

Akarat az árral szemben

Az AMEGA beszélgetőpartnere: Dr. Gyene István

Kopp-Skrabski-díjas testnevelőtanár, öttusaedző

a Budapesti Gazdasági Főiskola volt tanszékvezető tanára

az Akarat Diáksport Egyesület elnöke

– Tanár Úr, mikor találkozott először asztmás gyermekekkel?

– Első alkalommal 1974-ben, amikor Réthelyi Miklós anatómus, a Semmelweis Egyetem későbbi rektora elhozta a fiát az úszótanfolyamomra, ami inkább egy életmód program volt, öttusa utánpótlásnevelés címen. Réthelyi Miklós nem szólt, hogy a fia asztmás, de minden edzésen ott volt, és egy idő után azt mondta, hogy csodák történtek a Jánossal. Korábban mindent megpróbáltak, a nagypapa, Szentágothai János révén eljutottak különleges klímaterápiás helyekre, svájci szanatóriumba is, az anyuka, Szentágothai Klára pedig kiváló gyermekgyógyász, ennek ellenére az úszás volt az, ami megoldotta a problémáikat.

– Hogyan lett az öttusázó gyerekek úszóedzéséből asztmás gyógyítás?

– Réthelyi Miklós ösztökélt, hogy foglalkozzak kimondottan asztmás gyermekekkel, mert ez egy speciális gyógymód. Hosszú ideig tartott, amíg erre ráálltam. Először azt mondtam, hogy kérem szépen, én öttusaedző vagyok, a legmozgékonyabb, legügyesebb, legegészségesebb gyerekek közül válogatok, ahol másodpercek döntenek arról, hogy valaki a mennybe megy, bajnok lesz, vagy egy tizedmásodperccel gyengébb, és egy ismeretlen valaki marad. Ez ilyen műfaj, én ebben dolgozom, és ettől nagyon messze állnak a beteg gyermekek, meg a kórház.

Réthelyi Miklós többször előjött az ötlettel, aztán a végén ráálltam. Az idősebbik Szócska Miklós, a Szabadsághegyi Gyermekgyógyintézet osztályvezető főorvosa segítségével szerveztük meg az első, csak asztmásokból álló gyermekcsoportot nyári tábor formájában a Margitszigeti Sportuszodában. Volt ott közel 30 gyerek, és a tábor végén jelezték a szülők, hogy folytatni szeretnék az úszást. Eljutottunk oda, hogy már tudtak úszni a gyerekek, ezért meg kellett szerveznem a középhaladó és a haladó gyerekek úszását. Közben a Szabadsághegyi Gyermekgyógyintézetben a szülők szinte verték Szócska főorvos ajtaját, hogy küldje el úszni az ő asztmás gyermeküket is.



A módszernek híre ment, és *A Hét* című, akkoriban nagy nézettségnek örvendő műsorban volt velünk egy 20 perces riport, ami után országosan ismertté váltunk. Rövid idő után abba a helyzetbe kerültem, hogy döntennem kellett: az öttusa vagy az asztmás úszás, mert túlnőttük a kereteket, és nem tudtam a kettőt együtt csinálni. Végül az asztmás úszás mellett döntöttem.

– A kívülálló azt gondolná, hogy a gyógyítás oktatásához gyógyászati képzettségre is szükség van.

– Réthelyi Miklós addigra már – szinte tiszteletbeli medikusként – kiképzett engem, különórákat adott mindenféle anatómiai preparátumokkal, és a tüdővel kapcsolatos összes tudnivalót megtanította.

