

Skrytá řeč nádorů

7. 2. 2022

VŠEOBECNÁ ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA ČESKÉ REPUBLIKY

Čím je medicína vyspělejší a vědecktější, tím méně lidé chápou povahu chorob. Je to sice logické, ale nejspíš škodlivé. A pro zhoubné nádory to platí obzvlášť.

V životě bez reptání a dobře děláme jen to, co je nám dokonale jasné. Navíc za předpokladu, že ona jasnost naše jednání spolehlivě a znatelně usnadňuje. Vůbec nejrozumněji se chováme, když si věci důkladně osaháme a když něco složitého, co se děje ve světě mimo nás, má zjevnou obdobu v důvěrně nám známé realitě.

Všechno udělá lék, nic pacient

Máloco tyto souvislosti potvrzuje tak jako choroby, kdy drtivě většině z nich lze nějak předcházet, prevenci však jen málokdo dodržuje. Je v tom jen prachobyčejná pohodlnost? Když kupříkladu kardiak „bojuje“ s anginou pectoris, spoléhá především na léky. „Pan doktor přece říká, že za všechno může ten zpropadený cholesterol, takže právě on je to zlo, které do mého těla nepatří, a pomůžou mi od něj jenom prášky.“ Že cholesterol je pro jeho buňky životně důležitá látka, která se při jakž takž zdravě vedeném životě drží v normě a tělu významně prospívá, nemá tuchy.

Mentální stereotyp „všechno léčení je na lékaři, nic na pacientovi“ vytvořila a udržuje při životě moderní medicína. Slaví s ním obrovské úspěchy díky dnešní síle léčiv a šikovnosti komplikovaných přístrojů a zároveň páchá pěknou paseku možností kašlat na prevenci. Nejzjevnější je to u civilizačních nemocí, tak pro jistotu ještě jeden příklad v podobě diabetika druhého typu s jeho inzulinovou rezistencí. Ta se v diabetikově hlavě mění v dábla, jemuž jediné antidiabetika dají co proto. Absolutně netuší, že inzulinovou rezistenci by v sobě měl i bez diabetu, při plném zdraví; že kdyby se trochu hýbal a necpal do sebe tolik cukru, nezlobila by ho a dělala jen to, k čemu ji příroda zkonstruovala – regulovala hladinu glukózy v krvi bez jakýchkoli chorobných příznaků.

U zhoubných nádorů je to s prevencí zamotanější. Často udeří i na ty, kdo svému tělu neublížují a do nástupu nemoci žili zdravě. A pohled na nádory jako na nevyhnutelnou ránu osudu nevyvracejí ani lékaři. „Možnosti, jak předcházet vzniku novotvarů cestou prevence, jsou z povahy onkologického onemocnění velice omezené,“ říká prof. Pavel Klener, zakladatel protinádorové chemoterapie u nás. Přesto roli prevence rakoviny nelze redukovat pouze na často nepříjemná a invazivní vyšetření a její širší roli jen tak odbýt.

V souvislosti s ní a s odkazem na všechny životosprávně hřešící kardiaky a diabetiky se tak vtírá otázka: Nepomohlo by, kdyby lidé nemocem lépe porozuměli?

Myšlení mimo krabici

Může však laik porozumět nádorům? Vždyť i jindy přívětivá tetička Wikipedie se u nich mění v přísnou kantorku, drtící nás – většinou ne zrovna extra chápavé žáčky – složitými biologickými výklady, hemžícími se absolutně nesrozumitelnými chemickými vzorci. A kdyby jen to. Ani erudovaní výzkumníci se dodnes neshodnou, co je vlastně příčinou zhoubného bujení. Jsou to série genových mutací v buňkách? Nebo signály z mikroprostředí tkáně, jejíž je buňka součástí? A nemohou to být epigenetické změny, tedy dědičné změny v genové expresi nastávající beze změn v sekvenci DNA?

Už jen termíny použité v předchozím odstavci dokáží dokonale odradit od úmyslu zahloubat se do tajů rakoviny. A bez jejich dokonalého pochopení a perfektního „kapírování“ odpovědí na ony otázky se nelze obejít, řekne si každý laik. Nelze? Tentýž laik má přece nějaké moderní vzdělání a je ze všech mediálních stran zahlcován zdravotně osvětovými informacemi, v nichž se nemoci a jejich příčiny stále dokola omílají, takže nějaké jejich předporozumění už vždycky má!

