

Milí čitatelia,

v ďalšom pokračovaní seriálu o osobnostiach slovenskej psychiatrie vám predstavujeme MUDr. Ludvika Nábělka, PhD., primára Psychiatrického oddelenia FNsP F. D. Roosevelta v Banskej Bystrici



MUDr. Ludvik NÁBĚLEK, PhD.

SPOMIENKY

Môj životný osud poznačila skutočnosť, že rodičia a starý otec boli lekári. Atmosféra altruizmu a túžba pomáhať chorým sa odrážali v rodinných rozhovoroch aj udalostiach. Ako dieťaťu mi pripadalo samozrejmé, že mamu odvážala sanitka do nemocnice k pacientom aj niekoľkokrát za noc. Starý otec sa po ukončení štúdia medicíny v 20. rokoch minulého storočia usadil (a oženil) v Banskej Bystrici, on priniesol na Slovensko moje česky znejúce meno. Pracoval ako praktický lekár, medzi pacientmi bol známy ako veľký ľudomil. Otec bol urológ, založil a viedol urologické oddelenie v Trnave. Podobne mama, prvá atestovaná anesteziologička na Slovensku, bola zakladateľkou lôžkového ARO v Trnave, kde potom pracovala ako primárka.

Naša rodina sa výrazne angažovala v čase 2. svetovej vojny v aktivitách spojených so Slovenským národným povstaním. Starý otec a traja bratia mojej starkej (neskorší generáli Mirko, Milan a Miloš Veselovci) stáli priamo pri zrode a vypuknutí SNP. Iniciovali a realizovali dobytie budovy Veliteľstva pozemného vojska v Banskej Bystrici vo večerných hodinách dňa 29. augusta 1944. Na našej drevnici na Donovaloch potom sformulovali Proklamácie k slovenským vojakom a k slovenskému národu, ktorými bolo dňa 30. augusta 1944 vyhlásené povstanie v Slobodnom slovenskom vysielači. Rozhovory o týchto udalostiach, pre nás deti tajomné a vzrušujúce, sa neskôr odohrávali priamo vedľa mňa. Toto mi veľmi utkvelo v pamäti a vzbudilo môj záujem o (nielen rodinnú) históriu.

CESTA K MEDICÍNE

Predtým, ako som sa rozhodol pre štúdium medicíny, mal som široké spektrum záujmov. Lákal ma skôr literárno-humanitný smer, chcel som sa venovať napríklad divadelnej réžii. V jednej chvíli som si však uvedomil, že otec veľmi túži po tom, aby mal syna lekára – nasledovníka. Ako študent medicíny som mu dokonca chodil asistovať k operáciám. Všetko sa zmenilo, keď som v 3. ročníku na lekárskej fakulte začal pracovať ako vedecká pomocná sila na Psychiatrickej klinike v Bratislave. Od tej chvíle o mojom ďalšom smerovaní nebolo pochyb. Moji rodičia nad mojim rozhodnutím stať sa psychiatrom dosť zalamovali rukami a zalamovali ešte viac, keď som sa po niekoľkých rokoch praxe na bratislavskej klinike rozhodol ísť pracovať do väznice v Leopoldove.

DOTERAZ PREŽITÉ NELUTUJEM

To, že som sa stal psychiatrom, mi dalo veľmi veľa: možnosť zažiť s ničím neporovnateľnú a žiadnymi peniazmi nezaplateľnú skutočnosť, že pomáham ľuďom, často ľuďom vytláčaným na okraj spoločnosti, pre väčšinu „technokratov“ a mana-

žerov (bohužiaľ aj v zdravotníctve) málo zaujímavým, o to viac však citlivým a vnímavým, možnosť pracovať v skvelých kolektívoch (na psychiatriách v dôsledku akéhosi „prirodzeného výberu“ väčšinou pracujú ľudia najvyšších kvalít), možnosť podieľať sa na historickom rozmachu psychiatrie, ku ktorému dochádza v posledných desaťročiach. A napokon, aj možnosť žiť a pracovať v Banskej Bystrici – krásnom meste obklopenom úžasnou prírodou poskytujúcou možnosti relaxu a rekreácie. Nemám pocit, že by mi to, čo som doteraz prežil, niečo vzalo alebo že by som niečo ľutoval.

