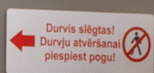


LATVIJAS KARDIOLOĢIJAS CENTRS
INTENSĪVĀ TERAPIJA

TIKAI
PERSONĀLAM



Kardiologs ANDRIS SKRIDE



«Zināšanas, līdzjūtība, emocionālā inteliģence, prasme atšķirt būtisko, zinātniska pieeja darbam, māka skaidrot un izskaidrot jebkuram – tās ir lietas, kas ārstu dara veiksmīgu,» saka P. Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas kardiologs ANDRIS SKRIDE. Un arī Saeimas deputāts, kuram patlaban ir iespēja lemt, kā mēs visi dzīvosim tuvākā gada laikā.

♥ Anija Pelūde

ANAMNĒZE

• Dzelzavietis, mācījies Dzelzavas pamatskolā un Cesvaines ģimnāzijā.

• Studijas Rīgas Stradiņa universitātē – ārsts (2006); Latvijas Universitātē – ārsts internists (2009) un ārsts kardiologs (2011); Rīgas Stradiņa universitātē – zinātņu doktora grāds medicīnā (2018).

• Studējot medicīnu, 4 gadus strādājis par medicīnas brāli Stradiņa slimnīcā, Asinsvadu ķirurģijas centrā.

• Tagad – invazīvais kardiologs P. Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Latvijas Kardioloģijas centrā.

• Latvijas Reto slimību speciālistu asociācijas vadītājs. 2017. gadā saņēmis Zinātņu akadēmijas Jaunā zinātnieka balvu par ieguldījumu jomā, kurā neviens cits līdz tam nebija darbojies. Ieviesis Latvijā pulmonālās endarterektomijas metodi, kad, uz 20–40 minūtēm pilnībā apturot asinsriti, no plaušu artērijām valējā ceļā tiek evakuēti trombi.

• Noorganizējis pirmajai Latvijas pacientei plaušu transplantāciju ārzemēs.

• Kopš 2021. gada oktobra Rīgas Stradiņa universitātes Iekšējās slimību katedras asociētais profesors.

• Par saviem skolotājiem zinātnē uzskata internistu profesoru Aivaru Lejnietu un kardiologu profesoru Induli Kumsāru.

• 13. Saeimas deputāts, Sociālo un darba lietu komisijas vadītājs, darbojas arī Mandātu, ētikas un iesniegumu komisijā.

• Izveidojis *Skrides fondu* un Ārijas Skrides prēmiju, kuru mērķis ir veicināt jauniešu izglītību, organizēt un atbalstīt kultūras pasākumus.

• Nav mānītāgs un stingri tic zinātnēi.

• Valaspriekis: vindsērfigs, distanču slēpošana, peldšana, kino.

• 2012. gadā bijis filmas režisors. Tās sižets vijas ap divām leģendām, kā Cesvaines un Dzelzavas baroni zemi dalījuši un par Cesvaines barona Vulfa mīļāko Loti... Proti, 2006. gadā kopā ar bijušajiem studiju biedriem nodibinājis kino biedrību *Vilkatis Group*, kas uzņēma spēlfilmās.

• 2020. gada aprīlī savā darbavietā, slimnīcā, inficējās ar Covid-19.

– Kā jums tagad patīk, ka jūs uzrunā – dokter vai profesors, vai deputāta kungs?

– Es esmu vienkāršs cilvēks, uzruna nav svarīga.

– Tad jautāšu citādi: kur jums šobrīd darboties sarežģītāk – slimnīcā vai Saeimas namā?

– Sarežģītāk?... Skaidrs, ka tuvāk sirdij un man izprotamāks darbs ir slimnīcā. Politikā ir šādas tādas vilšanās bijušas, bet jāteic, ka esmu arī daudz ko iemā-

nepopulāri būtu to teikt, ierēdņu darbs tagad ir ļoti slikti apmaksāts, tad gan Slimību profilakses un kontroles centrā, gan Nacionālajā veselības dienestā, arī Veselības ministrijā daudzas labākās smadzenes šobrīd ir aizplūdušas uz privātajiem sektoriem. Tāpēc valsts pārvaldē plānota atalgojuma reforma. Ilgus gadus eksistēja piemaksu modeļi, bet pamatalga ir maza, un cilvēkam droši vien tad ir nedrošības sajūta, jo nevar jau zināt, kuras no piemaksām būs, kuras

«Mūsu sabiedrības vienotība ir maza, un kovids to parāda. Diemžēl nav iemācīts domāt par kopējo labumu.»

cijies. Ka vienmēr vajag uzklaustīt abas puses un tad rast kompromisu. Vēl nācis klāt vairāk diplomātiskuma un arī lietu plašāks tvērums.

