

ZA SPLNENIE ROZKAZU MNO ČÍS. 20/1963, O PREHLBENÍ ZDRAVOTNÍCKEJ STAROSTLIVOSTI O PRÍSLUŠNÍKOV ČSLA

Plukovník MUDr. Fridrich KUCHÁR, MNO-HT/ZS

„Je třeba, aby můj rozkaz č. 20/1963 byl plněn v družném úsilí velitelů, stranickopolitických orgánů a zdravotníků. **Rozhodující úlohu musí sehrát příslušníci zdravotnické služby.** Jaký tón budou zdravotničtí pracovníci v práci udávat, jaká bude jejich iniciativa a aktivita, tomu uměrné budou i výsledky.“ To sú slová ministra národnej obrany armádneho generála Bohumíra Lomského, ktoré predniesol vo svojom prejave pri zahájení vedeckej konferencie pri príležitosti 25. výročia trvania Ústrednej vojenskej nemocnice v Prahe v dňoch 17.—18. X. 1963.

—o—

Pre správne pochopenie obsahu a významu RMNO č. 20/1963, o prehlbení starostlivosti o zdravie príslušníkov ČSLA, treba predom uviesť, ako a prečo bol tento rozkaz vydaný.

V r. 1963 kolégium MNO veľmi podrobne rozoberalo zprávu zdravotníckej správy o zdravotnom stave vojakov z povolania a vývoji nemocnosti. Niekoľkoročné štatistické sledovanie zdravotného stavu presvedčivo ukázalo, že zdravotný stav vojakov z povolania nie je celkom uspokojivý a neodpovedá súčasným možnostiam starostlivosti o zdravie.

Najčastejšie choroby, ktoré spôsobujú porušenie zdravotného stavu vojakov z povolania, sú tieto:

1. choroby tráviaceho ústrojenstva, predovšetkým vredová choroba žalúdka a dvanástorníka;
2. choroby srdca a obehového ústrojenstva, predovšetkým pretlaková choroba, kornatenie koronárnych tepien a infarkty myokardu;
3. choroby nervového ústrojenstva, predovšetkým neurózy najrôznejšej etiologie;
4. choroby a katary priedušiek a ďalšie.

Je pozoruhodné, že uvedené choroby sa vyskytujú už v pomerne mladom veku. Častejšie sa vyskytujú u štábnych pracovníkov, predovšetkým na centrálnom úrade, menej u príslušníkov vojsk. Pomerne najviac sú týmito chorobami postihnutí príslušníci týlových služieb, z nich najviac príslušníci zdravotníckej služby a politickí pracovníci.

Sú to choroby a stavy, ktoré možno poväčšinou zaradiť do skupiny kortikoviscerálnych porúch. V etiologii a progresii týchto chorôb má podľa skúseností lekárskej vedy rozhodujúcu úlohu predovšetkým:

— nesprávny spôsob života a práce, daný charakterom zamestnania,

- nesprávna organizácia práce a pracovný štýl,
- nepriaznivé pracovné podmienky,
- celý režim dňa i života vôbec a iné.

Tieto príčiny podmieňujú choroby, ktoré sa rozhodujúcou mierou podieľajú na porušovaní zdravotného stavu vojakov z povolania, ovplyvňujú ich fyzickú zdatnosť i duševné schopnosti a zkracujú produktívny vek vojaka z povolania. Pritom sú to príčiny, ktoré je možno odstrániť, alebo aspoň v podstatnej miere ovplyvniť, a to ako správnymi a komplexnými preventívnymi opatreniami, tak i celým komplexom opatrení v organizátorskej a riadiacej práci našich veliteľských orgánov.