V LEOPOLDOVE ZA MREŽAMI

Roky „v base“ boli v mnohom nenahraditeľné z ľudského i profesionálneho hľadiska. S prípadmi a situáciami, s ktorými sa tam človek stretol, sa nikde inde stretnúť nemohol. Ak prichádza pacient na vyšetrovanie do „normálnej“ psychiatrickej ambulancie, lekár mu v podstate môže veriť, že ťažkosti, ktoré udáva, naozaj aj pociťuje. Je to dôležité pre diagnostiku a následnú efektívnu liečbu. V zariadeniach výkonu trestu som sa veľmi často stretával so simuláciou. Bola to pre mňa dobrá

Vzdelanie, atestácie

- **1969 – 1972** Stredná všeobecnovzdelávacia škola v Trnave
- **1972 – 1978** Lekárska fakulta v Bratislave – všeobecné lekárstvo (MUDr.)
- **1981** atestácia z biomedicínskej kybernetiky
- **1981** atestácia I. stupňa z odboru psychiatria
- **1990** atestácia II. stupňa z odboru psychiatria
- **2007** Lekárska fakulta UK v Bratislave (PhD.)

Priebeh praxe

- **1978 – 1983** Psychiatrická klinika FN a LFUK v Bratislave
- **1983 – 1989** NVÚ Leopoldov, psychiater
- **1990 – 1991** Psychiatrická klinika FN a LFUK v Bratislave
- **od r. 1991** Psychiatrické oddelenie FNsP FDR v Banskej Bystrici, od r. 1992 primár oddelenia

Pedagogické pôsobenie

- **1990 – 1991** Katedra psychiatrie LF UK v Bratislave, externý pedagóg
- **od r. 1995** Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici (Fakulta prírodných vied, Fakulta humanitných vied, Pedagogická fakulta), externý pedagóg

škola, naučil som sa diferencovať aj v tejto zložitej hraničnej oblasti. Kontakt s ľuďmi, ktorí prekročili zákon, mi pomohol v ďalšej kariére, nielen psychiatickej, ale aj súdnoznaleckej. Šesť rokov v NVÚ Leopoldov bolo v každom ohľade veľkým prínosom. Mal som priestor venovať sa okrem iného aj výskumnej práci, pacienti boli z pochopiteľných dôvodov k dispozícii dlhodobo, bez možnosti odísť, čo bolo v tomto smere výhodou.

KRÁSNA I KRUTÁ PSYCHIATRIA

Psychiatria je krásny odbor medicíny, no podobne ako tie ostatné, vie byť aj krutá. V praxi každého psychiatra nastanú situácie, keď sa jeho snaha nekončí happyendom napriek tomu, že robil podľa najlepšieho vedomia i svedomia všetko pre to, aby pacientovi pomohol. Každý prípad je jedinečný a dotýka sa nielen samotného pacienta, ale zväčša aj širšieho okruhu ľudí. V podstate všetko naše snaženie smeruje k zlepšeniu kvality života pacientov s duševnými poruchami s cieľom ich návratu do plnohodnotného života, so všetkými radostami, starosťami i zodpovednosťou, ktoré prináša.

Spomínam si na úsmevný prípad zo začiatku mojej psychiatickej praxe. Do nočných služieb na Psychiatickej klinike FN a LF UK v Bratislave na Mickiewiczovej ulici jedno obdobie opakovane chodieval chlapík s najrôznejšími formami sebapoškodenia. Nikto z kolegov, ani ja, sme „nenaleteli“ na jeho účelové manipulácie a nikto ho neprijal na kliniku. Po čase jeho návštevy ustali, stratil sa, a nám napadlo, či si naozaj nevykonal niečo vážne. Keď som v roku 1983 odišiel pracovať do Leopoldova, medzi prvými pacientmi, ktorí si prišli obzrieť a otestovať nového doktora, bol aj náš nočný sebapoškodzovateľ. Keď ma zbadal, mával rukou a so sklamaným „To ste vy...“, opustil ambulanciu.

NAJÚŽASNEJŠIE OBDOBIE V ROZVOJI PSYCHIATRIE

Mám to šťastie, že mám možnosť prežívať to najvzrušujúcejšie obdobie v rozvoji psychiatrie vo všetkých jej oblastiach. Obdobie potvrdzujúce to, čo mnohí dávno tušili – neurochemickú podstatu



S manželkou „v teréne“.

fungovania ľudskej psychiky v čase zdravia i v čase choroby. Za fascinujúci pokrok považujem približovanie sa k možnosti kauzálnej terapie väčšiny psychických porúch vyplývajúcej z poznania jemných odchýlok regulácie ľudskej psychiky.

