

NIEKTORÉ ETICKÉ ASPEKTY BOLESTI

Karol Bošmanský, Rudolf Pullmann

Národný ústav reumatických chorôb, Piešťany; Martinská fakultná nemocnica JLF UK, Martin

Bolesť a utrpenie sú bežné záležitosti v živote človeka. Charakterizujeme súvis a odlišnosti medzi bolesťou a utrpením a poukazujeme na ich pozitívne stránky. Zdôrazňujeme povinnosť bolesti predchádzať, liečiť ju alebo aspoň zmierňovať. Poukazujeme aj na okolnosť, kedy sa bolesť úplne neodstraňuje.

Kľúčové slová: bolesť, utrpenie, etika, ľudský život.

Kľúčové slová MeSH: bolesť; etika; kvalita života.

Via pract., 2006, roč. 3 (1): 46 – 47

Bolesť je najčastejšia príčina, pre ktorú pacienti vyhľadávajú lekára. Aby sa mohla bolesť správne hodnotiť, treba poznať jej podstatu ako aj vzťah medzi somatickými, psychologickými, etickými a sociálnymi faktormi, s ktorými bolesť súvisí. Napriek rozsiahlym skúsenostiam s bolesťou, zatiaľ neexistuje jej jednotná presná definícia ani laboratórny či iný dôkaz, ani exaktné stanovenie jej intenzity. Preto i presná definícia bolesti je stále predmetom rozsiahlych diskusií a existencie väčšieho počtu jej definícií (2):

- Bolesť je obecným symptómom spoločným pre viaceré patologické stavy.
- Bolesť je jedným zo symptómov, ktorý signalizuje ochorenie alebo poškodenie bunky, tkaniva, či organizmu.
- Bolesť je pre človeka tým, čo najväčšie ohrozuje alebo poškodzuje kvalitu jeho života.
- Bolesť je psychická nadstavba imperatívneho obranného reflexu.
- Bolesť je výkrik organizmu pri jeho poškodzovaní. Je obranným reflexom organizmu.
- Medzi zmyslovými vnemami má bolesť najsilnejšiu emocionálnu zložku, ktorá sa obyčajne vníma ako nepríjemný pocit.
- Bolesť je nepríjemný sensorický pocit a emocionálny zážitok, ktorý vzniká pri skutočnom alebo možnom poškodení tkaniva, alebo sa ako taký opisuje (IASP – Medzinárodná spoločnosť pre štúdium bolesti).

Bolesť a utrpenie

Bolesť je bežnou záležitosťou života každého človeka a často sa považuje za zdroj utrpenia. Napriek tomu bolesť a utrpenie sú rozdielne pojmy, oddelené entity. Fyzická bolesť (somatická, viscerálna, zmiešaná) sa dá poväčšine účinne potlačiť správne aplikovanými liekmi. Utrpenie sa pociťuje celou osobnosťou človeka a nie iba telom. Ohrozuje človeka nielen biologicky, ale aj psychicky a sociálne; často ohrozuje integritu jeho osobnosti a preto terapia nie je jednoduchá. Utrpenie je odpoveďou na bolesť, ktorá je vysoko individuálna. Pretože sa bolesť všeobecne považuje za zdroj utrpenia, oba pojmy sa často spájajú. Utrpenie však zahŕňa i veľa

iných ďalších javov než odpoveď na bolestivý podnet. Aj málo výrazná bolesť môže spôsobovať utrpenie vtedy, ak je spojená s obavami, že príčinou môže byť závažné ochorenie, napr. onkologické. Na druhej strane ani veľká bolesť sa nemusí vnímať ako utrpenie vtedy, ak je nádej, že čoskoro ustane, alebo je súčasťou iných mechanizmov a aktivít. Takou môže byť pôrodná bolesť (4).

K utrpeniu dochádza aj bez telesného podkladu a druhotne môže viesť k telesným ťažkostiam. Príčinou môžu byť reaktívne stavy, napr. vážne ochorenie dieťaťa, smrť blízkej osoby, nevďačnosť, obavy z budúcnosti a pod. (4) Utrpenie je špecifickým stavom veľkých ťažkostí, ktoré sú spôsobené stratou integrity, neporušenosti alebo celistvosti osoby (6).