– Nojaušu, ka, strādājot slimnīcā, nepieņemamā tūlītējais gandarījums, kad pacients izārstēts vai viņam atrasts labākais veids, kā palīdzēt. Politikā tā nav.

– Saeimā šis ir mīnuss. Sākumā šķita: kā tā var būt, ka viss notiek tik lēni?! Ir labas idejas, bet, lai tās ieviestu, nepieciešams ilgs laiks. Birokrātija ir bremzējošais faktors, kuru man reizēm grūti saprast vēl tagad. Visas tās oficiālās vēstules un formālisms...

– Birokrātiju rada cilvēki. Un var mainīt cilvēki.

– Tā gan taisnība. Un es cenšos to birokrātiju arī pats mazināt un laužt. Rakstot pieprasījumu pēc kādas informācijas, ko man Saeimas darbam vajag, parasti lūdzu, lai man to atsūta nevis mēneša laikā, kā tas būtu pēc likuma, bet gan ātrāk. Vispār vairums ierēdņu strādā godprātīgi. Bet, tā kā valsts aparātā, lai cik

nebūs... Stabilitāte un drošība ir svarīga. Tāpat kā medicīnā.

– Kas tagad notiek veselības aprūpē? Vai varējāt iedomāties, ka, pieaugot stacionēto kovidpacientu skaitam, Eiropai lūgšim palīdzību? Bet cilvēkiem ir arī citas veselības problēmas, kas jārisina. Ko varat viņiem solīt nākotnē? Ar ko cilvēkiem rēķināties?

– Vispirms mums katram jāsāk domāt par profilaksi. Daudz kur tā jau nokavēta, un liela daļa pacientu ir tie, kuri paši savu veselību sagandējuši. Vēl šorīt lasīju pētījumu, kurā konstatēts, ka Latvijā smēķējošo vīriešu skaits starp Eiropas valstīm ir līderos – smēķē 49 procenti, bet cigaretes noved pie daudzām slimībām, sākot ar onkoloģiju un beidzot ar infarktu, insultu vai kuņģa čūlu. Otrs svarīgais faktors ir ēšana. Varbūt kādam liekas, ka lielākā nozīme ir taukainam ēdienam vai cukuram, bet nē – bende numur viens ir pārmērīgs sāls daudzums uzturā. Mēs lietojam apmēram 10–15 gramus sāls diennaktī, kaut

gan vajadzētu ne vairāk kā 3–4 gramus. Trešais svarīgais punkts ir mazkustīgums. Domāju, ka *IEVAS Veselības* lasītājiem tas vairs nav jātāsta, bet viņiem pašiem jābūt kā ziņnešiem savās ģimenēs un radu lokā. Jo gan pēc gada, gan pēc diviem kovidā sekas saglabāsies un veselības aprūpe būs pārslogota gan ar garajiem kovidiem, pēc kovidā sindromiem, gan ar ikdienas slimībām. Daudziem pēc slimības būs nepieciešama rehabilitācija, konsultācijas gan pie kardiologiem, gan pie pulmonologiem, visu šo specialitāšu ārsti būs ļoti aizņemti. Bet kā lai viņi sadala laiku starp kovidā un nekovidā pacientiem?! Rindas pie speciālistiem tikai

pieaug. Arī tadēļ, ka mums kritiski trūkst 7000 medmāsu.

Vārdu sakot, ja kāds vēl nav sācis dzīvot veselīgi, tagad ir pēdējais brīdis, lai to izdarītu un lai pats savas slimības neveicinātu. Proti, mums tagad visiem jācenšas, lai pie ārsta vajadzētu nokļūt pēc iespējas retāk. Rūpējoties par savas veselības profilaksi, īstenībā mēs domājam arī par citiem. Jo tad tērēsim daudz mazāk valsts naudas un mediķu resursu – nesaslimsim. Tāpēc svarīgi arī, ja ārsts izrakstījis medikamentus, piemēram, asinsspiedienam vai holesterīnam, šobrīd, *kovidā* laikā, tos lietot dubultapzinīgi. Jo mēs taču zinām: tiklīdz zāļu dzeršanu izlaiž vai pārtrauc, pieaug iespēja piedzīvot infarktu vai asinsspiediena krīzi, kad ir akūta vajadzība pēc slimnīcas. Bet redzot, ka tagad pie uzņemšanas nodaļām rindā stāv pat desmit neatliekamās medicīnas mašīnas, es domāju, ka neviens negrib kādā no tām gaidīt ar infarktu, kur katra minūte svarīga.