Jde o to, co s takovým předporozuměním může dělat. Může si samozřejmě odborné informace o chorobách prohlubovat. To však zároveň otevírá možnost zamýšlet se, zda hlubší pochopení nemocí nelze do běžného života a do sociální reality promítat i jinak než jen obecnými radami, jak zdravě žít. Není-li zde něco víc než omílání věčných, suchých, a proto oslyšených pravd o prevenci.

Ukázkou a inspirací, do jakých naprosto nečekaných konsekvencí lze vědění o zhoubných nádorech dovést, je loni vydaná monografie molekulární bioložky prof. Jany Šmardové Co nás učí nádory, nesoucí podtitul Paralely v chování buněk a lidí. A co že nás tedy ve zkratce učí? **„Nepřehlédnutelně, nepřeslechnutelně, bolestivě nám ukazují, k čemu vede porušování základních pravidel soužití a spolupráce uvnitř společenství buněk ... Možná nás tak mohou poučit i o pravidlech soužití a spolupráce uvnitř našeho společenství lidského. Nebo ... hravě inspirovat k tomu, abychom lidské soužití a spolupráci vylepšili či napravili.“**

Objevování takových „přesahů“ dle prof. Šmardové vyžaduje „myšlení mimo krabici“. Tento anglický idiom (Thinking outside of the box) vyjadřuje schopnost zahlédnout funkční analogie úzce vymezeného oboru v širší realitě. Tedy přesně to, co dnešní medicíně chybí a co by prospělo jí a logicky především těm, jež se snaží zbavovat nemocí.

Co nás učí nádory

Rakovina zahrnuje velmi různorodou skupinu chorob, které však mají společnou podstatu. „Nádor je patologický útvar, jehož růst a vývoj se vymkl kontrole. Vytváří se v mnohobuněčném organismu, ale není s jeho růstem a vývojem koordinován, neslouží mu a nefunguje v jeho zájmu,“ píše v úvodu své práce prof. Šmardová. O čem se rozepisuje dál, lze shrnout jen v největší možné stručnosti.

Každý zhoubný nádor začíná buňkou, v níž došlo k sadě takových genetických mutací, které jí umožňují nekontrolovaně se množit. Jinými slovy hnát se vpřed, „neovladatelně, nezastavitelně, svou vlastní rychlostí“. Ona a její klony by nemohly svůj závod odstartovat, kdyby s touto proměnou zároveň nezískaly schopnost lhát, komunikovat jen samy se sebou a vyloženě po svém si vykládat jejich růst omezující signály zdravých buněk. Jen tak získávají neomezený replikační potenciál, díky němuž se mohou dál masivně klonovat a unikat apoptóze, řízené smrti, již vyžaduje zájem zdravého fungování organismu.

Když se takové buňky posléze zformují v nádor, vytvářejí si vlastní cévní zásobení a s ním přístup ke všem zdrojům v těle, jež brutálně vykořisťují, přičemž získanou energií vyloženě plýtvají. Své vítězství si pak pojišťují schopností unikat imunitě, která je za normálních okolností nastavena na jejich účinné ničení, neboť vznikají neustále a po celý život. A nejen to, dokonce se naučí využívat některé její mechanismy ve svůj prospěch. Výhru nakonec nádory stvrzují zakládáním metastáz, nádorových ložisek v jiných částech těla.

Lidských a sociálních analogií chování onkologicky zdivočelých buněk a jimi vytvořených nádorů nachází prof. Šmardová pozhnaně. Úprk nezastavitelně vpřed za kariéerními cíli je dnes nejen znak doby, ale ve společnosti výkonu něco jako „kádrový předpoklad“. Byť nezřídka plodí obrovský stres a přepracování, je vnímán jako vrcholná hodnota, třebaže často vede ke smrti závodníka nebo zničení jeho rodiny, jako když „splášené“ buňky zahubí svého nositele.

V sociálním měřítku bezhlavý úprk například převrací smysl ekonomiky. Ta už zde není kvůli poklidnému užívání věcí, jež vytvořila: „Dnes známe jen růst pro růst samotný, a pokud se hospodářství daří, neznamená to důvod k odpočinku, ale k dalšímu výkonu,“ cituje prof. Šmardová ekonomu Tomáše Sedláčka. Nemožnost růst a snahu o něj zastavit vede k obrovskému vyčerpávání zdrojů celku organismu, jímž je příroda, a k plýtvání.

