meghámozzuk, felkarikázzuk 0,5 cm vastagon, majd a karikákat gyufaszálnyi csíkokra vágjuk (szalmaburgonya). Bő, forró olajban adagonként ropogósra sütjük. A felesleges olajat konyhai papírtörővel itassuk fel. Tálalásig 50 fokban tesszük, és majd csak tálaláskor hintjük meg kevés sóval. A halat, kivéve a hűtőből, kicsomagoljuk, és óvatosan kifli alakúra hajlítjuk. A feje és háta vége között átszúrunk egy hurkapálcát, majd egy konyhai zsineggel rögzítjük is, hogy sütés közben is megtarthassa az alakját. Közvetlenül a sütés előtt megforgatjuk a fűszerezett lisztben (csak így sül ropogósra), majd egyenként forró olajba téve, közepes lángon,



oldalanként 6-8 perc alatt, fedővel letakarva ropogós pirosra sütjük. Papírtörővel borított táltra téve tegyük a sütőbe, amíg az összes hal kisül.

Tápanyagtartalom adagonként: 620 kcal, 43 g fehérje, 29 g zsír, 45 g szénhidrát, 260 mg kalcium.

### Könnnyű zabpelyhes édesség (5. ábra)

Hozzávalók: 7 dl tej, 20 dkg zabpelyhely, csipetnyi só, 2 EK méz, 5 dkg mogyoró, 20 dkg gyümölcs (áfonya, eper, málna)



5. ábra. Könnnyű zabpelyhes édesség

A tejet a sóval felforraljuk, állandó kevergetés mellett beleszórjuk a zabpelyhet, és közepes tűzön 10-15 perc alatt megfőzzük. Belekeverjük a mézet, és kihűtjük. Elosztjuk 4 üvegkehelyben, a tetejét meghintjük durvára vágott, szárazon megpirított mogyoróval és ízlés szerinti gyümölcsökkel.

Tápanyagtartalom az egész mennyiségben: 1580 kcal, 60g fehérje, 52 g zsír, 215 g szénhidrát (!), 1145 mg kalcium.

### Irodalomjegyzék

1. Kiss L: Inni vagy nem inni – mennyit és mit? *LAM-KID* 2012; 2: 38–39.
2. Bernal-Rorales LP: Decreased risk of vertebral fracture is associated with low- moderate amount of alcohol intake in a random sample of Mexicans. *ASBMR* 2010; SA0346 (poszter).
3. Ganry O, Baudoin C, Fardellone P: Effect of alcohol intake on bone mineral density in elderly women. *Am J Epidemiol* 2000; 151: 773–780.
4. Mukamal KJ, Robbins JA, Cauley JA et al.: Alcohol consumption, bone density, and hip fracture among older adults: the cardiovascular health study. *Osteoporos Int* 2007; 18: 593–602.
5. Wuertz K, Quero L, Sekiguchi M et al.: The red wine polyphenol resveratrol shows promising potential for the treatment of nucleus pulposus-mediated pain in vitro and in vivo. *Spine (Phila Pa 1976)* 2011; 36: 1373–1384.
6. Hsu YL, Liang HL, Hung CH et al.: Syringetin, a flavonoid derivative in grape and wine, induces human osteoblast differentiation through bone morphogenetic protein-2/ extracellular signal regulated kinase pathway. *Mol Nutr Food Res* 2009; 53: 1452–1461.
7. Macdonald HM: Alcohol and recommendations for bone health: should we still exercise caution? *Am J Clin Nutr* 2009; 89: 999–1000.
8. Tomé-Carneiro J, González M, Larrosa M et al.: One-year consumption of a grape nutraceutical containing resveratrol improves the inflammatory and fibrinolytic status of patients in primary prevention of cardiovascular disease. *Am J Cardiol* 2012; 110: 356–363.
9. Elmali N, Baysal O, Harma A et al.: Effects of resveratrol in inflammatory arthritis. *Inflammation* 2007; 30: 1–6.
10. Yoon CH, Chung SJ, Lee SW et al.: Gallic acid, a natural polyphenolic acid, induces apoptosis and inhibits proinflammatory gene expressions in rheumatoid arthritis fibroblast-like synoviocytes. *Joint Bone Spine* 2012 [Epub ahead of print].
11. Tóth E, Speer G: Lázás állapotok a reumatológiában. *Magyar Reumatológia* 2012; 53: 83–91.
12. Xuzhu G, Komai-Koma M, Leung BP et al.: Resveratrol modulates murine collagen-induced arthritis by inhibiting Th17 and B-cell function. *Ann Rheum Dis* 2012; 71: 129–135.
13. Liu Y, Wang L, Wu Y et al.: Pterostilbene exerts anti-tumor activity against human osteosarcoma cells by inhibiting the JAK2/STAT3 signaling pathway. *Toxicology* 2013; 304: 120–131.
14. Grgurevic A, Gledovic Z, Vujasinovic-Stupar N: Factors associated with postmenopausal osteoporosis: a case-control study of Belgrade women. *Women Health* 2010; 50: 475–490.
15. Pampaloni B, Bartolini E, Brandi ML: Parmigiano Reggiano cheese and bone health. *Clin Cases Miner Bone Metab* 2011; 3: 33–36.
16. Petyaev IM, Bashmakov YK: Could cheese be the missing piece in the French paradox puzzle? *Medical Hypotheses* 2012; 79: 746–749.

# Tudásmorzsa 6.

## Sorozat dr. Papp Zoltán professzor emlékezéseiből

### Tanulmányút Edinburghban (1977–78)

A hajdúszoboszlói nemzetközi orvosi genetikai szimpózium szervezésébe fektetett energiám az addigi tudományos aktivitásom mellett hamarosan meghozta gyümölcsét (persze egyébként is megcsináltam volna), 1977-ben egyéves kutatói ösztöndíjat (Wellcome Research Fellowship) kaptam az Egyesült Királyságba. Az angol–magyar államközi egyezmény értelmében minden évben négy fiatal magyar kutatót ajánlhatott a magyar fél, akik az angol fél jóváhagyásával egyéves ösztöndíjat kaptak, ha találtak olyan kutatóhelyet az Egyesült Királyságban, ahol fogadják őket. A magyar jelölésem megtörtént, a Wellcome Trust egyetértett, most már csak fogadóhelyet kellett találnom. Ez volt a legnehezebb.

Először azoknál próbálkoztam, akik meghívott vendégként részt vettek a hajdúszoboszlói konferencián. A válasz mindenhol elutasító volt. Nem jártam sikerrel máshol sem. Végül Szemere György barátom, tudómszt szervező problémámról, segített. Ő korábban egy évet töltött a Medical Research Council Popu-

lation and Clinical Cytogenetics Unit (Edinburgh) intézetben John H. Evans professzor vendégszeretetéet élvezve, aki barátom ajánlólevelére engem is fogadott. Evans professzor intézete akkor nemzetközi mércével mérve is a világ egyik vezető genetikai intézete volt (1. ábra). Ők vezették be a kromoszómák sávozását 1970-ben (ezt a módszert használjuk ma is), intézetében neves kutatók dolgoztak, többek között Ann Chandley, Jeanne Bell, Denis Rutovicz, Andrew Carothers, Christine Gosden és John Gosden. Nagy kő esett le a szívemről! Gyuri barátomnak örökké hálás maradok (ezért is).

Az útlevelet és a vízum beszerzése hónapokat vett igénybe, és ígéretet kaptam rá, hogy a családomat majd később engedik ki utánam. Végül eljött az indulás napja: 1977. december 14. Feleségem kísért el Ferihegyre, hogy életemben először (36 évesen!) repülőgépre szálljak. Egy hajszálon múlt, hogy nem maradtam le! Jóakaróim a debreceni klinikáról ugyanis „utánam nyúltak”. Ennek eredményeként az útlevelezés után a határőrök egy külön helyiségbe tessékeltek, ahol levetkőztettek, a csomagjaimat pedig darabokra szedték. Édesanyám út-



1. ábra. A MRC Population and Clinical Cytogenetics Unit stábjja az épület bejárata előtt 1978-ban

ravalónak szánt linzerjeit összetörték, kedves kísérőlevelét gúnyos megjegyzésekkel illették, a magyar–angol kézírásos szótáramból igyekeztek olyan szavakat kigyűjteni, amelyek arra utalhatnak, hogy disszidálni készülök. Boldog meglepedésükre végül felismerték a diplomám egyébként nem elrejtett fénymásolatát, és akkor hirtelen magamra hagytak. Mint utólag megtudtam, felvették a kapcsolatot a debreceni BM-mel és a debreceni egyetem személyzeti osztályával, ahol szerencsére kiálltak melletttem. A BM-nél korábban, az útlevel kiállításakor az általam megnevezett Balogh Mihályné, a Debreceni Ruhagyár párttitkára, az MSZMP Központi Bizottságának a tagja vállalt értem garanciát (ezt akkor is megerősítette), a személyzeti osztályon pedig Tóth elvtárs és Mancika támogatták, hogy kiengedjenek. Jól ismeretek, bíztak bennem. Szerencsére az egyetem akkori párttitkárát nem kérdezték meg, mert akkor nem biztos, hogy zöld utat kapok. Vele nem volt rózsás a kapcsolatom.

Balogh Mihályné (Marika) szívébe 1966-tól folyamatosan azzal loptam be magam, hogy Jakubecz Sándor tanársegédnek köszönhetően (osztályvezető főorvosnak nevezték ki Gyulára, és nekem adta át a rendelését) a Debreceni Ruhagyárban várandósgondozást és nőgyógyászati rákszűrést tartottam. Balogh Marika egyik célkitűzése volt, hogy a döntően nőket foglalkoztató gyárban nagy súlyt fektessen a dolgozók egészségére. Ő vett nekem kolposzkópot a szűrővizsgálatokhoz, ő irányította munkaidőben az általa kötelezővé tett szűrésekre a nődolgozókat, a gyár vásárolta meg számomra azokat a szaklapokat és szakkönyveket, amelyekre máshonnan nem tudtam pénzt előteremteni. Családjaink között őszinte barátság szövődött, melyet azóta is megszakítás nélkül ápolunk. Ő hozott össze Hajdúszoboszló párttitkárán keresztül a Béke üdülő és a Délibáb Hotel vezetőivel is, amikor a genetikai szimpóziumot rendeztem. Ő állt ki többször melletttem a következő években is.

A határőr százados bejött a fülkébe, és közölte, hogy a diplomamásolatomat visszatartják, de egyébként összepakolhatok, és felengednek a gépre. (A kofferban elrejtett 100 dollárosomat, ami nélkül nem mertem a nagyvilágba kiutazni, hiszen nem tudhattam, hogy mikor kezdik folyósítani az ösztöndíjamat, szerencsére nem találták meg, pedig az abszolút ki-

záró ok lett volna az utazásra, nem beszélve a további pályafutásomra gyakorolt következményekről.) Az utaskísérő utolsó utasként felsegített a gépre, és az ajtók bezáródtak. Mindig félttem a pillanattól, amikor már nincs visszaút. Életem első repülőútján azonban nem emiatt foggott el a félelem. Örülöm kellett volna, hogy ennyi küzdelem és megaláztatás után végre egy nyugati országban tanulhatok, ezzel szemben azon kezdtem el aggódni, hogy mi lesz itthon a családommal, meghurcolják és biztosan nem engedik ki őket utánam. Így is történt.

Feleségem első telefonhívásaiból megtudtam, hogy sem őt, sem a gyerekeket, a négy és fél éves Zoltánt és a két és fél éves Esztert nem engedik ki. A rébuszokban megfogalmazott tényekből az is világossá vált, hogy telefonjainkat lehallgatják, leveleinket fel fogják bontani. Feleségem útlevelét bevonták. A debreceni szülészeti klinikán történeteket gyártottak a kiutazásomról, a disszidálásom „éber megakadályozásáról”. A pletykaéhes titkárnök, akiket mindig szeretetemmel halmoztam el, élen jártak a suttogásban. Ilyen „támogató” háttérrel kellett kint, a számomra tökéletesen új környezetben, minimális angol nyelvtudással (korábban németet tanultam) helyt állnom. Ennek ellenére mindjárt az első hetekben több páratlan élményben lehettem részem. A szülész consultant meghívott a Western General Hospital osztályvezetői karácsonyi vacsorájára, ahol a férfiak skót viseletben vagy dinner-jacketben jelentek meg. Én az itthoni sötét ruhámban voltam, csokornyakkendőt a házinénimtől kaptam. Tetszett, hogy csak a királynőt éltető pohárköszöntő után lehetett rágyújtani. Ez persze engem nem érintett... Szintén megtisztelő volt számomra Evans professzor szilveszteri házi partiján részt venni.

Pár hónappal később Balogh Marika közbenjárására a feleségemet a gyerekek nélkül fél évre kiengedték. Ezután könnyebben vettem az akadályokat, és az ő nyelvtudása is látványosan gazdagodott. A gyerekekre itthon szüleink vigyáztak, „tanulmányaikat” a mezőkövesdi óvodákban folytatták.

Edinburghban többszöri albérletváltás után végül a Dundas Street 61-be (nem lehetett úgy kiejteni, hogy a bennszülöttek megértsék) költöttünk, ahol a házinéni (Jean) saját gyerekeiként bánt velünk, csiszolta angolunkat, tanított társaságban viselkedni, mi pedig segítettünk



2. ábra. A citogenetikai laboratórium asszisztens és orvos munkatársai, akikkel együtt dolgozhattam, és akiktől sokat tanultam (középen hátul John H. Evans professzor)

neki a humanitáriusi akcióiban. Az egyetemi hirdetőtáblán találtunk a címére, amelyen magyar diákokat keresett. 1932 telén Magyarországon járt, amikor is kedves emlékeket szerzett. Egyébként skót nemesi család sarja, egyik őseinek a szobra a város főutcáján, a sötét bazaltsziklára épült vár tövében, a Princes Street sétányon található. Olyan jó kapcsolat alakult ki közöttünk, hogy hazautazásunk után néhány évvel eljött meglátogatni bennünket, amit arra is megpróbált felhasználni, hogy a rabok helyzetét tanulmányozza a magyar börtönökben. Nem volt könnyű elintézni, hogy beengedjék...!

Az MRC Unitban citogenetikával akartam foglalkozni, de amikor az első metafázist megkaptam, és néhány percen belül hibátlanul kiértékeltem, gyanús lettem. Biztosan orosz kém vagyok, ha azt jöttem tanulni, amit már úgyis tudok. Úgyhogy a továbbiakban a magzatvíz-sejtek tulajdonságaival foglalkoztam, különös tekintettel a magzati nyitottvelőcső-záródási rendellenességek kapcsán megjelenő makrofág típusú sejtekre. Mindezt Evans professzor szakmai és emberi támogatásával és Christine Gosden kutatóorvos munkacsoportjában végeztem (2. ábra). (Hazautazásom után Polgár Katalin munkatársamnak lett ez a sikeres témája.)

Lehetőségem adódott a genetikai tanácsadási ismereteim bővítésére is. Ehhez Alan E. H. Emery professzor, a Department of Human Genetics, University of Edinburgh igazgatójának jóvoltából juthattam. Szeretett hétvégeken Skócia gyönyörű tájain kirándulni, ahová a Sirocójával engem is többször magával vitt. Sok szakmai és emberi bölcsességet tanultam tőle (3. ábra).

Az Edinburghban tett tanulmányutam során a legnagyobb hatást a Ian Donald professzorral való többszöri találkozás jelentette számomra. Mint köztudott, Ian Donald szülész-nőgyógyász volt az első, aki az ultrahangot a szülészetben alkalmazta. Életének utolsó évtizedében többször állt kezelés alatt a Western General Hospitalban, ahol általában „nem bírt magával”, és állandóan megjelent a kórház ultrahang-laboratóriumában. Igyekeztem én is engedélyt szerezni ezekre az alkalmakra. Az ultrahangvizsgálatot a legtöbb nyugati ország gyakorlatához hasonlóan Skóciában is radiológusok végezték (és végzik ma is). Csak hazánkban sikerült a szüléseknek időben megszerezniük ezt a kiváltságot, amit aztán azóta sem adtunk ki a kezünk közül. Donald professzor hiába próbálta meggyőzni a skót képalkotó kollégákat, hogy már a terhesség 18–20. hetében látni lehet a magzat gerincét, és fel lehet ismerni a spina bifidát. Akkor az AFP volt a favorit, szinte szentségtörésnek számított magzati ultrahanggal foglalkozni. Engem mindenesetre meggyőzött Donald professzor érvelése, és hazajövetelem után Tóth Zoltán fiatal, tehetséges orvoskollégámmal és Kórodi Ilona szonográfussal megtettük az első lépéseket a magzati congenitalis spina bifida ultrahang-diagnosztikája érdekében. A dolog előzménye, hogy akkor néhány éve már a magzatvízből genetikai betegségeket lehetett diagnosztizálni, a genetikai vizsgálattal megközelíthetetlen (ma sem ismerjük a genetikai hátterét) velőcső-záródási rendellenességek prenatalis felismerésére viszont az új képalkotó eljárás, az ultrahangvizsgálat kínálkozott. Stuart Campbell (későbbi támogatóm és jó barátom) 1973-ban a *Lancet*ben



3. ábra. Indiai sorstársammal, akivel együtt jártunk ebédelni

ismertette az ultrahanggal diagnosztizált anencephalia első esetét. A *Lancet* leközölte hozzájárulásunkat, melyben a magas kockázatú („high-risk”) terhesek ultrahangszűrését javasoltuk. Akkor még nem gondoltuk, micsoda jövő áll a magzati ultrahang-diganosztika előtt! Mindenesetre Ian Donald professzor minden tanítása meghatározó volt az életemben az ultrahangképek értékelésében.

Ma is boldogan emlékszem vissza néhány nem szakmai élményemre is. A 36. születésnapom estéjét az Usher Hallban Vladimir Ashkenazi gyönyörű zongorajátékával töltöttem Beethoven 5. (Esz-dúr, Emperor) zongoraversenyét hallgatva. Robert Burns, a skót költő születésének 219. évfordulóját a laboratóriumi kollektíva egy kis halászfaluban ünnepelte, ahol természetesen nem maradt el a haggis (bendőbe töltött skót hurka) ceremóniája sem. Skóciában szoktam rá a teázásra, és itt ismerkedtem meg a whisky sokféleségével. A gyönyörű skót városon kívül felejthetetlen utakat tettünk a Skótfelföldön, a lápvidékek és vad hegyek, a gyors hegyi patakok és csendes tavak, az alacsonyan ülő felhők, esők és ködök hangulatos világában (4. ábra).