Mums pašiem jāpaskatās, vai nav beigusies ērcu encefalīta pote, vai nav beigusies difterijas pote. Jāseko līdzī savam

stundu es vienmēr atrodu. No mājas kājām līdz slimnīcai un atpakaļ – tur man sanāk apmēram seši kilometri jeb seši, septiņi tūkstoši soļu, plus vēl trīs kilometri vakarā jāpiestaigā klāt. Vakar ar riteni nobraucu kilometrus piecus. Bet pietiek jau ar 30 minūšu aktīvu pastaigu dienā, lai aizkavētu gan audzēju, gan insulta un infarkta attīstību. Pastaiga ir ļoti svarīga dienas sastāvdaļa. Tagad *lokdaunā* vajadzētu sašust, ka sporta zāles ir ciet, bet nē – mēs katrs varam mājās taisīt pietupienus, ko es ik rītu daru. Pa divdesmit pietupieniem trīs reizes un tad vēl piepumpējos pret grīdu.

Ko vēl? Asinsspiedienu divreiz mēnesī izmēru un holesterīnu reizi gadā pakontrolēju. Uztaisu pilnu asinsainu, tai skaitā D vitamīna līmeni.

– **Zāles jums nav jālieto?**

– Nē, spiediens man ir tiešām labs – 110/70. Un holesterīna līmenis ir pat diezgan zems. Taču, ja zāles vajadzētu, es tās noteikti lietotu.

– **Viena no jūsu likumdošanas iniciatīvām bija panākt, lai uz alkoholisko dzērienu pudeļu marķējuma tiktu no-**

– Ir izcīnīts gana daudz labu lietu. Paliatīvajai aprūpei, kurai arī līdzekļu trūka, nākamgad būs klāt 4 miljoni eiro, lai to varētu nodrošināt mājās, lai veidotu paliatīvās aprūpes komandas. Vēl nauda būs klāt speciālai programmai bērniem ar autismu. Arī retajām slimībām un konkrēti šoreiz tiem, kurus skar cistiskā fibroze jeb mukoviscidoze. Tā ir ģenētiska kaite, kad visu ārējās sekrēcijas dziedzeru traucējumu dēļ cieš dažādi orgāni, galvenokārt plaušas, zarnas, aknas un aizkuņģa dziedzeris. Mums ir vairāki desmiti bērnu ar šo kaiti, un pasaulē tagad ir viens jauns medikaments, kas šo slimību būtiski aizkavē un ļauj dzīvot kvalitatīvāk un ilgāk. Citādi šie bērni bez plaušu transplantācijas nodzīvo divdesmit, trīsdesmit gadus. Viņi ir ļoti gudri, ļoti apdāvināti.

– **Kas nākamgad notiks onkoloģijā?**

– Te kompensējamo zāļu sarakstā nāklāt piecpadsmit jauni medikamenti, kas līdz šim ir nebijis uzrāviens.

– **Vai tiem onkoloģijas pacientiem, kam slimība atgriežas, arī būs zaļais koridors, lai viņi varētu ātri izmeklēties, nevis gaidīt garās rindās?**

– Šī lieta diemžēl vēl stipri pieklibo. Tāpat jautājums par zālēm. Pirmreizējiem vēža pacientiem konkrētais medikaments ir valsts apmaksāts, bet ne tad, ja vēzis atgriežas. Onkoloģijas medikamentiem, manuprāt, joprojām līdzekļu trūkst visvairāk. Bet – svarīgi, ka nākamā gada budžetā paredzēta nauda vēža reģistra izveidei, lai mēs naudu, kas tiek ieguldīta onkoloģisko slimību ārstēšanā, varētu arī kontrolēt un izmantot tur, kur tā palīdz visvairāk. Šobrīd mums nav laba vēža reģistra. Mēs nezinām, kā ārstē vienā slimnīcā, kādi rezultāti ir otrā slimnīcā. Tā bez naudas deficīta ir vēl lielāka problēma. Un ne tikai onkoloģijā. Proti, mums pa reģioniem slimību ārstēšanā ir ļoti, ļoti dažādi rezultāti. Respektīvi, tajā reģionā, ārstējot infarktu, pacients izdzīvo, bet citā – pastāv desmit reizes lielākas iespējas, ka pacients nomirs. Vai, piemēram, ja cilvēks ārstē audzēju reģionā X, viņš faktiski tiek izārstēts, bet, ja ārstē reģionā Y, tad šobrīd redzam, ka dzīvildze ir zema. Toties valsts samaksa visur ir vienāda. Manuprāt, samaksa ir jāpārliet uz tām iestādēm, kur rezultāti ir labi, un tur, kur tie ir slikti, ar šo pacientu ārstēšanu nedrīkst nodarboties. Skaidrs, ka profilaksei un diagnostikai jābūt tuvāk dzīvesvietai, bet jāsaprot arī, ka ir jābūt veselības pakalpojuma kvalitātei, kas ir