Ak chceme odstraňovať príčiny, ktoré najčastejšie vedú k porušovaniu zdravotného stavu, musíme ich poznať a i bližšie analyzovať. Najčastejšie príčiny, ktoré sa rozhodujúcou mierou podieľajú na vzniku a progresii kortikoviscerálnych a iných porúch ako i chorôb, sú tieto:

1. Pracovný štýl:

Predovšetkým je to nárazový a nesystematický pracovný štýl, postrádajúci optimálny pracovný rytmus. Jeho príčinou, najmä na štáboch, sú krátke termíny pre splnenie často veľmi dôležitých úkolov, časté menenie daných termínov. Inokedy zasa pre neujasnenosť počiatkovej koncepcie pri zadávaní práce dochádza k zbytočnému prepracovávaniu, a tak i zdvojovaniu i ztrojovaniu pôvodného úkolu. To vedie k nárazovej práci a napokon k nedostatkom v plánovaní a v organizácii práce a k stressovým situáciám. Sem patria u niektorých útvarov a štábov ešte prežívajúce zlozvyky, ako prejednávanie i nedôležitých úkolov po pracovnej dobe, niekedy i v sobotu popoludní a večer, ďalej preťahovanie služobných shromáždzení, pracovných porad, schôdzí, aktívov apod.

Pritom často nie sú vytvárané odpovedajúce podmienky pre primeraný odpočinok a tým aj pre reprodukciu duševných síl a schopností. Takýto nesprávny pracovný štýl vedie k stálemu duševnému vypätiu, sústavnému preťažovaniu, duševným stressom a napokon k predčasnemu vyčerpaniu, k chronickej únave a porušeniu činnosti centrálnnej nervovej sústavy. Sústavné porušovanie činnosti centrálnnej nervovej sústavy sa napokon prejavuje zvýšeným výskytom chorôb, predovšetkým ústrojenstva obehového a zažívacieho, najmä pretlakovej choroby, kornatením koronárnych tepien srdca a narastajúcim počtom infarktov myokardu. Dôležitý zástoj tu má i sedavý spôsob života s následnými poruchami látkovej výmeny.

Je vedecky dokázané, že uvedené choroby najviac ohrozujú práve duševných pracovníkov, najmä so zodpovednými a termínovanými úkolmi, a tých, ktorí pracujú s nárazovým duševným vypätím. Tomu nasvedčuje i frekvencia výskytu týchto chorôb u jednotlivých skupín príslušníkov našej armády.

2. Dlhá pracovná doba:

Bezprostredne súvisí s pracovným štýlom a organizáciou práce. Vyskytuje sa u štábných pracovníkov, u ktorých je podmienená náplňou a zodpovednosťou práce a jej rozsahom, ale vyskytuje sa i u vojakov z povolania zaradených u vojsk. U jednej i druhej skupiny je dlhá pracovná doba podmienená nielen charakterom vojenskej služby ako takej, ale i organizáciou práce a faktormi uvádzanými v predchádzajúcom bode.

Dlhá pracovná doba vyplýva i z nesprávneho výkladu zákona č. 76/1959 Sb., o úprave služobných pomerov vojakov z povolania. Z tohoto zákona sa využíva predovšetkým neobmedzenosť pracovnej doby a zabúda sa na iné ustanovenie citovaného zákona, upravujúce povinnosti veliteľov zabezpečiť podriadeným dostatok odpočinku a času pre kultúrne vyžitie, pre vzdelávanie a pre reprodukciu duševných síl a schopností vôbec.

Treba pamätať i na to, že veľké percento vojakov z povolania pri svojom zamestnaní si dopĺňa svoje vzdelanie, mnohí diaľkove študujú na vojenských školách a akadémiách. A niet snáď dôstojníka, ktorý by nebol zapojený do politického a verejného života v mieste svojho bydliska.

Ak spočítame všetky tieto povinnosti vojaka z povolania, v skutočnosti mu ostáva len nepatrný zlomok času pre reprodukciu pracovných síl a schopností. Zákonite potom musí dojsť k predčasnemu vyčerpaniu organizmu, čo už samo o sebe môže byť chorobným prejavom, a to tým viac, že práve takíto bojujú proti únave cigaretou, čiernou kávou a čo horšie i rôznymi farmakami. To pochopiteľne len ďalej prehĺbuje „rozpory“ v organizme a urýchľuje vznik choroby.

3. Neurotizácia:

Výzkumy mnohých autorov ukazujú, že neurózy a neurotické stavy bývajú častejšie u duševných ako u manuálnych pracovníkov. Človek, ktorý žije v napätí, skôr sa vyčerpáva a skôr u neho dôjde k únave, vyčerpaniu a prepracovanosti. To sa prejaví vegetatívnymi obtiažami, cievnymi a zažívacími poruchami, porušením duševnej rovnováhy.

