

Invazīvais kardiologs **INDULIS KUMSĀRS**

Foto – Matīss Markovskis un no personiskā arhīva

Invazīvais kardiologs INDULIS KUMSĀRS ir meistars sašaurinātu sirds asinsvadu atvēršanā un ārstēšanā īpaši sarežģītos gadījumos, piemēram, kad bojājums ir izveidojies asinsvadu sazarojuma vietā. Lai gan šajā jomā viņš ir ne vien Eiropas, bet pat pasaules līmeņa speciālists, ārsts nebūt neraujas pēc popularitātes. «Dakterim divas būtiskākās īpašības ir medicīniskās zināšanas un cilvēcība, empātija, līdzī jušana.»

♥ Arta Lāce

-Dakter, jūs ikdienā strādājat svina priekšautā, vestē un apkaklē. Mēģināju pacelt – tas komplektiņš taču ir zvērīgi smags!

– Jā, ilgstoši strādājot, daudziem rodas muguras problēmas. Mums Stradiņos ir arī tāds aizsargs, kurš stiprinās pie īpašas konstrukcijas, lai nebūtu jājūt smagums uz sevis. Taču tas ierobežo roku kustības. Tagad ir palikušas tikai pāris profesijas, kuras strādā tieši rentgena starojumā. Protams, mūsdienās modernās iekārtas nodrošina minimālu starojumu, salīdzinot ar pirmsākumiem, tomēr tas joprojām ir.

– Sanāk, ka jūs palīdzat pacientiem uz savas veselības rēķina?

– Zināmā mērā jā. Ja ir paredzama smaga procedūra, jau dienu iepriekš domāju par to. Tomēr ir svarīgi iepriekšējā vakarā atslēgties, izgulēties, jo nākamajā dienā jābūt gan fiziski, gan garīgi labā formā. It sevišķi, ja ir operācija, jo tad sekunžu laikā jāpieņem izšķiroši lēmumi. Protams, arī konsultējot, bet tad tas nav tik saasināti.

Dažreiz kāds patients saka: «Nu, un tad jūs man asinsvadā piepūtīsiet baloniņu, ieliksiet stentu – kas tad tur liels!» Bet es atgādinu: «Zināt, tas notiek jūsu sirdī – tas ir ļoti nopietni!»

– Tā ir arī liela atbildība – ja nu kļūdiēs? Jums ir tā gadījies?

– Pašā sākumā man bija viens diezgan traģisks gadījums. Par laimi, patients izdzīvoja, bet bija lielas problēmas. Toreiz nebija tādu iespēju, kā ir tagad, kad ar balonu paplašinām sašaurināto asinsvadu un 90 procentos gadījumu uzreiz liekam arī stentu – to var salīdzināt ar armatūru, kas notur asinsvadu. Tolaik pūtām ar balonu, bet artērijā radās plīsums. Mums nebija stentu, un to plīsumu nevarēja salīmēt.

Tādas situācijas gadās ikviena ārsta dzīvē. Ne vienmēr pie vainas ir kļūda, reizēm nevar paredzēt organisma atbildes

reakciju anatomisku īpatnību vai blakus-saslimšanu dēļ. Bet ar negadījumiem ir kaut kā jātiek galā, jo pēc dienas atkal ir jāiet operāciju zālē. Pie psihoterapeita neesmu bijis, bet tas viss iziet tev cauri, un tādos gadījumus neaizmirstu.

Par laimi, kolēģi ķirurgi pacientu izoperēja. Saruna ar viņu pēc tam bija grūta, un cilvēkam arī nebija viegli – bija notikusi liela operācija un jau pirms tam viņš bija nopietni slim. Viena no lietām, ko esmu gadu gaitā iemācījies, – sadarbība ar kolēģiem ir ļoti svarīga. Vienmēr jāatceras, kaut vai tikai merkantilu interešu dēļ, ka tad, ja tev kāds kaut ko prasa, neatsaki, jo tu nezini, kurā brīdī tu viņam zvanīsi ārpus darba laika un kaut ko lūgsi. Pirms kāda laika skatījos dokumentālo filmu par bijušo Vācijas kancleri Angelu Merkeli, un tur izskanēja viens no viņas moto: *People meet twice – Cilvēki satiekas divreiz*. Medicīnā un arī dzīvē vispār attiecības ir ļoti svarīgas.