«Tagad mums visiem jācenšas, lai pie ārsta vajadzētu nokļūt pēc iespējas retāk. Pēdējais brīdis sākt dzīvot veselīgi!»

asinsspiedienam un holesterīna līmenim. Viriešiem jāseko līdzī savas prostatas veselībai, sievietēm – krūšu veselībai un jāveic dzemdes kakla vēža skrīnings. Pēc piecdesmit arī resnās zarnas vēža profilakse, veicot slēpto asiņu testu fēcēs. Tās ir galvenās lietas, kas jāievēro.

– **Preči kuriem punktiem jūs pats savā anketā varētu ievilkt ķeksīšus? Ko jūs darāt, lai netērētu valsts līdzekļus?**

– Sāli es praktiski nelietuju – tas ir numur viens, ko gan ģimenē, gan draugiem mācu: nekādu sāli papildus! Šeit esmu ļoti stingrs. Cenšos ēst mazāk gaļas, mazāk cukura. Faktiski esmu zivju cilvēks. Man ir iegādāta makšķernieku karte, un, kad var, tad kaut vai pastaigas dēļ gar Braslu vai Gauju pamētaju spinningu. Reizēm aizbraucu uz maksas diķi, pats samakšķerēju zivis un tad sasaldēju. Sanāk mazliet lētāk, nekā pirkt veikalā.

Vēl es katru dienu telefonā sekoju līdzi, vai ir tie desmit tūkstoši soļu noiet.

– **Kur jūs tos varat salasīt?**

– Tūlīt pateikšu – tas man prasa apmēram pusotru stundu. Un šo pusotru

rādīta informācija par tā sastāvdaļām, uzturvērtību, tai skaitā arī kalorijas, tomēr maijā Saeimas vairākums ieceri noraidīja. Neraugoties uz to, tā darbojas! Ja godīgi, man kādreiz patīk vakarā iedzert džinu ar toniku. Bet, pateicoties jums, jau vairākas reizes esmu iedomājusies: «Ārprāts, vakarā šito cukura bumbu?! Nu nē.» Jūs esat mani atturējis!

– Patīkami dzirdēt. Jā, ja šīs kalorijas būtu norādītas uz etiķetes tāpat kā pārtikas produktiem, cilvēks vismaz padomātu un varbūt lietotu mazāk kokteiļus.

Ja man pašam gribas kādu protektoru, tad paretam vakarā pēc darba iedzeru glāzi sausā sarkanvīna. Varbūt kādreiz labprāt nobaudītu džinu ar toniku, bet atturoš, jo tur ir milzīgs cukura daudzums. Tad, ja jūtos apaukstējies, iedzeru 50 gramus tīra konjaka. Un tas nav nekas slihts, ja vien prot lietot alkoholu ar mēru.

– **Nupat notika debates par nākamā gada valsts budžetu... Nu sievietēm pēc krūts vēža ārstēšanas tiks apmaksātas krūšu rekonstrukcijas operācijas. Kur vēl spīd cerību stari?**

pat svarīgāka. Tai gadiem nav skatīts līdzi. Kvalitāte ir tā, kam tuvākā nākotnē būs jāpievērš lielāka uzmanība.

