

## EDITORIAL : VAN DIE REDAKSIE

## 'N NOUER BAND MET 'MEJ. SAMT'

Noudat ons *Tydskrif* met 'n nuwe jassie spog waarmee 'sy' selfs in die geselskap van eweknieë soos die statige Britse *The Lancet* of die ietwat vroliker Amerikaanse *JAMA* met trots kan verskyn, kan ons ons die vrymoedigheid veroorloof om te luister na die hartklop onder die turkoois jassie.

Die eerste algemene indruk is dat die wetenskaplike polslag stewig en gesond is. Dit beteken egter nog nie dat die jassie nou toegeknoop moet word en die vlugtige ondersoek met 'n hande-afstofferende 'Alles wel' afgesluit moet word nie. Sonder om onnodiglik diep te graawe, kan 'n mens die vraag vra of die wetenskaplik-korrekte 'Mej. SAMT' nie nou op 44-jarige ouderdom (as die stigting van die S.A. Mediese Vereniging as geboortjaar beskou word) kan bekostig om effens genaakbaarder te wees sonder dat sy beskuldig kan word van ligsinnigheid nie!

Voordat ons op die sypaadjies van beeldspraak in vroulike strikke verstrengel raak, moet ons dalk liever padlangs gesels. Wat ons in gedagte het, is om ons *Tydskrif* effens verder uit te bou sodat daar 'n tikkie meer kontak tussen lede geskep kan word en lede mekaar 'n bietjie beter leer ken. Dat daar geensins beoog word om aan die wetenskaplike gehalte van die *Tydskrif* te raak nie, hoef nie eens gesê te word nie. Die bestaande artikels, nuus van Hoofkantoor en amptelike mededelings vorm die ruggraat van die *Tydskrif*.

Ons voel bloot dat die *Tydskrif* 'n deeltjie by te dra het om die bande tussen lede en die bande tussen lede en die *Tydskrif* nouer te trek. Ons 'Briewerubriek' voldoen in 'n mate hieraan, maar uit die aard van die saak is besprekings daarin meesal akademies van aard aangesien dit die vernaamste forum is waarin meriete, tekortkomings en mistasting (indien enige) van bydraes bespreek kan word.

In 'n poging om hierdie leemte aan te vul, is ons van voornemens om voortaan ook kort artikeltjies in te sluit oor geneeshere en hul stokperdjies. Die ondervinding het geleer dat geneeshere aanvanklik skugter is om oor hul stokperdjies te gesels. Dit is byvoorbeeld die geval wanneer 'n uitstalling van stokperdjies by ons S.A. Mediese Kongresse gereël word. By die pas afgelope kongres aan boord die skip was daar nie so 'n uitstalling nie, maar met die vorige kongres in Pretoria het die organiseerders gevind dat medici 'feitlik gedreig' moes word om aan die uitstalling deel te neem. Sodra die eerste skugterheid egter oorkom word, is daar onbepaalde geesdrif vir so 'n projek. Diegene wat al so 'n uitstalling besigtig het, kan getuig dat dit een van die interessantste en geselligste vergaderplekke is waar 'n ongewone venstertjie verskaf word tot kollegas wat voorheen geslote boeke was.

Verskeie redes kan aangevoer word vir die terughoudendheid om die sluier oor vryetydsbesteding te lig. Die voor-die-hand-liggendste rede is waarskynlik dat dit die één aktiwiteit is wat die geneesheer uit die publieke oog beoefen wanneer hy heeltemal ontspan en hy hierdie 'toevlugsoordjie' so wil hou, met 'n gordyntjie voor die venstertjie. Tweedens kan dit natuurlik waar wees dat daar mense is wat verkies om nuwe 'n loergaattjie na die

wese van hul 'ek' te verskaf nie. Dalk is hulle onlogies bang dat 'n kennis van hul private tydsbesteding afbreuk sal doen aan die beeld na buite. Is daar dan nie dalk iets verkeerd met 'n neurochirurg wat model-bootjies bou nie?

