

Hippokratese õpetus on aktuaalne ka tänapäeval

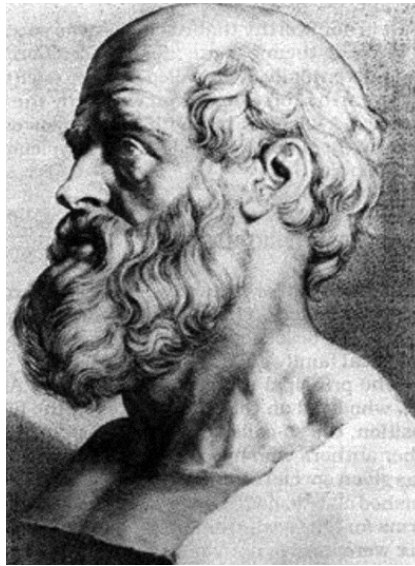
Väino Sinisalu – Eesti Arst

Tuntuim Antiik-Kreeka meditsiini suurkuju Hippokrates sündis aastal 460 e.m.a Kreekas Kosi saarel ja suri kõrges eas aastal 377 e.m.a, olles reisil Larissa linnas Kreekas. Tema elu jääb Antiik-Kreeka ajaloo Ateena kuldaja perioodi. Hippokratese isa oli hinnatud preester-arst, nagu ka vanaisa, kelle nimi oli samuti Hippokrates. Ta sai suurepärase hariduse filosoofia ja retoorika vallas, meditsiiniteadmised omandas isalt ja vanaisalt (1).

Tol ajal osutasid arstiabi peamiselt preestrid-arstid Asklepiose templites, nad andsid teadmiskogemusi edasi oma pereliini järglastele. Meditsiin oli suletud eriala, arstlik tegevus oli paljus seotud maagia, üleloomulikkuse ja ebausualementidega. Haigusi peeti jumalate saadetud viisiks panna inimesi proovile või karistada neid (2).

Väärrib tähelepanu, et juba enam kui kaks ja pool tuhat aastat tagasi esitas ja juurutas Hippokrates meditsiinilise tegevuse põhimõtted ja suunad, mis inimkonna senises arengus on üha enam järgimist leidnud ning on aktuaalsed ja arendatavad ka tänapäeval. Hippokrates on vaieldamatult kliinilise meditsiini isa.

Hippokratese õpetuse kohaselt on meditsiin (loodus)teaduslik dissipliin – haiguste diagnoosimine, ennetus ja ravi peavad põhinema nende põhjuste ja kulu teaduslikul analüüsil. Hippokrates pidas siinjuures esmatähtsaks haige sümptomite hoolikat vaatlust, haiget ümbritseva loodus- ja elukeskkonna iseärasuste väljaselgitamist, haige dieedi ning eluviisi iseärasuste, haiget mõjutavate psühholoogiliste tegurite hindamist. Ta käsitles keha



Tundmatu autor, litsents: CC BY-SA-NC.

ja vaimu vastastikku teineteist mõjutava ühtse tervikuna, temalt pärineb ka ütlus „Terves kehas terve vaim“ (3).

Hippokrates asutas Kosi saarel esimese meditsiinikooli, murdes sellega senise traditsiooni meditsiinist kui perekondlikust erialast. Ta formuleeris ka arstieetika põhimõtted, mis on kokku võetud tänapäevani tuntud Hippokratese vandena ja mida ka nüüd lubavad järgida enamikust maailma ülikoolidest ellu astuvad noored arstid.

Hippokrates pidas arstile kohustuslikuks olla pidevalt kursis oma eelkäijate ja kolleegide kogemuste ja saavutustega ning jagada nendega oma teadmisi. Koos õpilastega pani ta aluse patsientide haiguslugude kirjalikule koostamisele ning biomeditsiinilisele kirjastamisele. Enamiku meieni jõudnud tekstidest kirjutasi Hippokrates ja tema õpilased aastatel 440–360 e.m.a. Hiljem säilitati need käsikirjad Egiptuse

Alexandria suures raamatukogus, mis aga hävis tulekahjus meie ajaarvamise teisel sajandil. Meie ajani on neist säilinud ligi 60 teksti, mis on koondatud kogumikku „Corpus Hippocraticum“. See sisaldab loengute tekste, käsiraamatuid, uurimusi, haigusjuhu kirjeldusi, filosoofilisi esseesid ja muid meditsiinitekste. Enamiku neist tõlkis kreeka keelest inglise keelde šoti kirurg Francis Adams 1849. aastal (4). Osa tekstidest sarnaneb oma sisult tänapäevaste metaanalüüside ja ravijuhenditega.

