

Talyigás Katalin recenziója
Dr. Boga Bálint: Pillantás a dombról
Válogatott fejezetek az idősödés-tudomány területéről

A paradoxon szó jut eszembe, amikor dr. Boga Bálintra, a nagy tudással, őszinte hittel felvértezett, lassan nyolcvanéves tudósra, a könyveire vagy az előadásaira gondolok, amelyekben az idősorról és annak törvényszerűségeiről ír vagy beszél. Paradoxon, hiszen mindeközben ő maga annyira fiatalnak tűnik fizikailag és lelkileg egyaránt, s e fiatalság ellentmond mindannak, amit a közvélemény az idős emberről tart.

Boga Bálint (1938) életrajza vázlatpontokba szedve: belgyógyász, geriáter és onkológus főorvos. A geriátrián kívül évtizedek óta foglalkozik a szociális gerontológiával is, ezen belül kiemelten a geroeducációval. 1990–92-ben az Európa Tanács ezzel foglalkozó szakbizottságának tagja. Közleményei alapvető összefoglaló munkák ezen a területen. 2005 és 2010 között a Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság elnöke. Jelenleg a hospice-ellátás területén dolgozik, három főiskolán oktat gerontológiai tárgyat, szenior akadémiák állandó előadója.

Boga Bálintnak élete során mindenért meg kellett küzdenie mind a szűk, mind a tágabb értelemben vett szakmájában, a társtudományokban, de sikeresen vette az akadályokat. Még a mai napig is embereket gyógyít, fiatalokat és időseket tanít, és saját sorsával hiteles példakép lett, hogyan lehet és kell megöregedni úgy, hogy az ember mégis „fiatal” maradjon.

Mit is jelent ez az örök ifjúság? Azt, hogy Boga doktort ma is minden érdekli, ami a szakmájában előrevisz, amit fontosnak tart az életében, azt, hogy szereti a szépet a természetben és a művészetben egyaránt, azt, hogy még mindig folyamatosan alkot, kutat és gondolatait írásba foglalja. Jelen van tehát a tudományos közéletben szűkebb és tágabb baráti körben véleményformáló tudósként, s mindeközben nyolc unoka büszke nagyapja.

Lehet-e az élet szigorú törvényei alapján szépen megöregedni? Boga Bálint bebizonyította, hogy lehet.

Jelen rövid írás Boga Bálint *„Pillantás a dombról”* – Válogatott fejezetek az idősödés-tudomány területéről című könyvét mutatja be.

A szerző felelősséget érző orvosként az idősödés-tudomány területéről szemezgető 19 fejezetben sokoldalúan mutatja be a gerontológia, a geriátria tárgyát, vagyis az idősor sajátos problémáit a velük foglalkozó tudományos eredményekkel együtt.

Az idősorral való szembenézésre késztet mindenkit, vagy azért, mert ő érintettként éli át ezt a folyamatot, vagy azért, mert hozzátartozója tartozik az idős generációhoz, vagy szakemberként dolgozik ezen a területen, vagy akár csak azért, mert érdeklik az idősödő társadalom konfliktusai.

Az egyes fejezetek az idős(ödő) ember életszakaszait biológiai, pszichológiai, társadalmi összefüggéseiben mutatják be, komplex elemzését adva ennek az életkornak. Az olvasó Boga rendkívül választékos előadásában sok új gondolattal ismerkedhet meg e témában.

Az öregedés folyamatában merül fel a legintenzívebben az élet értelmének kérdése, az ember életfilozófiája, hiszen időssé válva végleg tudni akarjuk életünk célját, családi, hivatásbeli, másokkal kapcsolatos cselekedeteink következményeit. Pszichológusok, filozófusok

gondolatainak idézése segít megérteni e folyamat lényegét a múlt–jelen–jövő hármasságában. Boga többek között Ericson-t idézve a kiegyensúlyozottság, az érettség és a kétségbeesés kettős alternatívájával állítja szembe az olvasót. Aki tudja ugyanis az élet miértjét, az jobban elfogadja a hogyanját.

A patológiai fejezet az orvosi végzettséggel nem rendelkező olvasónak is érthető és fontos információkat nyújt, míg a szociálpszichológiai fejezet a család, az emberi kapcsolatok és konfliktusok elemzéséről szól.

Nagy érdeklődéssel olvastam a Bálint-módszer alkalmazását leíró fejezetet, hiszen ezt szociális munkásként gyakran alkalmazzuk a terepen is. Bálint Mihályt idézve Boga is leírja, hogy „az idősödéssel foglalkozó egészségügyi és szociális szakember járatos kell, hogy legyen ebben a labilitást általános és egyedi tényezőket rejtő közegben. Általános gerontológiai ismeretek elsajátítása elengedhetetlen, de személyiségtől függ, hogy hogyan tudja az adott esetben a helyzet felismeréséhez, illetve a megoldáshoz felhasználni.”

A pszichoszomatikus összefüggések elemzése során a depresszió, az izoláció, az önelhanyagolás leírásával érzékletesen mutatja be a szerző, hogy megfelelő szakmai felkészültséggel hogyan oldhatóak ezek a szindrómák (szociális leépülés, szociális regresszió stb.).

Korunk egyik legkényesebb etikai kérdésének, az ageizmusnak kérdéskörével foglalkozik a könyv egyik leghosszabb fejezete. Az tény, hogy tovább élünk, ugyanakkor a kor szerinti diszkrimináció szinte mindenütt megtalálható a mai társadalomban: mikro-, mezo- és makroszinten egyaránt.

A szerző határozottan elítéli és jogi kérdésként is elemzi az ageizmust. „[...] tudatos küzdelem szükséges már a 45–50 év felett élők a munka világából való kiszorulása ellen”, véleménye szerint az idősek hiányoznak a döntéshozatalból, pedig aktivitásuk, részvételük a társadalmi integráció elengedhetetlen feltétele.

Az egészségügyi és szociális ellátó hálózat felvázolása módot ad a szerző számára, hogy kritikai észrevételt fogalmazzon meg mind a társadalmi egyenlőtlenséggel kapcsolatban, mind az ágazatok közötti feszültségeket illetően (a párhuzamos ellátások vagy az ellátatlan területek egyaránt súlyos problémák). Nemzetközi példákon keresztül mutatja be, hogyan lehet és hogyan kell minőségi ellátást biztosítani minden, magát már ellátni nem tudó idős ember részére.

A *sikerős öregedés* című fejezetben a fizikai, a mentális és a szellemi frissesség megőrzésének számos lehetőségével, valamint a szimbolikus halhatatlanság témájának bemutatásával reményt nyújt az olvasónak: „Ez azt jelenti, hogy a személy úgy éli meg önmagát, mint továbbélőt.” Vagyis „úgy távozom, hogy itt leszek” – idézi meg Boga Bálint Illyés Gyulát.

Összegezve tehát a könyv egy kiváló tudós szemléletét tükrözve megmutatja, hogyan lehet méltósággal élni, dolgozni, alkotni életünk utolsó szakaszában.

A fejezetekhez kapcsolódó gazdag szakirodalmi és művészeti hivatkozások teszik teljessé, a téma kimeríthetetlen forrásává e kötetet, hiszen mind az idősekkel foglalkozó szakember, mind maga az idősödő/idős ember választ/válaszokat kaphat az őt foglalkoztató kérdésekre.

Köszönet érte!