Edinburghi tanulmányutam nagy hatással volt gondolkodásomra, további pályafutásomra, egész hátralévő életemre. Sokat tanultam a szakmában, és ottani eredményeimből néhány szép munkát publikáltam, de ami a legfontosabb volt számomra, hogy más emberként tértem haza. Megtapasztaltam, hogy mennyire el vagyunk maradva a vasfüggöny mögött. Ott olvastam először a *Nagy Imre élete és halála* című könyvet, amit persze nem mertem hazahozni. Napi tv-hírek és politikai műsorok jóvoltából láthattam, hogy hogyan nőtt Margaret Thatcher népszerűsége az 1978-as sztrájkhullámok alatt, és már itthon voltunk, amikor 1979 májusában a Vaslady a britek első női miniszterelnöke lett. Iffy László nagyszerű könyvében (*Magyar orvos a nagyvilágban*. Semmelweis Kiadó, Budapest, 2012) írja: „...tanúja lehettem Angliában annak, hogy a brit munkásság a szakszervezeteken keresztül hogyan sodródott Moszkva befolyása alá. Úgy vélem, hogy ez a bölcs asszony mentette meg Angliát attól, hogy a Szovjetunió vazallusa legyen.” (Lady Margaret Thatcher külpolitikai sikereit már nem arathatta le, mert népszerűtlenné vált belpolitikai nézetei miatt. 1990-ben, 11 évi mi-



4. ábra. A magyar Loch Ness-i szörny

niszterelnökség után saját konzervatív pártja mondatta le.)

Edinburghban világosult meg az elmém, hogy mi is a történelmi igazság, amit sokszor édesapámnak sem hittem el, amit a szovjet propagandagépezet még a nyugati fejekben is gyakran elbizonytalanított. Siettem is haza, hogy még életében bocsánatot kérhessek tőle. Gimnáziumi osztálytársaim közül senki nem volt olyan szerencsés, hogy hosszabb időt Nyugaton tölthessen, így csak 10 évvel később, a rendszerváltás kapcsán szembesültek a múlt rendszer képmutató és hazug voltával. Meg is hasonlottak többen közülük, amit az érettségi találkozókön egy darabig nehezen tudtam megérteni és feldolgozni. Pedig „reakciós”-nak bélyegzett gimnáziumi tanáraink a lehetőségeikhez képest adagolták belénk az igazságot. Ezek szerint *A kőszívű ember fiainak* üzenete sem érintette meg őket, amit gimnáziumi iskolatársaimmal 1960-ban (!), alig néhány évvel a forradalom leverése után nagy sikerrel (több mint 20-szor!) előadtunk. Nem vitás, hogy mindnyájunkat megtévesztett a háborút és a forradalmat követő békés időszak s benne az emberek nagy részének a jóléte. A szabadság nem hiányzott, mert nem ismertük.

Takarékosságomnak köszönhetően sok más magyar tanulmányutashoz hasonlóan kocsira is tudtam gyűjteni, szerencsére nem azon az áron, hogy véletlenül konzerv macskaeledelen éljek. Jó drága biztosítást kötöttek velem, hivatkozva arra, hogy korábban nem vezettem bal oldali közlekedésben, meg hogy fiatal vagyok, meg hogy honnan is jöttem... Megígérték, hogy ha nem lesz balesetem, a díj felét visszaadják. Azóta is utalják...

Sárga Golfommal 1978. december 14-én este érkeztem Nickelsdorfba. Egy parkolóban töltöttem néhány órát, hogy már december 15. legyen, amikor átlépek a határt (csak egy évet meghaladó kint tartózkodás esetén járt a vámmentesség). Majdnem nem sikerült az akcióm, mivel éjjél után egy órával is csak kifejezett kéresemre állította át a napot a stemplin a határőr.

A debreceni BM még többször behívatott, de nem tudtak semmi érdemlegeset kiszedni belőlem a nyugatiak háborúra készülődéséről. Csalódást okoztam azzal is, hogy egy kiemelt genetikai intézetben nem az ivarsejtek nemi kromoszómák szerinti szeparálásával foglalkoznak, és nem végeznek mesterséges megtermékenyítést kizárólag Y kromoszómát hordozó

ondósejtekkel, továbbá, hogy a laboratóriumok ajtaját nem zárják, és mint külföldi ösztöndíjas még a főbejárathoz is kaptam kulcsot. Mivel a nyomozótiszt lánya és Eszter lányom iskolai osztálytársak voltak, egy kötelezően betartandó idő után nem hívtak többé a rendőrségre.

A klinikán igyekeztem visszahúzódni, amennyire ezt egyéniségem engedte, nem provokáltam a „jóakaróimat”, de megpróbáltam nem felejteni. Szakmailag nagy lendülettel újabb iramot diktáltam magamnak és munkatársaimnak. A fetopatológiát Csécsei Károly és Szeifert György barátaimmal alapoztuk meg. Pótolhatatlan értékű biokémiai vizsgálatokat végzett számomra Szabó Mária munkatársam. Ekkor írtam meg a *Genetikai betegségek prenatalis diagnosztikája* című első monográfiámat. Skót barátaim közül többüket (Anna Fraczkiewicz, Steven Douglas, Jeanne Bell, Denis Rutowicz, Andrew Carothers) vendégül láttuk a későbbiekben Magyarországon. Ma is tartom velük a kapcsolatot.

A „disszidálásom” akkor került le a klinikán végleg a napirendről, amikor két évvel később nyáron gyerekeinkkel együtt kiengedtek bennünket Spanyolországba. Természetesen Balogh Marika közbenjárására...

**AKADÉMIAI KIADÓ**  
**KÖNYVAJÁNLÓ**

- L. Balogh Béni: Küzdalem Erdélyért**  
A magyarországi szlovén és a magyarországi magyarok története 1918-1944 között
- Bill Bryson: Shakespeare**  
Az egész világ színház
- Nick Lane: Hajrá, Élet!**  
Az evolúció tíz leghatározottabb állományára
- Naomi Klein: Sokkdoktrína**  
A katasztrófa-kapitalizmus felemelkedése
- Rolf Dobelli: Gondolj bele, hogy ne ess bele!**  
A hétköznapi gondolkodás 52 csapdája
- John Keegan: A csata arca**  
A katasztrófák háborúja, 1415-1976

**KERESSE KÖNYVEINKET  
WEBOLDALUNKON,  
AHOL ÁLLANDÓ  
KEDVEZMÉNYEKEL VÁRJUK!**  
[www.akademiaikiado.hu](http://www.akademiaikiado.hu)

# Hit a gyógyításban

„Nem vagyunk különbek, mint a többi ember.”  
(Carlo Caretto)

## Bugát Pál

Kellenek a példaképek! Rajtuk keresztül nemcsak bölcsességre, hanem bátorságra is szert tehetünk, amire az újítóknak nagy szükségük van. Manapság a szuperspecializáció korát éljük, de vajon szolgálja ez igazából a kreativitást?

Az ún. nagy újítások, ötletek mindig határterületeken születnek. Ehhez azonban sokrétűség kell. Bugát Pál nemcsak bátor, de rendkívül sokrétű ember is volt.

### *Bugát Pál élete*

1793. április 12-én született Gyöngyösön. Bugát János, szegény sorsú szabómester fiaként látta meg a napvilágot. A gimnázium alsó osztályait szülővárosában 1807-ben, a felsőbbeket Egerben 1811-ben, orvostudományi tanulmányait 1816-ban Pesten végezte, ahol 1818. december 21-én orvossá, 1820. január 8-án szemészorvossá avatták. Az egyetemen belgyógyászati asszisztensi állást nyer, később szemésmesterként dolgozik. Mivel származása alacsony, több pályázata sikertelen. Nem kap képességeinek megfelelő állást. Több évig tanársegéd volt, majd 1823-ban Bakabányán lett orvos. Széles körű oktatómunkát végzett, és nagyon intenzíven részt vett kora tudományos életében.

Az 1848-as forradalomba teljes lelkesedéssel vetette magát. 1848-ban az első felelős magyar kormány Magyarország protomedikusává, főorvosává nevezte ki. 1849-ben ő is követte a magyar kormányt Debrecenbe, és részt vett a honvédelmi bizottság ülésein. A forradalom mellett az utolsó napig kitartott, ezért a világhosi katasztrófa után bujkálnia kellett. A szülőföldjére visszavonult tudós orvost megfosztották tanári állásától, sőt nyugdíjigényétől is. A köz-



életből kiszorítva szorgalmasan tanulta az összehasonlító nyelvészetet, amely köréből több munkát hagyott hátra kéziratban; majd a finn és török nyelvek tanulásával foglalkozott.

Kegyelmet kapva visszatért a tudományos életbe. Cikkeket írt, folytatta nyelvújító tevékenységét, tudományos folyóiratok szerkesztésében vett részt. A Természettudományi Társulat elnöki tisztét is betöltötte.

Mivel nem volt gyermeke, nyolc csángó magyar fiút fogadott háztartásába, kiket saját költségén taníttatott és neveltetett. 1865. július 9-én halt meg. Sírja felett Toldy Ferenc tartott gyászbeszédet 1865. július 11-én.

### *Tudományos tevékenysége*

1818-ban nyújtotta be doktori értekezését az agyvelőgyulladás témakörében. Az egyetemen végzett oktatómunkája közben kezdett az orvosi nyelv megújításával foglalkozni. Bonctudományi szójegyzéket szerkeszt, lefordítja Hempel Adolf Fridrik könyvét *Az egészséges emberi test bonctudományának alapvonatai* címmel.

Elsőként az egyetemen magyar nyelven kezd előadni. Már egyetemistaként rádöbben, hogy a magyar nyelv milyen szűkös ahhoz, hogy olyan fontos témákról, mint amilyen az egészségünk ügye, komolyan beszélhessünk magyarul. Ehhez szakmai szavakra, magyar orvosi nyelvre van szüksége. Ilyen nincs, hát nekiáll megcsinálni. Így történt, hogy a maga kis személyes szabadságharcául végül az egészségügy szaknyelvének magyarítását választotta. Úgy vélte, mindez azért fontos, mert szavainknak döntő jelentőségük van gondolkodás- és cselekedeteinkre nézve, az pedig meghatározza cselekedeteinket...

Kapcsolatba kerül a nyelvújításban részt vevő

humán értelmiséggel. Példáját több professzortársa követi. Lefordítja Hahnemann *Organon* című művét, ezzel megismertette itthon a hasonszenvi gyógyymódot.

Több, mint negyvenezer szót alkotott, s nem is csak szakszavakat. Neki köszönhetjük többek között *tanár, műtét, láz, gyógyszer, képlet, évszak, fagyalt, nyomda* vagy épp *bölcsőde* szavainkat. Még nem annyira sikerült szavai is gyönyörűek: Azt szerette volna például, ha a matematikát „bíztan”-nak hívjuk, a pulzus helyett pedig a sokkal költőibb „érszökés”-t javasolta. Állatnevei nagy játékos kedvről árulkodnak: a struccot például „tevmadár”-nak hívta.

Ki tudja, ezeket a szavakat miért vetette ki magából a magyar nyelv, s miért pártfogolta kezdettől fogva épp *kórház* szavát, amely a legtöbb európai nyelvvel szemben nem a szolgálatot, az ápolást, s még csak nem is az egészséget, hanem ennek épp ellentétét, a betegséget állítja a középpontba?

A Magyar Tudományos Akadémia rendes tagjává 1830. november 17-én nevezték ki.

Megjelenteti *Közönséges kórtudomány és Éptan* című könyvét. Részt vesz az 1831-es kolerajárvány leküzdésében. Több további fordítása mellett *Orvosi szókönyvet* jelentet meg. Flór Ferencsel együtt 1837-ben adja ki *Kisded sebészi eszköztár* és *A nevezetesebb sebészi véres műtétek* című könyvét. Szintén Flórral együtt szerkeszti a *Magyarországi orvosrend névsorát*.

1843-ban 40 000 szót tartalmazó *Természettudományi szóhalmazt* ad ki. Autodidakta nyelvészként foglalkozott a finn–magyar nyelvrokonság eszméjével is. Széles körű érdeklődését bizonyítja, hogy vadászati, erdészeti, növény- és állattani műszótárt állított össze. Élete végén már sok bírálat érte, nyelvújító tevékenysége sem volt már sikeres, túlzásokba esett. Néhány példa az általa alkotott sikeres szavak közül: *ideg, agy, izom, műtét, láz, genny* [pontosabban az esetek egy részében meglévő szavak jelentés-tartományának kibővítéséről van szó, nem pedig új szavak alkotásáról – *a szerk. megj.*].

A fenti rövid életrajz csak szegényes képet nyújt Bugát sokoldalú működéséről. Jóval gazdagabb életművet hagyott maga után, de ennek részletes ismertetése egy könyv tárgya lenne. Sok kudarc is érte élete folyamán, de mindig újrakezdte, és mindig hazája és a tudomány érdekében dolgozott.

(Forrás: Wikipédia)

Hit, Tudomány, Művészetek – különböző területek, mégis segítik egymást, ez nemcsak Bugát Pál életútjában érhető tetten, hanem nekem is személyes megtapasztalásom. A gazdag érzelmi világ megteremtésének az útja a vallás és az értékes kultúra. Mára már bizonyítottá vált, hogy a gazdag belső világ az, ami feltétlen szükséges a kifinomult gyors emlékezéshez, a kreativitás alapjához. Csak azokat az emlékeket tudjuk gyorsan felidézni egy probléma megoldásakor, amelyekhez érzelmi lenyomatot is tudunk rendelni. Ehhez pedig gazdag érzelmi világ, belső világ kell. A tanulás önmagában fontos, de nem elégséges a kreativitáshoz. Az viszont a szabad akaratunktól függ, hogy hajlandók vagyunk-e építeni, gazdagítani a belső világunkat. Így tapasztaltam meg, hogyan segíti a hit és a művészet a tudományt.

2000 tavaszán ismertem meg Muhari-Papp Sándor Balázs festőművészt, akinek sokat köszönhetek. Súlyos koponyasérült volt, 18 éves korában hetekig volt kómában, és nem sok esélyt adtak neki az orvosok. Rádásul akkorig pont abban az intézetben feküdt, ahol én később dolgoztam. Később sokat gondozott központi idegrendszeri sérült betegeket rendkívüli beleérző lelkű embernek ismertem meg mint általában a művészek. Valahogy előjött bennünk, hogy meg kellene rajzolni azokat az új műtéti eljárásokat, amiket kifejlesztettem. Nekiláttunk. Én mondtam a gondolataimat, ő próbálta rajzolni és csiszolni. Mindig rajzoltunk aztán, elmentünk misére, imádkoztunk, aztán rajzoltunk tovább, sokszor éjszakába nyúlóan. Elkészültek a rajzok, és elküldtem őket a világ nagy idegsebészeti lapjaiba az USA-ba és Európába. Elképesztő volt a reakció. Addig képtelen voltam közölni a nagy nemzetközi lapokban az új módszereket. A művészi ábrázolás érthetővé tette, kimozdította a táblázatokat és grafikonokat követelő tudományos bírálókat. Azonnali közlések, volt ahol az újság kérte, hogy hadd korigálja a szegényes angolt, más-hol meg még hibás angollal is azonnal elfogadták. Különböző agyduzzadást kiváltó okok (trauma, tumor, vérzés, stroke, gyulladás) miatt operált betegek eredményeit közöltük, egy közös volt bennük: a rajz a módszerről. Aztán jött a következő műtéti újítás, mely az agyi mikrosebészeti munkát lényegesen pontosabbá tette. Megismétlődött a csoda: a művészi ábrázolás ismét megtette a hatását. Azonnali elfogadás



nagy nemzetközi szakmai lapokban, kongresszusi sikerek.

A harmadik együttműködési pontunk a műtőkhöz és a bonctermekhez kapcsolódik. A műtőben és a bonctermekben jelen lévő Szentlélek különösen nagy erőt ad a nehézségek elviseléséhez, a művész úr ezt ábrázolja orvosi művészeti festményein. A műtőt még csak érti a kedves laikus hallgató vagy olvasó, de hogy kerül ide a bonctermi képzőművészet? A manuális szakmákban nagyon fontos, hogy legyen sok műtéti tapasztalat, de ez nem pótolja a rendszeres bonctermi munkát. Erről a ma orvosai sokszor teljesen elfeledkeznek, ami nagy hátrány, mert új dolgokat nem lehet élőben kidolgozni. A különböző workshopok félévente nem elegendők ahhoz, hogy megszerezzük a mikrosebészeti jártasságot. A hetente rendszeresen végzett, ún. kadávergyakorlatok megadják a biztonságot. Azt vettem észre, hogy az orvosok nem szeretnek boncterembe járni. Félnék a haláltól, a halott emberi testektől. De miért? Mert közel kerül a szenvedés, az elmúlás, a halálfélelem. A modern világnak lehet, hogy Krisztus ugyan kell, de nem kell a halál, nem kell a szenvedés, nem kell a Kereszt. Pedig feltámadás nincs nagypéntek nélkül. Krisztushit nincs kereszt, szenvedés nélkül. A fogyasztói társadalom kreált Jézusa a szupersztár Jézus, nem az a Jézus, aki eljött, és megváltott minket. A szenvedésnek van teremtő energiája a tudományban is. Nem kell szeretni a szenvedést, próbálni kell könnyíteni rajta, hiszen ez az orvostudomány feladata. De a sorsszerű szenvedéssel szembe kell nézni, nem szabad elfutni előle. Európának az a baja, hogy elvesztette hitét, és menekül a szenvedés elől akár öngyilkosság, abortusz vagy eutanázia által. Képtelenek vagyunk felfogni. Szüleinktől csak azt kapjuk, hogy valamik vagyunk. Kapjuk a pszichofizikumunkat. Emberi személy mivoltunkat, hogy valakik vagyunk, azt Istentől kapjuk a fogantatáskor, és ez soha nem vész el. A halálunk után csak a valaminket, abból is csak a testet, a porladó testet hagyjuk a Földön a feltámadásig.

Ezt értettem meg a bonctermekben az elmúlt években. Nem szerettem odajárni, kezdeti lelkesedésem az első hetek után alábbhagyott. Amikor azonban tudatosan felismertem az emberi halott testben az Úr Jézus keresztről levett testét, ami harmadnapra feltámadt, akkortól könnyebben ment. Mindig imával kezdem.

Imádkozom a halott lelki üdvéért és megköszönöm a segítségét, hogy segíti, hogy jobb orvossá, operatőrre váljak. Akarattal gondolok erre. Nem érzelmi kérdés. Az akarat hit, az akarat ima, és meggyőződésem, hogy ugyanolyan kedves a Jóisten számára. Könnyű az élvezetes dolgokat szeretettel végezni. De nem ettől gyarapodunk. A nehéz, szenvedéssel teli munkához erőt ad Krisztus urunk. Ő sem fanyalgott. Lejöhett volna a keresztről, és szétverhetett volna mindenkit, farizeusokat, római katonákat, de nem tette. Mert neki nem azokat kellett legyőznie, hanem a halált, a halálfélelmet, amelyet a gonosz lélek gerjeszt bennünk. A boncteremben látott halottak elvihetik az ott lévő halálfélelem felé. De Krisztus ott is ott van veled, és segít. Közben szárnyalhat az orvos gondolata, és jöhetnek az új műtéti technikák, felismerések. Mert a tudomány az csak felismer, megismer. Sose kinyilatkoztat. Gondoljuk csak el: az összes tudományos igazság már létezett, mielőtt felfedezték. Mi csak megismerhetjük az Isten által teremtett természeti törvényeket. Ezért nem mondhat ellen egymásnak a tudomány és keresztény hitünk. Ugyanannak az őszigazságnak a megismerésére törekednek, csak más eszközökkel, más megismerési rendben. Így fejezte ki II. János Pál a hit és tudomány örök barátságát, hozzátéve, hogy a madár két szárnyához hasonlította a hitet és az észet. Mindkettő kell az embernek, ahogy a madárnak is, hogy emelkedjen. A boncműtétek közben ezt megtapasztaltam. A régebbi műtéti ötletekhez új támpontokat, bizonyítékokat adtak, és új műtéti technikák is kiforrnak. De a legnagyobb tanulság mégis személyes. Carlo Caretto *Levelek a sivatagból* című könyvében olvastam a szeretet megtisztításáról: „Nyilvánvaló, hogy szeretetre születünk. A nehézséget az okozza, hogy eldöntsük, mit szeressünk, és hogyan szeressünk. Szeretni a teremtményt, és szeretnünk kellene a Teremtőt. De miért került ellentétbe ez a két szeretet? Az ok bennünk fészkel, magunkban kell keresnünk. Amikor a teremtményt szeretjük, gyakran felborul a szívünk egyensúlya. Ráveti magát, magáévá akarja tenni, olyan szenvedéllyel tapad rá, hogy szem elől téveszti az összhangot. Hány szerelem megy tönkre a szörnyű féltékenységtől, önzéstől! Hány barátság megy tönkre ugyanígy!