– **Jums to būs grūti izdarīt, jo katra slimnīca, katra poliklīnika grib strādāt un nopelnīt, un katra apgalvo, ka ir ārkārtīgi nozīmīga. Plus vēl čomu attiecības – jebkurš lēmējs kādam ir kursa biedrs, grupas biedrs vai vismaz studiju biedrs. Tas ir varens spēks, kas spēj iestāties pret jūsu nodomiem.**

– Taisnība. Bet es vienkārši redzu, kādas kvalitātes izmeklējumi daudzviet ir. Man šonedēļ no vienas rajona poliklīnikas atsūtīja gastrokopijas rezultātu – joprojām rakstītu ar roku. Es, protams, to nespēju atšifrēt, parādīju Stradiņa slimnīcas speciālistam, viņš arī nesaprot, kas tur uzrakstīts un kā vispār iespējams tik nekvalitatīvi veikt izmeklējumu. Viņš saka: «Tam pacientam gastrokopija būs jāpārtaisa!» Un valsts par vienu un to pašu iztērēs naudu dubultā. Bet tā notiek daudz kur. Viens ir, ka valsts iztērē, bet otrs, ka arī cilvēks iztērē – bieži vien pacients analīzes un izmeklējumus veic par savu naudu, jo valsts kvotas beigušās vai rindas ir tik garas, ka cilvēks nevar atļauties tik ilgi gaidīt. Tāpēc šī pakalpojumu kvalitātes lieta būs jāsāk kustināt. Es domāju, ka neviens negrib, lai viņu ārstē nekvalitatīvi.

– **Kāda tagad ir jūsu ārsta ikdiena?**

– Pirmdienās man darbs sākas septiņos no rīta un beidzas astoņos vakarā. No rīta pacientu apskates, tad veicu mazināzīvās operācijas, kad tiek zondēti sirds asinsvadi, plaušu asinsvadi. Pēc tam ir desmit vai piecpadsmit konsiliji. Tad pārrunas ar studentiem un rezidentiem. Vakārā no četriem līdz astoņiem pieņemu pacientus Stradiņa slimnīcas poliklīnikā, varbūt arī kādus izmeklējumus veicu vai asinis no artērijas jāpaņem...

– **Neticu, ka pacienti ar jums runā tikai par savām veselības ligām, droši vien kaut ko pasaka arī kā deputātam...**

– Gandrīz katrs otrais. Bet es uzskatu to par savu priekšrocību, ka daudz cilvēku satieku un daļa sniedz man dažādus ieteikumus. Piemēram, ja pacients redz, ka kādā valsts iestādē darbs bremzējas, tad cenšos tās problēmas ar palīgu atbalstu uzreiz atrisināt vai kādreiz arī pats piezvanu, lai šī lieta tiktu sakārtota sistēmiski. Ar ļoti daudziem pacientiem saruna aizvērās par vakcināciju. No tiem, kuri nav potējušies pret *kovidu*, lielākā daļa gaida ārsta speciālista viedokli, un, kad es viņiem izskaidroju situāciju, 99,9 procentiem vairs nav nekādu iebildumu vakcinēties. Ir ļoti, ļoti mazs procents,

kuriem patiešām ir kārtīga neizpratne un milzīgas bailes par apkārt notiekošo, par zinātnei. Viņi ir apmaldījušies, dzīvo ezoteriskā pasaulē – ar šiem pacientiem nav vērts cīnīties, galvenais ir sniegt informāciju tiem, kuri to vēl ir gaidījuši. Individuālās sarunas ļoti daudz ko dod.

Šādas ir manas pirmdienas. Arī otrdien pieņemu pacientus – brīžos, kad nav Saeimas komisijas sēdes, kā arī piektdien. Pa vidu turpinās zinātnes darbs, man ir teju divdesmit cilvēku komanda.

– **Ak, jā, jūs jāapsveic ar tikko iegūto asociētā profesora titulu! Bet... es vienmēr mulstu pie formulējuma, ka par profesoru ievēl.**

– Es arī to agrāk nezināju. Tieši tā, par profesoru ievēl, bet – lai ievēlētu, nepieciešams sasniegt valstī noteiktus zinātnis-

«Pats gan negleznoju. Priecājos par to, ko citi radi dara.»

kos standartus. Ir jābūt tik un tik publicētiem rakstiem starptautiskos žurnālos, ir jābūt tik un tik pētījumiem, ir jābūt doktorantiem...