Toetudes ka tänapäeval tunnustatud matemaatiku Pythagorase (sanimelise teoreemi tõestaja) koolkonna filosoofiale, uskus Hippokrates, et LOODUS koosneb neljast elemendist – vesi, maa, tuul ja tuli – ning allub jumalikult loodud muusikaliselt harmoonilistele kindlatele numeroloogilistele seadustele. Analoogselt nelja elemendi kontseptsiooniga uskus Hippokrates, et inimkeha koosneb neljast elemendist (must sapp, kollane sapp, lümf ja veri), mis on neljas seisundis (külm, kuum, kuiv ja niiske). Nende elementide omavahelise tasakaalu häirimisel – düskraasia korral – tekib haigus ja arsti ülesanne on aidata LOODUSEL tasakaal – eukraasia – taastada (5).

Hippokratese aja arstidel tuli piirduda haige seisundi visuaalse hindamise, palpeerimise ja kuulatlemisega, haige eritiste ja kehaveidelike vaatluse, nuusutamise ja maitsmisega. Tänapäeva arsti aitab tehnoloogia: elektrofüsioloogilised ja visualiseerimisuuringud, erinevad laboratoorsed, sealhulgas nn oomtüüpi (genoomi, transkriptoomi, proteoomi, metabooloomi) uuringud. Moodne infotehnoloogia võimaldab

saadud uuringute andmeid objektiivselt analüüsida, koguda miljonite patsientide terviseandmeid ja neis seaduspärasusi leida.

USA Seattle'i ülikooli süsteemse bioloogia instituudi uurimisgrupp formuleeris 2017. aastal haiguste diagnoosimise ja ennetuse uue kontseptsiooni, mida tuntakse **P4-mediitsiinina**. Selle aluseks on patsiendi paljude biomarkerite jälgimine ning koos sellega patsiendi kliiniliste andmete statistiline analüüs (6). Haige inimese käsitlemise 4P-kontseptsioon hõlmab ingliskeelsetes terminites nelja suunda: **predictive (proгноosisiv)** – hinnatakse haigestumise geneetilist riski, mis võimaldab kavandada selle leevendamise või ärahoidmise meetmeid, enne kui haigus välja kujuneb; **preventive (ennetav)** – püütakse leida ja mõjutada võimalikke teisi riskitegureid; **personalized (isikupärane)** – arvestatakse haige personaalseid iseärasusi; **participatory (kaasav)** – haige osaleb aktiivselt oma tervist mõjutavate tegurite hindamisel ja mõjutamisel.

Kuigi P4-mediitsiini kontseptsioon tugineb moodsa teaduse saavutustele, oom-tüüpi ja infotehnoloogiatele, on selle põhimõtted esitatud juba Hippokratase ajal, paar tuhat aastat tagasi. Selle aja arstid teadsid, et „igauks, kes määrab ravi, peab tundma oma ravialust kui psühhosomaatilist tervikut tema sotsiaalses ja looduslikus keskkonnas; parim on arst, kes suudab ette näha haiguste teket ja neid ennetada, uurides tervikuna patsienti ja teda mõjutavaid tegureid“ (6). Haige käsitlemisel tuleb Hippokratase õpetuse kohaselt selgitada, mis toimus enne haigestumist, hinnata haige hetkeseisundit ning näha ette haiguse edasist kulgu. Patsiendi vaimu ja keha seisundit tuleb hinnata ühtse tervikuna, arvestades kõiki tema seisundit mõjutada võivaid tegureid, et leida parim temale sobiv viis haiguse ärahoidmiseks ja raviks.