Un vēl – ir sarkanās līnijas, kuras nekad nevajag pārkāpt. Ja tā notiek, varbūt

«Cilvēciskais kontakts ir ļoti svarīgs. To es iemācījos Imantas pagalmā.»

jūs satiekoties sveicināties, bet izejas punktā vairs nekad nebūs iespējams atgriezties.

– Kādas ir jūsu sarkanās līnijas?

– Tādas ir vairākas, bet pirmais, kas nāk prātā, – nekad nevajag pazemot cilvēku publiski. Attiecības ar cilvēkiem vajag saudzēt. Sevišķi ar draugiem, tuviekiem, jo nav daudz cilvēku, ar kuriem vari aprunāties par dažādām lietām. No pieredzes zinu teikt – ja esi dusmīgs, labāk neķeries pie telefona. Drošāk būs nogaidīt.

– Un attiecībās ar pacientiem?

– Svarīga ir saruna ar pacientu, jo vārds

ANAMNĒZE

- Ārsts otrajā paaudzē, dzimis rīdzinieks.
- Mamma – plaušu ārste Māra Kumsāre, tēvs Kārlis Kumsārs pēc Medicīnas institūta beigšanas strādāja farmakoloģijas jomā. Plaušu ārsts no slavenas dakteru dzimtas ir arī patēvs Ariens Lūkins.
- Nākamgad būs 30 gadi, kopš strādā medicīnā.
- Viens no invazīvās kardioloģijas pamatlicējiem Latvijā.
- Pirmā un praktiski vienīgā darbvietā ir P. Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Kardioloģijas centrs, kur dakteris ir Invazīvās kardioloģijas laboratorijas virsārsts.
- Latvijas Universitātes Kardioloģijas un kardiokirurģijas asociētais profesors klīniskajā medicīnā.
- 2015. gadā ieguvis medicīnas zinātņu doktora grādu.
- Par saviem skolotājiem medicīnā uzskata Austrālijas latviešu ārstu Andri Saltupu, Stradiņa kolēģus invazīvos kardiologus Andreju Ērgli un Andi Dombrovski, Stenforda Universitātes, ASV, Medicīnas skolas asinsvadu ķirurgu Kristapu Zariņu un Katrīnas slimnīcas invazīvo kardiologu Žaku Kūlenu no Eindhovenas Nīderlandē.
- Sieva Māra arī ir ārste – radioloģe Stradiņa slimnīcā. «Ar viņu kopā droši var kāpt kalnos!»
- Bērni – Kristīne (29) un Roberts (14).
- Iecienīta pašterapijas metode – staigāšana.
- Grāmatu cienītājs. No pēdējā laikā lasītā patikami pārsteidzis Jurga Liepnieka kriminālromāns *Mans nabaga pirāts*.

ārstē. Tā nav, ka mēs būtu atrauti no pacientiem – tas nemaz nebūtu labi! Arī pacientam ir svarīgi satikt ārstu un izrunāties. Sevišķi labi to saproti, kad pats nonāc pie daktera galda otrā pusē, pats esi pacienta lomā. Mani, par laimi, nav piemēklējušas nopietnas veselības problēmas,

bet šādas tādas vainas gan ir bijušas, un tas ļauj ieraudzīt otru pusi. Tas ārstam ir svētīgi – arī tāpēc, lai saprastu, kā labāk rīkoties pašam. Bet ārstēt ārstu noteikti ir grūtāk. (*Smejas.*)

Mūsu steidzīgajā laikmetā viss notiek, pateicoties tehnoloģijām. No vienas puses, tas nenoliedzami ir labi, jo mēs varam labāk diagnosticēt slimības un veiksmīgāk tās ārstēt, bet, no otras, – saruna aci pret aci joprojām ir neatsverama. Bet, ja ārstam dienā ir divdesmit piecas konsultācijas un vēl jāpaspēj ievadīt datus datorā, cik tad laika atliek sarunai?