Mit mondhatnánk a pénz szeretetéről? Arról a szolgaságról, amelyben a gazdagság szere-

tete tartja fogva az embert? Sőt a munka szeretete is veszélyessé válhat, ha érénybe öltöztetik. Hány munkaalkoholista teszi tönkre a családját, környezetét miközben a társadalom piedesztálra emeli. Hány földműves nem képes pihenni vasárnap, mert örült szenvedély kergeti a mezőre! És hány munkás változtatja az életét pokollá, mert elnyeli a feladatok gépezete. És minél magasabb szintre érünk, annál rosszabb: a tanulás oktan szeretete önző szörnyetegeket képes létrehozni. A kutatás szenvedélye tébolyulttá és vakká teszi a tudósokat. A hatalomszeretet megőrjíti a politikusokat, milliók esnek áldozatául. Isten szeretete viszont természeténél fogva egyetemes, tiszta, kiegyensúlyozott és szent. De ezt is el tudjuk rontani. Ezt is önzetlenné kell tennünk. A jók, a jámbor lelkek önzéséről van szó, azokról, akiknek spirituális gyakorlatok vagy lemondás árán sikerült eljutniuk odáig, hogy Isten előtt ezt a büszke vallomást tegyék: „Isten, hálát adok neked, hogy nem vagyok olyan, mint a többi ember” (Lk 18,11). Bizony – életünk egyes szaka-

zaiban vesszük a bátorságot, hogy másoknál különbnek higgyük magukat. És ez a legnagyobb hazugság, amely a legveszélyesebb önzésből, a lélek önzéséből ered. El lehet jutni addig a pontig, hogy önzésből leszünk vallásosak, önzésből segítünk, önzésből vezeklünk. Egyetlen út van, ami felnyithatja szemünket. A fájdalomé, a szenvedésé. Ebben az állapotban képes a lélek az önzetlen szeretetre. Sőt, más jellegű szeretetet el sem visel, ki nem állhatja a szentimentalizmust, a számításból szeretett dolgokat.” Belép a krisztusi szeretet világába. „A holtak segítik az élőket” – valahogy így fogalmazott a neves patológus-tudós Romhányi professzor. Mindez nemcsak úgy történik, hogy gyakorlatot, tudományos ismereteket szerzünk, hanem azáltal is, hogy a bonctermekekben rádöbbenünk: „Nem vagyunk különbek, mint a többi ember.”

Muhari-Papp Sándor Balázs művészete ezt az üzenetet képes közvetíteni a látogatók számára.

DR. CSÓKAY ANDRÁS

**AKADÉMIAI KIADÓ**  
**KÖNYVAJÁNLÓ**

**1828**

**ROGER SCRUTON**  
**iszom, tehát vagyok**  
EGY FILOZÓFUS BORKALAUZA

**ROGER SCRUTON:**  
Iszom, tehát vagyok  
Egy filozófus borkalauza

**MATT RIDLEY**  
**ÚJ POLIHISZTOR**  
AZ ERÉNY EREDETE  
AZ EMBERI ÉRZÉSEK ÉS A TÁRSADALMI EGÝTTMŐKÖDÉS

**MATT RIDLEY:**  
Az erény eredete  
Az emberi érzések és a társadalmi együttmőködés

**ROGER PENROSE**  
**ÚJ POLIHISZTOR**  
AZ IDŐ CIKLUSAI  
AZ UNIVERZUM RADIKÁLISAN ÚJ SZEMLELETE

**ROGER PENROSE:**  
Az idő ciklusai  
Az univerzum radikálisan új szemlélete

**NICHOLAS FEARN**  
**Zénón és a teknősbéka**  
AVAGY  
hogyan gondolkodjunk úgy, mint egy filozófus?

**NICHOLAS FEARN:**  
Zénón és a teknősbéka  
Avagy hogyan gondolkodjunk úgy, mint egy filozófus?

**PALÁDI – KOVÁCS ATTILA**  
**MAGYAR NÉPRAJZ I. I.**  
TÁJ, NÉP, TÖRTÉNELEM

**PALÁDI – KOVÁCS ATTILA:**  
Magyar néprajz I.  
Táj, nép, történelem I.2.

**Csikszentmihályi Mihály**  
**Élni jó!**  
Tanulmányok a pozitív pszichológiáról

**Csikszentmihályi Mihály:**  
Élni jó  
Tanulmányok a pozitív pszichológiáról

**KERESSE KÖNYVEINKET  
WEBOLDALUNKON!**  
[www.akademiai kiado.hu](http://www.akademiai kiado.hu)  
Akadémiai Kiadó Zrt.  
1117 Budapest, Prielle K. u. 19.  
Tel.: (06 1) 464 8200 • email: ak@akkrt.hu

# Futóiskola

A futás a legdemokratikusabb sportok közé tartozik. Először is felszerelésigénye minimális, és egyes agyonurbanizált fővárosi kerületek és tájékok lakosaitól eltekintve mindenki számára elérhetőek azok a pályák, amelyeken úzhető. Kilép az ember a háza vagy kollégiuma kapuján, bemelegít, kicsit még habozik, csavargatja a fejét, aztán nekiered.

De vajon tud-e mindenki futni? A futás természetes képesség. Hogy ezt a képességet nem mindenki tudja egyenlő mértékben kibontakoztatni, iskolai tornaóráink emlékeiből tudjuk. Vannak gyerekek, mondjuk, a harmadik általánosban, akik képtelenek lépést tartani energikus, ügyes, gyorsabb társaikkal. Az is igaz azonban, hogy a viszonylagos futóteljesítmény jócskán javulhat (és romolhat) a harmadik általános és az érettségi közötti időszakban. Sokat nyom a latban, milyen izomzattal és mozgáskészséggel áldott meg bennünket a gondviselés, de az is, hogy mennyire kultiváljuk a futást, milyen az erőnlétünk, edzettségünk, milyen lelki állóképességgel bírunk. Ahogy visszaemlékszem, a katonaságnál rendezett bakancsos terepfutóverseny végső sorrendjét leginkább már az elszántság ereje határozta meg. Már ha eltekintek első helyen végzett társunktól, aki abban az időben tizenkilenc évesen felnőtt gyorskorcsolyázó magyar bajnok volt, és törpejárásban is lehagyta a vele közben üvöltöző, kiképzőként szerencsétlenkedő öregkatonákat. Ilyen személyekkel nehéz versenyezni. Velük szemben egyetlen vigaszunk az lehet, hogy szegények már középiskolás korukban mindennap hajnalban keltek ki az ágyból, mert már az első tanóra előtt edzettek egyet.

Szóval, tud-e mindenki futni? Közelítsük meg a kérdést más oldalról. Gondoljunk a környékünkön feltűnő futókra, kocogókra, és az egyszerűség kedvéért szűkítsük érdeklődésünket a 25 és 45 év közötti korosztályra. Huszonöt évesen már legalább két éve nem jár rendszeres testnevelésőrára az ember, negyvenöt év felett pedig többféle mentő körülménnyel is számolni kell. Vannak, ugyebár, az átlagos, túrhető iramban és stílusban futók. Aztán vannak, jelentős

kisebbségben, azok, akik szépen futnak. Ezek az úriemberek és hölgyek egyből magukra vonják a figyelmet. A külső talpélükön gördülnek, térdüket fel-, illetve kiemelve, kar- és lábmunkájukat összehangolva, egyenes testtartással suhannak tova. Ha szenvednek, izzadnak, küzdenek is, élvezik a futást: a szemükben tudatosság, összpontosítás látszik. És vannak végül, nem is kevesen, akikről hiába mondható el, hogy haladnak ugyan előre, de szemmel láthatóan nem tudnak futni. Bukdácsolnak, trappolnak, csámpáznak, ütemtelenül lihegnek, összeakad a térdük, törzsüket himbálják, merev, kinyújtott lábukon inognak – mint akiket a balsors tép. Csak néhány elkeseredett gondolat kompenzálhatja őket mindezért: „Akarateróm, az még van” vagy „Legalább kint vagyok a szabad levegőn”. Amit művelnek, tiszteletet parancsoló, de még sincs rendjén.

A szépen futók többnyire, de korántsem mindig volt sportolók, és ez legtöbbször sajátos futóstílusjegyeiken is megismerszik. Máshogy fut a hajdani kosaras (hihetetlenül lazán), a kiöregedett kajakozó (csak úgy döng a föld a lába alatt) vagy a középkorú focista (itt a sajátos, türannoszaurosos kéztartást érdemes figyelni). Világos: a rengeteg edzésen, amin részt vettek, meg kellett tanulniuk futni. Hogyan hozhatja be ezt az előnyt egy egyszerű földi halandó?

Mindenki megtanulhat rendszeresen futni, sőt szépen futni felnőttkorában is.

Ez a labdajátékokra például nem igaz. Egy bizonyos kor után nagyon nehéz elsajátítani, mondjuk, a kosárlabda alapelemeit. És még nem hallottam olyanról, aki húszéves kora után tanult volna meg vízilabdázni. A futás kultúrája azonban demokratikus kultúra: majdnem mindenki részt vehet benne. Fő tézisem az, hogy érdemes is megtanulnia rendszeresen futni mindenkinek, aki már elhatározta, hogy futni szeretne.

Ifjúkorban a legjobb futóiskola az atlétika-edzés. Idősebb korban a legjobb futóiskola a futóiskola.

A futóiskola, amiről itt szó lesz, speciális gyakorlatsor. Amihez a legkedvezőbb terep egy

olyan füves, egyenletes pályaszakasz (sportpályán vagy akár kint a természetben), amelyen jó időben mezítláb is mozoghatunk. Ha ilyen nem akad, bármilyen murvás, földes, esetleg rekortánszerű, viszonylag puha talaj megfelel – de betonon, aszfalton és hasonlóan kemény alapzatokon meg ne próbáljuk!

Ha szerencsések vagy jó szervezők vagyunk, ketten, hárman, sőt csapatban csinálhatjuk a futóiskolát. Előtte természetesen alaposan bemelegítünk, kinyújtjuk az izmainkat, és futunk, hangsúlyozottan lazán és könnyedén, úgy egy kilométert. Ezután kijelölünk pályának egy körülbelül húsz méter hosszú szakaszt (a két végét megjelölhetjük egy melegítőfelsővel, egy sapkával vagy ha mezítláb vagyunk, a tornacipőnkkel). Hívjuk azt a végét, ahonnan indulunk, kiindulópontnak, a másikat fordulópontnak. Odafelé komolyabb odafigyelést igénylő gyakorlatok vannak, visszafelé könnyebbek.

A komolyabb gyakorlatok közül egyesek alapvetőek. Ezek között van a magas térdemeléssel és a magas sarokemeléssel való futás. Továbbá a korcsolyázó futás, amikor is súlypontunkat mindig határozottan az aktuális külső lábra helyezzük. A nagyon apró léptekkel, lábujjhegyen való futás. A futó-ugró szökdelés, amikor felemelt térdünket a szokásosnál hosszabb ideig tarjuk a levegőben, és lábujjhegyen érkezünk a talajra. A lendületes futás, amikor fokozatos gyorsulás után három-négy (de csak három-négy) vágatalépet teszünk, és aztán hagyjuk, hogy fokozatosan kipörögjenek a lábaink. Az alapgyakorlatokat továbbiakkal egészíthetjük ki. Ilyen például a terpeszben való előreszökdelés, amikor is mellkasunk merőleges marad a pálya vonalára. Az indián szökdelés, amikor váltott lábakon majdnem függőlegesen szökdelünk, és az ugró lábunkkal ellentétes karunkat a levegőbe emeljük. Vagy az, amikor közepes iramú futás közben 360 fokos fordulatot teszünk, ügyelve arra, hogy a súlypontunk lent maradjon, és hogy forgás közben ne totyogjunk, hanem, ha lehet, egy-két lépés után újból egyenesbe érkezünk. És mindezeket hátrafelé futásban is végezzük el!

Egyik gyakorlat esetében sincs szükség rohanásra, sprintelésre. A leglényegesebb az,

hogy odafigyeljünk a mozdulatainkra, főleg arra, hogy a karunk és a törzsünk összhangban maradjon testünk többi részével. Mindez nem könnyű. De valamit valamiért!

Amikor a fordulóponthoz érkezünk, egyből forduljunk meg. Visszafelé lassú kocogással jöhetünk. Vagy külső, illetve belső talpélen való járásban. Lábujjhegyen vagy sarkon járásban. Vagy sasszézva. Mikor visszaérünk a kiindulóponttra, fújjuk ki magunkat, mielőtt nekirugaszkodnánk a következő feladatnak.

A futóiskola egy alkalommal se tartson 25-30 percnél tovább, de szinte kötelező utána levezetésképpen a másfél-két kilométer, határozottan könnyed futás. Mindez nem jelent komoly anaerob terhelést, így nem kell erős zihálásra, tüdőégésre felkészülni az első alkalmak után sem. A gyakorlatsor azonban szokatlan módon mozgat meg izmokat, és ne legyünk meglepve, ha eleinte izomlázalattal ébredünk másnap reggel, és tagjaink, ízületeink sajognak.

A futóiskola nem különködő, nem „ciki”, nem misztikus, nem rendkívüli dolog. Ha másokat nézünk kívülről futóiskolázás közben, első gondolatunk az lesz, hogy az iskolai tornaórák jól ismert bemelegítő gyakorlatait végzik. Csakhogy összeszedett, fegyelmezett módon. A gyakorlatsor célja az, hogy rögzítse a helyes futómozgás alapelemeit izmainkban és az idegrendszer azon részében, amely az ilyesmiért felelős. Aki még nem csinálta, szánjon az első négy-hat hónapban heti egy-két alkalmat erre az edzésformára. Ezután az időszak után elegendő úgy két-három hetente egyszer visszatérnie rá. Aki kész arra, hogy rendszeresen fusson – szereti a mozgást. A mozgást szerető ember pedig nemcsak megszereti a futóiskolázást, hanem méltányolja, sőt igényli is, ha már rájött az ízére.

És aztán jöhet az igazi futás. Hegyen-völgyön, árkon-bokron, kertvárosi utcákon át, keresztül-kasul, parkban, erdőben, vízparton, az országút mellett, minden évszakban – reggel, délben, este. Lendületes, élvezetes, valódi terhelést jelentő futást mindenkinek!

AMBRUS LORÁND  
esszéíró, Budapest

## Első találkozásom a stresszel

Egyetemi éveim második szemeszterének végén történt tanulóéveim első igazi megméretetése: négy tantárgyból vizsgáztam, ami – mindenek mellett – sorsfordító esemény volt, meghatározta, azaz lényegében eldöntötte további sorsomat. Szigorú rosta volt, melyen eldőlt, fogom-e bírni a következő évek megterhelését, kiállom-e az egymást követő próbatételeket, melyek – így informáltak a felsősök – egyre kegyetlenebbek lesznek.

Ezen emberpróbáló feladat pozitív megoldása azért is volt próbakő, mert – néhány évfolyamtársammal egyetemben – második nekirugaszkodásra sikerült magyar ajkúként felvételt nyernem a szovjet egyetemre. Még nem voltam tegező viszonyban az orosz nyelvvel, ám nemcsak levizsgáznom, de magas osztályzatot is ki kellett érdemelnem az ösztöndíj miatt, hisz vékony pénztárcával érkeztem hazulról, és csakis jó átlageredménnyel maradhattam az egyetem kollégiumában, ahol jóval kevesebb „helypénzt” kellett fizetni, mint bármelyik albérletben, valamint az ottani menza árai is barátságosabbak voltak, mint akárhol a város étkezdéiben.

„Fiam – bocsátott utamra édesanyám –, tanulj, tanulj, nehogy kiebrudaljanak, gondold a jövődre, meg arra is, milyen szégyen lenne, ha kizárnának, de arra is, hogy mi vár rád...”

Tudtam, szem előtt tartottam, mi vár rám: a katonaság. Azonnal rám húznák az ördögbőrt, és vinnének szeretett pátriából a birodalom legtávolibb zugába, akár Kamcsatkára vagy Csukotkára, ami jellemző volt, három vagy akár öt évre. Brrr!

Ezek után, mármint leszerelésemet követően, nem lett volna szellemi munícióm, de talán kedvem sem újra felvételizni, szertefoszlott volna dédelgetett álmom, hogy felsőfokú végzettségem legyen.

Az első három körömrágós vizsgám sikeres volt, a rajt izgalma fokozatosan visszaszorulóban volt, sarjadzott bennem a bátorság, az önbizalom, s már-már normális pulzusszámmal léptem a terembe, ahol biológiai ismereteimről, tudásomról kellett számot adnom egy szerfelett szigorú tanár és asszisztensei kereszttüzeiben.

A tételben négy kérdés volt, az első háromra tudtam a választ, viszont... viszont a negyediket nem értettem, vagyis sejtelmem sem volt: mi a kérdés, és így mi a válasz.

Kb. 20 perces felkészülést követően rogyadozó léptekkel járultam a nagyérdemű színe elé, és kezdtem sorjázni a válaszokat, melyek – így emlékszem – sikerültek, a tanárom megmetszta, s utasított a következő kérdés megválaszolására, mígnem eljutottam a negyedik kérdésig.

„Ha most azt mondom – bénította elmémet a gondolat – hogy nem értem még a kérdést sem, akkor elvesztem.”

Felvillant előttem édesanyám szenvedő arca, könnyekkel patakozó szeme, barátaim, ismerőseim kaján mosolya vagy együtt érző pillantásai, láttam magam tarra nyírt sorstársaim sokaságában, amint a katonaszerelvény vagonjainak ajtajai előtt sorakozunk, éreztem a szibériai szelek csontig hatoló, metsző ölelését...

„Akkor mi a negyedik?!” – rántottak vissza a szomorú valóságba vizsgáztatóm szavai.

„A mohák” – feleltem szinte félajultan, ösztönösen, mert ebben a kérdésben otthon voltam.

„Tessék, hallgatom!” – jött a visszhang, és én nekikezdtem, mint egy programozott gép, ami tudja, csak nem érti a mondókáját.

