

Szuggesziók Alkalmazása a Szomatikus Orvoslásban Képzés
vizsgadolgozat

2016

A feketét vagy a pirosat választod?

Készítette: Lovas Kata

A feketét vagy a pirosat választod?

1998-at írtunk, 7 éves koromban egy tavaszi napon érkeztem meg szüleimmel a szomszéd nagyváros egyik kórházába, azért, hogy másnap kivegyék az orrmandulámat. Mindenki mondta, hogy gyorsan túl leszek rajta, nem fog fájni. Én mégis rettenetesen izgultam, főleg amiatt, hogy tudtam altatásban történik majd a dolog. A tudatnak, hogy átalszom az egészet inkább megnyugtatóna kellett volna, de gyerekként mégis úgy képzeltem az egészet, hogy talán fájdalmas lesz, ha altatnak és talán nem is tudok elaludni, de főleg az a lehetőség foglalkoztatott, hogy mi lesz, ha nem ébredek fel. Ebben a felfokozott állapotban léptem be a fül-orr-gégészeti kórtermébe, ahol a műtét előtti napot kellett töltenem.

Arra emlékszem, hogy maga a hely hangulata nagyon rossz hatással volt rám. Vegyes kórterem volt, felnőttek és nálam sokkal kisebb gyerekek egyaránt valamilyen gégészeti műtétre vártak. Pár kisgyerek felpörögve, hangosodva játszott. Az altatással kapcsolatos aggályaimat, hogy cső kerül a torkomba, felébredek műtét közben stb. a körülöttem lévő felnőtteknek nem sikerült eloszlatni, mert újabb és újabb negatív fantáziaképek jutottak eszembe. Ami valószínűleg meggyőző és megnyugtató lett volna, ha az engem műtő sebésszel és aneszteziológussal előtte találkozok, velem is beszélnek nemcsak a szüleimmel, és elmagyarázzák mi fog velem történni. Így viszont csak távoli fehér köpenyes arctalan idegenekként tudtam rájuk gondolni, akikre nem szívesen bíztam magam. (Ez az orvos-beteg „kommunikáció” az ott töltött időm végéig egyáltalán nem változott, sajnos.) Tovább fokozta a szorongásom, hogy a szüleimnek el kellett menni, nem alhattak benn velem. Emlékszem, hogy a kórterem ablakából elszoruló torokkal integettem nekik, ahogy elmentek. Azt gondolom a *negatív transz* minden kritériumának megfeleltem akkor: a benn töltött éjszaka egy örökkévalóságnak tűnt számomra, a figyelmem teljesen beszűkült a közelgő műtétre, minden mondatot, eseményt magamra vonatkoztattam, és a lehető legrosszabb kimenetel lebegett a szemem előtt. Gyerek létem tovább fokozta a kiszolgáltatottság és kontrollvesztés érzését a felnőttek világában, egyetlen ismerősöm sem volt. A mellettem lévő ágyon viszont egy kedves hölgy feküdt, valószínűleg látta mennyire félhetek, mert beszélgetni, ismerkedni kezdett velem, levitt a büfébe, ahol forrócsokit kaptam tőle, a feszültségem is kezdett felengedni. Biztos vagyok benne, hogy SAS szempontból nagyon tehetséges volt, ha ennyi idő után is kedves emlék maradt számomra.

Előre megbeszéltük, hogy másnap reggel a nagymamám jön be hozzám, hogy ott legyen velem a műtét előtt és után, délután pedig a szüleim is megérkeznek. Reggel azonban semmi sem a megbeszéltek szerint történt és csak sodródni éreztem magam. A vártnál korábban jött értem

egy nővér, hogy menjek vele. A szüleim korábban jelezték, hogy egy szívzörej miatt évente kontrollra jártam gyermekkardiológiára, biztos ami biztos alapon. Így a műtét előtt EKG-ra vittek. Ezt azonban akkor még nem tudtam, mert hiába kérdeztem a nővértől, hogy hova megyünk, nem kaptam választ, azon kívül, hogy „nem kell izgulni, nem nagy dolog.” Így teljes mértékben meg voltam, róla győződve, hogy a végtelen lépcsőházban a műtő felé sétálok. Helyette azonban egy vizsgálóba kerültem, ahol felküldtek a vizsgálóasztalra és miután a már ismert tappancsokat rám tették, eszembe jutott az asztalon az idős doktor nénim, akihez Budapestre jártunk fel.