Bet nav arī labi, ja ir pārāk



**Meitas Kristīnes
vidusskolas izlaidumā
kopā ar mammu Māru
(no kreisās), viņai blakus
Induļa sieva Māra,
viņam līdzās mātes
dzīvesbiedrs dakters
Arians Lūkins.**



Kopā ar sievu Māru augstu virs mākoņiem Elbrusa virsotnē.

personiskas attiecības, jo tad ir papildu emocionāls slogs, ir grūti abstrahēties.

– Vai trīsdesmit gadu laikā, kopš strādājat, pacienti ir mainījušies?

– Šodien cilvēki vairāk seko līdzī informācijai par veselību, lai gan reizēm, protams, rodas jautājums, ko viņi lasa, jo ir grūti pārliecināt par ārstēšanas stratēģijas pareizību. Kovida pandēmijas laikā mēs redzējām visu spektru. Kā vienmēr – krīze izgaismo daudzas lietas. Bet principā ir labi, ka cilvēki interesējas par veselību, jo tad ir vieglāk izskaidrot, kas ar viņiem notiek.

– Dakter, par ārstu kļuvāt vecāku iepaidā? Vai jūs mudināja misijas apziņa?

– Vai astoņpadsmit gados, kad iestājies augstskolā, ir kāda dziļāka misijas apziņa? Ja man jums tā godīgi jāsaka, tie ir ļoti reti cilvēki. (*Smejas.*) Bet labā ziņa – es līdz šim brīdim nenožēloju, ka esmu šo ceļu izvēlējusies. Medicīna ir bijusi laba izvēle. Tā ir tiešām interesanta, visu laiku jāmācās, jābūt *apdeitotam*. Es ar to uzaugu.

Jā, ārsta darbs nav vienkāršs, ir ilgi jāmācās, daudz jāstrādā, varbūt atalgojums nav tāds, kā gribētos. Pēdējos gados redzam, ka ilgā apmācība padstmit gadu garumā daudziem ir kļuvusi par apgrūtinājumu, tāpēc visā Eiropā trūkst ārstu. Seši gadi ārsta studijas, pieci gadi rezidentūrā, pēc tam vēl paiet laiks, kamēr nostabilizēties profesijā, – caurmērā ārsts pilnvērtīgi sāk strādāt tikai ap 40 gadu vecumu. Līdz ar to ražīgais darbības periods nav ilgs. Bet, no otras puses, darbs sniedz gandarījumu.

Ārstam divas būtiskākās īpašības ir medicīniskās zināšanas un cilvēcība, empātija, līdzī jušana. Tu nevari būt vienkārši tehniķis. Bet es negribu idealizēt – mēs, ārsti, esam dažādi. «Cilvēki kā cilvēki,» kā

dzēt darba rezultātus, kad pacientam viss ir labi. Mēs daudz runājam par naudu, kas nav mazsvarīga, bet ļoti svarīgs un dažreiz pat svarīgāks ir arī novērtējums.

– Vai kāds no jūsu bērniem iet vai plāno sekot jūsu pēdās?

– Nē. Roberts pērni mani darbā ēnoja, redzēja manu ikdienu, un tad viņš teica to, par ko mēs ar jums jau runājam, – pārāk ilgi jāmacās. Es nekādu spiedienu neizdarišu, viņam pašam jāizvēlas. Kā tēvs esmu relatīvi mierīgs. Protams, šad tad mums dažas domstarpības sanāk, un tad viņš saka, lai nomierinos.

«Dažreiz man saka: «Nu, un tad jūs man asinsvadā piepūtīsiet baloniņu, ieliksiet stentu – kas tad tur liels!» Bet zināt, tas notiek jūsu sirdī!»

– Un ko jūs tad darāt?

– Cenšos nomierināties. (*Smejas.*)

– Kolēģi jūs uzskata par ļoti apzinīgu darba rūķi.