Príčiny a zdroje neurotizácie môžu byť rôzne:

a) Predovšetkým sú to **osobné vzťahy medzi ľuďmi**, medzi náčelníkmi a podriadenými, ktoré súvisia so situačnými a inými konfliktmi. Dobre známy význam a účinok slova je v praxi málo využívaný. Vzťahy medzi ľuďmi musia byť taktne, zdvorilé, vlúdne, súdružsky teplé. To všetko nevylučuje vo vzájomných vzťahoch pravdivosť a i náročnosť. Vo vzájom-

ných vzťahoch a pri hodnotení ľudí treba sa zbaviť nedôverčivosti, podozrievavosti a iných prežitkov, tak trpkých z doby kultu osobnosti. Treba správne pochopiť a v praktickom denom živote uplatňovať zásady našich poriadkov a predpisov o veliteľskej náročnosti a otcovskej starostlivosti.

- b) Ako zdroj neurotizácie prichádza do úvahy i existenčná neistota časti vojakov z povolania, najmä ak sa domnievajú, že na danú funkciu svojimi schopnosťami, vzdelaním alebo pre svoj zdravotný stav nestačia.
- c) Dôležitým faktorom je i nerešpektovanie vnútorného režimu pri vzájomnom styku a kontaktáciách pracovníkov navzájom a iné príčiny, ktoré vyrušujú pracovníka a vedú k porušovaniu jeho pracovného stereotypu.
- d) Tieto stavy sú ďalej zhoršované návykom na rozmanité civilizačné škodliviny.
- e) Neurotizáciu podporujú i nevhodné pracovné podmienky. Pre výkonnosť duševného pracovníka a rýchlosť nástupu únavy majú veľký význam i hygienické podmienky pracovného prostredia. Základným požiadavkom je čo najmenšia hlučnosť, dobré osvetlenie, príjemné prostredie a dostatok čerstvého vzduchu, neznečisteného cigaretovým dymom.

4. Dôležitú úlohu má i **nesprávny režim života mimo pracoviská**, daný proti iným kategóriám tzv. administratívnych povolani ešte radou iných faktorov, špecifických pre vojenskú službu, ako: odlúčenosť vojakov z povolania od rodín, nepravidelné stravovanie, pri poľných cvičeniach nedostatok odpočinku a spánku, nepravidelnosť spánku, časté budenie apod.

5. Ďalej je to **neúčast na služobnej a záujmovej telovýchove**, nezujem o masovo športovú činnosť; to vyplýva predovšetkým z nepochopenia významu a poslania telovýchovy pre zdravie. No niekedy je príčinou neúčasti na telovýchove zlá organizácia práce, kedy nie sú vytvárané podmienky nielen pre masovo športovú činnosť, ale ani pre služobnú telovýchovu, nariadenú rozkazom ministra pre výcvikový rok a plánovanú v služobnej dobe.

S touto skutočnosťou súvisí i veľmi nebezpečný jav, na ktorý musia hlavní lekári dôrazne upozorňovať veliteľov, a to je prezkúšovanie telesnej zdatnosti vojakov z povolania bez akejkoľvek predchádzajúcej prípravy. Pri tom často dochádza k rozmanitým úrazom až k ťažkým poškodeniam organizmu.

6. Jedným z ďalších faktorov je **nerespektovanie zásad racionálnej výživy**. Predovšetkým je to nevhodné zloženie potravy, v ktorej prevažujú glycidy a tuky. Strava pripravovaná vo VZK je často biologicky málo hodnotná, obsahuje málo čerstvej zeleniny, mliečnych výrobkov a ovocia. Pri tom treba zdôrazniť, že snahy po z kvalitnení stravovania vo VZK často narážajú na nepochopenie strážníkov, ak treba čo i len nepatrne zvýšiť poplatok za stravu.

Základnou normou dennej spotreby pre du-

ševného pracovníka je 2500—3000 kalórií. Veľmi záleží na pravidelnosti doby stravovania. Proces trávenia podporuje čistota, hygiena a kultúra stolovania, požívanie potravy bez zhonu a napätia. Nezáleží len na tom, čo človek je, ale i na tom, ako je. A v tom mnohé naše VZK sú odstrašujúcim príkladom.

Príslušní funkcionári zdravotníckej služby málo sa podieľajú na zostavovaní jedálnych lístkov vo VZK.