Vir die werklik geesdriftige stokperdjiebeoefenaar val al hierdie oorwegings egter heeltemal weg wanneer hy 'n geesgenoot ontmoet en hulle as ingewydes oor die probleme en genoegdoenings van 'n spesifieke liefhebberij kan gesels. Te dikwels is dit ook dat met hierdie 'groot gesels' woorde soos die volgende gehoor word: 'As ek net geweet het dat jy in hierdie goed belang stel, kon ons darem al 'n plan gemaak het om bymekaar te kom', of 'Wie sou nou ooit kon droom dat—Jan, wat so nugter en prakties lyk, so handig met 'n verfkwas kan wees?'

Die ou spreukwoord: 'Onbekend is onbemind' geld hier dubbel en dwars. Dit is ons oortuiging dat die kennis van ander se stokperdjies kan help om die teendeel hiervan te bewys. Terselfdertyd sal dit nuwe moontlikhede van ontspanning aan ander toon en op die koop toe interessante leesstof verskaf.

Dat daar geneeshere is wat 'n stokperdjie as ongekende weelde beskou omdat hulle eenvoudig nie die tyd kan vind om by so iets uit te kom nie, is natuurlik ongelukkig waar. Ons sê 'ongelukkig', want deur die jare het ons in hierdie kolomme telkens gewys op die noodsaaklikheid dat die geneesheer eenvoudig sy vrye tyd moet skep. Toegegee, daar is lastig probleme om te oorbrug. Tog is die geneesheer dit aan homself, aan sy gesin en aan sy pasiënte verskuldig om hierdie ontspanningstydjie te vind omdat hy slegs dan ten volle kan voldoen aan die hoë eise wat aan hom gestel word. Die raad wat ons aan ander gee, geld in dieselfde, of dalk in meerdere mate, ook onself.

En aangesien ontspanning geen ontspanning is indien die gedagtes nog steeds om die pasiënt se siekbed dwaal nie, is die effektiwiteit teenmaatreël 'n stokperdjie wat die gedagtes in die ontspanningstydjie selfsugtig vasgryp.

Dat 'n stokperdjie 'n terapie op sigself is, sal niemand betwis nie. Talle voorbeelde van hoe 'n liefhebberij gehelp het (en nog steeds help) om oorbedrywige mense gebalanseerd en gelukkig te hou kan aan die hand van die lewens van beroemde persoonlikhede aangevoer word. Dink maar net aan die veelgeroemde rolbaldspel van Sir Francis Drake toe die Spaanse vloot in sig was, of aan Albert Schweitzer se orrelspel in die oerwoud van Midde-Afrika. Tog verkies ons om die waarde van 'n stokperdjie te beklemtoon deur na een van ons oud-kollegas te verwys wat as algemene praktisyn op die platteland met al die probleme van 'n tekort aan tyd' gesit het wat so gereeld opgehaal word wanneer oor vryetydsbesteding gesels word.

Met die deurblaai deur vroeëre uitgawes van die *Tydskrif* val ons oog op 'n *in memoriam*-berig oor dr. Charles Herold Muller van Montagu wat 'n klompie jare gelede verskyn het.' Na verwysing na sy vrolike geaardheid en sjarmante persoonlikheid wat hom in 'n wye kring geliefd gemaak het, word geskryf: 'His principal hobby and joy

was gardening; he had a fine piece of arable soil adjoining his house and here he spent much of his leisure time cultivating flowers and rare fruits with great success'.

Laat ons net byvoeg dat wyle dr. Charlie, soos hy algemeen bekend was, die distriksgeneesheer en gesondheidsbeampte was en 'n groot algemene praktyk behartig het.

Dit is egter nie ons doel om aan kollegas te probeer vertel hoe hulle tyd vir 'n stokperdjie moet vind nie. Ons wil eerder aan ons lesers vertel hoe ander hul vrye tyd gebruik en in die verband ontvang ons graag wenke. Ons hoop dat hierdie beoogde artikels 'n nouer band sal trek tussen 'Mej. SAMT' met haar turkoois jassie en ons lesers.