– Vai tikai tas nav drusku pārspīlēts? Mamma un patēvs, viņi abi tiešām daudz strādāja plaušu nodaļā *Stradiņos*. Ikdienā redzēju ļoti rūpīgu attieksmi pret darbu. Mans tēvs Kārlis Kumsārs agri aizgāja bojā – man tad bija tikai septiņi gadi. Kādu laiku ar mammu dzīvojām divatā. Viņa nāca mājās ļoti vēlu, darba stundas bija ilgas. Reizēm mammas māte Milda, kas bija skolotāja, atbrauca no Talsiem un kādu laiku padzīvoja pie mums, bet citreiz dzīvojos viens pats. Būtu pārspīlēti teikt, ka agri kļuvu patstāvīgs, bet jau no 1. klases ar diviem transportiem braucu uz skolu un no. Par mani daudz rūpējās arī tēta mamma Antonija,

bioloģijas profesore. Vasarās dzīvoju pie viņas Garcēmā, tur bija jūra, gājām sēnot. Kovida laikā biju aizbraucis pastaigāt pa mūsu sēnu vietām, bet sēnu vairs nebija. Abas vecāsmātes man bija mīlas un nozīmīgas.

Padomju laiki nebija sevišķi labvēlīgi ārstiem attieksmes un arī materiālā ziņā. Šis padomju mantojums joprojām ir jūtams, daudziem liekas, ka skolotāji un ārsti ir nodokļu naudas patērētāji. Man ir bijusi iespēja stažēties Rietumos, un tur ir citādi. Bet pie mums, lai kaut kas mainītos, ir jānomainās paaudzēm.

Varu tikai brīnīties par Džordžu Orvelu, kurš 1945. gadā sarakstīja *Dzīvnieku fermu*, alegoriju par padomju sistēmu, un viņš jau tad saredzēja varas absurdu.

Tagad, skatoties, kas notiek Ukrainā, kur iebrukusi Krievija, tas liekas vēl briesmīgāk. Agrāk man sanāca diezgan bieži braukt uz Dienvidkoreju un redzēt, kas notiek, ja divas sabiedrības dažādi pārvalda. Cilvēki bija vieni un tie paši, bet ir dramatisks atšķirība starp Dienvidkoreju un autoritāro Ziemeļkoreju.

Nevaru teikt, ka manu ģimeni padomju režīms ietekmēja ļoti tiešā veidā. Tuvākajā ģimenes lokā izsūtīšanas netika piedzīvotas, kādu laiku vecāstēvs bija arestēts, tad viņu atlaida. Bet tā laika nospiedumi palika – vecāki nekaroja pret varu, bet viedoklis viņiem bija. Man nebija ilūziju, ka dzīvojam vienotā brāļu saimē.

No otras puses, arī padomju laikā cilvēki dzīvoja, priecājās, bet katrā ziņā man nav saprotams sentiments, ar kādu cilvēki mēdz atcerēties dzīvi Padomju

Savienības sastāvā. Visas tās rindas veikālos, kad stāvi un gaidi – varbūt izlikis kādu gaļas gabalu. Atceros, reiz manu mammu izsauca uz skolu militārās mācības skolotājs un pārmeta: «Zināt, jūsu dēls ir pacifists!» Bija jāmāk izjaukt *kalašņikovu*, tad vēl ierindas skates, un man tas negāja pie sirds. Vairs neatceros, ko īsti biju nogrēkojis, bet mamma mani nerāja.

– Jūs bijāt apzinīgs bērns?

– Līdz vidusskolai jā, bet pēc tam gāja raibi. Tas bija Gorbačova perestroikas laiks, kaut kas jau sāka drusku mainīties. Nekādus podus, ko būtu jānožēlo, nesastrādāju, bet dzīvojām citādāk. Skatos uz savu dēlu Robertu, kuram ir 14 gadi, un atceros, ka pamatskolas laikā dzīvoju Imantā, Rudzutaka ielā (*tagad Kurzemes prospekts – aut.*), un tur mums bija pagalma dzīve. Pāri ielai bija Kleistu mežs un futbola laukums. Mūsaiņu bērniem tā pietrūkst.