7. Vážnym problémom je i **dovolenka na zotavenie**. Zmena prostredia a oprostie od celoročných pracovných problémov privádza už samo o sebe zotavenie. Organizmus potrebuje dostatok času, aby sa preladiť na iný rytmus a ozaj si odpočinul. Ak si má človek po celoročnej práci odpočinúť, potrebuje niekoľkotýždennú dovolenku vcelku, alebo najviac rozdelenú na dve časti — v zimnom a v letnom období. Kúskovanie dovolenej po niekoľkých dňoch nevedie k zotaveniu.

Literárne údaje v posledných rokoch stále častejšie upozorňujú, že u chorôb srdca, cievneho ústrojenstva a niektorých iných popri riadnej dovolenke je potrebná i pravidelnejšia ozdravená starostlivosť alebo kúpeľné liečenie. Kapacita našich ozdravovien a vojenských kúpeľných ústavov v mimosezónnych mesiacoch nie je maximálne využívaná. Treba ju účelnejšie využívať tak v preventívnom, ako i kuratívnom slova zmysle.

V posilovaní zdravia hrá dôležitú úlohu i krátkodobá rekreácia v prírode, spojená s turistikou, športovaním a pohybom na čerstvom vzduchu. V súčasnej dobe sú zpracovávané smernice pre realizovanie krátkodobej rekreácie v armáde.

8. Jednu z rozhodujúcich príčin súčasného zdravotného stavu vojakov z povolania je treba vidieť i v **nízkej zdravotníckej uvedomelosti vojakov z povolania**, ktorí otázkam svojho zdravia a zdravia svojich podriadených venujú oveľa menej pozornosti ako napríklad vojenskej technike.

Tu treba niekoľko kritických slov i do vlastných radov. Na nízkej zdravotníckej uvedomelosti vojakov z povolania majú veľký podiel i vojenský lekári, ktorí zdravotníckej výchove venovali málo pozornosti, otázky zdravia a chorôb nevysvetľovali, málo iniciatívne a presvedčivo predkladali návrhy na príslušné preventívne opatrenia. Pravidelné lekárske prehliadky nevyužívali k individuálnym pohovorom s prehlíadanými, aby im na ich zdravotnom stave ukázali, k čomu vedie nedostatok pozornosti venovanej vlastnému zdraviu. Je neodpušiteľnou skutočnosťou, že mnohí vojaci z povolania i po niekoľko rokov neboli hlavným lekárom soznámení s vlastným zdravotným stavom. Obdobne tomu bolo i vo vojenských nemocniciach po komplexných lekárskejších vyšetreniach. To pochopiteľne len ďalej viedlo vojakov z povolania k podceňovaniu preventívnych lekárskejších prehliadok a vyšetrenia vlastného zdravia. To ich potom viedlo i k nepozornosti k zdravotnému stavu podriadených.

Toľko k najčastejším príčinám vyvolávajúcim najčastejšie sa vyskytujúce choroby. Nie sú to všetky príčiny. Je ich oveľa viac. Snáď u každého útvaru podiel uvedených a ďalších príčin bude rozdielny a bude záležať na funkcionároch útvaru, predovšetkým na hlavnom lekárovi, aby príčiny našli, tieto rozobrali a prijali i správne zamerané opatrenia, ktoré jedine prinesú úspech.

—o—

Vychádzajúc z rozboru zprávy o zdravotnom stave vojakov z povolania a o vývoji nemocnosti vydal minister národnej obrany rozkaz č. 20/1963, o prehlbení starostlivosti o zdravie príslušníkov ČSLA. Poznajúc „etiologiu“ tohoto rozkazu a pochopiac jeho obsah a význam, treba pristúpiť k jeho uskutočňovaniu. Náčelník zdravotníckej služby HT MNO v odbornej smernici pre výcvikový rok 1964 vytýčil plnenie RMNO 20/1963 ako jeden z hlavných úkolov vojenskej zdravotníckej služby v r. 1964 a ďalších.