Od začiatku svojej kariéry som mal blízky vzťah k problematike závislostí, spočiatku alkoholových a neskôr aj nelátkových s nosnou problematikou patologického hráčstva. Na psychiatickom oddelení v Banskej Bystrici sme vypracovali metodiku liečby tejto duševnej poruchy, ktorú následne prevzali aj iné pracoviská na Slovensku. Publikovali sme na túto tému viacero odborných prác, ktoré prelomili nedôveru odbornej verejnosti voči tejto diagnóze. Vývoj v psychiatrii prináša zmeny v nazeraní na rôzne oblasti a aj vďaka našim aktivitám je diagnostická jednotka patologické hráčstvo (a iné nelátkové závislosti) všeobecne akceptovaná u nás i vo svete.

Sme pracovisko všeobecnej psychiatrie, teda riešime všetky prípady, ktoré „život priniesie“. Aktívne sledujem nové trendy v psychofarma-

kológii a v liečbe schizofrénie a depresie. Veľmi zaujímavou oblasťou, kde sa spolupodieľam na posudzovaní najzávažnejších kriminálnych prípadov, je súdna psychiatria.

KEĎ JE PRÁCA POTEŠENÍM

Mám svoje spôsoby ako sa vysporiadať so záťažami, ktoré náš odbor prináša. Viem si vychutnať jarne lyžovačky v nízkotatranských žľaboch, zber čučoriedok a brusníc v zožltnutej tráve jesenných hrebeňov, dlhé západy slnka nad morom počas letných dovolení, noci s gitarou. Mám zopár dobrých kamarátov z rôznych období života. Výborným spoločníkom na mojich, občas dobrodružných, projektoch mi je moja manželka Alena a celkovo väčšinu voľného času trávim v spoločnosti mojich najbližších. Môžem konštatovať, že odhladnuc od ťažko ovplyvniteľných podrazov prichádzajúcich „zhora“, mi aj samotná práca s ľuďmi, ktorých mám rád, a ktorí majú radi mňa, prináša skôr potešenie ako stres.

• **od r. 2005** Fakulta zdravotníckych a špecializačných štúdií SZU v Bratislave, externý pedagóg

Publikačná a prednášková činnosť

• viac ako 100 publikácií, resp. abstraktov v domácich i zahraničných odborných periodikách a zborníkoch (Česká a slovenská psychiatria, Psychiatria pre prax, Alkoholizmus a drogové závislosti, European Psychiatry, Biological Psychiatry, Int. Journal of

Neuropsychopharmacology) z oblasti psychofarmakológie, závislostí a súdnej psychiatrie

• viac ako 100 prednášok na domácich a zahraničných odborných fórach

Členstvo v organizáciách, odborné a profesijné aktivity, ocenenia

• Slovenský zväz protifašistických bojovníkov
• člen Slovenskej lekárskej spoločnosti, člen Českej neuropsychofarmakologickej

spoločnosti, člen výboru Psychiatickej spoločnosti SLS, člen výboru Psychofarmakologickej sekcie, člen výboru sekcie Súdnej psychiatrie, člen výboru Psychoterapeutickej sekcie PS SLS, člen výboru Neuropsychiatickej spoločnosti SLS

• člen redakčnej rady odborných časopisov Česká a slovenská psychiatria, Psychiatria pre prax
• konzultant ÚDZS
• súdny znalec pre odbor psychiatria

KDE TLAČÍ TOPÁNKA?

Nedá sa povedať, že by psychiatria bola minulým režimom odsúvaná viac ako súčasným. Faktom je, že je naďalej podceňovaná či už zo strany laickej verejnosti, ale aj kolegov – zdravotníkov, a žiaľ, často aj tých, ktorí o osudoch našich pacientov rozhodujú spoza „zeleného stola“. Málokto z kompetentných vníma, že psychické poruchy sú zaťažené vysokou potencionálnou mortalitou, čím sa z hľadiska potreby pozornosti a adekvátneho financovania nelíšia od preferovaných odborov, akými sú v súčasnosti kardiológia, onkológia či traumatológia.