Ott is izgultam a vizsgálat előtt kicsit, de ő mindig olyan kedves és nyugodt volt, lágyan beszélt hozzám, kérdezgetett, hogy sosem féltém. Ott mindig előre szólt, hogy hideg lesz a zselé, amit rám raknak és kis nyomot hagy majd a tappancs, de elmúlik. Ott a falra Disney mesefigurák voltak festve, közben azokat nézegettem. A pozitív emlékeim felidézésével itt is megnyugtattam magam, hisz ugyanaz történik, gondoltam. *Megnyugtattam*, merthogy az itt lévő szigorú doktorúr és asszisztense nem mondtak semmit. Legalábbis nekem nem. Maguk közt viszont egyre feszültebben beszéltek.

A fokozódó ingerültség és izgatottság engem is visszazökkentett és kezdtem megijedni ismét. Ekkor már én is megéreztem, hogy valami nagyon nem stimmelhet. Amit akkor ebből értettem, hogy valami nincs rendben a szívemmel. Én kérdezősködtem, de nem a kérdéseimre reagáltak, helyette viszont ingerült és emelt hangon felváltva beszéltek hozzám és egymáshoz, hogy nyugodjak meg, „azért ilyen magas...”, „le kell hozni”, „ez nem normális”, „életveszélyes állapot” stb. Persze én ebből csak a vészhelyzetet éreztem és azt, hogy ami történik minden bizonnyal én okoztam, nem jól csináltam a vizsgálatot. Biztosan, mert túlságosan izgultam és most ezért ideges mindenki, mert elrontottam, gondoltam. Bár jóval túl voltam már az ovis korszakon, de ennek a *mágikus gondolkodásnak* az akkori újból megjelenése is jelzi, azt a *módosult tudatállapotot*, amiben a kórházban töltött 10 nap alatt végig voltam és ennek mélysége is hullámhoz hasonlóan változott, ahogy a különböző eseményekkel sodródtam. A szívem nagyon hevesen vert, pedig addigra meg is feledkeztem róla, hogy már tegnap éjszaka is a torkomban éreztem a dobogását, ahogy próbáltam elaludni a többi hét emberrel körülöttem. A szigorú doktorúr rám szólt, hogy ne mozogjak és az asszisztensnő egy injekciót adott be nekem, minden előzetes figyelmeztetés nélkül. Ekkor már meg sem kíséreltem a doktor nénimre és a falon lévő Bambira és hét törpére gondolni.

A következő, amire emlékszem, hogy valakivel ismét sétálok, a kezemet fogja, megyünk a lépcsőházban, át a kórház kertjén egy új ismeretlen épületbe. Persze még mindig nem tudtam mi történik, ezért megkérdeztem, hogy a műtőbe megyünk-e, és hogy találkozhatok-e a

nagymamámmal, mert már biztos vár. A válasz annyi volt, hogy „nem lesz műtét.” Ettől aztán végképp kétségbe estem, mert azt láttam, hogy hiába nem lesz műtét, olyan épületbe kerülök ahol soha nem jártam, és biztosra vettem, hogy baj van.

A kísérőm elment, én pedig ismét egy ágyon fekvé találtam magam egy új kórteremben, ahol legnagyobb meglepetésemre csak gyerekek voltak. Hiába a váratlan kortárs közeg én egyre magányosabbnak éreztem magam, ahogy halkán sírdogáltam, miközben pár gyerek szólongatott, hogy mi bajom. Engedelmesen és teljesen kiszolgáltatva feküdtem frissen kijelölt ágyamon, ahogy egyik nővér a másik után rohangu ki-be hozzám, és többször megszúrták az ujjbegyeim, hogy vért vegyenek belőle. Próbáltam velük beszélni és elmagyarázni, hogy a nagymamámnak meg kell mondani, hol vagyok, mert nem fog megtalálni. Nem adták jelét, hogy értik a kérésemet. Akkor úgy éreztem, hogy hosszú órákat töltöttem ott, anélkül, hogy bármit megtudtam volna az állapotomról, abban a biztos tudatban, hogy ha nekem nem mondanak semmit, akkor a szüleimnek és a mamámnak sem fognak és valami tévedésből itt ragadok. A *negatív transz* miatt időérzésem ismét torzult és úgy éreztem, hogy a világ összeesküdött ellenem, mindent végletesen éltem meg. Hamarosan azonban megérkezett a nagymamám.