RMNO č. 20/63 ukláda veliteľom a náčelníkom všetkých stupňov. A i keď nie je priamo určený príslušníkom zdravotníckej služby a im neukláda úlohy, predsa „pri plnení tohoto rozkazu rozhodujúcu úlohu musia zohrať príslušníci zdravotníckej služby“ (vid' citáciu z prejavu ministra NO v úvode článku). Aká bude úloha príslušníkov zdravotníckej služby vo výcvikovom roku 1964 pri plnení RMNO 20/1963:

1. Úlohou príslušníkov zdravotníckej služby je predovšetkým vysvetľovať, aký je súčasný zdravotný stav príslušníkov útvaru, zväzku, sväzu, štábu, a ukázať, že RMNO č. 20/63 je potrebným a logickým opatrením v boji proti najčastejším príčinám, ktoré sú zdrojom ochorení a porušení zdravotného stavu, čo vo svojich dôsledkoch vedie k zníženiu fyzickej pripravenosti našej armády.

V konkrétnych podmienkach útvarov treba hľadať najčastejšie príčiny, tieto analyzovať, poukazovať na ich dôsledky a potom navrhovať a zdôvodňovať potrebné preventívne opatrenia, a to tak v zdravotníckom chápaní slova zmyslu, ako i v organizátorskej a riadiacej práci.

Úloha veliteľa v súčasnosti nie je ľahká. Nároky na jeho pripravenosť a vedomosti s postupujúcou technizáciou armády, so zavádzaním nových druhov zbraní do výzbroja, nová organizácia jednotiek, stúpajúce nároky na bojovú pripravenosť a pohotovosť, deň zo dňa narastajú. K ovládnutiu tejto rozsiahlej problematiky má svoje odborné orgány, ktoré vychádzajú z obecného a navrhujú veliteľovi to svoje „zvláštne“ odborné. Takýmto odborným orgánom je i hlavný lekár alebo náčelník zdravotníckej služby príslušného stupňa. On musí, vychádzajúc z poznania zvláštností života armády, navrhovať svojmu veliteľovi, ako u útvaru uplatňovať pokroky lekárskej vedy pre upevnenie zdravia príslušníkov útvaru.

Veliteľské orgány je treba zoznámiť v potrebnom rozsahu s príslušnými zákonmi, vládnymi uzneseniami, rozkazmi a nariadeniami MNO,

ktoré pojednávajú o zodpovednosti vedúcich hospodárskych orgánov — v armáde veliteľských orgánov — za zdravie podriadených. V potrebnom rozsahu treba soznámiť i politických pracovníkov, útvarové organizácie KSC a zainteresovať i sväzákov.

2. Ďalej treba zlepšiť organizáciu, úroveň a obsahovosť zdravotníckej prípravy a výchovy tak, aby predovšetkým veliteľia a politickí pracovníci získali trvalé návyky a aby svojím osobným životom a celou svojou životosprávou boli príkladom podriadeným, pretože osobný príklad je jedným z rozhodujúcich faktorov výchovného procesu. Pochopiť význam a dôležitosť starostlivosti o svoje zdravie, budú sa patričným spôsobom starať i o zdravie svojich podriadených.

K tomu je ale treba i príkladnosti — a to predovšetkým — nás, príslušníkov zdravotníckej služby. V našej zdravotníckovýchovnej práci nedosahujeme úspechov často preto, že nami hlásané zásady bývajú veľmi často v príkrom rozpore s našim skutočným správaním v každodennom živote.

K akej tematike predovšetkým zamerať našu zdravotne výchovnú prácu:

- k významu prevencie, ktorá sa musí stať potrebnou súčasťou spoločenského vedomia každého nášho príslušníka; zásady prevencie vysvetľovať nielen obecné, ale predovšetkým na konkrétnostiach života útvaru;
- k problémom duševnej hygieny predovšetkým štábných pracovníkov;
- k významu služobnej telovýchovy a masovo športovej činnosti pre reprodukciu duševných schopností a fyzických síl, najmä u duševných pracovníkov, a pre aktívne posilovanie zdravia;
- v prevencii úrazov vychádzať z rozboru najčastejšie sa vyskytujúcich úrazov u útvaru a ich zdrojov a príčin s poukazom na následky;
- vysvetľovať zásady racionálnej výživy;
- vysvetľovať škodlivý vliv nikotínu, alkoholizmu pre zdravie;
- ďalšiu tematiku napovie hlavnému lekárovi pravidelné sledovanie života útvaru a zodpovedne prevádzaný rozbor zdravotného stavu a vývoja nemocnosti a úrazovosti.