Opakovane sa – najmä „analytikmi“ médií nekriticky oslavujúcich reformy predošlej vlády – farizejsky poukazuje na dlžoby generované zdravotníckymi zariadeniami. Je pritom zrejme, že pri „lege artis“ poskytovanej zdravotníckej starostlivosti (len takú chceme a sme schopní poskytovať) na každom poctivo odliečenom pacientovi musíme prerobiť. Bývalá vláda slovami svojho podpredsedu a ministra financií vyčlenila na financovanie zdravotníctva „menej peňazí, ako vedela, že bude treba“ (Mikloš, Pravda, 4. 10. 2002). Keď vedela, že treba tridsaťtisíc, „vyčlenila“ dvadsať. Inými slovami, s vytváraním dlhov v zdravotníctve cynicky a chladnokrvne kalkulovala. Dôsledky znášame dodnes. Podobne pluralitu zdravotných poisťovní považujem v tejto chvíli za drahý a zbytočný prepych. Ktorási z poisťovní sa chce súdiť so štátom o 30 miliárd korún ušlého zisku – sú to peniaze, o ktoré chcela

„ogabať“ nás zdravotníkov i našich pacientov. Je teda veľmi povrchné a lacné hovoriť o zdravotníctve ako o „čiernej diere“, v ktorej miznú peniaze – tie sa v skutočnosti strácajú niekde úplne inde, rozhodne nie tam, kde sa poskytuje reálna zdravotnícka starostlivosť. A v rámci týchto celkových strát sa strácajú aj peniaze pre psychiatriu. Človeka potom len mrzí, že aj mnohí kolegovia z nášho odboru, ktorý pokladám za najľudskjší zo všetkých odborov medicíny, podľahli lákadlu „podnikania so zdravím“ a sú schopní pod rôznymi zámienkami „drankať“ „finančné príspevky“ od svojich chorých pacientov.

DOPYT PO KVALITE

Ak vidíme celospoločenský problém s počtom, ale aj s kvalitou lekárov, situácia je ešte vypuklejšia v psychiatrii. Je problém naplniť nielen stavy všeobecných psychiatrov, ale najmä odborníkov v tzv. subspecializáciách ako sú pedopsychiatria, gerontopsychiatria, liečba závislostí. Na druhej strane, na našom oddelení sa po rokoch problémov podarilo doplniť „kádery“ o mladých zanietených kolegov, takže budúcnosť – aspoň na našom pracovisku – v tomto smere nevidím až tak čierne.

Z hľadiska kvantity by súčasná sieť lôžkových a ambulantných zariadení mohla postačovať. Chýbajú skôr špecializované pracoviska – za azda najzávažnejší nedostatok považujem stále odkladanie zriadenia detenčného psychiatrického zariadenia pre potenciálne agresívnych a nebezpečných pacientov.

Narodený:

- 14. mája 1954 v Martine

Rodina

- manželka MUDr. Alena Nábělková, CSc., – lekárka Národného rehabilitačného centra v Kováčovej
- dcéra Mgr. Ing. Eva Nábělková – odborná asistentka na Katedre psychológie Pedagogickej fakulty UMB v Banskej Bystrici
- syn Ing. Ľudovít Nábělek, ekonóm
- vnuk Lučko Nábělek, žiak 4. ročníka základnej školy v Banskej Bystrici

Znamenie:

- Byk

Životné krédo:

- „Všeličo sa pritrafí“ (Jenö Rejtő: Kapitán Fred)

Nesplnený sen:

- Aby všetkých falošných reformátorov, presadzujúcich „transformáciu“ zdravotníctva z humanistického poslania na kšeft so zdravím, konečne zobral čert.

Najobľúbenejšie jedlo:

- Zjem všetko okrem sójových „podfukov“. Veľmi rád mám cesnakovú omáčku s hovädzinou a opekanými zemiakmi.

Oblúbený nápoj:

- mlieko, minerálne vody z okolia Banskej Bystrice, škótske „single malt“ whisky

Najobľúbenejšie hudobné dielo/interpret:

- skupina Led Zeppelin, Alexandrovovci, Vysockij, Nohavica

Najobľúbenejšie filmové dielo/interpret:

- pôvodná verzia filmu Doktor Živago, kultový film Andrzeja Wajdu Svadba

Najkrajšie miesta na svete:

- Vo všeobecnosti ma to táhajú do hôr a na sever. Mám svoje obľúbené miesta v Nízkych Tatrách a v Slovenskom Rudohorí, zo zahraničných destinácií „konca sveta“ v Škótsku a Škandinávii.

Najväčší vzor:

- Nemám konkrétny vzor. Snažím sa žiť tak, aby som nerobil hanbu svojim predkom ani potomkom.

Najobľúbenejší vtíp:

- Parašutista vyskočil z lietadla, potiahol jednu šnúрку – nič, potiahol druhú – opäť nič. Zúfaly sa rúti k zemi, keď zrazu vidí, že oproti letí chlapík so skrútkovačom v ruke. „Vy opravujete padáky?“, pýta sa s nádejou v hlase. „Ale čo by, plynový kotol“, znie odpoveď.