Azóta már tudom, hogy a szubjektív élményem befolyással volt az észlelésemre, a valóságban jóval kevesebb időt tölthettem egyedül az új helyen. A nagymamám időben megérkezett reggel és valóban nem talált már a fül-orr-gégészeten. Ott nem tudták megmondani hol vagyok pontosan, csak, hogy elvittek kivizsgálni. Viszont kinézett a folyosó ablakán és látta, hogy kézen fogva vezetnek az udvaron. Kis várakozás után beengedték hozzám.

Mint kiderült, a kardiológián valóban megijedtek, mert extrém tachycardiám volt, nagyon magas 180-190-es szívfrekvenciát mértek. Szóba se jöhetett olyan állapotban a műtét. A 180-as pulzusom nehezen tudták normalizálni, viszont azután még nyugalmi állapotban is magas 120-130 maradt. Emiatt kellett bennmaradnom a gyermekosztályon, amíg kiderítették, mi okozza a szervezetemben ezt a pörgést, mert a szívemmel minden rendben volt és mindezek ellenére sem érte károsodás. Tulajdonképpen szerencsés dolognak tekinthető, hogy külön kardiológiai kivizsgálásra került sor, mielőtt megműtöttek volna olyan állapotban, így kiderült, hogy valami nem volt rendben a szervezetemben.

Ezek után benn kellett maradnom az osztályon, amíg kivizsgáltak, így az ott töltött napokban a többi gyerekkel barátkoztam. Egyik nap egy velem egykorú kislány sétált oda hozzám és elvitt megmutatni a saját külön kórtermét, ami a folyosó másik végén volt. Eddig nem jártam arra. Ez a „kirándulásunk” nagyon különös élmény volt nekem gyerekként. Mély benyomást tett, mert azóta is fennmaradt az emléke, ahogy először a saját kórtermét mutatta meg a részlegen. Elmesélte nekem, hogy ő azért van itt, mert gombás az egész lába és nem akar

elmúlni. Sokáig nem tudtam megmagyarázni, végül a SASOK képzésen értettem meg, miért értelmeztem annak idején *szó szerint* a kislány szavait és képzeltem el meglepődve magam előtt szegényt, ahogy a pizsama alatt végig mindenféle kalapos gombák nőnek ki a lábából, olyanok, amiket apukámmal szedek, hogy elvigyük a gombaszakértőhöz bevizsgálni a piacon. Fel sem merült akkor bennem, hogy ilyen nem létezik. Ezután megmutatta, hogy a szobája egyik fala félig egy üveglablak is, amin át lehet látni a szomszédos terembe, ahol hason fekve feküdt egy 1-2 éves és egy nagyobb gyerek, ijesztően vörös meztelen testtel, amelyet előtte sosem láttam. A kis idegenvezetőm azt is elmesélte, hogy a testvérpár azért került be, mert a kisebb fiú beleesett egy kád nagyon forró vízbe, a nagyobb pedig bement utána kihozni. Súlyos égési sérüléseik voltak. Kifele menet egy olyan jelenetet láttunk, hogy egy fiú hanyatt fekve kiszíjazva fekszik egy külön teremben, nagyon erősen rángatja magát és artikulálatlanul ordít is. A többi gyerek egymást és az újonnan érkező betegeket rémisztgette a fiúval, hogy ha „kiszabadul”, mindenkit megharap.

Ilyen hangulatban telt a benn töltött idő, gyógyszereket kaptam, kivizsgálásokra jártam, majd egyik este a szokásos gyógyszer helyett egy eltérő formájú, színű bogyót adtak a kezembe, hogy vegyem be. Szóltam akkor a gyógyszer adó nővérkének, hogy ez máshogy néz ki, nem ilyet szoktam kapni, de ő azt mondta, most ilyet kell bevennem. Nem telt el olyan sok idő, én az ágyamon ültem és olvasgattam már későre járt, a legtöbben kinn ültek a folyosón és TV-t néztek, mikor több nővér együtt megjelent az ajtóban, felém jöttek és nekem egyből összeszorult a gyomrom. Minden nagyon gyorsan történt, ahogy körülálltak, ahogy zavarosan elmondták, hogy „nem jó gyógyszert vettél be”, és hogy most ennek ki kell jönnie, ki kell menjünk a fürdőbe.