Es negribu arī idealizēt, bet pagalma dzīve iemācīja runāt un sarunāties vienam ar otru. Tagad ir ienākusi elektroniskā saziņa – e-pasti, īsziņas, *vacaps* un zvani, bet, sēžot aci pret aci ar otru, tu redzi gan ķermeņa valodu, gan reakciju un vari mainīt sarunas gaitu. Tas nav piemērs no manas dzīves, bet ir drausmīgi, ja cilvēkam, kurš nostrādājis piecpadsmit gadus, to, ka viņš darbā tiek pārcelts, paziņo pa e-pastu. Esmu sapratis, ka cilvēcis-kais kontakts ir ļoti svarīgs. To iemācījās Imantas pagalmā – un biju spiests iemācīties. Bet laiki mainās.

– Jūsu sieva arī ir ārste Stradiņa slimnīcā. Tas palīdz vai traucē?

– Es domāju, nav labi, ja laulātie strādā vienā nodaļā. Mēs esam katrs savā. Mājās pārrunājam darba notikumus, un tas, ka abi esam ārsti, palīdz labāk saprast vienam otra emocijas, arī grūtās situācijas. Bet nav tā, ka runājam tikai par darbu. (*Smejas.*)

Mēs viens otru pazīstam jau no Medicīnas institūta laikiem, bet katram bija citas attiecības. Kad tās izjuka, kādā brīdī atkal satikāmies. Sieva ir iejūtīgs, empātisks cilvēks. Mums ir kopīgas intereses. Nav kā slavenajā citātē no *Limuzīna Jāņu nakts krāsā*: «Mūs taču garīgi sen jau nekas nesaista – ne tu interesējies par hokeju, ne par rokasbumbu!» (*Smejas.*) Mums patīk aktīva atpūta, piemēram, pavasarī, maija brīvdienās, ejam pārgājienā ar telti. Tas nāk no manas bērnības, kad ceļoju kopā ar mammu un viņas paziņām pa Piebalgu, kur gulējām kūtsaugšās un siena gubās.

Varbūt bērnībā tu to tā nenovērtē, neapzinies, bet, kā nesen teica mana

meita, ar kuru viņas pusaudža gados bijām Tjanšana kalnos un Samarkandā, Buhārā, tās ir spilgtas atmiņas, kas paliek nākamajās paaudzēs. Līdzīgi ir ar stāigāšanu, kas ir viena no manām terapijas metodēm. Ejot no mājām uz darbu un no tā, labā solī sanāk pusstunda vienā virzienā – rekomendētā kardioloģijas slodze. Pēc darba noskaidrojas emocijas – nevajag dzert kokteili! Priečajos, ka tagad arī Roberts no skolas bieži nāk ar kājām.

Katru vasaru mums ar skolas draugiem un ģimenēm ir četru dienu velobrauciens, šogad būs Aglonas pusē, un

«Ir labi, ja cilvēks savā dzīvē iziet peticības skolu, citādi samazinās brīnuma iespēja un vajag arvien vairāk, lai sevi pārsteigtu.»

tad parasti ir arī kultūras programma. Ar katru gadu kompānija kļūst arvien lielāka, jo pievienojas arī mūsu bērnu bērni.

Divatā ar Māru ejam arī gar dižjūru vairāku dienu pārgājienā. Kurzemes krasts, kur ir atklāta jūra, ir fantastiska, unikāla vieta. Pārsvārā ejam darbdienās, un tad tur var iet un dienām nesatikt gandrīz nevienu cilvēku. Pirms pāris gadiem gan bija interesants gadījums – vienīgie cilvēki, kas nāca pretī, bija kolēģis dakteris Lismanis ar savu sievu. Sirreāli!

– Tagad zināsim, kur dakteri staigā!

– Mums vispār patīk ceļot. Kad ceļojam divatā, cenšamies tikt nostāk no tūristu ierastajiem maršrutiem. Savulaik kopā kāpām kalnos, arī Monblānā un Elbrusā, bijām Nepālā.

