

דעאל שלו – הסוד הקדמוני

ערב אחד הרמתם את הטלפון וזה קרה. שיחת הדאגה השבועית מאמא .
אמא: "הרופא אמר היום לאבא שהוא חייב כדורים נגד לחץ דם. תגיד, זה לא יתנגש לו עם הסטטינים?"
גם אם זה לא קרה לכם עדיין, הסיכוי שמשוהו דומה יתרחש הוא כמעט מוחלט. 90% מהאנשים מעל גיל 60 לוקחים תרופות באופן כרוני. רובם, דרך אגב, בריאים לחלוטין והכדורים ניתנים להם רק כמניעה. מניעת התקפי לב. מניעת יתר לחץ דם. מניעת סכרת. מניעת דמנציה. מניעת אתם-תחליטו-מה .
הסיבה היא שכולם רוצים שנשאר בריאים ושנחיה לנצח. לכן אנו מוקפים כל העת במידע רפואי ובהמלצות מעשיות המתחדשות כל העת. רשויות הבריאות ממליצות לאכול "לפחות שלוש מנות ירק ביום", מדורי הבריאות ממליצים על שתיית כוס יין אדום כהגנה על הלב (אנטי אוקסידנטים), הרופא ממליץ על לקיחת סטטינים להורדת הכולסטרול ("אתה בקבוצת סיכון כי לאבא שלך היה התקף לב"), והאחות בקופת החולים ממליצה לנו לצמצם צריכת מלח. כולם רוצים אותנו בריאים ומאושרים והכי טוב: ממושעים ובולעי כדורים לתיאבון .

האדם הסביר מאמין שההמלצות הללו מיוסדות על עובדות, מחקרים וממצאים. כלומר, שהיתה תיאוריה מדעית (למשל: לחץ דם מעל 120 מסוכן לנו ללב), וממנה נגזר רעיון טיפולי (הפחתת לחץ הדם תפחית את תחלואת התקפי הלב) ואז עשו ניסוי קליני (נתנו לחלק מהאנשים תרופה ולחלק פלצבו ובדקו מהו ההבדל בתחלואה ובתמותה) ולאורו הממצאים החד משמעיים, המליצו על טיפול מונע (כדורים). והופ, נהפוך לבריאים .

עד כאן אמונות.

אבל אולי זה לא כך?

לאדם הסביר אין הרי שום דרך לשפוט את הדברים. אנו לא קוראים מחקרים ולא שותפים באיגוד הקרדיולוגים ולא חברים בוועדת סל התרופות. אז אנו מרגישים שאין לנו ברירה אלא לקחת את דבריו של הרופא כתורה מסיני. הוא הרי בטח יודע.

אבל אולי גם הוא סומך על אחרים. שסומכים על אחרים. ושאין מאחור מאומה ?

מול עומס המידע הבריאותי, ספרו של ד"ר קנדריק הוא קרן אור באפלה. הוא משדר צליל צלול וברור ברעש ובהמולה של הכדורים וההמלצות. ובעיקר, הוא מדריך מעשי נהדר וממוקד כדי לעזור לנו הבדיל בין המוץ לתבן, בין אמת לבין בדיה, בין ממצאים קליניים לבין כותרות צעקניות שאין ביניהן ובין המציאות ולא כלום. ראשית, קנדריק הוא רופא בריטי מצחיק. וככזה, הוא ציני, מדויק, חריף וקולח. קנדריק מאפשר לנו הצצה נדירה אל מאחורי הקלעים של הכותרות והמיתוסים. באיזמל מנתחים הוא מראה לנו שלב שלב כיצד נולד מיתוס וכיצד הוא מתקבע בתודעה הציבורית, רק בגלל אינטרסים צרים של חברות תרופות וחמדנות של מקבלי שלמונים. קנדריק הוא לא פרנואיד ולא אנטי ממסדי. הוא דווקא בא מלב המערכת ועובד כרופא בבית חולים באנגליה, אבל הוא מרים עבורנו את המסך ונותן לנו כלים מעשיים כדי לשפוט בעצמנו האם כדאי להקשיב להמלצה או שזו המצאה בעלמא .

כיף לקרוא את הספר הזה ועוד יותר כיף, לתפוס את הראש ולהבין באמת .

בעיני, זהו ספר חובה לכל אדם שחש אחריות על בריאותו, ולכל אדם העובד במערכת הבריאות. זהו ספר שמצד אחד קשה להגזים בחשיבות שלו, ומצד שני, קשה שלא להנות ממנו .

רפואת יתר היא ספר חובה בארון הספרים שלכם !

רק תהיו לי בריאים.

דעאל שלו

להזמנת הספר בעברית היכנסו לאתר מימונה בכתובת:

www.mimoonna.co.il/Projects/3761