Teljesen biztos voltam benne, hogy ez nekem nem lesz jó, minden vészjelzőm bekapcsolt, és már nem csendben és udvariasan hagytam magam vezetni, mint korábban, hanem hevesen tiltakoztam, hogy én nem megyek sehova. Mondták, hogy hagyjam abba, ne cirkusozlak, meg, hogy hamar túl kell esni rajta. Se csendes, se együttműködő nem voltam, de mivel többen voltak és erősebbek is, így hamar kinn találtam magam a kórteremmel szemközti mosdóban. Ismertem a helyet, hisz ott fürödtünk, pár nagyon régi, rossz állapotban lévő tusoló volt benn és wc fülkék egymás mellett. A nővérek mind ingerültek, dühösek voltak, mivel tiltakoztam, veszekedtek velem. Azt az utasítást kaptam, hogy a wc fölé hajolva dugjam le az ujjamat a torkomon amennyire csak tudom, akkor kihányom a gyógyszert, mert ha ők csinálják rosszabb lesz. Talán tényleg jobban jártam volna, ha magamnak csinálom, de mivel remegtem és zokogtam, az önhánytatás terén mindössze annyit sikerült elérnem, hogy öklendezzek, mert mindig ösztönösen kikaptam az ujjam, az egyre sürgetőbb parancs pedig még inkább ledermesztett. Közben persze próbáltam kimenekülni és elszaladni előlük. A következő kép már az volt, hogy akkor nekik kell csinálni, így a wc mellett maradva egyikük megkérdezte, hogy a piros vagy a fekete csövet

választom-e, kezében egy tálcán a kérdéses tárgyakkal. Én addigra már beletörődve, hogy semmit sem kontrollálok, abból a megfontolásból választottam a szélesebb gumicsövet, mert rövidebbnek tűnt és elképzelni sem tudtam, hogy fog egy ilyen hosszú valami leférni a torkomon. Akkor még nem tudtam, hogy egy negatív, ám tökéletesen kivitelezett *kettős kötés* szuggesztív technikának lehettem alanya.

Teljes önkívületi állapotban voltam, mikor lefogtak kinyitották a szám és lekerült a cső, hiába rángattam volna ki a csövet, de nem tudtam. Rögtön hányingerem lett és távozott is a kórházi vacsora a wc-be, de mivel a gyógyszert nem találták közte újra meg kellett ismételni a procedúrát. Azt hiszem, a *negatív transz* legmélyebb hullámvölgyét ekkor tapasztalhattam meg addigi életem során: az idő- és realitásérzésem annyira megváltozott, hogy olyan volt mintha ébren álmodnék, az érzelm kifejezése végletes lett, nem törődtem a normákkal, a testérzésem megváltozott, mintha kívülről szemléltem volna a fájdalmam, a perceptuális torzulás miatt a nővérek hangja a fejemben összerosódott és nevetéssé torzult, elmosódtak a helyiség fényei, a koncentrációm kizárólag a „túlélésre” szűkült be, és minden hozzám intézett szavuk fenyegetőnek hatott.

Miután sikeresnek ítélték a műveletet, gondos jóakaróim visszakísértek a kórteremhez és rám szóltak, hogy vegyek fel tiszta pizsamát, mert a másik büdös lett, majd magamra hagytak. Megfogalmazhatatlan érzés töltött el, egyszerre éreztem erős szégyent, büntudatot, mintha rosszat csináltam volna, tehetetlenséget és fásultságot. Miután átöltöztem és egyedül sírdogáltam az üres kórteremben, kihívtak a nővérek és leültettek a többiek mellé, hogy nézzem én is a filmet és tegyem magam túl a dolgon, már rég vége van. Éppen akkor kezdődött a Vészhelyzet, csak a jellegzetes intróját hallottam és Carter doktor hangját, bár néztem is magam elé a tv-re, de semmit se láttam...