– **Vai atliek laika arī mākslām? Jo sirdi jūs taču esat tomēr mākslinieks.**

– Pagājušogad, *starpkovidā* laikā, vasarā, man izdevās noorganizēt vecvectēva Arija Skrides gleznu izstādi kopā ar manas māsiņas apburošās vijolnieces Baibas Skrides koncertu Cēsu koncertzālē. Bija doma, ka būs gan Baiba, gan Lauma, gan Linda – visas trīs māsas Skrides, bet netika. Nākamgad es organizēju izstādi Madonas muzejā, kur būs apskatāmi darbi, kurus radījuši četri mākslinieki Skrides. Viens ir mūsdieniu, trīs jau aizsaulē – tātad vecmeistars ainavists Arijs Skride, mans vectēvs Imants Skride, arī gleznotājs ainavists, viņa brālis Laimonis Skride, represētais, mežabrālis un gleznoja portretus, un viņa dēls Neils Skride. Pats gan negleznoju. Priecājos par to, ko citi radi dara.

– **Kino jums arī ļoti mīļš.**

– Pirms pāris dienām pabeidzu skatīties daudzsēriju filmu *Emīlija. Latvijas preses karaliene*. Visiem iesaku. Ārkārtīgi skaista filma, fantastisks operatora darbs, fantastiska Guna Zariņa. Personīgi izjūtu pirmās brīvvalsts uzplaukumu, un, kad valsts tiek okupēta un viss beidzas, iekšēji kļūst tik ļoti smagi, ka esi gan dusmīgs, gan vilies, gan neizpratnē par to, kā tas viss 1939. un 1940. gadā notika. Man personīgi šī tēma ir ļoti tuva, jo faktiski visu

mūsu dzimtu izsūtīja uz Sibīriju. Kurš atgriezās, kurš neatgriezās... Mani filma ļoti uzrunāja, lika aizdomāties.

– **Varbūt var arī saskatīt paralēles ar šodienu?**

– Jā, nodevības ziņā. Emīlija Benjamiņa bija pirmā izdevēja, kura *Jaunākajās Ziņās* turpinājumos nopublicēja jaunā rakstnieka Viļa Lāča *Zvejnieka dēlu* un vispār viņu pamanīja. Bet 1940. gadā pēc Latvijas okupācijas viņš pārgāja strādāt padomju valdībā, un, kad Emīlija devās Vili Lāci lūgt, lai viņu neizsūta un atbrīvo viņas dēlu no ieslodzījuma, Vilis Lācis Emīliju pat nepieņēma. Tāda nodevība no tuvas puses man visvairāk sāp un rada neizpratni. Īstenībā mēs kā sabiedrība arī šobrīd esam ļoti sašķelti, un es tagad domāju, cik starp mums tādu viņu lāču,

kirhenšteinu, kuri tika par ministriem pie padomju varas, būtu šodien, un man ir bail, ka tādi būtu. Man tiešām bija smagas pārdomas vairākas dienas pēc šīs filmas noskatīšanās. Mūsu sabiedrības vienotība ir maza, un *kovids* to parāda. Manuprāt, tā ir izglītības sistēmas vaina. Nav iemācīts, ka sabiedrības veselība ir pārāka par indivīda veselību. Nav iemācīts domāt par kopējo labumu. Pieņemt to, ko biokīmija un fizika ir pierādījusi.

Jā, varbūt ir pat labi, ka mēs tagad redzam – mums ir gan skolotāji, gan mediķi, kuri acīmredzot nav savā īstajā vietā, jo viņi netic zinātnei un nesaprot, ka dzīvo 21. gadsimtā, nevis viduslaikos. Tad labāk, lai viņi nestrādā un nemāca bērniem muļķības, nekā lai turpina to darīt.

– **Vai jūs gribat kaut ko novēlēt cilvēkiem Latvijas dzimšanas dienā?**

– Priecāties, ka varam svinēt savas brīvās valsts svētkus, un atcerēties, ko Gunārs Astra 1983. gada 15. decembrī savā pēdējā runā tiesā teica – «Es ticu, ka šis laiks izgaiss kā ļauns murgs. Tas dod man spēku šeit stāvēt un elpot.» Viņš toreiz domāja padomju laiku, kurš neļāva izglīties un kad varējām atklāti sarunāties tikai pusčūkstus. Tas nu ir beidzies, un mums tagad jānovērtē, ka valsts ir brīva. Jā, šobrīd tai ir grūts brīdis, bet tāpēc mums visiem ir jābūt dubultieciētiem. Jāuzrunā ikviens, izstāstot, cik svarīgi būtu darboties kopējam sabiedrības labumam, lai visi pēc iespējas ātrāk varam atgriezties ikdienas ritmā.♥