

# Az vagy, ami körülvesz.



## ► DR. LUKÁCS MARIANNA

Talán már láttak olyan fotókat, ahol kutya és gazdája egymás mellett fotózva kísérteties hasonlóságot mutat. A hasonlóság témájának sokkal meghatóbb válfaja az, amikor a közösen eltöltött évek idős házaspárok orcáin azonos helyre rajzolóják a ráncokat, így mindenki testvéreknek nézi őket.

Vajon tényleg ilyen ijesztően egyszerű az ember élete? Minden attól függ, hogy mikor, hol, kivel élem le az életemet? És továbbgondolva: mindezt vajon ki lehet-e terjeszteni a munkatársakra, a lakóhelyre, az országra, a lakás és a munkahely bennünket körülvevő tárgyaira?

Ha a WHO mindenki számára ismert állításából indulunk ki, mely szerint az egyén egészségi állapotát mindössze 10–20 (!) százalékban határozza meg a mindenkori egészségügyi ellátórendszer állapota, a többi a környezet jó-rossz hatása, akkor már szinte meg is találtuk az előbbiekből felvetett kérdésre a választ.

Igen, nagyon fontos a minket körülvevő világ, benne az épületek, a tárgyak, az emberek, az érzések, hiszen ezek határozzák meg mindennapjainkat, éveinket. Ha pedig szerencsések vagyunk, ezek a körülmények alakítják adottságainkat igazi lehetőségekké.

De időzzünk még el egy gondolat erejéig a WHO állításánál! Ha elfogadjuk, amit mondanak, vagyis egészségi állapotunkat elsősorban a környezet hatása határozzák meg, és csak másodsorban az orvosi, kórházi ellátás, nagy a civilek felelőssége.

Ha valakit szívinfarktus ér és a rehabilitáció fázisában arra a gondolatra jutna, hogy azért gyógyul lassan, mert nem a legjobb kezelést kapja, most még időben szólunk: a stresszben töltött élet következményeként fellépő szívinfarktusért nagyrészt mi



PATIKA EGÉSZSÉGPÉNZTÁR  
...az Igazi

# Te már megtaláltad az igazit?

rehabilitáció fázisában arra a gondolatra jutna, hogy azért gyógyul lassan, mert nem a legjobb kezelést kapja, most még időben szólunk: a stresszben töltött élet következményeként fellépő szívinfarktusért nagyrészt mi vagyunk a felelősek. Az évek során, csak gyűjtöttük magunkban a feszültséget, időnként ki kellett volna engedni. Többet kellett volna testmozgásra fordítani, feltöltődni, időnként elmenni szűrővizsgálatokra, hogy az akkor még észrevehetetlen probléma ne válhasson betegséggé. Komolyan kellett volna venni az orvosok prevencióra vonatkozó tanácsait, nem csupán az egész ügyet évszázadunk divatosan üres fogalmaként kezelni.

Mi a Patikapénztárnál biztosak vagyunk abban, hogy Magyarországon ezen a területen még szemléletváltásra van szükség. Tudatában vagyunk annak is, hogy idő kell, amíg ez a gondolat igazából befészkel magát az emberek mindennapjaiba.

Tehát kezdjük. „Az vagy, ami körülvesz.” – állítjuk. Merthogy igazán kevés embernek adatik meg – ha egyáltalán van ilyen – hogy a körülötte levő valóság minden apró részletét saját maga alakítsa ki. Ha ez így van, máris ott az örök kétkedés: „Megtaláltam már az igazit?” Legyen szó munkáról, hivatásról, emberi kapcsolatokról.

Ezzel nem azt szeretnénk mondani, hogy az ember a teljes életét állandó kétkedéssel töltsse, keresve a létező világok legjobbját. Nem. De a dolgok egészséges fejlődéséhez hozzátartozik, hogy egy adott helyzetből az ember a lehető legjobbat hozza ki. Ösztönösen vagy megtervezve. Keresve az Igazit.

Nálunk, a Patikapénztárnál ez a módszer bevált.

És Ön? Keresi, vagy már megtalálta az igazit?

Budapest, 2005. május 18.

Dr. Lukács Marianna