Érdekes szerintem kiemelni a rossz gyógyszer estéjén engem ért szuggesztíók hosszú távú hatásait. Különösen fogékony voltam aznap este rájuk és ez nem is maradt nyomtalan, főleg a *kettős kötés* hatott. Miután hazakerültem a kórházból, hamarosan jelentkezett nálam egy olyan probléma, hogy ha egyedül maradtam egy helyiségben, szobában, bárhol, akkor szorongás fogott el, és a tárgyakról, főleg ami hosszúkás volt azt képzeltem, hogy muszáj lenyelnem. Illetve nem tudtam kiverni azt a képet a fejemből, hogy milyen rossz lenne lenyelni és emellett émelyegtem is és büntudatot éreztem. Ez a kényszerképzet néhány év múlva ugyan, de teljesen elmúlt, „kinőttem”. Ebből arra lehetne következtetni, hogy magának a kórházi légkörnek, környezeti szuggesztíóknak is negatív hatása volt rám, de ironikus módon a Vészhelyzet évekkal később az egyik kedvenc sorozatomná vált, újra és újra megnéztem és a kórházak sem taszítottak vagy

töltöttek el félelemmel, hisz orvosi pályára készültem lelkesen, és boldogan mentem be műtétekre megfigyelni.

Szintén fontos még kiemelni az orvosok, ápolók szüleimmel való kommunikációjának néhány mozzanatát, amit az ő beszámolóikból ismertem meg később. A „csövek éjszakájáról”, másnap értesültek szüleim, mikor én elmeséltem nekik mi történt. Ők nem értették az egészet, zavaros volt számukra, amit mondtam, mert közvetlen előtte találkoztak és beszéltek a kezelőorvosommal, aki semmit sem említett a törtétekből. A nővért kérdezték meg, mi történt, aki háritott, elsietett, azt mondta szól az orvosnak, hogy mondja el ő. A kezelőorvos a következőket mondta: ő nem volt ott, csak a naplóból tudja a törtéteket és beszéljenek az ügyeletes orvossal. Az addig kedves kezelőorvos, akkor pökhendi volt és lekezelő, úgy tett, mintha nem rá tartozna a dolog. Mivel a szüleim teljesen fel voltak háborodva, nehezen bár, de előkerült az ügyeletes orvos. Az ügyeletes elnézést kért ugyan a szüleimtől és elmondta, hogy tévedésből erős gyógyszert kaptam, de a törtéteket azzal magyarázta, hogy kimosták a gyomrom. (Tőlem soha senki nem kért elnézést.) Mindenki azután gyomormosásként emlegette a kórházban, velem ellentétben, akiben élénken éltek az emlékek. Anyukámnak végül nagy nehezen sikerült beszélnie a részlegvezető főorvossal, akinek elmesélte a törtéteket. A főorvos türelmesen meghallgatta, a végén pedig elmondta, hogy azon dolgozik, hogy jobb legyen a kommunikáció. Kiderült, hogy nem szeretne ebből nagy ügyet csinálni. Az dolog végül ennyiben maradt, a személyzet részéről a teljes összezárás volt tapasztalható és levegőnek nézéssel reagáltak az erre irányuló kérdésekre.

Szuggesztíós szempontból fontos még a kezelőorvosom kommunikációja. Ritkaság számba ment még az esetem ott akkoriban, az orvosok azon versengtek és veszekedtek egymással, hogy ki diagnosztizálta előbb a betegségem, ami mint kiderült a pajzsmirigyem túlműködése volt. A kezelőorvos elmesélte ezeket a belviszályokat a szüleimnek, majd féltékenyen jegyezte meg kardiológus kollégájáról, hogy „XY doktor mindig kicsemegézi magának a különleges eseteket.”

Azt hiszem ezzel az elejtett mondattal jól megragadható az a fajta szemléletmód, amit akkor a gyerekosztály képviselt és én is megtapasztaltam magamon. Nem csak egyenrangú félként nem kezelték a kórházban gyerek voltom miatt, hanem azzal sem bajlódtak, hogy tudomást vegyenek rólam. Az egyensúlyt az emberi viszonyulás és a távolságtartás közt nem sikerült megtalálniuk, sem a kommunikációban sem a bánásmódban. Így a dehumanizáció könnyebbé tette számukra, hogy csak egy „esetet” kezeljenek. Sovány vigasz utólag, hogy legalább egy „különleges eset” voltam.