„Elég – hallottam valahonnan a nagyon messzi távolból. „Adja ide a tételt!” – nyújtotta felém tanárnőm a kezét.

„Lebuktam! – sajdukt belém a felismerés. – Vége mindennek...”

Megszűnt, eltűnt körülöttem-mellettem a reális világ, mintha Vasarely-mintákkal lett volna kikapátázva minden, mintha a Párkák lejtettek volna a teremben örömtáncot egyre szaporább szívverésem ritmusára, miután kirántottak bőrtokomból, kipukkantam, kiszökött belőlem a levegő, kiszáradt a vérem, a nyálam, elhatalmasodtak bennem a fiziológiai reflexek... és mielőtt rommá lettem a szó legszorosabb értelmében, adrenalinban tocsogó kézzel nyújtva a felszólító felé a cetlit, ledöntöttem a virággal teli vázát az asztalon, ami az utóbbi széléhez ütődve darabokra tört, szétömlött belőle a víz, és szilánkjai a padlón landoltak.

„Mit csinál?!“ – meredt rám vizsgáztatóm, és asszisztenseivel együtt szedni kezdte az asztalon heverő papírokat én meg lehajolva a virág- és vázatöredékeket, miközben bemártottam a vízbe a tételt.

„Bocsánat... bocsánat... nem akartam... véletlen volt...” – préseltem ki magamból átnyújtva a bőrig ázott tételt.

„Adja ide, és menjen ki! Ott várjon!” – címezte felém epésen.

Kitámolyogtam, de hogy miként, nem emlékszem, csak arra, hogy végtelen hosszúnak tűnt vánszorgásom ki a folyosóra, ahol katóniás állapotban, de immáron élére állított szürke agysejtjeim túldimenzionált működésével vártam a verdiktet, ami kb. ekképpen fog hangzani:

„Nem elég, hogy becsapta, félrevezette vizsgáztatóit még anyagi kárt is okozott tisztességtelen viselkedése palástolására. Szégyellje magát! A rám ruházott joggal élve kizárom a pótvizsga lehetőségét, jelentem az esetet a rektornak, követelve kizárását az egyetemről.” Azaz: kirúgnak.

Sokadszor araszolt visszafelé az óra mutatója, mikor nyílt az auditórium ajtaja, hívtak.

– Üljön le, fiatalember! – mutatott a székre a professzornő. – Alig áll a lábán. Mi van magával? Nem értem az állapotát, ennyire megvi-

selte volna a vizsga? Hiszen készült, jól felelt a kérdésekre.

Nem válaszoltam, mert adrenalinban úszó agyam selejtes gondolatokat szült, a nyelvem meg úgyis zsibbadt volt, meg aztán miként magyarázzam meg a váza feldöntését, azt az utolsó szalmaszálát, amibe ösztönösen kapaszkodtam, miközben valahol szégyelltem is magam, de nem is értette volna meg a rám leselkedő tragédiát...

– Feltételezem, sőt biztos vagyok benne: keveset vagy egyáltalán nem hallott még a stresszről, de tapasztalta klasszikus példáját. Jegyezze meg a jövőre nézve, a stressznek három hatásos ellenszere van: az ima, a szex és az alkohol. Vegye a leckeönyvét – nyújtotta felém –, nyugodjon meg, és vigyázzon magára.

Felpörgetett állapotomban nem kérdeztem meg, egyszerre kell-e mind a hármat bevetni, avagy egyenként.

Harmadnap, amikor kijózanodtam, felütöttem a tankönyvet: mi is volt az ominózus negyedik kérdés, ami kiütött, amit nem értettem, ami helyet bedobtam a mohát, eltörtem a vázát. A fogas kérdés a következő volt: Mondjon példát rá, és jellemezzen egy telepes, spórakkal szaporodó növénytorzset, azaz beszéljen a... moháról.

DR. SZÖLLŐSY TIBOR

## Eltartási szerződés

Az eltartási szerződés a szocialista államrendszer gusztustalan vadhajtsága, zabigyereke volt, ami két fél között kötöttet azzal a céllal, hogy az egyik a másik halála esetén megkaphassa, bérlőként elfoglalhassa az általa lakott, állami tulajdonban lévő lakást. A szerződés egy a hiánygazdaságon alapuló olyan virtigli vircsaftot eredményezett, ahol az egyik fél viszonylag jobb körülmények között még egy icipicit élni szeretett volna, a másik azonban mielőbb lakni akart az inkriminált lakásában, de nélküle. A két fél között a helyzet lényegéből fakadóan rendszerint antagonisztikus, balladai ellentét feszült, ami természetszerűen csak az egyik

szenvető fél halálával vagy a szerződés felbontásával oldódhatott meg.

A szerződés értelmében aláírása után a felek összeköltöztek, hogy az eltartó minden tekintetben biztosítani tudja magányos és idős eltartottja megfelelő ellátását, és ha kellett, gondos ápolását. A fiatalabb fél a szerződésben foglaltak érvényességéhez szükséges legalább egy év együtt lakás leteltével azonban, kimondva vagy kimondatlanul, egyre inkább várni kezdte azt a percet, amikor az eltartottja végre lesz olyan szíves, és eltávozik ebből az árnyékvilágból. A mindkét fél számára gyakran kényszerű kapcsolat, nem véletlenül, sokszor

nagyon randa történeteket eredményezett, amelyekben a kíméletlenség, a bizalmatlanság, a türelmetlen mohóság, a gonoszság és a főszenészség játszotta a főszerepet. A dolog pikantériájából fakadt azonban az is, hogy néha megestek olyan esetek, amikor az eltartott túlélte az eltartóját.

Pék László és felesége, Éva asszony tisztességes és jóérzésű emberek voltak két iskoláskorú fiúgyermekkel. A férfi rendőrtiszt volt, az asszony egy belvárosi gimnáziumban tanított. A család a férj nyugdíjas szüleinél lakott, azok peremkerületi piciny házának beépített padlásterében. Mint közalkalmazottnak, mellékjövedelem és jómódú szülők híján, még reményük sem volt arra, hogy egyszer valamikor önálló lakásba költözzenek.

A vasárnapi ebéd a Pék családban mindig közösen zajlott. Egyik alkalommal idősebb Pékné, miután feltálalta a rántott csirkét a hozzávaló garníringgal, váratlanul a fiatalok felé fordult:

– Tegnap telefonált a Panka barátnőm. Azt kérdezteti tőletek, hogy nem kötnétek-e vele eltartási szerződést. Tudjátok, meghalt a férje, és egyedül él a hatalmas, három szoba hallos, összkomfortos, belvárosi lakásában. Jól ismer minket, titeket nagyon szeret, egyszerűen megbízik bennünk. Ti két szobában laktok a gyerekekkel, ő pedig meghúzná magát a külön bejáratú harmadikban. Ne most válaszoljatok! Előbb beszéljétek meg a dolgot, jól gondoljátok meg, és csak azután döntsétek! – fejezte be az exozét, menyé meglepett fejmozdulatát látva.

Megbeszélték, meggondolták, és másnapra megszületett a családi határozat: Úgy döntöttek, hogy lehet szó a dologról!

Panka néni a mama barátnője volt. A nyugdíjas laboránsnő, aki már túl volt a hetedik X-en, férje két éve bekövetkezett halála után teljesen egyedül maradt. Se gyereke, se kutyája, se macskája nem volt. Mostanra lassan teljesen elvesztette az életkedvét. Egyre kevesebb emberrel érintkezett, szinte lézengett az üres lakásban, ahonnan szinte sohasem mozdult ki. Naphosszat csak a tévét nézte. Egyik nap egy riportműsorban az eltartási szerződésről volt szó.

– Ez kell nekem! – gondolta, és egyből a Pékék jutottak eszébe. Meghánnya-vetette magában a lehetőséget, majd néhány nap elteltével felhívta a barátnőjét. Egyszeriben úgy érezte,

hogy változik körülötte a világ. Felvillanyozta a lehetőség, hogy megint nem lesz egyedül az ürességtől kongó bérleményében. Türelmetlenül várta a személyes találkozást a fiatalokkal, amire pár nap múlva sor is került.

Néhány hét elteltével megkötötték a szerződést, és a Pék család beköltözött Panka néni József körúti lakásába.

Az együtt lakás az első perctől fogva ideálisan harmonikus volt. A fiatalok mindent elkövettek, hogy Panka néni jól érezze magát, rendszeresen egyen, és sokat mozogjon. Úgy bántak vele, mintha a saját nagyanyjuk lenne, és mindent elkövettek, hogy senkiben, de főleg benne ne maradjon kellemetlen szájíz az eltartási szerződés valóságos mibenlétét illetően. Rendszeresen látta orvos, új protézist csináltattak neki, és minden tavasszal szanatóriumba küldték.

Telt-múlt az idő. A gyerekek felcseperedtek, egyetemre jártak, udvaroltak, lassan a házasságra gondoltak.

Egy ködös novemberi reggel Panka néni lázasan ébredt, rázta a hideg, köhögött, tüszögött, és irgalmatlanul gyengének érezte magát.

– Influenza! Járvány van! – mondta az azonnal riasztott házi orvos, miután megvizsgálta a beteget. Felírt lázcsillapítót, köptetőt és antibiotikumot, és meghagyva, hogy másnap visszajön, elloholt a következő, valószínűleg szintén influenzás betegéhez.

Panka néni nagyon lassan gyógyult, a láz és az akut tünetek elmúltával tovább gyengélkedett. Étvágytalan maradt, lefogyott, szinte jártányi ereje nem volt. Újdonsült családja nagyon aggódott, hogy nincs-a a panaszok hátterében valamilyen egyéb senyvesztő kórság. Vitték is az öreglányt belgyógyászhoz, sebészhez, nőgyógyászhoz, tüdőgyógyászhoz, készült számtalan laboratóriumi vizsgálat, többféle röntgen, hasi ultrahang, de lényeges elváltozást nem találtak. Az orvosok hümmögtek, bólogattak, grimaszoltak, felírtak egy csomó pasztillát, és arról beszéltek, hogy istenem, Panka néni már közel nyolcvanéves.

– A jegenyefák nem nőnek az égig! – mondogatták.

– Hát igaz, ami igaz! Végül is nem élünk örökké! – mondta Éva asszony a férje urának egyik este, miközben a dolgok esetleges kimeneteléről puszogtak. De hogy ne érje szó a ház elejét, elhatározták, hogy megkérik Szírt Péter doktort, Pék százados barátját, hogy ha Panka

néni állapota tovább romlik, az utolsó napokra vegye őt fel a belgyógyászatra, ahol dolgozik.

Szírt Péter a Szabolcs utcában működő kórházban tevékenykedett. A kórháznak negyven év alatt számtalan elnevezése volt. Eredendően Zsidó Hitközségi Kórháznak hívták, ami 1949-ben az államosítás után Állami Kórházzá lett. A cég 1957 után az OTKI (Orvostovábbképző Intézet), 1973-ban az OTE (Orvostovábbképző Egyetem) elnevezést kapta, majd a rendszer-váltás után, 1992-ben pedig HIETE (Haynal Imre Egészségtudományi Egyetem) lett. (A történeti hűség kedvéért meg kell említenünk, hogy a kórház azóta már a harmadik további új elnevezésénél tart.) Szírt doktor, aki mindvégig itt dolgozott, a kórház személyzetéhez hasonlóan az elmúlt három évtized során úgy érezhette magát, mint az a bizonyos Kohn bácsi, aki a múlt században öt országban lakott, miközben ki sem tette a lábát Munkácsról.

A népnyelv nehezen barátkozott meg az állandó névcserével. Hívták a kórházat mindenféleképpen, de a legfrappánsabb elnevezés az egyik 76-os trolibusz akkor még funkcionáló ülő kaulauzától származik, aki az Állatkert és a Honvéd Sporttelep között lévő megállót „Szabolcs utca! Zsidótovábbképző!” megjelöléssel konferálta be rendszeresen az utazóközönségnek.

De vissza Panka nénihez:

Eljött a nap, amikor úgy tűnt, hogy sajnos nincs tovább. A hívásra megjelenő házi orvos csak egy pillantást vetett a betegre, és máris szó nélkül írta a beutalót a Szabolcs utcába. A mentőktől sürgős szállítást kért, és nem tellett bele egy jó óra, Panka néni már a belgyógyászat egyik ötágyas kórtermében feküdt.

Szírt doktor kikérdezte az elhaló hangon válaszolgotó beteget, majd tetőtől talpig gondosan megvizsgálta. Ezután kiment a folyosóra, és az ott várakozó Péknét kérdezgette a kórtörténetéről, a szedett gyógyszereiről és a diétájáról.

A betegség várható kimeneteléről azonban Éva asszony ismételt unszolására sem nyilatkozott.

– Meglátjuk! A vak is azt mondta! – dörmögte, és elbúcsúzott. Megnézte az időközben elkészült EKG-t, infúziót rendelt, és már ott sem volt, ugyanis sürgősen a férfirészlegre hívták.

A Pék házaspár hazament. Szemernyi kétség nem volt bennük a dolgok szomorú kimenetelét illetően. A lelkiismeretük azonban tiszta volt, mivel tényleg mindent megtettek Panka néni-

ért. Nem beszéltek róla, de magukban lassan rendezgetni kezdték a dolgokat: ki hova költözik, melyik bútort tartják meg, melyiket nem, és lassan jöhet a kis Laci esküvője is.

Panka néni mélyen aludt, amikor másnap meglátogatták. Nem akarták felkelteni, ezért a magukkal hozott elemózsiát letették az éjjeliszekrényre, és hazamentek. Másnap, amikor jöttek, akkor meg éppen vizsgálatra vitték, így megint nem tudtak beszélni vele a hogylétét illetően. Harmadnap aztán frissen vetett üres ágy fogadta őket.

– Jézus Mária! Panka néni meghalt! – sírt fel Éva asszony, és a férje nyakába borult.

– Ugyan! Dehogy halt meg! Nyugi! A fodrásznál van, mert azt mondta, hogy úgy néz ki, mint egy bányarém! – szólalt meg a szomszéd ágyon fekvő Boczonády Emilné, született Grünbaum Lenke. – Az ágyat meg egyszerűen áthúzták, ugyanis már itt volt az ideje – tette hozzá mosolyogva.

– Tizenhatféle pasztillát szedett a néni! – mondta Szírt doktor, miután megkeresték. – A sok orvos mindegyike, aki a közelmúltban látta és vizsgálta, felírta az általa szükségesnek tartott gyógyszereket, Panka néni pedig a korábban elrendeltekkel együtt szorgalmasan beszédte őket. Ezeknek azonban így együtt rengeteg mellékhatásuk volt: étvágytalanság, hányinger, hányás jelentkezett, ami miatt egyre kevesebb táplálékot vett magához. A nem megfelelő folyadékfogyasztás miatt lassan kiszáradt, vérnyomása pedig a béka feneké alá süllyedt. Ittléte alatt átmenetileg elhagytuk a gyógyszereit, pótoltuk a folyadékot, rendeztük a keringését, majd beállítottuk az otthoni terápiáját. A hét végére haza is küldjük – mondta, majd rájuk kacszintva hozzátette: – A néni ezer évig fog élni!

Múltak az évek.

Az idősebb gyermek megnősült, és beköltözött a nagyszülők manzárdlakásába. Amikor a szép kort megélt öregek az örök vadászmezőkre távoztak, a fiatalok, akiknek időközben két leánygyerekük született, lehurcolkodtak a földszintre. Az emeletre a fiatalabb fiú ment lakni a barátnőjével.

Panka néni ez idő alatt változatlanul remek egészségi állapotnak örvendett. Lassan a kilencvenedik évét is betöltötte.

Egyik nap Éva asszony azt mondta a lassan nyugdíjas korú férjének, hogyha egyikük vé-



letlenül meghalna, akkor ő megkérné Panka nénit, hogy kössön vele eltartási szerződést.

Szinte napra pontosan húsz év telt el a szerződés megkötése óta, amikor egy reggel Panka néni tűrhetetlenül nagy mellkasi fájdalomra ébredt. Azonnal hívták a körzeti orvost, aki jött, vizsgált,

és azonnali intenzív kórházi kezelést javasolt:

– Valószínűleg infarktus! Írom is a beutalót a Szabolcs utcába – mondta.

A Pék házaspár mindkét tagjából szinte egyszerre szakadt fel a kiáltás:

– A Szabolcs utcába? Csak oda ne!

## A gyógyítás trükkje

Özvegy Bözendorf Móricné, képzelt beteg, egy igazi orvos keresztje, azaz crux medicorum volt. Az élet egyéb területein kedvelt, családja és baráti köre által valósággal imádott, valójában makkegészséges Blanka nénitől ugyanis az orvosi rendelőkben, kórházakban valósággal rettegtek. Ha feltűnt egy egészségügyi intézményben, ahol korábban már akár mint beteg, akár mint látogató megfordult, a személyzet pánikszerűen spriccelt szét a világ négy égtája felé. Mindenki menekült, amerre látott, nehogy aznap neki kelljen a beteg végeláthatatlanul sokrétű panaszrengetegével foglalkoznia.

Ez a vasággal együtt is alig 50 kilogrammot nyomó, törekeny, ősz hajú, kontyos, választékosan beszélő, mindig elegáns, idős hölgy ugyanis egészségügyi problémáival, meglepő gyógyhajlamot mutató, újabbnál újabb halálos betegségeivel, ötleteivel rövid idő alatt képes volt bárkit az örületbe kergetni.

Blanka néni hatalmas köteg leletet, vizsgálati eredményeket és röntgenfilmeket tartalmazó műanyag reklámszatyrával rendszerint az ambulancián tűnt fel, de előfordult, hogy körzeti orvosa jobb ötlet híján esetkocsival közvetlenül az osztályra szállította.

Az orvos-beteg találkozó Blanka néni esetében mindig órákig tartó, idegtépő, lelkivilágnyuvasztó esemény volt, ami rendszerint az öreglány végeláthatatlan monológjával kezdődött, legújabb betegsége tüneteinek részletes taglalásával, és nemritkán a beteg kérésére elvégzett, utóbb mindig negatív eredményt mutató vizsgálatokkal folytatódott, majd végül a páciens elégedetlen távozásával fejeződött be.

Aznap Pozsonyi adjunktus volt a szerencsés kiválasztott, aki nem tudott idejében elmene-

külni Bözendorfné rohama elől. Felkészülve a megpróbáltatásokra, savanyú arccal invitálta be a vizsgálóba a kedves beteget.

– Na mi újság, Blanka? – mormolta az orra alatt, felkészülve a várható szöözönre.

– Nem javult semmit, sőt romlott az állapotom! – kezdte el a kérdezett, miközben kisimította a nála megszokott puskát, azaz egy félig gyűrt papírlapot, amelyen otthon az előző nap összeírta és csoportosította a panaszait, melyek szerinte halasztást nem tűrve, azonnali, sürgős orvosi vizsgálatot és ellátást igényelnek.