Bet man vienmēr gribas atgriezties Dienviditālijā ar visu tās izmisīgo skaistumu. Pirms kādiem gadiem bijām Anakapri, rakstnieka un ārsta Aksela Mantes *Stāstā par Sanmikelu* aprakstītajā paradīzē. Es to uzskatu par unikālu grāmatu un domāju, ka *Stāsts par Sanmikelu* būtu jāizlasa katram ārstam. Tas bija cits laikmets, kad nebija tādu tehnoloģiju, kā ir šodien, un viens no ārsta galvenajiem ieročiem bija cilvēku pazīšana. Mani pie-saista Mantes humors, tas, kā viņš ārstēja modes kaiti kolītu – tur ir pateikts ļoti daudz par cilvēka dabu.

Šodien Anakapri, protams, ir kļuvusi par tūrisma galamērķi un kaut ko zaudējusi no Mantes aprakstītās burvības, bet Dienviditālijā ir arī Sicīlija. Tā zilā jūra, saule un vietējie cilvēki ar savu dzīvesprieku uz mums, ziemeļniekiem, latviešiem, iedarbojas gluži kā zāles. Emocijas, sarunas...

Atceros, reiz ēdām pusdienas Sicīlijā, Katānijā, un kļuvām par drāmas lieciniekiem. Sapratām, ka pie viena galda sēž sieviete ar savu jauno draugu, un tad restorānā gadījās viņas bijušais draugs. Sākās konflikts, pat kautiņš, lidoja šķīvji... Mēs, par laimi, sēdējām malā. (*Smejas.*) Daudzi aizgāja, bet mēs palikām un vērojām. Pēc kāda laika strīds norima, viņš aizgāja, bet vēlāk atkal atgriezās un rāva uz krūtīm kreklus. Tā taču ir Sicīlija! Tad uzradās vecajie, apsēdināja strīdniekus pie viena galda. Kādas divas reizes bija jau izlīguši, bet atkal metās atpakaļ. Dzīves filma!

Dienviditālija ir ļoti koša, bet – nekādā ziņā nav labāka par Kurzemes jūru.

Atgriežoties pie Aksela Mantes, reizēm arī es varu tikai brīnīties, ka no cilvēkiem, kurus dzīve nav saudzējusi, nāk dzīves mīlestība, arī mīlestība pret citiem. Tajā pašā laikā ir tādi, kam dzīvē nekā netrūkst, ir daudz naudas un daudz laika, un tad sāk meklēt problēmas. Un tiešām jūtas slikti, lai gan nekā nav! To ārstēt ir ļoti grūti.

– Nesen skatījos lekciju par laimes hormonu sintēzi, un secinājums bija vienkāršs – lielākais prieks rodas, ja ir bijis jāpiepūlas.

– Atceros, mēs studiju gados braucām uz Karpatiem slēpot. Dzīvojām ukraiņu kalnu būdās, tualete ārā, mazgāšanās arī ārā pie ūdens pumpja. Ņēmām līdzī *tušonku* un makaronus un jutāmies laimīgi, ka varam aizbraukt uz Karpatiem. Tagad tu brauc uz kūrortu Alpos, bet vai esi laimīgāks? Domāju, ka ne. Mūsdienu bērniem Alpi ir ikdiens, bet, kad es tur aizbraucu, man joprojām gribas sev iekniebt – vai tiešām es te esmu?! Tāpēc ir labi, ja cilvēks savā dzīvē iziet peticības skolu. Mani drusku satrauc, ja viss tiek uztverts kā pašsaprotams. Tad samazinās brīnuma iespēja un vajag arvien vairāk, lai sevi pārsteigtu. Kā slavenībām, kam nekā netrūkst, bet jāķeras pie narkotikām, lai sajostos dzīvs un, kā tagad saka, *dabūtu draivu*. Spēja just brīnumu ir liela laime. Dzīvi nevajag atlikt uz vēlāku laiku. Protams, nevajag arī mesties bezprātā virpulī, bet svarīgi saprast dzīves smilšu pulksteņa ritējumu. Tomēr dažreiz to var apgriezt otrādi.

– It sevišķi, ja esi ārsts!

– Jā! (*Smejas.*) ♥