– **Milyen szempontok szerint épül fel az Ön gyógyúszó programja?**

– A részletes edzésprogramot *Szentágotthai Klárával* közösen alkottuk meg, aki rögtön elvállalta a csapatorvosi feladatok ellátását is. Láttuk azt, hogy a futás a leginkább kritikus mozgásforma, főként eközben léphet fel a terhelés okozta nehézlégzéses roham. Ez azonban vízben nem váltódik ki. Feltételeztük azt is józan paraszti ésszel, hogy azért nem, mert vízszintes testhelyzetben a mellkasra nehezedő víznyomás segíti a kilégzést, és ezért célszerű a hátúszást választani. A kialakított edzésmodellben fontos volt az, hogy a vízben megszerzett, nehézlégzéstől mentes helyzetet átvigyük a szárazföldi mozgásformákra is. Ezért vettük be a programba a síelést – ami egyben klímaterápia is – és a tornatermi edzést játékos formában, amikor a labdajátékok közben a gyerekek elfeledkeznek arról, hogy egy kritikus mozgásforma, a futás is szerepet kap. Nagyon jól meg tudtuk szervezni, hogy a futómunka után közvetlenül kezdjük az úszást, a gyerek a tornateremből egyből jött be úszni, és ez megoldotta a terhelésre kiváltódó nehézlégzéses roham kérdését is.

– **Milyen tudományos vizsgálatokat végeztek a gyógyúszás kapcsán?**

– *Endre László* főorvos küldött úszni óvodáskorú gyerekeket a Budai Gyermekkórházból, akikkel a Komjádi uszodában tartottunk foglalkozást. Akkoriban ott edzettek a később nemzetközi hírű úszóink, és a *Hargitai Andrással* meg a *Sós Csabával* csináltam egy kísérletet. Egy könnyen összenyomható gumicsővel elkezdtük mérni ezeknél az úszóklasszisoknál, hogy mekkora az a víztömeg, amin még keresztül tudják fújni a levegőt. Ez a víznyomás reciprokban nehezedik a mellkasra. Meglepő volt, hogy milyen kicsi az a távolság a csőben, amit még át tudtak fújni. Tehát a víznyomás, ami a mellkasra nehezedik, az nagyon jelentős. Mindezt leírtuk egy tudományos közleményben, ami megjelent a *Pediatric Pulmonology* című szakfolyóiratban, de szerintem sokan nem értették, és mind a mai napig nem értik ezt a nagyon egyszerű dolgot.

Ugyanis ez magyarázza azt, miért az úszás és azon belül is a hátúszás az az edzésforma, amivel ebben a kórképben esélyünk van előrelépni. Az egész úszásoktatási módszerünk, az úszógumis trükk erre épül, és ezért áll a hátúszás az oktatásunk középpontjában. Ez azóta is működik, kiváló sportolók is kikerültek ebből az úszóiskolából, de nem ez volt a cél, hanem kizárólag az, hogy ezek a gyermekek egészséges életet tudjanak élni. Számomra az volt a legfontosabb, hogy ezeknek a gyerekeknek az életmódjába beépüljön a testnevelés, ami aztán meghatározta felnőttkorukig az egész életvitelüket. Úgy gondolom, hogy végző soron nagy sikert értünk el.

– **A gyermekpulmonológusok hogyan fogadták az Ön módszerét?**

– Szerintem értetlenül, de mivel mindig visszaküldtem a gyerekeket az orvosukhoz, soha nem szakítottam meg az orvos–gyerek kapcsolatot, és így az orvosok esetleges paraszolvenciája nem veszett el, ezért aztán kialakultak jó kapcsolatok. Sőt, kimondottan baráti kapcsolatok is kialakultak, például *Endre László* főorvossal, de nagyon szerettem *Szócska Miklós* főorvost is, végig nagyon jó viszonyban voltunk.

Van olyan főorvosnő, akinek négy betege járt hozzám, de mind a mai napig nem érti, hogy mit csinálunk. Képtelen az orvosi csőlátásból kiszabadulni, csak receptfelírásban és gyógyszerben gondolkodik. A klímaterápiáról már hallott, és azt mondja, hogy az biztos jó, de az úszásig már nem jut el, és csakis a fonendoszkópján keresztül tudja elképzelni a tüdőgyógyászatot. Egyébként pedig egy tündéri, kedves hölgy, baráti kapcsolatban vagyunk, én tanítottam meg síelni, de azt, hogy mi mit csinálunk az uszodában, azt nem érti. Én meg azt nem értem, hogy mi az, ami ebben érthetetlen. Itt nincs semmi extra tudomány, itt csak józan paraszti ésszel megalkotott teóriák vannak, olyanok, amiket a gyakorlatban is alkalmazunk.