– Lássuk csak, vegyük először a gyomorproblémákat. Gluggyol és fáj a gyomrom. Ez eddig nem volt! – kezdte el a zsigeri fájdalmak taglalására fenntartott magas fejhangon, miközben felállt, néhány lépést tett az orvosa felé, majd bal kezét a fájós testtájékra helyezte, és jobbával hadonászni kezdett a levegőben. – Is-tentelenül fáj! És a fájdalom kisugárzik a bal térdembe. És ez is új tünet! – tette hozzá bizalmasan, miközben felhúzta a szoknyáját, és az ominózus térdére mutatott.

– Nem értem! – így az adjunktus. – Itt azt olvasom, hogy legutóbb a vérnyomásával volt baj. A Takács doktor el is látta magát megfelelő gyógyszerekkel – dugta ki a fejét az előtte heverő ambuláns lapok közül, amiket addig elmélyülten tanulmányozott.

Most a beteg mélyedt a saját irományába. Hamarosán meglelte a vérnyomás fejezetet, a hátsajgását, a bogyós székletét és a habos vizeletét taglaló részek között. Mielőtt azonban kifejthette volna, hogy az ajánlott szerek szart sem érnek, az orvos váratlanul megszólalt.

– Nekem is borzalmasan fáj a gyomrom! Nekem még lüktet is! – tette hozzá.

A beteg nem akart hinni a fülének. Azt hitte, hallucinál.

– Mit is mondott, doktor úr? Mi fáj? Hogy van ez? – motyogta az orra alatt.

– Nagyon fáj a gyomrom! – ismételte meg az adjunktus, fájdalmas grimaszt vágva, miközben a köpenyén keresztül a gyomrát masszírozta. – És nem is mondtam, nekem is magas a vérnyomásom – tette hozzá panaszos hangon.

Blanka néni először hitetlenkedő arcot vágott.

Szegény doktor! Tényleg, rosszul is néz ki! Végül is ő is lehet beteg! – morfondírozott magában. Hirtelen elöntötte a segíteni akarás érzése, és anyáskodó (nagyanyáskodó) hangon megszólalt:

– Próbálta már a szódabikarbónát? Ha még nem, akkor, ha fáj a gyomra, kapjon be egy csapott evőkanállal. Nem kell mindjárt ezeket a maguk által nyakló nélkül javasolt, mai dögerős szereket beszédni – villantotta fel egészségügyi ars poeticájának egy szikráját.

A találkozón ezután szó sem esett Blanka néni nyavalyáiról, kizárólag az adjunktus gyomor bajáról beszéltek. Hamar be is fejezték a diskurzust, mivel a beteg pihenést is elrendelt elgyötört orvosának. Egy negyedóra sem telt bele, és a személyzet legnagyobb ámulatára özvegy Bözendorfné vidáman, láthatóan egészségesen indult haza.

A szomszédos helyiségben rendelő fiatal orvos nem bírva magával bekopogott idős, fehér hajú, tapasztalt kollégájához, hogy megtudakolja, hogyan történt az iménti csoda. Mit csinált a beteggel?

– Semmi különös nem történt. Tudod, öregem, ez a gyógyítás trükkje. Beteg beteget meggyógyítani ugyanis minden hülye tud, de egészségeset meggyógyítani, az művészet! – tette hozzá, és felállt, hogy behívja a következő kuncsaftot.

## Hofferék

A mentőkocsi-sziréna idegborzoló hangja behasított az éjszaka csendjébe. A vijjogás bekúszott a nyitott ablakon, és szinte belemászott az ágyban fekvő ügyeletes orvos fülébe, aki az alvás és ébrenlét határán lebegve aludni próbált. A kellemetlen hangra magához tért, és lélegzet-visszafojtva figyelte, hogy erősödik-e a szirénahang, vagy gyengül, vagyis hogy idejön-e a mentő, vagy egy másik kórház felé igyekszik. A hang azonban a doktor legnagyobb sajnálatára fokozatosan erősödött, majd a kórház elé érve hirtelen megszűnt.

„Na, ez idejött, semmi kétség!” – gondolta magában, és tovább hallgatózott, abban a reményben, hogy a beteget a kórház egy másik, szintén felvételes osztályára hozták. Hallgatózott és várt.

Néhány perc múlva meghallotta a földszint-ről a liftajtó csapódását, majd a hangos zúgást, amivel az ezeréves szerkezet megindult. A félmeletrre érve egy kattanás jelezte, hogy a lift továbbmegy. „Talán az elsőre mennek, a sebé-

szetre” – tűnődött, és minden érzékszervével a beszűrődő hangokat figyelte. Úgy tűnt, hogy ezúttal szerencséje van, mert a lift tényleg megállt a sebészetben. Ajtócsapódás, távoli hangok, majd végre csend. Elégedetten nagyot nyújtózott, majd a fejére tette a párnát, és mély álomba zuhant. Egy negyedóra múlva telefoncsörgésre ébredt:

– Jöjjön, beteget hoztak!

Magára kapkodta a ruháit, és kilépett a vakító neoncsövekkel megvilágított folyosóra. A mentők már éppen távozóban voltak: valami köszönésfélét mormogtak az orruk alatt, és a néhány szükséges aláírás után gyanúsán gyorsan elhúzták a csíkot.

– A Hoffer bácsit hozták – mondta a nővér. – Lefektettem a tizenötösbe. Nyugi! Nem kell nagyon rohannia, nem súlyos.

Hoffer bácsi nem először feküdt a klinikán. Szelíd, szarkasztikus humorú, szép öregember volt, aki mindig egykedvűen vette tudomásul a kórházi kényelmetlenségeket és kellemetlenségeket.

geket, soha nem elégedetlenkedett, soha nem tiltakozott. Felesége már kora reggel megérkezett a friss reggelivel, és ha lehetett, az egész napot együtt töltötték. Együtt mentek a vizsgálatokra, együtt ücsörögtek a folyosón, együtt kávéztak a büfében, és kézen fogva együtt sétáltak az udvaron.

Hofferék, Géza és Szerén, egy házban nőttek fel a Teréz körúton. Gyerekbarátság, diákszerelem, jegyesség, esküvő, saját lakásba költözés és a boldog házasság felhőtlen napjai. A történetük kezdetben egy szentimentális, már-már giccses amerikai filmre emlékeztetett.

Közben változik a világ, és nem jó irányba. Az emberek származását kezdik kutatni, érvénybe lépnek a zsidótörvények. Géza családjával nincs probléma, de Szerén zsidó származású. Az ország egyik leggazdagabb családjával állt rokonságban.

Kitört a háború, Gézát behívták katonának. Megsebesült, hazaküldték, leszerelték. Időközben a dúsgazdag család lehetőséget kapott, hogy a tagjai hátrahagyott javaik fejében végleg elmenekülhessenek az országból. Gézának és Szerénnek is velük kellett volna mennie, de mint szegény rokonok – az előzetes ígéretek ellenére – az utolsó pillanatban mégsem fértek fel a menekülőket szállító repülőgépre. Itt ragadtak. Géza egy percre sem hagyta a feleségét egyedül, olyannyira nem, hogy a vészterhes időkben ő is beköltözött a svéd kormány által védettnek nyilvánított csillagos házba.

A háború véget ért. Néhány év nyugalom következett, majd Géza és Szerén – mint a népnéző burzsoázia itthon maradt képviselői – egyszer csak egy Budapeستől távoli, kis poros faluban találták magukat egy kuláknak nyilvánított család pajtájában. Két, kedélyesnek nem mondható év következett. Azonban mint minden rossznak, egyszer ennek is vége lett, és végre hazamehettek.

Múltak a napok, a hónapok, az évek, az évtizedek. Géza és Szerén csendben, szépen eldegléltek, és lassacskán bácsi és néni lettek. Géza

bácsi hetven felett betegeskedni kezdett, egyre gyakrabban látták a klinika folyosóján.

– Nincs az öregnek semmi baja, de nem volt szívem egyedül otthon hagyni! – szabadkozott az ügyeletesnek telefonon Géza bácsiék családorvosa. – Az asszony azonban nagyon kutyául van, azonnal be kellett utalnom a sebészetre. Valami nagy disznóság van a hasában! Remélem, nem daganat! – tette hozzá, majd még egyszer elnézést kért a bácsi soron kívüli, orvosilag indokolatlan, de emberileg nagyon is érthető beutalásáért, és letette a telefont.

Szerén nénit bélcsavarodás miatt még az éjjel megoperálták. Hatalmas rosszindulatú daganatot találtak a hasában. A műtét után az intenzív osztályra került, ahol nem volt látogatható. Géza bácsi másnap többször is lesétált a sebészetre, és az intenzív osztály bejáratánál érdeklődni próbált a felesége hogyléte felől. A válasz mindig ugyanaz volt:

– A körülményekhez képest jól van a néni!

Lassan beesteledett. Géza bácsi megvacsorázott. Lassan és keveset evett.

Váratlanul az ügyeletes orvos lépett be a kórterembe. Leült az öreg ágya szélére. Nem tudta, hogyan mondja el, hogy Szerén néni meghalt. Megsimogatta az öreg kezét, s már-már belekezdett a mondanivalójába, amikor az öregúr ránézett, és alig hallhatóan, suttogva megkérdezte:

– Elment?

Az orvos bólintott, de hang nem jött ki a torján.

– Akkor én is megyek utána! – mondta Géza bácsi, majd lefeküdt az ágyába, és a fal felé fordult.

Az esti viziten az orvos ugyanúgy találta. Nem sírt, nem szólt senkihez. Csak feküdt – némán.

Hajnaltól az éjszakás nővér is ugyanúgy találta a falnak fordulva, de már nem volt benne élet.

Meghalt.

Felboncolták. A patológus nem talált halál-okot.

## Marci

Marci csökönyös, önfejű, ugyanakkor érzékeny, vidám és nagyon okos, mindenfajta előkelő családfát bizonyító pedigréjű, fekete szálkás szőrű hím tacsó volt. A mellkasán, a két mellső lába között lévő kis fehér folt azonban arról árulkodott, hogy valamelyik ősenek mégiscsak lehetett egy titkos liezonja, egy kevésbé fajtiszta, de valószínűleg vonzó kutyaegyeddel.

Marcit Andrea és János egy ismert tenyésztőnél vásárolta Malvin nagynénjüknek ajánlása, hogy a fia külföldi munkavállalása és a férje halála miatt hirtelen céltalanná lett életébe, ürességtől tátongó budai kertés lakásába egy kis vidámságot és állandó elfoglaltságot vigyen.

A kutyát megvették, és János kabátzsebében még aznap elvitték Malvin nénjükhöz, aki a kis puha fekete gombolyag láttán először sírva fakadt, majd kirohant a konyhába, hogy néhány perc múlva egy kistányér tejjel és egy marcipános bonbonnal térjen vissza. A kutyus nagyon szomjas lehetett, mert az utolsó cseppig kilefetyelte a tejet, majd elégedett pofával nekilátott a marcipánnak. Így lett Marci a neve, Andrea és János pedig így lettek a kutya keresztszülei.

Telt az idő, és ahogy a kiskutya cseperedett, gondoskodva gazdája állandó, rendszeres napi programjáról, lassan átvette a családfő szerepét. Malvin néni a napi kétszeri kutyasétáltatástól lassan új erőre kapott, a sok mozgástól a friss levegőn visszajött az étvágya. Napról napra egyre jobban nézett ki, szinte megfiatalodott. Megint járt társaságba, gyakran vett mozi- vagy színházjegyet. Barátnőivel és persze a kutyával gyakran túrázott a budai hegyekben.

Marci boldog és elégedett volt, már amennyire egy kutya boldog és elégedett lehet. Még akkor sem sértődött meg soha, sőt farkcsóválva megértően vakkantott, amikor imádott gazdája elbúcsúzott tőle, és nélküle ment el otthonról. Ilyenkor letáborozott a kertkapunál, és nem mozdult, amíg asszonya haza nem tért. Mindig boldogan csaholva fogadta. Soha nem bántódott meg, hogy otthon hagyták, ugyanis tudta, hogy ilyenkor neki kell vigyáznia a házra.

Volt, hogy Malvin néni több napra látogatóba ment Bécsbe, a fiához, Tiborhoz és annak családjához. Ilyenkor Marcit a keresztszüleihez

vitte. Rendszerint busszal, villamossal és gyalog mentek. A kutya imádta a tömegközlekedést. Élvezte az új szagokat, a sok ismeretlen embert, és fenntartás nélkül örült, ha más kutyákkal találkozott. Lassan megtanulta az utat, és a megállóknál várva rögvést jelezte, ha a megfelelő jármű közeledett.

Amint megérkeztek Andreáék lakásába, Marci rögtön azt is birtokba vette. Itt is otthon érezte magát, itt sem volt soha nyugtalan. Szemlátomást elfogadta a megváltozott helyzetet, mert tudta, hogy néhány nap múlva otthon megint együtt lesz imádott gazdijával. De azért finoman érezte vele, hogy neheztel rá, ezért búcsú helyett tüntetően hátat fordított neki.

Eltelt egy év. Tibornak lejárt a többéves külföldi munkavállalása, és nem akarta meghosszabbítani. Feleségével úgy határoztak, hogy hazaköltöznek. Döntésükről azon nyomban értesítette az édesanyját.

Malvinnal madarat lehetett volna fogatni. Végre megint a közelében lesznek a gyerekek. Ezentúl nem kell fél napot utaznia, hogy együtt legyen az unokáival. Végre megint új élet költözik a házba!

Az egyik nap azonban késő este baljós csörömpöléssel megszólalt a telefon. A fia kereste. Elmondta, hogy Péter, a kisebbik gyerek kórházba került, hetek óta fennálló kínzó, száraz köhögés és két napja jelentkező fulladás miatt.

– Ma voltam az orvosnál – folytatta. – A panaszok allergiás eredetűek. A gyerek érzékeny a madártollra és a kutyaszőrre. Most, hogy hazamegyünk, anyám, csinálnod kell valamit a Marcival! – fejezte be a beszélgetést.

A hír úgy hatott Malvinra, mint a lórúgás.

– Csinálnom kell valamit a kutyával! De mit tegyek? Hogyan lehet egy állatot szőrteleníteni?

Hirtelen villámcsapásként hasított belé a felismerés, hogy nincs mese, választania kell! Vagy a család, vagy Marci!

– Uramisten! Vissza kell adnom a kutyát Jánoséknak! – mormolta maga elé, és sírva fakadt.

Andrea és János hallván a hírt, megértették a

helyzetet, és örömmel vállalták, hogy a kutya végleg hozzájuk költözik.

– Mindketten örülünk a kutyusnak, hiszen mi vagyunk a keresztszülei – mondták. – Akár holnap is lebonyolíthatjuk a költözést.

Marci, bár nem értett tökéletesen emberül, megérezte, hogy baj van. Behúzott farkkal feküdt a kosarában, nem evett, nem ivott semmit egész nap. Másnap még sétálni sem akart, és a kertben is csak ímmel-ámmal kergette meg a szomszéd macskáját.

Jánosék délután jöttek érte. A kutya némán figyelte, hogyan pakolják be az autó csomagtartójába a kosarát, az edényeit és a kedvenc takaróját. Egy bokor alatt feküdt, az ínyét felhúzza csendesen morgott. Malvin hívta, de a kutya nem engedelmeskedett. Végül Andrea becserkészte és ölbe vette a duzzogó kutyát, és beült János mellé a kocsiba. Malvin néni boldogtalanul ballagott vissza az üres lakásba, és bekapcsolta a televíziót. Tiborék a hétvégén költöztek haza.

Múltak a hetek és a hónapok – Marci lassan búskomor lett. Naphosszat kedvetlenül feküdt a kosarában. Alig evett. Ha sétálni mentek, unottan poroszkált János mellett. Hiányzott a gazdája, hiányzott a kert, hiányoztak az ismerős kutyák, sőt az ősellenség, a szomszéd macskája is hiányzott. Egyre csak várta és várta a gazdáját, hogy érte jön, és hazaviszi. De az nem jött. Arról, hogy mindennap telefonált, és érdeklődött felőle, a kutya nem tudott.

Egyik nap a takarítónő, miközben levitte a

szemetet, nyitva felejtette az ajtót. Marci kiszökött a lakásból.

Lement a lépcsőn, kiment a házból, és elballagott a körúton a legközelebbi villamosmegállóig. Megvárta a hatos villamost, és felszállt rá. Az utasok nem csodálkoztak a magányos kutya láttán. Azt gondolták, hogy a gazdája is a villamoson van. A Nyugatinál, miközben Marci átszállt a kilencvenegyes autóbuszra, több ismerőssel is találkozott. Az emberek nem akartak hinni a szemüknek, hogy a kutya egyedül közlekedik a nagyvárosi forgatagban.

A megfelelő megállóban a Marci leszállt a buszról, és futni kezdett az ismerős utca felé. Percek alatt a szeretett kapu előtt állt. Kétségbeesetten ugatni kezdett. Tudatni akarta asszonyával, hogy megérkezett, itt van, végre hazajött. A ház azonban üres volt és néma, senki nem jött ki, senki nem engedte be. Malvin néni ugyanis nem volt otthon, éppen az unokáira vigyázott a fia lakásában.

Marci lefeküdt a kapu elé, és ott várt némán egész nap. A járókelőkkel nem törődött. Ha valaki közelített hozzá, mérgesen ráfordult. Az egyik szomszéd megismerte, és meg akarta fogni, hogy hazavigye, de a kutya megkapta a kezét.

Malvin késő este ért haza. A kutya már elment. Ottlétét mindössze egy nagy kupac kutyagumi jelezte, amibe Malvin a sötétben belelépett.

Ez volt Marci „utolsó üzenete”.

RIESZ TAMÁS

# Helyzetelek

## Papírhold

Meg kell magyaráznom, miért ezt a címet adtam az írásomnak. A történetben szereplő egyik főhős (a másik mondanom sem kell, hogy én volnék) egy híres színész, akit az idősebbek két-három nagy filmben láthattak a hetvenes években, és pedig a *Love Story*, a *Gengszterek sofőrje*, illetve az alcímben szereplő *Papírhold* őrzik meg nekünk az alakját, no meg a hölgyek és persze az urak emlékezete, előbbiek epekedve nézték mosolyát, mi utóbbiak pedig próbáltuk utánozni mozgását, félszeg szavait, vagy csak úgy, filmsztárosan akartunk kinézni, ahogy ő. A filmeket jól ismerők már kitalálták, hogy Ryan O’Nealről van szó, akivel összehozott a jó sorom néhány hónapja, amikor a képeimmel turnéztam Amerikában, pontosabban Kaliforniában. Persze a jó sorshoz más is kell, mégpedig

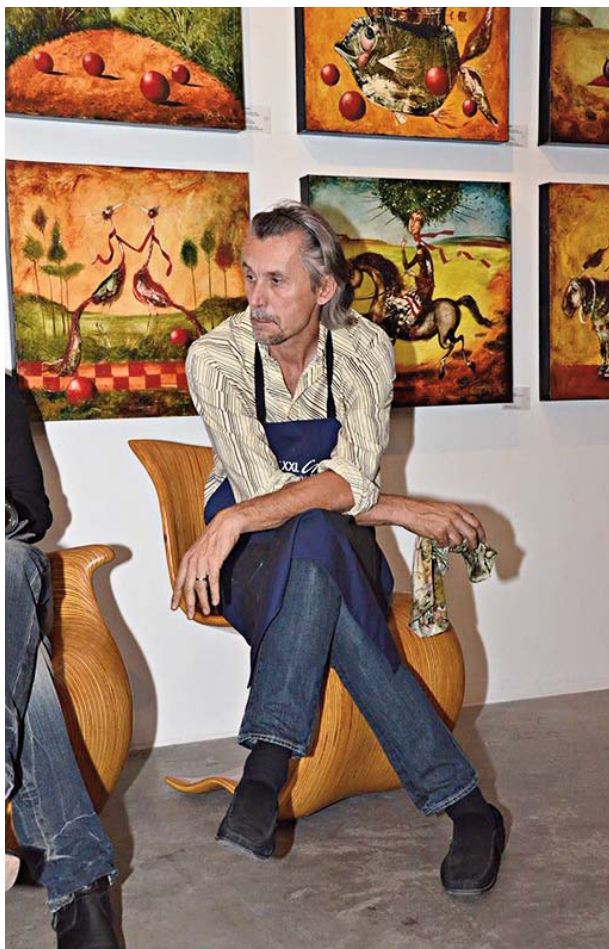
régi barátom, Norbert, aki ott él, és jó ismerőse az említett sztárnak. Mivel kiállításaimat ott festett képekkel oldom meg, így kézenfekvő volt, hogy a „munkálatokról” némi fotó és videoanyag készült. Több se kellett Norbinak, ezeket megmutatta Ryannek, akinek épp nem volt jobb dolga, és meghívott malibui otthonába.