Utrpenie trvá potom tak dlho, kým nie je obnovená integrita. Treba si uvedomiť, že bolesť a utrpenie sa znášajú najťažšie vtedy, ak k tomu pristupuje pocit osamelosti, ktorý sa často znáša horšie ako bolesť. Je to výzva pre zdravotníkov, ale nielen pre nich, aby u pacientov nedochádzalo k súčasnej prítomnosti bolesti, utrpenia a pocitu osamelosti (4).

Bolesť a utrpenie je oblasťou, ktorou sa zaoberajú nielen lekári a psychológovia, ale od nepamäti zaujíma filozofov, teológov a sociológov. Bolesť, okrem nepríjemných pocitov môže byť užitočnou informáciou o kvalite podnetov, ktoré pôsobia na organizmus. Pretože bolesť je subjektívny vnem, je veľmi ťažké definovať objektívne kritériá pre kvantifikáciu. Existuje veľký počet rôznych číselných či analogických stupníc pre meranie bolesti. Žiadna z nich nie je ideálna a pri ich použití možno zistiť rozdiely v hodnotení v rôznom stupni (3).

Medicína v jej komplexnom rozmere diagnostiky, liečby, prevencie, ošetrovateľstva i vedeckého výskumu si vždy nanovo nástojčivo vyžaduje stálu etickú reflexiu a etický náhľad. Pokus o komplexný pohľad na dnešného človeka, ktorý napriek nespornému pokroku nemôže úplne uniknúť z dosahu bolesti a utrpenia, mal by viesť k integrálnemu pohľadu na bolesť a utrpenie, ktoré majú antropologický, sociálno-etický a filozofický rozmer. Správne chápanie a rešpektovanie ľudskej dôstojnosti a náplne pojmu

kvality života by mali byť podstatné pre každý etický prístup, pretože treba chrániť ľudský život v celej jeho šírke od počatia po prirodzenú smrť (1, 4, 7).

Z historického stanoviska je známe, že už v antike sa hovorilo, že z každej radosti sa treba tešiť, bolesť však odmieťať. Epikurejci hlásali, že najstrašnejšie nešťastie je žiť v bolesti. Stoici hlásali: *Znášaj bolesť a ostaň pokojný*. Cicero konštatoval, že niet takého smrteľníka, ktorého by sa nedotkla bolesť a choroba. Sám Hipokrates chápal medicínu ako odstraňovanie bolesti, čo bolo formulované zásadou: *Dolorem sedare – suprema lex*. Uvedené citácie rôznych filozofických postojov nemajú len historizujúci charakter, pretože i dnes existujú aktívni zástanci napr. stoicizmu, ktorí veria, že tento princíp môže byť nápomocný zdravotníkom, ktorí sú emocionálne vystavení sociálnej a psychologickej záťaži pri starostlivosti o pacientov napr. terminálnej starostlivosti (1, 5, 7). Tieto zmienky z histórie nie sú uvedené náhodne, pretože v poslednej dobe sa objavujú názory, žeby zdravotníci mali prevziať niektoré staroveké názory, pretože starostlivosť o pacientov najmä v terminálnych stavoch a takých, ktorí si vyžadujú náročnú liečbu proti bolesti, predstavujú veľkú záťaž pre ošetrojúci personál.

Kresťanstvo vyslovilo názor, že bolesť a utrpenie sú potrebné pre odpustenie hriechov (a obrátenie sa k Bohu). Kresťanský pohľad na utrpenie nedokáže odpovedať prečo existuje utrpenie, ale dáva utrpeniu človeka zmysluplnosť v jeho akceptovaní a obetovaní. Náboženská viera nechráni veriaceho pred utrpením, ale pomáha mu prekonávať utrpenie dôstojne v spojení s vykypiteľskou hodnotou utrpenia Krista. Zmysel utrpenia nie je v tom že je, ale v tom, aký postoj sa k nemu zaujme (6, 7).

Postoj zdravotníkov

Bolesť a utrpenia nemožno však jednoducho glorifikovať či démonizovať. Pre medicínu platí vždy morálny imperatív:

- Predchádzať bolesti a utrpeniu,
- odstraňovať bolesť a tým znižovať utrpenie,
- naučiť pacienta s bolesťou žiť, ak úplné odstránenie bolesti nie je možné či vhodné,

- ak nie je možné bolesť úplne odstrániť, potom je potrebné postihnutému pomáhať s ňou žiť (1).