Zdravotnícka výchova nesmie byť samoúčelnou, pretože takto nemobilizuje a nezískava ľudí do radov aktívnych bojovníkov za zdravie. Tematika zdravotníckej výchovy musí vychádzať z konkrétnej znalosti situácie u útvaru, pretože len vtedy je ľuďom blízka a získava ich.

Opätovne sa treba vrátiť k zdravotníckym aktívom a využívať ich dobrých skúseností z nedávnej minulosti.

3. Rozbory zdravotného stavu a nemocnosti:

Sledovanie a štatistické vyhodnocovanie zdravotného stavu a nemocnosti nie je samoúčelné. Je podkladom k rozboru zdravotného stavu, k odkrývaniu kladných i záporných faktorov ovplyvňujúcich zdravotný stav a napokon vedie k pri-

jatiu správnych a odôvodnených preventívnych a liečebných opatrení.

Na stupni pluku má hlavný lekár informovať veliteľa pravidelne každý týždeň o počtoch denne hlásiacich sa chorých, o počte denne novoneschopných služby, o hygienicko-epidemiologickej situácii u útvaru, o realizácii pri predchádzajúcom doklade navrhnutých a uložených opatrení.

Ďalej musí veliteľa zoznámiť s priebehom a výsledkami iných periodických preventívnych opatrení, s výsledkami pravidelných lekárskeho prehliadok, s priebehom očkovania, s výsledkom rtg. prehliadok príslušníkov útvaru atď. Po prevedení komplexného lekárskeho vyšetrenia a po prejednaní záverov s náčelníkom príslušnej spádovej vojenskej nemocnice zoznámiť veliteľa s výsledkami a navrhnúť plán preventívnych a liečebných opatrení, ktoré vyplývajú zo záverov týchto vyšetrení.

Na stupni sväzku náčelník zdrav. služby má informovať veliteľa o zdravotnom stave príslušníkov štábu sväzku najmenej štvrtročne; komplexný rozbor zdravotného stavu za útvary sväzku a štáb doložiť vždy na záver výcvikového obdobia i návrhom na opatrenia. V priebehu výcvikového obdobia náčelník zdrav. služby sväzku má sledovať zdravotný stav a nemocnosť u podriadených útvarov, porovnávať dosiahnuté výsledky, a tak získať dostatok podkladov, aby pri doklade mohol veliteľovi doporučiť konkrétne opatrenia vzhľadom na zdravotnícku situáciu u jednotlivých útvarov.

Na stupni sväzu náčelník zdrav. oddelenia predkláda raz v roku súbornú zprávu o zdravotnom stave príslušníkov sväzu vojenskej rade veliteľa sväzu.

Pri dokladoch o zdravotnom stave na jednotlivých stupňoch neide len o numerické vyhodnotenie, i keď je potrebné. Predovšetkým treba hľadať súvislosti, prečo v tom alebo onom období, u toho alebo onoho útvaru je vyšší počet denne novo sa hlásiacich chorých, alebo denne novo neschopných služby, vyššia úrazovosť atp., pretože len na základe takejto precíznej analýzy možno navrhnúť účinné opatrenia a ich realizáciu dôsledne presadzovať.

Pravidelné lekárske prehliadky a komplexné vyšetrenia sú integrálnou súčasťou dispenzárnej starostlivosti. RMNO 20/63 ukláda povinnú účasť na prehliadkach a ostatných nariadených preventívnych opatreniach. V súčinnosti s veliteľskými orgánmi a náčelníkom spádovej vojenskej nemocnice treba vytvoriť vhodné organizačné podmienky, aby prehliadky a vyšetrenia boli prevedené včas a dôkladne pri najmenších časových ztrátach. V zdravotníckovýchovnej práci treba poukázať na dôsledky neúčasti na preventívnych prehliadkach. Veď v súčasnej dobe vyspelého socialistického zdravotníctva prichádzajú ešte do vojenských nemocníc pomerne mladí ľudia s pokročilým onemocnením, ktoré pri pravidelných prehliadkach mohlo byť už v začiatku podchytené a včas liečené, alebo prichádzajú in ultimis s inoperabilnými malignými tumormi a i.