Itt akkor álljunk meg egy pillanatra. Ez az a momentum, amiről már kisgyerekkoromban álmodtam, hogy én egy híres filmszínész házába belépjek, és csak úgy elbeszélgessek vele... sőt, még egy festményt is készítek a teraszán. Mindez megadatott most, nem kis izgalmat kelte amúgy sem izgalommentes életemben. A ház is megér egy misét, azaz pár szót: az ára pottom 12 millió dollár (nem is akarok utánaszámolni, mennyi is az forintban), egy csoda üvegből és fából, tele képekkel, köztük egy Andy Warhol-vászonnal, a többit meg sem mertem nézni tüzetesebben, annyira meg voltam illetődve. Mégiscsak egy volt világsztár padlóját koptatom.

Előre szóltak, hogy Ryan szomorú, mogorva pasas, aki csak úgy lézeng a világban, mióta párja, a Charlie-angyal Farrah (ki ne emlékezne szőke hajzuhatagára) már nem él, egyetlen öröme Mozart névre hallgató kutyája. Ehhez képest egy szimpatikus, minden külsőségtől mentes, szinte átlagosnak tűnő embert láttam felém sétálni a malibui strandon, ahol a háza áll. Én a színész teraszán vártam, ő pedig a főnyenyen baktatott Mozarttal játszva. Idillikus kép volt, a háttérben a morajló óceánnal... Abszolút festő ecsetjére kíváncszott... De hát azért jöttem, hogy ez a kép a vászonra kerüljön. Persze csak nagyjából, mert én nem tájképeket készítek, hanem az álmaink tájait, jelen esetben kicsit Ryan és az én álmom ötvözését készültem megfesteni. Ryan 70 felett lehet, bár ez nem látszik rajta, köszönhetően talán az amerikai plasztikai sebészeknek, de ne rosszmájúskodjak vendéglátómmal, inkább megemlítem, hogy a teraszon ott lógott egy nagy bokszsák, amit saját elmondása szerint naponta püföl. Na ja, köny-



1. ábra. Ryan O’Neal a malibui ház teraszán



2. ábra. A képeim előtt: Kiállítási fal előtt Laguna Beachen, a LGOCA Galériában

nyű neki, filmszínészkarrierje előtt bokszolóknak készült, és megőrizte a fizikumát az élet súlya és a rohanó idő ellenére. Egy biztos, nem minden a pénz, nem minden a valamikori csillogás, színésznők sokasága, Stúdió 54, New York és Hollywood partijai... Az ember megöregszik, és ha nincs társa, csak egy szomorú öregember válik belőle, aki szinte csak a kutyájával beszélget. Ryannek vannak ugyan gyerekei, de inkább nem mesélem el, mennyire zűrösek. Ezt inkább a képzeletükre bízom. Itthon mondtam is Angélának szülei örökbecsű aforizmáját, amit Székelyföld falvaiban szoktak volt mondani az

öreg házastársak: Ha egyikünk meghal, én beköltözöm a városba.

Ha már a képzeletnél tartunk, az elmúlt években néhányszor már megfestettem egy strandjelenetet (amit persze katalógusomban Ryan is látott), ezt a témát adaptáltam most a malibui környezetbe, a lepedőn egymás mellett ücsörgő szerelmespárral és mellettük rohangáló kutyával vagy gyerekekkel. Tekintetük a végtelen óceánba réved, és talán már nincsenek is itt, legalábbis lelkiileg már biztos. Amíg festettem, Ryan hol nézte, hol eltűnt, és egyéb dolgait intézte... A végén csodálkozott, hogy milyen hamar elkészültem. Viszont a kép megnyerte a tetszését, előkerültek a fényképezőgépek, majd a stábja (mert az is van neki) sűrűn fotózni kezdett. Egymás mellett ültünk, átkarolva a másikat, és szélesen mosolyogtunk a kamerákba. Ő



3. ábra. A kezem - látványfestés a LGOCA galériában

ezt, gondolom, mindennap megteszi, nekem viszont újdonság volt ez a felhajtás. De hát ezért ő a filmsztár, én meg egy magyar festő, aki valljuk meg, nem szokott az ilyesmihez.

Időm lejárt Malibuban, a nap kezdett lebukni a horizont alá, a különleges helyzet megadtott, és éltem vele, azaz helyzeteltem. Boldog voltam, bakancslistámról az egyik tételt kihúzhatom.

GYÓRFI ANDRÁS

## Orvos művészek egymás között

Bármilyen emberi tevékenységet lehet művészi szinten végezni, ám ha valakiben az érzékenység és az alkotó energia zenei, képzőművészeti vagy írói tehetséggel párosul, az sokszor úgy dönt, hogy művészként éli le az életét. Sokszor, de nem mindig. Vannak orvosok, akik a gyógyító hivatás mellett hoznak létre egészen kivételes vagy egyszerűen csak minőségi műveket, amelyeket aztán szívesen tárnak a világ elé. Ebben van segítségükre az Orvos Írók és Képzőművészek Köre és a Magyarországi Orvosmuzikusok Közhasznú Egyesülete, illetve a két társaság elnökei: dr. Fodor Etelka és Kósáné Kertai Daisy Sonja.

Az Orvos Írók és Képzőművészek Köre 1975-ben alakult Debrecenben. A társulás nonprofit, baráti alapon működik, még tagdíjat sem szednek a csatlakozóktól, elnöküket pedig szavazással választják. A jelenlegi vezető dr. Fodor Etelka, aki a harmadik az elnöki tisztséget betöltők között, dr. Hankiss Jánost és dr. Csapláros Zsuzsát követi a sorban. Az alapítás óta eltelt hosszú időszakban minden évben



Dr. Zsiga Erzsébet, fogorvos, Zalaegerszeg



L. Burda Zsuzsanna, gyógytornász, Jánossomorja

találkoznak az egyre bővülő baráti kör tagjai. A ma már hozzávetőleg száz tagot számláló művészkör jórészt nyugdíjasokból áll. A csapatban mindössze négy személynek nincs köze az orvosláshoz, ők orvosférjek, illetve -feleségek, valamint egy egészségügyi szakdolgozó, aki immár húsz éve állítja ki a festményeit. Fodor Etelka kérdésünkre elmondta, személy szerint 1996 óta jár a körbe, és a leginkább talán arra büszke, hogy 1998-ban az ő kezdeményezésére és szervezése nyomán indították útjára antológiasorozatukat. A 160–200 oldalas kiadványok célja, hogy a kör éves találkozóin elhangzott előadások, novellák és egyéb műfajban alkotott művek írásban is megjelenjenek. A könyvek mellékletében a rendezvényen kiállító képzőművészek alkotásainak fényképei kapnak helyet. Az első kötet kivitelezését Fodor Etelka még saját költségén oldotta meg. A köteteket általában maguk az orvos művészek kapkodják szét, saját részre, baráti körük és rokonságuk számára akár több példányt is vesznek. Fodor Etelka eddig 12 antológiát szerkesztett. Egy-egy könyvben 35-40 írás és 12-15 képzőművészeti alkotás jelenik meg.

### Művészet és mulatság

Az éves találkozó rendkívül nagy jelentőségű a művészi kör életében, nem utolsósorban ez az az alkalom, amikor az írók és a képzőművészek találkoznak a muzikusokkal – a háromnapos rendezvényre mindig meghívást kap Kósáné



Kertai Daisy Sonja, a Magyarországi Orvosmuzsikások Közhasznú Egyesületének elnöke, valamint az általa javasolt zenész kolléga (vagy kollégák), aki(k) az első nap zenefelelőse(i). A különböző művészeti ágak egyébként sincsenek elszigetelve az egyik, illetve a másik szervezetben, vannak képzőművész muzsikások és a muzsikások körébe tartozó festők is az orvos művészek körében. A két társaság elnökei és sokan a tagok közül jó barátságot ápolnak egymással.

Az Orvos Írók és Képzőművészek Körének következő találkozására augusztus 30. és szeptember 1. között kerül sor – immár negyedik alkalommal –, a hagyományoknak megfelelően a dunaújvárosi Kertely Antal Kollégiumban (Dunaújváros, Dózsa György út 33.). A korábbi években egy balatonlellei szállodában találkoztak egymással az orvos művészek, de ez az ajtó bezárult, és az újonnan nyíló a vidéki főiskolai kollégiumba vezetett. „Azóta is áldjuk azt a napot – mondja Fodor Etelka. – A létesítmény vezetője, Takács Csaba minden kívánságunkat teljesíti, biztosítja a kiállításához szükséges paravánokat, a hangosítást, nagy termet és kis termet, és mindennek a tetejében még ingyenes városnézést is szervez számunkra vasárnap délelőtt, aminek köszönhetően rendkívül szép templomokat, szobrokat tekinthetünk meg. Legutóbb a baptista templomban vendégül is láttak bennünket. Rengeteg szeretetet kapunk ebben a szép kis városban.” Esténként pedig nótáznak, zenélnak és táncolnak, a kör alelnöke, dr. Gujás Márta és férje hozzájárulásként hozott 30 liter villányi bora minden alkalommal remek hangulatot varázsol.

A művészi kör tagjai a legkülönfélébb képzőművészeti műfajokban alkotnak, van köztük



Dr. Dóbus György, sebészorvos, Vásárosnamény



Dr. Fodor Etelka, üzemorvos



Kósáné Kertai Daisy Sonja

olajfestményt, grafikát, tűzzománcot, kerámiát, fafaragást, selyemfestést, gyöngyfűzést, bronzérmeket, kispasztikát, ikonokat és köztéri szobrokat készítő orvos művész egyaránt. Azt sem lehet mondani, hogy csak országhatáron belül ismert a gyógyítók számára létesített klub – Kárpátaljáról, Erdélyből, Ausztriából, Szlovéniából, Németországból és Svájcól egyaránt érkeznek a résztvevők az éves találkozóra, ahol nem kizárólag alkotókat, de érdeklődőket is szívesen látnak a szervezők. Szeretnék, ha kicsit felfrissülne a tagság, ezért szeretettel várják baráti körükben a fiatal orvos művészeket is.

Fodor Etelkának feltettük az elmaradhatatlan kérdést: Milyen kapcsolat lehet az orvosi hivatás és az aktív művészet között? „Nem véletlen, hogy tagjaink jórészt nyugdíjas orvosok, hiszen a gyógyítás a nap huszonnégy órájában leköti az embert. Ez az életmód azonban nemcsak munkában, de pozitív és negatív élményekben, tapasztalatokban is rendkívül gazdag. Nem véletlen, hogy akinek van némi tehetsége az alkotáshoz, az – amint ideje engedi – kiadja mindezt a tudást, fájdalmat és örömet – kírja vagy kifesti magából, aztán pedig megmutatjuk egymásnak a műveinket. Ennél nincs nagyobb dolog a számunkra” – válaszolta az elnök asszony, aki maga is nyugdíjas orvos és író egyben.

### Az orvosmuzsika nagyasszonya

Negyven éven át dolgozott a Semmelweis Egyetem munkatársaként, ugyanakkor művészember – énekes és zongorista – Kósáné Kertai Daisy Sonja, a Magyarországi Orvosmuzsikások Közhasznú Egyesületének elnöke, aki jelenleg a művészeti társulás szerteágazó feladatainak ellátása mellett a bíróságon



Kertai Daisy és dr. Gombos István ötvös,  
Dunaújváros



Hegedű és cselló: dr. Greschik István, kardiológus, belgyógyász főorvos, Budapest  
és dr. Lakatos János, kardiológus, belgyógyász háziorvos, Bábolna és környéke

(PKKB) dolgozik ülnökként. Ha mérlegre kellene tennie a művészethez köthető tevékenységét és az egészségügyben vállalt szerepét, úgy érzi, egyik serpenyő sem sülyedne mélyebbre a másiknál. A vezetése alatt virágzó egyesület több mint 10 éve alakult prof. dr. Vitéz Tarján Jenő kardiológus-belgyógyásznak köszönhetően Szombathelyen. Az akkor még több művészeti ágat egybeolvasztó társulás később kettévált, így jött létre a Magyarországi Orvosmuzikusok Közhasznú Egyesülete. Először 20-30 tag csatlakozott, ma már 70-80-an vannak orvosok, gyógyszerészek, orvostanhallgatók és egészségügyi szakdolgozók. Kócsáné Kertai Daisy Sonját titkos szavazással választották elnökké. Az énekesnőként is aktív pályát befutó hölgy óriási energiát fektet az új

tagok toborzásába, ám elmondása szerint a felvétel szigorú feltételekhez kötött – a vizsgát ő maga vezeti, a zenei végzettség pedig alapfeltétel az egészségügyi diploma mellett. A valógatásra jogalapja is van, hiszen negyven éven keresztül énekelt amatőr és félprofi kórusokban és szólistaként is. Olyan karmesterekkel muzsikált együtt, mint Ferencsik János, Kerpely Antal, id. Sabszon Ferenc, Vas Lajos, Antal Mátyás és dr. Baros Gábor. Édesanyja operaénekesnő, édesapja mérnök volt – aki gyönyörű képeket is festett.

Mindeközben a SOTE Kóréletlani Intézetben laborasszisztensként és tanulmányi felelősként dolgozott, utóbbi munka során szerzett tapasztalatainak máig hasznát veszi a fiatal tehetségek gondozásakor.

„Ha azt látom, hogy nincsenek rendben a tanulmányi eredményeik, nem engedem szerepelni őket – mondja, majd hozzáfűzi: – Persze nem szokott gond lenni, ezek a gyerekek mind 4-esekre, 5-ösökre vizsgáznak. Hiába, mind lángész!” Az egyesület élén folytatott kulturális munkájáért megkapta a Békenagykövet kitüntetését is, talán erre a legbüszkébb valamennyi eredménye közül, hiszen rajta kívül csupán ötven ember részesült ebben a nemzetközi díjban.



A hallgatóság Dunaújvárosban

## Mindenki eljátszhatja a magáét

Éves találkozóikat eddig kétnaposra szabták, a 2014-es Győrben tervezett esemény – a 23. a sorban – háromnapos lesz. Mivel az egyesület önfenntartó, tagdíjat is szednek, emellett amikor csak lehet, pályáznak, és mivel a társaság közhasznú, az adó 1%-át is nekik lehet adni. A találkozón 2000 Ft a belépő – az egyéb rendezvényeket adományokból finanszírozzák. A koncertekre egyébként Kósáné Kertai Daisy Sonja sokszor profi művészeket is meghív. (Ezek időpontjáról honlapjukon és facebook-oldalukon lehet értesülni.) A zenei szervezés szakterületén ma már neve van – nemrég hívta meg például egy étterem tulajdonosa, hogy rendezzen dzsesszesteket a vendéglőjében, ezen kívül nyáron, július 28-án az Olasz Intézetben (26-án Szegeden) egy nemzetközi orvostanhallgatókból álló zenekar és énekkar ad elő, mely esemény szervezése a Semmelweis Egyetemre járul, prof. dr. Kellenmayer Miklós pedig Kertai Daisy segítségét kérte hozzá.

### A repertoár

Az egyesület profiljába nem csak a komolyzene tartozik, erről tanúskodik a háromnapos konferencia repertoárja is: első este egyházi zene szól, általában templomi helyszínen, ahol az organistáké a főszerep. A következő nap a világszene jegyében telik, ezt követően pedig a könnyűzene kerül előtérbe. „Mindenki szerepelni akar, így szigorúan be kell tartani az előadásra kapott időt” – hangsúlyozza az elnök. A zenekarok 10-12 percet, a szólisták 3-8 percet játszhatnak. Fogadás és záróebéd is vár a résztvevőkre. Az egyesület tagjainak hangszerválasztása nagyjából a következőképpen oszlik meg: 50 százalékuk hegedűn, 30-35 százalékuk zongorán, a többiek csellón vagy egyre növekvő arányban fúvós hangszereken játszanak.

Az orvos művészek ennél többet is megmutathatnak magukból az idén kilencedik alkalommal megszervezett „Orvosok a zenében” rendezvényen, ahová Kósáné Kertai Daisy



Dr. Gujás Erika, gyermekorvos, Dr. Gujás Márta, reumatológus és férje Tasi Sándor, borász, Villány

Sonja alkalmanként egy orvost hív meg, hogy muzsikus barátaival együtt kétszer 45 percben bármit előadjon, amit szeretne. Szintén hagyományja van a Semmelweis Napon az egyete-

men tartott Virtuózok Viadalának, ahol az egyesület elnöke szervezőként és zsűritagként is részt vesz, és amelynek mintájára már a DE OEC-en is másodszor méretik meg tehetségüket muzsikus hallgatók és oktatók, idén immár teljesen a közhasznú társaság vezetőjének segítségével hagyatkozva. Egy másik nagyszabású rendezvény a SE Anatómiai Intézet nemrég elhunyt munkatársa, az egyben kiváló festőművész prof. dr. Gerendai Ida június 30-ára meghirdetett kiállítása, ahol természetesen zene is lesz.

Kósáné Kertai Daisy Sonja számára nem kérdés, hogy megéri-e ez a sok befektetett energia: mint mondja, így van egyensúlyban az élete. A zenére és az öröme való nyitottságát, a szépség iránti szeretetét családjának – édesanyjának, édesapjának és bátyjának köszönheti, szerteágazó életében pedig férje és fia jelent számára támaszt. „A zene, a művészet mindig segített békét teremteni az életünkben, de az egyesület többi tagjára sem jellemző, hogy másodszor, harmadszor házasodnának, csonka családokat hagynának maguk mögött. Itt egyértelmű és állandó a szeretet” – mondja.