Analogií úniku rakovinných buněk a nádorů před přísným imunitním dohledem je například úspěšné obcházení zákonů a únik před spravedlností. Obdobou zneužívání imunitních mechanismů rakovinou je ohýbání práva. Obojí vede k oslabení institucionální i mentální imunity jednotlivců i společnosti vůči protispolečenskému jednání.

A zakládání metastáz? S přestěhováním jde o ztrátu vazeb k ostatním buňkám. Zdravé buňky by něco takového nepřežily, ty dle prof. Šmardové „musí být ‚doma‘, musí přesně vědět, kam patří. A svůj domov poznají podle toho, že v něm dokáží vytvářet ‚správné‘ vztahy“. Sociální analogií metastáz je ničím nevyvažovaný individualismus, který znesnadňuje zakládání rodiny nebo ji rozkládá. Jde ruku v ruce s všudypřítomnou konkurencí, která „společnost dezintegruje a vylučuje z ní jednotlivce i celé skupiny“. Výsledkem je množení jedinců neschopných založit rodinu, majících strach mít děti a společnost singlů, osamělých lidí a nostalgie po domově.

Co probouzí nádory

Jak minulá kapitola souvisí s prevencí zhoubných nádorů? Respektive s inspirací k jejímu vytvoření a dodržování? Bezprostředně zjevně ne, protože prof. Šmardová postupuje od živočišných buněk k těm lidským a sociálním. Zároveň však zdůrazňuje, že **všechny lidské a sociální malignity jsou zdrojem trvalého stresu, který je, spolu s infekcemi, nejvýznamnějším podněcovatelem chronického zánětu v organismu. A ten zase sehrává nejvýznamnější roli v rozvoji zhoubných nádorů.**

Takže když se postup prof. Šmardové otočí, souvislost se stane docela zřejmou. Prevence rakoviny nespočívá v nastudování nějakých obecných životosprávných rad a jejich striktním dodržování. Vždyť i ono může k trvalému stresu přispívat. Těžiště prevence zhoubných nádorů je v trpělivém, uvážlivém a trvalém odbourávání vlastních lidských malignit a umném vyhýbání se malignitám sociálním. Na tohle je každý sám a každý musí hledat vlastní způsob, odpovídající jeho životní situaci. Obrovským pomocníkem v takovém úsilí je právě na začátku zmíněné prohlubování pochopení povahy nemoci.

S hrubým vytyčením terénu začněme opět od začátku, jímž je úprk za kariérou. Toho se dnes nelze nezúčastnit, je však možné mu nepodlehout a najít si v jeho rámci své „zahnízdění“. Předpokladem je necpat se, kam svým nadáním nepatřím, své talenty rozvíjet a realisticky odhadnout, na co stačím a na co ne. Pochopitelně i takové reflektující a sebereflektující hledání občas bolí, protože člověk se nutně občas sekne. K tomuto typu zahnízdění patří i osvojování umění spokojit se s tím, co mám a užívat si to.

Dvojnásob významné je „domovské zahnízdění“, zaprvé vztahy v rodině, ke svým nejbližším. Nikde jinde člověk nedostane tak jasné a přesné signály od okolí, pro co je milován a co může dostávat, co se naopak chce od něj, kde má přidat, kde ubrat či úplně vypustit. Vše s jediným cílem a smyslem: aby jak buňky v podobě členů rodiny, tak rodina jako celek a přegeneračně šlapala jako hodinky a všichni se v ní cítili dobře.

Zadruhé sem patří širší společenství s „podhnízdy“ jako sídlo, region, země, stát. Odpovědnost vůči společenství formuluje prof. Šmardová imperativně: „Nebud' sám nádorovým člověkem!“, „Nespolupracuj s nádorovými lidmi!“, „Podílej se na udržování správného, zdravého prostředí!“

Je to zcela evidentní: V životě bez reptání a dobře děláme jen to, co je nám dokonale jasné. Navíc za předpokladu, že ona jasnost naše jednání spolehlivě a znatelně usnadňuje. Vůbec nejrozumněji se chováme, když si věci důkladně osaháme a když něco složitého, co se děje ve světě mimo nás, má zjevnou obdobu v důvěrně nám známé realitě.