V klinickej praxi sú známe stavy, keď nie je účel- né, aspoň v určitej fáze ochorenia minimalizovať, prí- padne úplne odstrániť bolesť či už z diagnostických alebo terapeutických dôvodov. Keď sa pacienti v určitej miere bolesť reguluje, takýto prístup môže pôsobiť priaznivo ako regulátor aktivity a liečebného režimu (napr. akútna pankreatitída). Najmä v reuma- tológii existujú stavy, keď sa bolesť u pacientov úplne neodstraňuje. Takým príkladom je osteoartróza, keď úplným odstránením bolesti vznikajú predpokla- dy, aby pacient nezachovával dôsledne lekárske odporúčanie šetrenia zhybov, čím sa môže priebeh ochorenia urýchliť. Podobne pri koxartróze intenzív- na analgéria síce tlmí bolesť, ale môže uľahčiť vznik nekrózy hlavice. Volnejšia dostupnosť niektorých nesteroidných antireumatík pri tlení bolesti má aj druhú stranu mince, pretože sa celkom nedávno uká- zalo (*gen-dosage efekt*), že stúpa expresia génov, resp. mení sa stabilita RNA, čo môže potencovať proces aterosklerózy a jej komplikácií. Podobným problémom je vystavená skoro každá aplikácia lie- kov tlmiacich bolesť. Napriek zdanlivej etickej bez- problémovosti liečby bolesti existuje veľa skrytých problémov a konfliktov etických princípov, o čom svedčí i rozsiahla literatúra. Týkajú sa veľkého okru- hu životných situácií, počínajúc pôrodom (epidurálna anestéza a jej vplyv na matku a plod) cez intenzitu tlmenia bolesti (pozri voľné používanie cannaboidov v liečbe bolesti), cez terminálnu starostlivosť až po problémy súvisiace s eutanáziou.

Postoj dnešného človeka

Súčasný človek zaujíma k bolesti rôzne posto- je. Na jednej strane je to obžaloba z nezmyselnosti, ktorá sa javí ako provokácia voči ľudskému rozumu. Vyskytujú sa klinické stavy a bolesti, pri ktorých sa stále naliehajúšie vynárajú páľčivé otázky: *prečo vôbec sú bolesti, prečo ja musím trpieť?* (1)

Treba spomenúť presvedčenie, podľa ktorého poslanie človeka je zamerané na život v rado- sti, na plný život, zatiaľ čo bolesť a utrpenie sú jeho prekážkou a popieraním. Bohužiaľ takéto chápanie bolesti a utrpenia je živé denne napr. televíznou reklamou. Z toho potom rezultuje negatívny postoj k životu, ktorý je postihnutý bolesťou, nepohodou,

námahou či starobou. Zdravotníci z dennej praxe vedia, že bolesť a utrpenie môžu byť pre niekoho zdrojom obohatenia, čiže osobného skvalitnenia. Človek si prostredníctvom bolesti a utrpenia uve- domuje hranice možností a toto uvedomenie sa môže pre neho stať zdrojom sebazdokonaľovania. Umožnia mu zbaviť sa egoizmu a akcentovať iné pozitívne hodnoty. Takto pochopené utrpenie môže človeku poslužiť ako podnet k tomu, aby prekonal sám seba po stránke fyzickej i psychickej. Príkladov, keď utrpenie bolo zdrojom, motívom k ďalšiemu roz- voju osobnosti a prekonaniu seba samého je veľký počet. Niektorí dosiahnu aj fyzické zdokonalenie v športe – napr. paraolympijské hnutie, v umení a pod., ale aj duchovné skvalitnenie takej veľkosti, že ho možno nazvať hrdinstvom.

Známy je príklad Danteho, ktorý písal *Božskú komédiu* v období, keď trpel atakmi bolestivej dnavej artritídy.

Hrdinstvo človeka nie je len niečo veľké vyko- nať, ale i niečo vydržať a prekonať, zvíťaziť nad sebou a nad svojim utrpením. Ba dokonca utrpenie využiť na novú motiváciu k aktivite smerom k iným a voči svetu.