RADNAI ANNA



Ének: dr. Naményi Miklós, pulmonológus főorvos, Veszprém

## Beszélgetés fiatal alpinista orvosokkal

*Nagyon szomorú apropója lett ennek a beszélgetésnek. Erőss Zsolt és Kiss Péter életét vesztette a „Magyarok a világ nyolcezresein” Kancsendzönga-expedíciója során. A tragédia azonnal bejárta a sajtót, és sok figyelemre méltó információ került napvilágra. Amikor az interjú ötlete megszületett, de még a beszélgetés napján sem tudtunk arról, mennyi aktualitása is lesz ennek a beszélgetésnek.*

*Három szimpatikus fiatalember ül velem szemben Ferencváros egy kellemes kávézójában. Kettőjük már végzett orvos, a gyermekgyógyász és a reumatológus pályát választották. Harmadikuk a napokban szerzi meg diplomáját az orvosi egyetemen, de határozott elképzelése van a jövőjéről: gastroenterológus szeretne lenni. Egyvalamiben mégis eltántoríthatatlannul hasonlóak: becsülik, tisztelik és csodálják a természetet, de az iránta való szeretetük nem teljesen veszélytelen tevékenység formájában ölt testet: ez az alpinizmus vagy ahogy ők definiálják, a „klasszikus” alpinizmus. Negyedik beszélgetőtársam (dr. Poros Balázs) az internet segítségével vett részt az interjúban.*

*Bevezetésképp kértem egy rövid bemutatkozást a beszélgetőpartnereimtől.*

**Pálincás Márton:** Egerben születtem, orvosi tanulmányaimat Budapesten és Strasbourgban folytattam. A diploma megszerzése óta az Országos Reumatológiai és Fizioterápiás Intézetben (ORFI) dolgozom reumatológus rezidensként.

**Pálincás Dániel:** Egerben születtem és nevelkedtem egy négygyermekes család harmadik fiaként. Jelenleg a Semmelweis Egyetem Általános Orvostudományi Karának végzős hallgatója vagyok.

**Koncz Levente:** Harmadéves csecsemő- és gyermekgyógyász szakorvosjelölt vagyok. Feleségemmel idestova 3 éve házas, közös gyermekünk, Vilmos 7 hónapos. Az MRE Bethesda Gyermekkorházban dolgozom.

**Poros Balázs:** Budapesten születtem, a Semmelweis Egyetem Általános Orvostudományi Karának elvégzése óta Németországban, a müncheni LMU Klinikán dolgozom aneszteziológusként.

*– Hogyan is kezdődött?*

KL: – Kisgyermekkoromban a sok-sok kirándulás alapozta meg a természet imádatát, emlékszem, amikor édesapámmal próbáltam lépést tartani és a hátzísák vázába kapaszkodva tartani az iramot, majd később már barátaimmal másztam az erdélyi magaslatokat. Sok olvasmány és könyv erősítette bennem a vágyat és szenvedélyt a hegyezés iránt.

PM: – Sok egyéni történet szólhatna a kezdetekről. Nálam mindenképpen benne volt a természet csodálata, a rejtett kincsei iránti kíváncsiságom. Ám nem teljesen önmagában jelent meg, inkább kiegészítette a világról alkotott képemet. Korábban kezdtem vadászni, az erdőmezőt járni, mint hegyet mászni.

KL: – Valahol a mindig nehezebb és nagyobb kihívást kereső hátzísáros turistaként kezdtük. De az egyetemi évektől már egyre komolyabbá vált ez a szenvedélyünk.

PD: – Ahogy a többieknel, nálam is a természet szeretetével, a kisebb túrázásokkal kezdődött. Aztán jött az ötlet, hogy miért ne másznanánk meg egy magasabb hegyet. Ha pedig egyszer felküzdöttem magad egy hegyre, és körülnéztél, azt hiszem, onnan már nincs visszaút. Felemelő érzés, de egyben elgondolkodtató is. Az ember rádöbben, milyen kicsi és törékeny is valójában.

PB: – Én a barátnőm és rendkívül aktív családja révén kerültem először „hegyközébe” – a közös kirándulásaink során megtett klettersteig-túrákkal lettem beoltva.

*– Mi volt az első csúcslélményetek?*

PD: – Magasabb hegyeken már korábban is jártam, bár akkor még síelni mentünk. A hegyezés a Kárpátokban kezdtem.

PM: – Erdélyben, a Déli-Kárpátokban másztam először. Csak hogy tudd, nem a skalpgyűjtés a célunk, ellentétben a profi hegyászokkal mi a szó jó értelmében vett amatőrök vagyunk.

PB: – A Donnerkogel, első klettersteigeim egyike, benne egy váratlan kitett szakasszal, ahol hirtelen 1400 m-es mélység felett találja magát az ember...

Medikuscsapat a Déli-Kárpátok egyik csúcán, a Pelágán



A Großglockner hajnali fényben



Leánykérés a havason



Ez is hegymászás, Bukura-tó, Retvezát



Az osztrák csúcs, a Großglockner felé vezető egyik hegygerinc. A másnap kezdődött nagy havazás előtt, a szezon utolsó mászóiként értünk fel a hegyre.



Soknemzetiségű alaptáborunk a csúcstámadás előtt



Áldatlan időjárás a Watzmann-csúcs támadása során. Visszafordultunk.



Mont Blanc – testvéremmel az út könnyebbik szakaszán (a kitettebb mászások során gyakran nem érünk rá fényképezni)



Luxusmenedékház a német Alpokban. Bekészített fa és legnagyobb örömeinkre jó müncheni sör várt odabent.



Mont Blanc – alaptábor a 4810 m-es csúcstámadás alatt. A neheze még hátra van.



Mont Blanc – orvoscsapat Európa legmagasabb pontján

– Minek alapján választjátok meg az úti célt és a csúcsot?

PM: – Ez néha nem könnyű dolog, hiszen egy mászás nehézsége nem csak a magasságban rejlik. A szintkülönbségek, és a mászás nehézségi foka is fontos. De a hegymászó aktuális „állapota”, nemcsak testi, hanem lelki felkészültsége is befolyásolja. Így jártam egy alkalommal egy 4000 m-es csúcs (Grand Paradiso) mászásakor. Technikailag és a mászás nehézségét tekintve könnyű hegy, mégis megszenvedtem, mert lelkileg nem voltam teljesen „rákészülve”, ugyanakkor a Mont Blanc vagy a Glockner kellemes élmény volt, pedig minden tekintetben „nehezebb hegyek”.

PD: – Ez valóban így van. Sokszor anyagi és időkeretünk is korlátoz. Aktuálisan nekem most az európai csúcsok, az Alpok, a Kárpátok a kiszemelt céljaim. Az államvizsga után szeretnék Ausztriában túrázni és hegyet mászni.

(Persze hamarosan kiderült, hogy azért a vágyak ennél mégis távolabbi vidékekről szólnak, Marci a Kilimandzsáró, Dani Latin-Amerika tájain lenne most szívesebben, nem pedig a Franzstadtban...)

PB: – Teljesen egyetértek az előttem szólókkal. Óriási szerencse, hogy az egyetemen megtaláltuk egymást, hasonló az erőnlétünk, és mindnyájan a klasszikus magashegyi túrákat szeretjük. Mostanában a legnagyobb probléma a rendelkezésünkre álló kevés szabadidő összehangolása.

KL: – Klára, a feleségem sokszor velem mászott. Az én tervem most a család. Hét hónapos Vilmos fiam foglal le. De remélem, hamarosan ismét Erdély csúcsait mászhatom.

(Kiderült, hogy Leventéknél a lánykérés sem volt hétköznapi, 2000 m magasban egy sziklán ücsörögve, lábukat a mélységbe lógatva, két kis üveg pezsgő kíséretében történt meg... Két kis üveg pezsgőt felcipelni, amikor grammokon megy a huzavona, ebből is látszódnak a szándék komolysága!)

– Amúgy a párotok mit szól ehhez a veszélyes hobbihoz?

PB: – Én most már állandóan megkapom, hogy a fejére nőtem, és már bánja, hogy bevezetett ebbe a sportba, félt, mert egyre veszélyesebb csúcsokat akarok meghódítani.

PM: – Nálunk nem nagy a lelkesedés, de azért segítenek, támogatnak. Érdekes, hogy vannak a profi hegymászók között házastársak, bár nem

túl sokan. Erről inkább a többieket kérdezd! Náluk másznak a lányok is.

– Hogy kezdjen neki egy fiatal, aki hasonlóan Hozzátok, a hegymászást választaná a szabadide eltöltésére?

PB: – Fokozatosan!

PM: – Egyedül semmiképp. Nagyon fontos, hogy legyen egy olyan vezető, aki jó tanácsokkal lát el, illetve tapasztalt mászótárs lesz az úton. Ezen túl számos útleírás, könyv és persze az internet segíthet. Gyakran magunk is ezek segítségével tervezünk. A Mont Blanc esetében pl. részletes leírások alapján terveztünk meg mindent.

(Csak egy a számos példa közül: A Mont Blancon, az egyik couloiron, azaz folyosón való átmászáskor kritikus, hogy az alpinista reggel érkezzen meg erre a szakaszra, mert egyébként az olvadás miatt zajló kövek életveszélyesek. Jó tudni, ha véletlen valaki arra jár...)

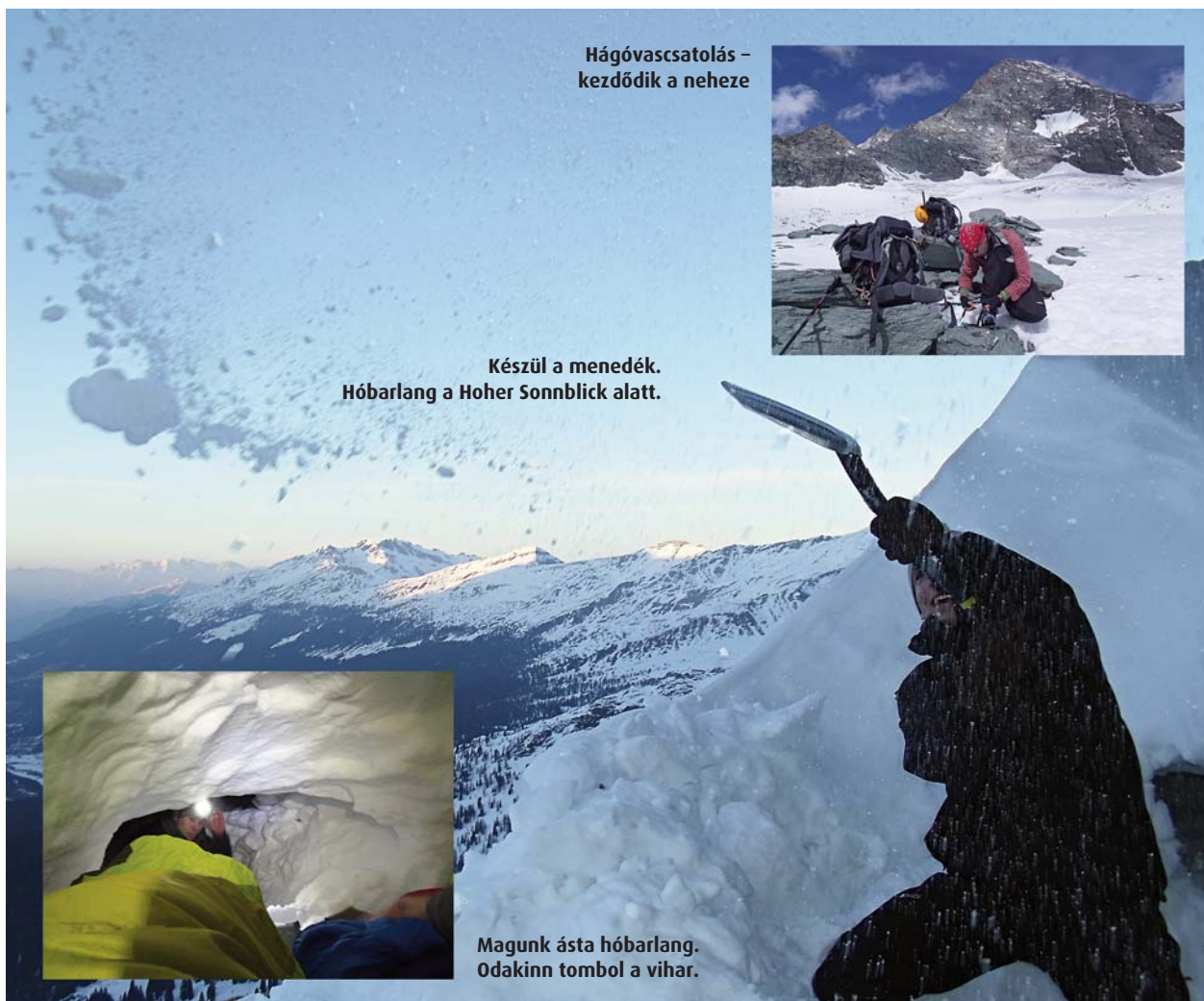
– Említettétek, hogy veszélyes dolog a hegymászás. Voltak sérüléseitek, balesetetek?

KL: – Halálközeli élményeink... A Radnai-havasokban egy felhő lépett át a hegygerincen, ilyenkor nem felülről, hanem inkább alulról esik az eső, és teljesen átáztunk. Majd olyan köd lett, hogy a melletted állót sem láthattad. Dönteni kellett: továbbmegyünk, vagy visszafordulunk. Egy szavazaton múlt, hogy visszafordultunk. Nem sokkal később beigazolódt, hogy ez volt a helyes döntés, olyan ítéletidő lett a gerincen.

PB: – Igen, az időjárás, az elemek valóban elsöprő erejűek a hegyen. Mártonnal ketten másztuk a már említett Großglocknert Ausztriában. Túl voltunk a csúcsmászáson, lefelé ereszkedtünk. A már ismert nyomon pár száz méterre voltunk az alaptábortól, amikor utolért bennünket az idő. Mit mondjak, mély hóban, vakon a tejfölsűrű ködben, fáradtan egy órát bolyongtunk, mire megtaláltuk a gerincről levezető utat. Észnél kell lenni.

PD: – Hála Istennek, csak kisebb sérüléseink és baleseteink voltak. Na meg a megfelelő felszerelés és a helyes technika is alapfeltétele a biztonságoknak.

PM: – És persze a megbízható, felkészült, megfelelő ismeretekkel rendelkező társ is szükséges. Én csak olyannal vágok neki egy má-



Hágóvascsolás –  
kezdődik a neheze

Készül a menedék.  
Hóbarlang a Hoher Sonnblick alatt.

Magunk ásta hóbarlang.  
Odakinn tombol a vihar.

szásnak, akit jól ismerek, és akiben maximálisan megbízom.

*(Valóban nem kérkednek a sikereikkel, sőt, ha rákérdezek, inkább elsiklanak fölöttük, szerények, és áthatja őket a hegyek mély tisztelete.)*

A hegymászás nem veszélytelen, valóban életek múlhatnak azon, hogy ki van melletted, ki van a kötélen másik végén. Kevés öreg hegymászó van. Érdekes, hogy mintha az orvoslásban is érezhető kötelező alázat meglenne a hegyen is. Ha elbizakodottá válsz, könnyen nagyot bukhatasz egy rossz döntés miatt.

KL: – Igen, komoly tanulási fázisokon kell keresztül menni, mint az orvosi egyetemen. Meg kell tanulni a mászás szabályait, de a legtöbb ismeretet a tapasztaltabb hegymászóktól vagy vezetőktől lehet elsajátítani.

PM: – A helyes döntés, a közös cél, szintén alapja a biztonságnak. A megszületett közös döntést a csapatnak ellenkezés nélkül el kell fogadnia. Még akkor is, ha már „csak” 200 m a

hőn áhított csúcs. De ha a körülmények nem megfelelőek, vissza kell fordulni.

*(A magaslatok iránti mélyes tisztelet példájaként szinte slusszpoén egy kedves mondás:)*

KL: – Ha hangyaként állsz egy domb vagy hegy előtt, akkor célotat, a feljutást siker koronázza, ha óriásként, veszítesz...

*...és még adomáznak, mesélnek, számomra nem mindig ismert „hegymászós fogalmakat” használva, egymásra kacsintva bölcsekednek. Mert valóban, „ott fent” bölcs és határozott embereket farag a természet. Ellentmondást nem tűrve...*

*A cikkhez kapott képek is arról tesznek tanúbizonyságot, hogy ez egy nehéz iskola, de ha valaki jól teljesít (mint ahogy ez a négy fiatalember is), akkor nemcsak orvosként, hanem minden más területen is biztosan állhat a lábán, és bízhatnak benne a barátok, kollégák, betegek...*

DR. SEKERES LÁSZLÓ



# Az Orvosi Numizmatikai Szakosztály életéből

A Magyar Orvostörténelmi Társaság Orvosi Numizmatikai Szakosztálya 2013. április 20-án tartotta szokásos tavaszi ülését az Orvostörténelmi Könyvtár olvasótermében. A szakosztály tagjain kívül ez alkalommal is számos vendég jelent meg a rendezvényen.

A szervezők és a jelenlévők nagy örömeire elfogadta meghívásunkat dr. Kövér József, debreceni orvos-szobrászművész, akinek a bemutatkozása képezte az ülés első programpontját. Bevezetőül eddigi szakmai életútjáról, később művészi pályájáról beszélt. Megtudtuk, hogy Nyíracsádon dolgozik fogorvosként, de Debrecenben él, s nem szakadt meg kapcsolata az egyetemmel, gyakorlatvezető a Fogorvostudományi Karon. Autodidakta szobrász, rajzol, fest, szobrokat farag kőből és készít bronzból. Rajzait, festményeit és szobrai vetített képek segítségével szemléltette, ugyanígy mutatta be műtermét és a kertjében kialakított szoborparkot is. Szép portrés érmeit viszont a valóságban is láthattuk, kézbe vehettük, megcsodálhattuk. Szobrainak többsége Debrecenben és Hajdú-Bihar megyében látható, jóllehet Olaszországban, Lengyelországban és Erdélyben is találkozhatunk velük. A legtöbb szobra figuratív alkotás, de mellszobrok és portré-domborművek is kerülnek ki a műterméből. Legújabb alkotását, Fornet Béla (1890–1966) belgyógyászprofesszor bronz mellszobrát ez év januárjában leplezték le Debrecenben, az I. sz. Belklinika bejárata előtti kis parkban.

Kövér József bemutatkozását követően dr. Albert Mihály, az Állatorvosi Egyetem munkatársa tartott előadást „A legújabb állatorvosi érme” címmel. Három érmet mutatott be. Először a Fenyves Béla-díjat, majd a Medveczky István-díjat ismertette. Az előbbi Domonkos Béla alkotása, az utóbbit a művész fia, Domonkos Gábor készítette. Mindkét díjat állatorvos-tan-hallgatók jutalmazása céljából alapították a

2000-es évek elején, tehát jutalomérmek, portrés öntött bronzérmek. A harmadik érme szintén jutalomérem, 2008-ban készült, a 120 évre visszatekintő szervezett magyar állat-egészségügyi szolgálat emlékét idézi.

