

Badaniomania

9 stycznia 2025

Minął czas, gdy z reklam patrzyły na nas niesamowicie wychudzone modelki, a czasopisma dla nastolatek i kobiet promowały dietę 1000 kcal. Ciałopozytywność i ciałożyczliwość coraz śміalej rozgaszczają się w social mediach i na ustach influencerów. Skupienie się na idealnej sylwetce odchodzi w przeszłość – nie pozostawiając po sobie pustki. W miejsce jedynych słusznych wymiarów wskakują jedyne słuszne wskaźniki badań laboratoryjnych, a największym wrogiem stają się zmęczone nadnercza. Witajcie w świecie badaniomanii.

Tego terminu nie znajdziecie w wyszukiwarce. Ukułam go na rzecz tego tekstu. Zjawisko jest stosunkowo nowe i bodaj nie dorobiło się jeszcze oficjalnego określenia. Na czym polega? W ostatnich kilku miesiącach, może roku zaroilo się w mediach społecznościowych od profili, prowadzonych głównie przez dietetyków, ze zdecydowaną przewagą kobiet. Zaczęły mówić o innym podejściu do zdrowia, niż takie, z jakim stykamy się na co dzień. Przedstawiają swoją wersję medycyny: mówią dużo o niedoborach, o tzw. normach funkcjonalnych (więcej o tym za chwilę), szkodliwości różnych składników. Mało? Czasem wchodzi temat profilaktycznego odrobaczania, usuwania różnego rodzaju złogów czy resztek, oczyszczania wody kamieniami... Aż wreszcie pojawiają się nieistniejące choroby, które pięknie tłumaczą fakt złego samopoczucia.

Jest to w pewien sposób zrozumiałe. Kolejki do lekarza NFZ są długie (choć poza dużymi miastami potrafią być znacznie krótsze), leczenie prywatne drogie (znany przypadek psychiatrii, kasującej okrągłe 600 zł na wizytę trwającą kwadrans), a nietypowe konstelacje objawów bywają zbywane. Jako społeczeństwo mamy coraz większe wymagania – nie tylko pytamy rodziny i znajomych, ale także doczytujemy online, dopytujemy na grupach i forach. Satysfakcja spada, frustracja rośnie. Kto zdoła umknąć urokowi, gdy po raz kolejny odbija

się od ściany, a usługowe algorytmy podsuwają materiały mówiące o tym, że dotychczas było się źle diagnozowanym? Autorki takich treści są miłe, tłumaczą jasno, bez niepotrzebnego żargonu, w komentarzach wszystko wyjaśniają. Za darmo! No, może ten jeden mały e-book za 30 złotych, to nie tak dużo, konsultacja do tego, tyle już wydałam, co mam sobie żałować!

Wydaje się, że wreszcie zyskało się dostęp do wspaniałych treści, że wreszcie pojawił się ktoś kompetentny. Na zlecenie robi się mnóstwo badań (zazwyczaj prywatnie, płacąc częstokroć nawet kilkaset złotych), które zostają poddane wnikliwemu oku specjalisty. Pojawiają się normy funkcjonalne – to cudowne określenie ukute, by ominąć fakt istnienia norm referencyjnych. Te drugie to zakresy wartości podawane w nawiasach obok wyniku, wskazują normę dla 95% populacji. Zorientowani lekarze wiedzą jednak, że nie są one alfą i omegą. Nie tylko słynne TSH czy cholesterol LDL różnią się w zależności od wielu czynników. Interpretacja wyników badań laboratoryjnych nie jest wbrew pozorom łatwa i nie sprowadza się do porównania liczb. Wracając do norm funkcjonalnych – są one znacznie bardziej restrykcyjne, niż referencyjne, często nie do osiągnięcia dla zwykłego człowieka. Nie ma na nie źródeł, jest „wiedza i doświadczenie”. I zaufanie, jakim zmęczony człowiek obdarza potencjalnego wybawiciela.

Potem idzie z górki. Zlecenie licznych badań laboratoryjnych, które mają pokazać niedobory i inne zaburzenia równowagi. Kolejne setki złotych wydanych – bo praktycznie nie do zrealizowania z poziomu NFZ (ze świecą szukać lekarza, który zleci liczne i niezbyt powiązane badania specjalistyczne). Znalezienie wielu odchyleń, które najczęściej wcale nie są istotne klinicznie. Postawienie rozpoznania – i tu zupełnie można poszaleć. Do niedawna główną winowajczynią była tarczyca, teraz podium zajmują pasożyty, metale ciężkie wraz z pleśnią oraz kortyzol. Choćby wymienione we wstępie „zmęczone nadnercza”. Rzekomo to stan, gdy ten narząd, przeciążony produkcją kortyzolu, hormonu stresu, przestaje wyrabiać.

Antropomorfizacja w pełni, ale działa.

Jakie leczenie? Najczęściej suplementy. Kolejne kilkaset złotych ucieka z konta. Jeszcze ciekawiej zaczyna się robić, gdy prześledzi się wskazówki kilku specjalistek. Analiza zawartości ich kont w popularnych serwisach społecznościowych napawa zdziwieniem, jak różne zalecenia potrafią dać. Kompletny zawrót głowy, jeszcze większe poczucie niezrozumienia lub wręcz przeciwnie – rzucenie się w ramiona kolejnej wybawicielki. Bo przecież wreszcie musi być dobrze, prawda? Cierpienie musi się kiedyś skończyć...

Gdy pragnie się zobaczyć, co ktoś ma do powiedzenia, warto sprawdzić też to, czego nie mówi. W ich działalności trudno jest natrafić na zalecenia dotyczące po prostu zdrowego stylu życia. O zrównoważonym odżywianiu, dawce ruchu, wystarczająco długim śnie. Zdarza się zalecenie ograniczenia czasu spędzonego przed ekranami (dla większości jednak jest to nieopłacalne, bo w ten sposób docierają do klientów). A potem kolejna kontrola, kolejne odchylenia, kolejne zalecenia. I tak można aż do końca: swojego, drugiej strony lub pieniędzy.

Tacy ludzie zarabiają na strachu, rozżaleniu i pragnieniu doskonałości. Pragnienie zdrowia i długiego życia zmieniało przez wieki swoje oblicze. Dziś chcemy funkcjonować nie tylko bez choroby i bólu, ale też z poczuciem kontroli. „Leczenie” wyników ma stanowić wyznacznik dbałości o siebie. W rzeczywistości jednak oddala człowieka od samego siebie. Nie do pominięcia jest również kwestia klasowa: wymaga zaangażowania czasu, dojazdu do placówki, wdrożenia zaleceń, a przede wszystkim wydania konkretnych sum pieniędzy. Całość tworzy sposób życia nielicznych, stając się kolejnym elementem przepaści i niezrozumienia między ludźmi.

Autorstwo: Agata Leszczak

Źródło: NowyObywatel.pl