– **Tanár Úr, honnan ered az Ön elszántsága, céltudatossága?**

– Az egész életemet végigkísérte egyfajta megbélyegzettség azért, mert deklasszált elemnek minősítettek engem és a családomat, és soha nem voltam mozgalmi ember. Nagyon szeretetteljes családi háttérrel volt, de különösen az a nagyapám állt közel hozzám, akivel a Hortobágyon el voltunk különítve a bikaistállóban. Ő számomra olyan maradandó, életre szóló indíttatást adott, amit nem is akarok elfelejteni. Nagyon imponált nekem az ő huszár múltja. Századparancsnok volt, végigharcolta az első világháborút, a legmagasabb kitüntetésekben részesült, de ettől nem szállt el, tudta kezelni a helyzetet. Ő nagyon elszánt volt a munkájában, magas szinten értett a gazdálkodáshoz, és földbirtokosként nagyon jövedelmezővé tette a gazdaságát – egy 300 holdas jonatános almást meg 800 hold szántót –, amit aztán a téveszesítés idején tönkretettek. Magyar viszonylatban ez középbirtoknak számított, és nagyon jó helyen volt, Szatmárban, kiváló talajadottságokkal.

Soha nem volt kérdés a családban a magyarságtudat, a magyarság kérdésében nem volt megalkuvás. Emiatt például fel sem merülhetett, hogy én úttörő legyek. A magam részéről sem álltam volna elő ilyen kéréssel, de a másik oldalról már korábban elhangzott, hogy „te nem lehetsz úttörő, mert te egy kitelepített gyerek vagy”. Ez mind a mai napig bennem maradt. Nagyon töményen

kaptam ezt, nem kellett tételt húzni, hanem az életvitel, amiben élünk, az állandó mesék, a szüleim tapasztalatai tanítottak. Meghatározóak voltak azok az igazságtalan támadások, amik bennünket értek, és ahogyan megtanultuk elviselni azokat.

Ahogy öregszem, egyre nehezebben viselem el azt, hogy a birtokainkat elvették, és a mai napig semmilyen politikai szándék nem mutatkozik arra, hogy kárpótolják azt a kismemesi réteget, ami akkoriban a nemzet gerince volt, és amiből én is származom. Ez sokféleképpen magyarázható, de attól ez még tény. Hagyni kipusztulni ezt a réteget, és teljesen leszorítani a pályáról azt az erkölcsiiséget, amit mi képviselünk, az szinte már bűn.

– Hogyan hatnak ezek a történelmi előzmények az Ön mindennapi munkájára?

– Amikor én tanárként azt mondom a gyerekeknek és a kedves szülőknek, hogy itt nincs „liberális prűntyögés”, akkor azzal nem a liberálisokat akarom bántani, csak azt próbálom kifejezni, hogy az a pedagógia, amit ők képviselnek és a magyar iskolarendszerben megjelenik, az bűn a nemzet ellen. Tönkretesszük vele a teljes ifjúságot, mert nincs a tanárok kezében fegyelmezési eszköz, fegyelem nélkül pedig minden munka semmit érő. Érdekes, hogy én egy elszigetelt kis helyen meg tudom követelni a tanítványoktól a pontosságot. Nincs az, hogy akkor jövök, amikor akarok, mert a harmadik esetenél úgy vágom ki az illetőt, mintha ott se lett volna. Én ezt tartom természetesen, de ez a mai világban korántsem természetes.

– Hogy jutnak el Önhöz a tanítványok?

– Egyik a másikat küldi, szájhagyomány útján terjed a gyógyúszás híre. Emellett vannak olyan orvosok, akik rendszeresen küldenek betegeket.



– Tanár Úr, hogyan lehet lemérni a gyógyúszás eredményességét?

– Az eredményességet a szülő méri le. Nincs olyan hülye szülő, aki forszírozna bármit, ami árt a gyerekének és látja, hogy rossz. Persze vannak neuralgikus pontok: a középfül, az arcüreg és a homloküreg betegségei. Sok orvos szeret gyors eredményt elérni, ezért gyorsan felszúrja és kimossa ezeket az üregeket. Ezzel aztán kész, elvette a gyerekeknek az úszással kapcsolatos jövőjét, mert ez állandóan visszatérő krónikus gondot okoz.

– Milyen életkortól javasolható a gyógyúszás?