Végezetül e sorok írója, szakosztályunk elnöke kapott szót, aki korábbi előadásaihoz hasonlóan most is a magyar orvosi numizmatika és az ókori klasszikus irodalom kapcsolatát elemezte. „A »Non omnis moriar...« Horatius-idézet magyar orvosi érmeiken” című előadásában három olyan portrés magyar orvosi érmet mutatott be, amelyek Horatius verse foglalt közismert gondolatát („Nem halok meg egészen...”) örökítik meg, utalva a horatiusi gondolat lényegére, miszerint nem hal meg egészen az, akinek művei fenntartják a nevét. Az elsőként ismertetett Lenhossék-érem (Beck Ö. Fülöp alkotása) 1937-ben készült. A másik két érme a köztisztletben álló budapesti belgyógyász-hematológus professzornak, Gráf Ferencnek állít emléket. Volt tanítványai készítették halálának huszadik évfordulójára. Tulajdonképpen azonos előlappal, de kétféle hátlapváltozattal készült portrés érmekekről van szó, amelyek közül a megrendelők által kiválasztott változat lett a „hivatalos” Gráf-érem. Ennek hátlapja látható a képen. Mindkét érme Tóth Sándor 2010-es alkotása.



A hivatalos Gráf-érem hátlapja (Tóth Sándor, 2010)

Az előadó a szigorúan vett numizmatikai és orvostörténelmi kérdések mellett a hallgatóság történelmi, klasszikus és modern irodalomtörténelmi, valamint görög-római mitológiával kapcsolatos ismereteinek felelevenítésére is törekedett, bepillantást engedve a latin nyelv szépségeibe és rejtelseibe is.

Az előadások után elhangzó kérdések, hozzászólások, valamint kiegészítések bizonyították a jelenlévők érdeklődését és aktivitását.

DR. JAKÓ JÁNOS

# Magyar fényképezőgépek kiállítása

A fotótörténet a fényképezés történetéből a fényképező személyekkel és alkotásaikkal, valamint a képkészítő eljárásokkal foglalkozik. A fotótechnika-történet tárgyalja az eszközök történetét, alkotóik-feltalálói, konstruktőreik életét, a gyártók és a gyártás történetét. Ez a tematikai beosztás jól érvényesült a Műszaki Könyvkiadó által az 1990-es évek végén megjelentetett *Fotótörténet* című tankönyvben, melynek megírásával Szarka Klárát és engem bíztak meg.

A szöveg kialakításakor természetesen számos lexikont, kézikönyvet, már megjelent fotótörténeti kiadványt, régi és mai folyóiratot átnéztem; rengeteg adatot pontosítottam. A könyv kéziratának megírásakor arra a megállapításra jutottam, hogy – elszórt és némileg véletlenszerű újságcikk-kozléseket leszámítva – a magyar fényképezési eszközök tervezéséről, gyártásáról nem jelent meg komolyabb ismertetés. Hozzákezdtem a hiány pótlásához, és 1997-től napjainkig magyar, francia, német és angol nyelven



1. ábra. Pajtás tekerccsfilmes fényképezőgép bőr táskában, 1960-as évek közepe (fotó: Fejér Zoltán)

számos kiadványban, újságcikk-sorozatban ismerttettem a témát. Több mint két és fél éves levéltári kutatómunka, valamint számos korabeli résztvevővel (tervező, termelésirányító, dolgozó) történt beszélgetés után a magyar fényképezőgép-gyártás részletes történetét egy könyvben dolgoztam fel, ami angol és német nyelven jelent meg. Korábban csak a tárgyakat, illetve egyes esetekben a gyártók nevét ismerhette az érdeklődő. Munkálkodásom révén kiegészültek a meglévő adatok, és közzismertté vált a tervezők neve, a gyártás időpontja és az előállított mennyiség is.

Az Egyesült Államokban publikálja Jim McKeown szakíró a műfaj mérvadó katalógu-



2. ábra. Kinobox kisfilmes fényképezőgép 1958-ból (fotó: Fejér Zoltán)

sát. A 12. kiadás A/4-es méretben 1248 oldalon negyvenezer fényképezőgép leírását és irányárát, tízezernek pedig fekete-fehér fotóját is tartalmazza. Az általam személyesen ismert szerző a gyártók vagy ha az ismeretlen, a gépek nevének alfabetikus sorrendjében ismerteti a tárgyakat. Működésem eredményeként a Kinobox átkerült a „K” betűből az „Elektromosipari...”-hoz; de néhány, a gyűjtők által fontosnak tartott gyártási-mennyiségi adatot is pontosítottam a korábbi kiadásokhoz képest.

A hazai ipartörténet e fejezetét az idén az értékesítéshez kapcsolódó szempontokkal, kereskedelmi vonatkozásokkal is ki kellett egészítenem. Lehetőséget kaptam ugyanis Kiss Imrétől, a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeum igazgatójától, hogy az általam összegyűjtött anyagot náluk bemutassam. A múzeum nemrégiben költözött szűkebb pátriámba, Óbudára, abba a házgyűttesbe, ahol egykor Krúdy Gyula is lakott. (Mai nevén: Korona tér 1.) A „Pajtás és pajtásai” című tárlat 2013. június 16-áig tekinthető meg, hétfő kivételével naponta 10–18 óra között. 2013. szeptember 13-án pedig nyílik az anyag második, jelentősen bővített bemutatása Kecskeméten, a Magyar Fotográfiai Múzeumban.

Az anyag összeállításakor megállapítottam: a magyar ipar az 1950-es évek végén, 1960-as évek elején minden, a fényképezés műveleteihez kapcsolódó anyagot megterveztetett, előállított-gyártott, és a hazai kereskedelem forgalmazta is őket!



3. ábra. A Magyar Optikai Művekben 1957-ben gyártott Mometta II-es (fotó: Fejér Zoltán)

A filmet és a fotópapírt Vácott gyártotta a FORTE, a felvételezéshez, nagyításhoz szükséges izzólámpákat Budapesten a Tungstam. Fotóegyszeket kisiparostól (Lentz Nándor, Budapest) nagyvállalatig (Chinoín, Reanal) többen készítettek; fával (Duna Mgtisz) és bakelittel pedig tsz-melléküzemágak és szövetkezetek dolgoztak szívesen. Érdekesség, hogy a villanyórák lecsapódó biztosítékának doboza és az egyszerű kivitelű fényképezőgépek váza – a Kábelgyárban – ugyanabból a „Futurit” márkanevű bakelitből készült. Ellenpontként kapcsolódott be az ilyen irányú termelésbe a kőbányai ELGÉSZ Ksz. az 1950-es évek közepén (későbbi nevük: Elektromosipari Gépalkatrész és Szerszámkészítő Kisipari Szövetkezet). Ők a sötétkamra-lámpától a fotótálatkon keresztül a diavetítőig és a kis méretű nagyítógépig sokféle fotócikket gyártottak; ezeket évtizedeken át forgalmazta az OFOTÉRT.

A filmelőhívás viszonylag rövid és pontosan betartandó időszakait (előhívás 4,5–9 perc, mosás fél perc, fixálás 6–8 perc) a sötétkamrában a Pesterzsébeti Óragyár csengető-percjelző órájával lehetett mérni. Ez is, mint a korszakban gyártott ipari termékek túlnyomó többsége, teljesen mechanikus szerkezet volt, működtetése nem igényelt elemet vagy külső áramforrást. (Természetesen a Gamma által gyártott nagyítógép és vetítő vagy a Pápán, az Elekthermaxban készített fényképszárító gép váltóárammal működött.)

A szobai vagy utcai fényt használta fel viszont a Fővárosi Finommechanikai Vállalatnál készített térhatású dianézó, amit 1957-ben gyermekeknek „Varázsdoboz” néven árusítottak.

Családi hagyatékából került elő az a vásárlási

kiskönyv, amelynek munkaadói igazolása alapján nagybátyám a Budapesti Nagyáruházban az 1950-es évek közepén egy Momikon fényképezőgépet vásárolhatott...

Az 1963-ban megjelent *Fotolexikon* táblázata szerint Magyarországon az 1953-ban megindult és az 1960-as évek közepén megszüntetett fényképezőgép-gyártás keretében tíz év alatt (1953–1962) 313 429 darab terméket állítottak elő. Hozzátehetjük: ennek a mennyiségnek a kilencven százalékát egyszerű kivitelű, gyermekek, fiatalok és kezdő amatőrök kezébe szánt fényképezőgépek tették ki. Lássuk tehát a kamerák felsorolását! (Sorrend: név – tervező; gyártó; megjelenés éve; hozzávetőleges mennyiség.)

Utítárs – Barabás János; Fővárosi Finommechanikai Vállalat – Finommechanikai és Acélárugyár, Budapest; 1953; 60 ezer körül.

Pajtás – Barabás János, Kerkai János, Rácz Albert; Gamma – Fővárosi Finommechanikai Vállalat, Budapest; 1955; legkevesebb 160 ezer.

Kinobox – Dennik Ferenc, Stenczer János; Elektromosipari Gépalkatrész és Szerszámkészítő Ksz, Kőbánya; 1958; körülbelül 30 ezer.

Fotobox – Forgács János; MOM (Magyar Optikai Művek), Budapest; 1959; legkevesebb 20 ezer.

Momikon – Szabó Sándor, Lantos Antal, Puska István (gépvez), Majoros Sándor, Ujváry Imre (objektív); MOM; 1954; kb. 3400.

Mometta – MOM; 1956; kb. 11 000.

Mometta II-es – MOM; 1957; kb. 12 000.

Mometta III-as – MOM; 1958; kb. 3200.

Mometta Junior – MOM; 1958; kb. 1700.

Elképzelhető, hogy a kedves Olvasó – gondolatban – máris ki tudja egészíteni a felsorolást. A tárlat ugyanis az első öt éves terv indulásától a második öt éves terv befejezéséig tartó, általam a hazai fényképezőgép-gyártás „ipari kor”-ának elnevezett időszakával, valamint a sorozatgyártásra is került tárgyakkal foglalkozik. A korábbi időszakok az 1839-től 1919-ig tartó „hőskor” és az ezután következő „kísérletező kor” taglalása már inkább egy műszaki örökségünkkel foglalkozó múzeum falai közé kívánkozna.

A mellékelt felvételek kifejezetten jelen írás illusztrálására készültek, és máshol még nem jelentek meg.

FEJÉR ZOLTÁN

■ ...Az orvostudomány sokáig csalhatatlan pápájának hitt Galenus (Kr. u. 131 – 201 körül) jó gyakorlatot szerezhette az arénákban, mert éveken át a gladiátorok orvosa volt.

■ ...Dürer, a magyar felmenőkkel bíró német festőóriás 1528. április 6-án halt meg. A nürnbergi Szent János-temetőben, felesége szüleinek kriptájában helyezték örök nyugalomra. Barátja, Wilibald Pirckheimer a halotti búcsúztatóban azt mondta, hogy a halál mindenét elvette, kivéve a dicsőséget, ami fennmarad, amíg csak a Föld létezik. Pirckheimer a következő feliratot vésette a sírtáblára: *Mindaz, ami Albrecht Dürerből halandó volt, e domb alatt van eltemetve.*

■ ...Lev Tolsztoj (1828–1910) a *Háború és béke* írójának véleménye a zenéről: „A zene az érzelmek gyorsírása. Azok az érzelmek, melyek csak nagy körülményességgel írhatók körül szavakkal, közvetlenül megnyilatkozhatnak a zene által.”

■ ...A paracetamol már 1893-ban ismerték, de a gyógyszerpiacra csak 1953-ban került, hogy aztán az 1980-as években már kiszorítsa az aszpirint a fájdalomcsillapítás vezető helyéről.

■ ...Az első olimpián, 1896-ban Athénben nők még nem állhattak rajthoz. Az első újkori olimpiai játéknak 241 férfi résztvevője volt. Viszont a következő alkalommal, 1900-ban Párizsban már kisszámú női résztvevő is indulhatott.

■ ...100 éve, 1913. június 16-án nyílt meg a budapesti Városligetben a Széchenyi gyógyfürdő. Gyógyszállót is terveztek építeni, de annak megvalósítása örökre elmaradt. Vízellátottságát a Selmechányán tanult Zsigmond Vilmos bányamérnök sikeres fúrása biztosította. Tízéves kitartó munka után, 1878-ban nyert 73,8 °C-os vizet 970 méter mélységből. Viszont immár háromnegyed évszázada az 1938-as második fúrás során nyert 77 °C-os vizet használják fel. A ma is igen látogatott strandot csak 1927-ben nyitották meg. Sajnálatos tény, hogy a 35 pályaterv benyújtói közül nyertesnek kikiáltott, akkor 36 éves ifj. Francsek Imre építész 1952-ben a Szovjetunióban egy Gulag-táborban pusztult el.

■ ...Marcel Proust (1871–1922), a leghíresebb (de igen nehezen olvasható) francia regényfolyam, *Az eltűnt idő nyomában* szerzője

gazdag orvos fia volt. A regényével való, több mint tíz éven át tartó foglalatosságához akkor fogott, amikor asztmának és szívbajnak minősített betegségei miatt szobafogságra kényszerült – mely haláláig eltartott.

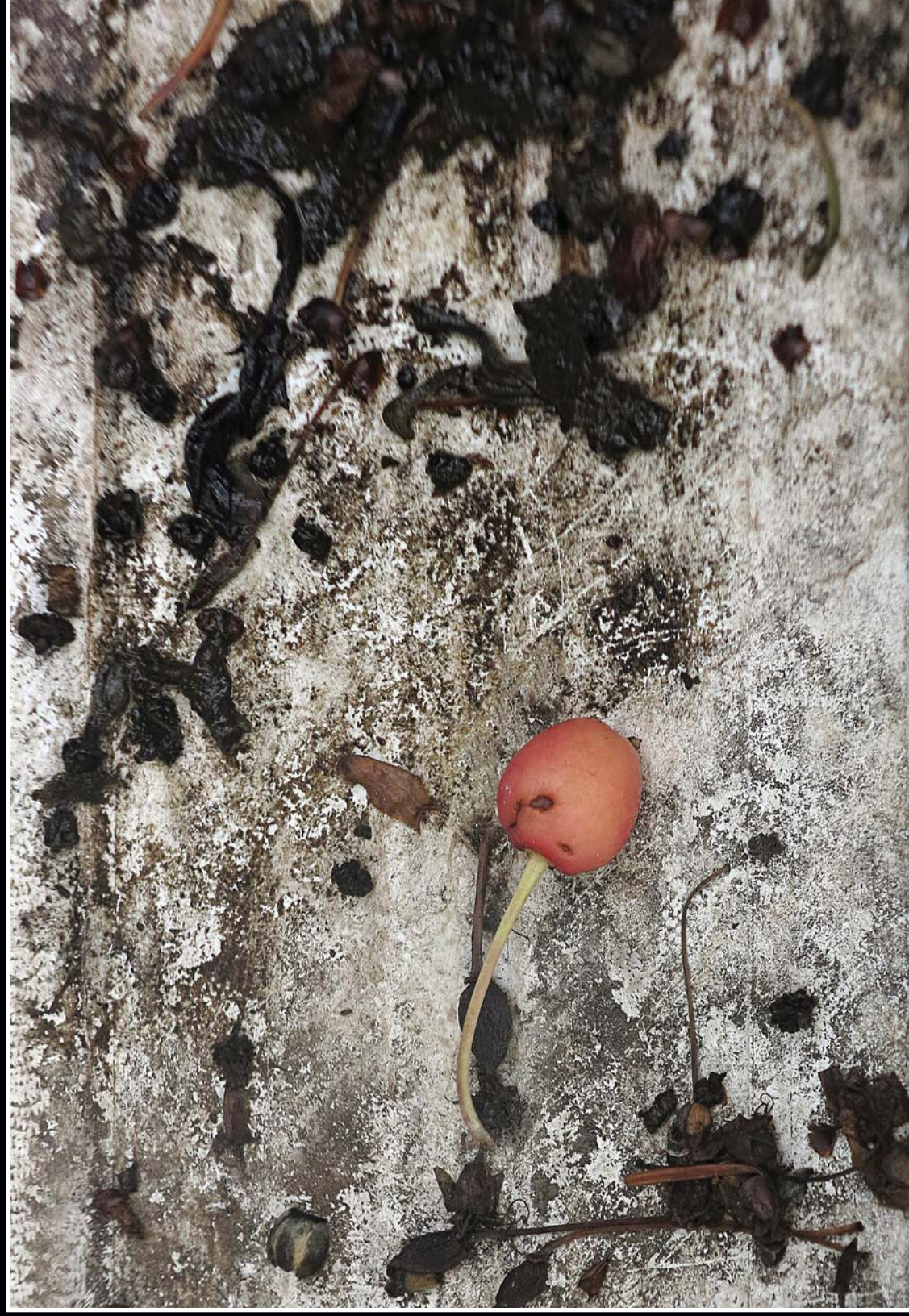
■ ...A Császár fürdő, mint köztudott, 1806-tól az Irgalmasrend tulajdonában volt. 1925-ben a tartományfőnök Mura József Fülöpöt nevezte ki a Császár fürdő igazgatójává. Az Irgalmasrend már korábban is barátja volt az úszósportnak, az új igazgató pedig hozzájárult a versenyuszoda felépítéséhez, amely bámulatos tempóban jött létre, és 1926. augusztus 18–22. között már itt rendezhették meg az első úszó Európa-bajnokságot.

■ ...A Nobel-díjas Thomas Mann (1875–1955) írja az *Egy szélhámos vallomásaiban*: „Természetes, hogy az orvosi hivatás is csak olyan, mint minden más foglalkozás abban a tekintetben, hogy akik űzik, legnagyobb részét közönséges tökfilkók, készek rá, hogy lássák, ami nincs, és tagadják annak létezését, ami szembeszökően jelen van.”

■ ...Feltehetőleg már csak a nem éppen fiatal olvasók emlékeznek rá, ki volt Tompa „pufi”. A Nemzeti Színházban és olyan kultikus magyar filmekben, mint az *Úri muri* és a *Liliomfi*, aratott sikereket nagyszerű „népies” epizódfiguráival. Kossuth-díjat 1966-ban kapott. Nos, a színész székely ember volt, 1903-ban Kézdivásárhelyen született, és Kolozsvárott orvosi diplomát szerzett. De már medikus korában erősebben vonzotta a színház, és 1923-tól 1944-ig a Kolozsvári Magyar Színház tagja volt, majd repatriálása után 1945-től 1969-ben bekövetkezett haláláig pedig a budapesti Nemzeti Színházé.

■ ...A vezetéknevek megváltoztatása különböző okokból Magyarországon, de határainkon túl sem megy ritkaságszámba. A keresztnév (vagy második név) megváltoztatására már nem kerül gyakran sor. Manapság olvasni, hogy a prezentációkészítést forradalmasító magyar találmány egyik szülőatyja, Somlai-Fischer keresztnévét Szabolcsról Ádámra változtatta, hogy a Szilícium-völgyben könnyen le tudják írni.

DR. GÖMÖR BÉLA  
reumatológus, Budapest



### **Anyám első idei cseresznyéje**

© 2013 • Dr. Nagy Miklós, nőgyógyász főorvos, Győr • <http://nagymiklos.hu/blog>

### **Dr. Nagy Miklós fotókiállítása a győri Esterházy-palotában**

2013. szeptember 7-én, szombaton, 18 órakor megnyitja: Radnóti Sándor esztéta, filozófus