A tak sa stáva bolesť a utrpenie veľkým výchov- ným prostriedkom. Utrpenie odhaľuje trpiacemu väčšiu hĺbku ľudskej skúsenosti, vedie k hlbšiemu záujmu o utrpenie druhých. Učí k pokore. Vedie k statočnosti, trpezlivosti a vytrvalosti vo vzťahu k vlastnému znášaniu bolesti.

Často počujeme výpoveď: *Ak už budem bez bolesti a znovu zdravý, zmením svoj život, budem sa venovať viac niekomu alebo niečomu užitočnému* (6).

Znie to takmer paradoxne, že ľudská bolesť a utrpenie patria k najviac inšpirujúcim pocitom, ktorý motivuje človeka k nadpriemerným a nevšed- ným výkonom. Nielen v umeleckej, ale prekvapivo vo vedeckej a spoločenskej oblasti sa veľmi cenné diela, výkony realizovali v období fyzického utrpenia a bolesti. Bolo by zaujímavé zistiť, koľko umeleckých diel i veľkého významu vzniká z bolesti. Hovorí sa,

že práve bolesť je veľkou inšpirátorkou umenia. Tento protiklad nadobúda až bizarné dimenzie utrpenia, keď mnohé umelecké diela priviedli ume- leckých tvorcov do situácie, že sa stali zúročením ľudskej krížovej cesty. Toto konštatovanie však nemôže viesť k tomu, aby človek bolesť a utrpenie vyhľadával. Bolo by to nezmyselné a proti ľudskej prirodzenosti. Mnohí súčasní experti sa domnievajú, že bolesť a utrpenie zohráva nenahraditeľnú úlohu vo formovaní zrelej osobnosti. Dokonca tak, že člo- vek zbavený tejto skúsenosti je ochudobnený v živo- te, a to v náhlade na svet i ľudí okolo neho. Goethe raz poznamenal: *Človeka si vážim podľa toho, akú bolesť vie znášať.*

Záver

Analyzovali sme niektoré aspekty problému bolesti s filozoficko-etického pohľadu ako filozofie mravnosti. Postup zvládnutia bolesti je často rozho- dujúci pri liečbe závažných ochorení neurologických, kardiologických, onkologických stavov, ale najmä v terminálnom období ochorenia a života. Zvládnutie bolesti, čo je už predmetom samostatnej medicínskej disciplíny, môže veľmi úzko súvisieť priamo, či nepri- amo s problémami eutanázie. Bolesť a utrpenie v našej kultúre a civilizácii svojim chápaním môže znamenať nepriateľa, stratu či trest, ale aj výzvu a hodnoty, ktoré môžu meniť životné postoje a orientáciu. Pre zdra- votníkov, ale i celú spoločnosť by malo byť výzvou, aby sa bolesť, utrpenie a osamelosť nikdy nevyskytli spolu. Odpoveď na bolesť a utrpenie sa nedáva len slovom, ale predovšetkým postojom a konkrétny- mi činmi. Bolesť a utrpenie sú takmer každodenné záležitosti v živote človeka. V práci sa poukazuje na súvis i odlišnosti medzi pojmami bolesť a utrpenie. Poukazuje sa i na ich pozitívne stránky, pričom sa zdôrazňujú povinnosti zdravotníkov pri predchádzaní, liečbe či zmierňovaní bolesti.

MUDr. Karol Bošmanský

Nám. slobody 3, 811 04 Bratislava

Literatúra

1. Bošmanský K. Človek vo svetle pastorálnej medicíny a medicínskej etiky, Spišská Kapitula 1996: 150 s.
2. Ďuriš I, Hlin I, Bernadič M. Princípy internej medicíny, SAP Bratislava 2001: 152–154.
3. Gräfenstein K und Mitautoren. Klinische Rheumatologie. Ecomed 1997: 121–122.
4. Munzarová M. K otázke bolesti a utrpení. Prakt Lék 1999; 79 (10): 590–592.
5. Strouhalová L, Vrba I. Z historie bolesti. Bolest 1999; 4: 154–155.
6. Šoltés L, Hefftyová E, Klepanec J. Etické dimenzie bolesti a utrpenia. Lek Obz 1997; 46 (1–2): 24–25.
7. Šoltés L, a kol. Vybrané kapitoly z medicínskej etiky. UK Bratislava 2001: 161 s.