– Alapvető kérdés minden oktatás esetén, hogy az oktató feladata testileg és lelkileg érett legyen a delikvens. Ötéves kor az a határ, amikortól már nagy valószínűséggel oktatható a gyerek, ennél korábban nem szabad elkezdni az úszást. Vannak persze olyanok, akik szerintem a szülői hiszékenység vámszedői, például csecsemőúszás esetén. A csecsemőúszásnál ártalmasabb dolog kevés van a világon. A csecsemő még nem érett az úszásra, én csecsemőt megtanulni úszni még egyet se láttam. Az meg, hogy egy közösségi medencébe mártogassuk a csecsemőt és fürdetgessük...

– Mire a legbüszkébb az eddigi pályafutásából?

– Arra, hogy a régi tanítványok hozzák vissza a gyerekeiket, és arra, hogy a régi tanítványokkal nagyon jó baráti viszonyban vagyok.

– Említette, hogy több híres ember is van köztük.

– Igen, és nem is kevesen. A tanítványunk volt *Katona István* biológus, a Magyar Tudományos Akadémia Kísérleti Orvostudományi Kutatóintézetének tudományos főmunkatársa, agykutató, és a beszélgetésünk elején említett *Réthy János*, aki szintén kutatóorvos lett.

Számos élsportoló is van a tanítványaink között. *Bóta Kinga* olimpiai ezüstérmes és tizenegyszeres világbajnok kajakozó, aki hozzánk jött edzőnek, és nagyon okosan, szeretetteljesen foglalkozik a gyerekekkel. Büszkéek vagyunk *Fekete Bozsána* válogatott kézilabdázóra is. *Péni István* és *Almási Dániel* sportlövő magyar bajnokok pedig jelenleg is látogatják az edzéseket.

– Az Országos Egészségbiztosítási Pénztár hogyan viszonyult az Ön által kidolgozott metodikához?

– Az ügyünket kezdetben *Csehák Judit* támogatta. Felkerestük őt *Szentágothai Klárával*, elmondtuk neki, mit csinálunk, és hogy nagyon nehéz talpon maradni állami támogatás nélkül,

mert túlnőttünk az önköltséges tanfolyami működés keretein. Ő felkarolta a kezdeményezést, és azt mondta, hogy ez olyan gyógmód, amit be kell tenni a társadalombiztosítás kötelező finanszírozási körébe. Igen ám, de a bürokraták nehezen találtak megfelelő rovatot ehhez a tevékenységhez. Jó barátom volt *Frenkl Róbert*, a Testnevelési Főiskola Sportorvosi Tanszékének vezetője, aki akkoriban benne volt valamelyik társadalombiztosítási bizottságban, és ő elmagyarázta, hogy az elképzelésünk jó, de amatőrök vagyunk az államigazgatás útvesztőiben. Hosszútávon ez csak akkor fog működni, ha van a társadalombiztosításon belül egy dossziéja, és van egy költségvetési rubrika, amibe ezt bele lehet tenni. Ő javasolta, hogy legyen a tevékenységünknek „gyógyúszás” a neve, és így bekerült a gyógyfürdő szolgáltatások közé. Nem sokkal később *Csehák Judit* felkért arra és anyagi forrást is biztosított, hogy képezem ki az országban a gyógyúszásoktatókat. Ennek köszönhetően mára eljutottunk odáig, hogy nincs olyan megye, ahol ne lenne gyógyúszás.

– **Jelenleg milyen a gyógyúszás finanszírozása?**

– A gyógyfürdő szolgáltatások *felőtt* és *egyéni* szolgáltatások, és eszerint van kialakítva a finanszírozási rendszerük. A mi tevékenységünk viszont *gyermek* és *csoportos*. Még azonos betegségcsoportban is egészen más egy felnőttgyógyászati eljárás, mint egy gyermekgyógyászati, akkor hogyan lehetne a gyógyúszás esetén a felnőtt, egyéni gyógyfürdő szolgáltatás kritériumait ráerőltetni a csoportos gyermekfoglalkozásokra?