Hippokratase koolkonna arsti tähelepanu keskmes oli konkreetne

ARSTI TÖÖTUS

Arsti elukutse esindajana töotan pühalikult pühendada oma elu inimese teenimisele. Minu patsiendi tervis ja elu on minu esmaseks kaalutluseks. Ma austan oma patsiendi autonoomiat ja väärikust. Ma säilitan ülima austuse inimese vastu. Ma ei lase haigusel või puudel, usutunnistusel, etnilisel päritolul, sool, rahvusel, poliitilisel kuuluvusel, sotsiaalsel seisundil või mis tahes asjaolul sekkuda minu kohuse ja patsiendi vahele. Ma austan minule usaldatud saladusi isegi pärast patsiendi surma. Ma teen oma kutsetööd südametunnistuse ja väärikusega ning kooskõlas hea meditsiinilise tavaga. Ma hoian ülal arsti elukutse väärikust ja üllaid traditsioone. Ma avaldan oma õpetajatele, kolleegidele ja üliõpilastele väärilist lugupidamist ja tänu. Ma jagan teistega oma meditsiiniteadmisi patsiendi heaks ja tervishoiu edendamiseks. Ma hoolitsen omaenda tervise, heaolu ja oskuste eest, et osutada patsiendile parimat abi. Ma ei kasuta oma meditsiiniteadmisi inimõiguste ja kodanikuvabaduse rikkumiseks isegi ähvarduste korral. Ma töotan seda pühalikult, vabalt ja oma au nimel.

haige inimene, tänapäeva arst lähtub oma tegevuses ennekõike diagnostist. Alles viimastel kümnenditel on hakatud rõhutama patsiendikeskse lähenemise vajadust ja on aktuaalseks saanud sellealased uuringud. Hippokratase rõhutas patsiendi aktiivse osalemise vajadust ravi protsessis ja haige harimist haiguste ärahoidmise võimalustest: „meditsiinkunstis on kolm osalejat: haigus, arst ja haige“. Ajaloolaste hinnangul viitab ka üks tuntuim Hippokratase aforism „Kunst on pikk, elu lühike“ kolleegide, patsiendi, teiste asjaosaliste raviprotsessi kaasamise vajadusele, kuna lühikese elu jooksul ei suuda arst omandada kõiki arstikunsti saladusi ja vajab patsiendi ravimiseks ka teiste abi (6).

Tuntuim ja veel tänapäevani aktuaalne osa Hippokratase pärandidist on arsti vanne, milles kirja pandud eetilisi põhimõtteid kohustavad õpinguid lõpetanud ellu astuvad noored arstid järgima. See on sajanditepikkune traditsioon lääne kultuuriruumis. Ehkki ajaloolased-ekspertid on seisukohal, et „Corpus Hippocraticum'i“ kaudu meie ajani jõudnud arstivande tekst on kirja pandud umbes kahe sajandi möödudes Hippokratase surmast, ollakse ühel meelel selles, et vande tekst on kirjutatud vastavuses Hippokratase ajal levinud Pytha-

gorase koolkonna filosoofia põhimõtetega (5). Vandes on rõhutatud inimeste võrdsust, saladuse hoidmise, oma õpetajate respektimise ning arsti usaldusväarsuse hoidmise vajadust. Vande originaaltekst on leitav Eesti Arstide Liidu koduleheküljel.

Aegade jooksul on vande teksti kohandatud muutunud oludele vastavaks, kuid selle põhimõtted on muutumatuna ajast aega edasi kantud. Maailma Arstide Liidu (World Medical Association, WMA) peaassambleel 1948. aastal võeti vastu Hippokratase vande teksti oma ajale vastav versioon. Seda on hiljem korduvalt täiendatud. Viimane arsti töötuse versioon kinnitati WMA peaassambleel 2017. aasta oktoobrikuus. Ülal on toodud selle töötuse viimane versioon (7).

KIRJANDUS

1. Works of Hippocrates. Athens: Department of Neurology University of Athens, 2005.
2. Tsiompanou E, Marketos S. Hippocrates: timeless still. J R Soc Med 2013;106:288–92.
3. Kleisariis CF, Sfakianatis C, Papatthanasiou JV. Health care practices in ancient Greece: the Hippocratic ideal. J Med Ethics Hist Med 2014;7:6–11.
4. Colgan R. Are the ancient lessons of Hippocrates still relevant today? Consultant 2018;58:82–9.
5. Ypijakis C. Hippocrates of Kos, the father of clinical medicine, and Asclepiades of Bithynia, the father of molecular medicine. In Vivo 2009;23:507–14.
6. Pulciani S, Lonardo AD, Fagnani C, Tarusscio D. P4 Medicine versus Hippocrates. Ann Ist Super Sanita 2017;53:185–9.
7. Pasa-Parsi RW. The revisited Declaration of Geneva. A modern-day physician pledge. JAMA 2017;318:1971–2.