Mnoho takýchto a iných príkladov možno uviesť, a to priamo z radov príslušníkov útvaru.

S každým prehliadnutým treba pohovoriť. Každý má právo vedieť, aký je jeho zdravotný stav a ako sa má ďalej pre upevňovanie svojho zdravia správať.

Je len pochopiteľné, že všetko, čo hovoríme vo vzťahu k zdraviu vojakov z povolania, je treba v príslušnej miere aplikovať i na starostlivosť o zdravie vojakov základnej služby.

4. Niekoľko slov k dovolenej na zotavenie, k rekreačnej a ozdravenskej starostlivosti a kúpeľnému liečeniu:

Hlavný lekár musí cestou veliteľa uplatňovať svoj vliv i na plán dovoleník príslušníkov útvaru a tento konfrontovať s požiadavkami, ktoré vyplynuli z rozboru zdravotného stavu. Hlavný lekár musí rozhodnejšie presadzovať pri rozdeľovaní rekreačných poukazov zdravotné dôvody. Doterajšia prax nasvedčuje tomu, že zdravotný stav bol jedným z posledných kritérií pridelovania poukazov na rekreáciu.

V spolupráci s odbornými oddeleniami vojenskej nemocnice musí hlavný lekár aktívnejšie navrhovať odosielanie príslušníkov útvaru do vojenských ozdravovní alebo na kúpeľné liečenie.

Hlavný lekár musí ľudí poznávať, predovšetkým v ich každodennom živote, pri práci, výcviku i odpočinku. Musí človeka poznávať a hodnotiť komplexne včítane jeho súkromia. Len potom môže zodpovedne konfrontovať jeho zdravotný stav so všetkými vplyvmi prostredia a i toto prostredie aktívne ovplyvňovať v prospech zdravia človeka. Aktívne musí vyhľadávať prepracovaných, vyčerpaných ľudí, v premorbidných stavoch a včas navrhovať potrebné opatrenia, či už pôjde o náhradné voľno, alebo vyšetrenie vo vojenskej nemocnici s následným odoslaním do vojenskej ozdravovne alebo do kúpeľného ústavu.

5. Hlavný lekár musí venovať viac pozornosti zdravotníckej výchove nižších veliteľov, ktorí v priebehu dňa i noci sú ustavične v spoločnosti svojich podriadených. Oni bezprostredne a ustavične môžu vplývať na ostatných a sústavne ich zdravotne uvedomovať. Pravidelnými kontrolami osobnej i kolektívnej hygieny môžu sa podstatnou mierou podieľať na vypestovaní trvalých hygienických návykov, ktoré pretrvávajú i do civilného života.

Ďalšie úkoly pre príslušníkov zdravotníckej služby vyplývajú už z vyššie uvádzaných príčin, ktoré najčastejšie vedú k porušovaniu zdravotného stavu. Je to okrem iného podiel hlavných lekárov na z kvalitňovaní stravovania v závodných kuchyniach, ich účasť v bytových komisiách a uplatňovanie zdravotných aspektov v pridelovaní rodinných bytov atď. V spolupráci s ÚO KSČ a ČSM musia sa podieľať i na vytváraní skutočných súdružských vzťahov medzi ľuďmi.

Niektoré špecifické úkoly, ako je dispenzácia, starostlivosť o pracovníkov rizikových pracovísk a niektoré ďalšie budú rozpracované v niektorom z nasledujúcich čísiel Vojenských zdravotníckych listov.

RMNO č. 20/1963 ukláda veliteľom podporovať úsilie hlavných lekárov a rešpektovať ich návrhy, smerujúce k upevneniu zdravia príslušníkov našej armády. Táto podpora bude o to väčšia, o čo zodpovednejšie budú príslušníci zdravotníckej služby plniť svoje úkoly a ako svojou výchovnou prácou a uplatnením správnych argumentov získajú pozornosť veliteľov a podporu stranícko-politických orgánov. To možno dosiahnuť len vtedy, ak hlavný lekár bude v pravom slova zmysle žiť životom svojho útvaru a dôkladne pozná celú problematiku výchovy a výcviku, pozná život ľudí a útvaru. Potom v družnej spolupráci veliteľov, politických pracovníkov a lekárov RMNO číslo 20/1963 splníme.