Tehát ez így nem működtethető. Ez az egész a gyógyfürdő szolgáltatások felnőtt válfajára van kidolgozva. Benne van persze az is, ami a gyógyúszásra vonatkozik, de azt nagyon nehéz kihámozni belőle. Ezeket a részeket ki kell preparálni a szövegből, és amikor ezt megtettük, akkor jövünk rá arra, hogy milyen elszúrt gondolatok vonatkoznak a gyógyúszásra. Ilyenkor aztán megpróbálunk valami döntéshozó szervezettel kapcsolatba kerülni, akik általában igyekeznek lerázni bennünket.

– **A régi tanítványok vagy a szülők kapcsolatai nem tudták előbbre vinni az ügyet?**

– Barátságunkra tekintettel és a rendkívüli leterheltségét látva nem akartam ezzel a problémával letámadni *Réthelyi Miklóst*, amikor kinevezték miniszternek. Talán ha mégis megteszem, és szaktanácsadóként megbíznak a gyógyúszás szabályzatának rendbetételével, akkor helyre lehetett volna pofozni néhány egyszerű és közérthető szabályozóval, ami mindenkinek az öröme lett volna. A cél az, hogy minél több gyerek jusson hozzá a gyógyúszáshoz, és ne vegyék el a családoktól ezt a lehetőséget a túlbonyolított adminisztrációval.

– **Mit üzenne a döntéshozóknak?**

– Hogy józan paraszti ésszel kellene gondolkodni, nem szabadna teljesen feleslegesen paragrafusokat gyártani, és meg kellene ismerniük azt a gyakorlatot, ami a valóságban zajlik. Ennek megfelelően az első lépés a valóság megismerése lenne, aztán jöhetne a működőképes szabályzatok kidolgozása, ami a gyógyúszás vonatkozásában egyszerű, tehát nem kellene túlbonyolítani.

– **Tanár Úr, milyen tervei vannak a közeljövőben?**

– A legfőbb gondom mindig az volt, hogy nincs hivatalosan gyógyúszásra kijelölt uszoda. Mindig harcolnom kellett az uszodai férőhelyekért, és mindig csak a szabad vízfelületekhez igazítva tudtam valamit szervezni. A legjobbnak hitt összeköttetések is kevésnek bizonyultak ahhoz, hogy saját helyet kapjak, pedig a gyógyúszás megérdemelt volna egy uszodát Magyarországon.

Talán még mindig naív vagyok, de nem mondtam le az uszodaszerzésről. Egy kívülálló számára talán nem érthető, hogy mit ácsingózok én itt, hiszen évtizedeken át egy nagy intézménynek, a Budapesti Gazdasági Főiskolának voltam a tanszékvezető tanára, amit jóval magasabban jegyeznek a társadalmi ranglétrán, mint az uszodában végzett munkámat. De nekem az úszásoktatás nélkül nem teljes az életem.

– **Milyen lenne az optimális uszoda?**

– Ez olyan műszaki kérdés, amire nehéz jó választ adni. Kevés az olyan uszoda Magyarországon, ami a mi szakmai szempontjainknak megfelel. Az 50 méteres, nagy úszómedencékben hideg a víz, fáznak a gyerekek, és a gyógyúszást ilyen medencében meg sem lehet csinálni, mert hanggal nem tudom betölteni a medence túlsó oldalát.

Nekünk nem egy ilyen drága létesítményre lenne szükségünk, hanem egy olyan 25 méteres medencére, ami- ben öt pályán több csoporttal lehet egyszerre dolgozni, az edző a hangjával be tudja tölteni, a távolság nem beláthatatlan. A vízhőfok 28–31 °C, mert a kicsiknek, a kezdő úszóknak nem a mély vízben való tartózkodás az ellenfél, hanem a hideg víz. A mélység problémáját megoldom az úszógumival, az az én szakmai feladatom. Mindehhez olyan öltözői háttér, zuhanyozók, mellékhelyiségek kellenek, amivel egyszerre 3-4 csoport uszodában való tartózkodása biztosított. Ilyennel sajnos még nem találkoztam Magyarországon.

– **Tanár Úr, mivel tölti a szabadidejét?**

– A kutyámmal, egy erdélyi kopóval. Ő a legkedvesebb barátom, és nem biztos, hogy mindenki maximálisan egyetértene azzal, ahogyan kezelem. Ez egy abszolút elkényeztetett kutya, mindent szabad neki, de szót fogad, mert ha én mondom neki valamit, akkor az történik. ■