1. In Memoriam (1962): S. Afr. Med. J., 36, 634.

## PULL YOURSELF TOGETHER

*'Shut up', he explained*

Ring Lardner

The patient who develops an upper respiratory infection is expected to stay in bed, to see to it that his diet is appropriately light and to avoid sudden changes in temperature. These measures he should take on his own initiative in addition to whatever medication the doctor may wish to prescribe. The housewife who inadvertently cuts herself in the kitchen will first wash the wound and then cover it with a suitable adhesive bandage, or, if it is severe enough, arrange for a doctor to put in stitches. In other words, there are certain responsibilities in connection with health care which the patient can be expected to undertake for himself. Such self-care need not be of a highly skilled type, requiring special tuition, but may rest purely on the instinct for self-preservation coupled with a few basic rules learnt in school. The bronchitis patient does not fetch in the newspaper if it is freezing cold outside and he is wearing only pyjamas and bedroom slippers, and the housewife with the cut finger will see to it that she does not rub dirt into the wound.

Such reasonable attention to matters pertaining to health and hygiene are accepted as the everyday norm, except, so it seems, where the pathology is psychiatric in nature. The neurotic need not take any steps to ensure that his particular aberration will not be made worse by circumstances, and anybody who dares tell him to take certain generally accepted precautions against a possible deterioration of his disease—precautions of the same level of skill as the washing of a cut finger—will be accused of an archaic therapeutic approach and total ignorance of modern concepts of psychiatry. We may no longer tell a patient to 'pull himself together'.

In the past a man with a slight fear of confined spaces was merely aware of this unfortunate tendency and therefore avoided crawling into caverns or suchlike in as far as possible. Nowadays the same man is diagnosed as suffering from claustrophobia and his background is analysed in order to find out why he does not like small cubicles. The result is that he now has a conversation-piece which is almost inexhaustible and if he can prove his point by getting stuck in lifts and coming out in an impressive cold sweat, his social status is assured. Heaven help the man who should dare to suggest that he should stop acting like a silly old maid. The wrath of the patient, his friends and even the medical profession will descend on the poor fellow's head. He will be accused of being callous, old-fashioned and of still living in the Middle Ages when they persecuted the mentally unstable. One wonders why a man who suggests to a patient with a sore finger that he should stop fussing and take an aspirin is not regarded as equally much of a pariah?

We are not suggesting that neurotics do not require

proper skilled medical attention. Of course they should be treated by someone who has the necessary psychiatric training and experience, but there is no need for the patient to wallow in his disease while the treatment is in progress. We have come full circle. From mental illness carrying somewhat of a stigma, we have now reached the stage when no important personage can afford not to have some or other neurotic tendency which he or she can trot out at cocktail parties when conversation begins to flag.

We wish to ask our psychiatrist readers whether the remark: 'Pull yourself together' can do any harm. We are aware of the fact that it might well do no good. Many neurotics are quite unable to control their particular conditions in any way, but as long as it cannot do harm, there is no reason why the patient should not be made aware of the fact that he himself has to a certain extent also a responsibility to aspire to better health. By consciously removing all such responsibility and by impressing upon society the dire plight of the poor neurotic we are allowing our compassion to be instrumental in building a genre of weaklings who will have to be molly-coddled throughout their lives and who will eventually come to expect preferential treatment because of their infirmities.

An enlightened and civilized society must look after its weaklings. That is what our social services and all its ramifications are for, and the extent to which such services are developed and correctly utilized is probably a very good measure of the particular society's stage of development. But we must guard against a tendency to care for our cripples, mental as well as physical, to the detriment of our physically and psychiatrically healthy citizens. When we have to withhold services from the stable part of the community in order to cope with the demands of the unstable, we have reached a dangerous stage of imbalance and we should then give serious thought to our sense of values. If a crippled and otherwise handicapped student is admitted into university by making available to him all sorts of aids from electric wheelchairs to hearing aids we will all be happy and proud of such progress in rehabilitation. But if the cost in time and money in order to get this one handicapped student into a position where he can attend university is such that another healthy student has to be refused entry, then we wish to sound the alarm.

The same holds for the mental cripples. If a neurotic can be treated and cured he or she must receive the full benefit of our modern knowledge. But the patient must not be left with the impression that this neurosis puts him a cut above the rest of society, nor must he be allowed to wrap himself in a blanket of complacency so that he need not lift a mental finger in order to improve his own condition.