

Iva Bartolić, Ladislav Krapac. Mišićno-koštani poremećaji i bolesti kod pijanista / Pouke iz prošlosti i poruke mladima. Anđa Raič, urednica. Zagreb, Medicinska naklada 2021. 157 stranica (hrvatski). ISBN: 9789531769679

Unatrag godinu dana, zbivanja koja je uzrokovala pandemija bolesti Covid 19 više nego ikad osvijestila su značenje nastojanja da se zdravlju prilazi kao vlastitom blagostanju, ali u čijem očuvanju, uz svu potrebnu zdravstvenu skrb, sudjeluje i niz okolnosti. U tom ozračju upravo objavljena knjiga *Mišićno-koštani poremećaji i bolesti kod pijanista / Pouke iz prošlosti i poruke mladima* pokazuje kako da glazbenici postanu subjekti, a manje objekti u zaštiti svojega zdravlja.

Knjigu je u veljači 2021. izdala Medicinska naklada, vodeća specijalizirana nakladnička kuća u Hrvatskoj za medicinsko područje. Pisana kao priručnik namijenjen ne samo sadašnjim i budućim pijanistima i njihovim nastavnici, bit će u praksi od velike pomoći i liječnicima različitih specijalnosti koji se skrbe za pijaniste: specijalistima školske medicine, medicine rada, fizikalne medicine, reumatolozima, neurolozima, kirurzima.

Knjiga je rezultat zajedničkoga višegodišnjega rada Ive Bartolić, mag. art., i prim. dr. sc. Ladislava Krapca, specijalista fizijatrije i reumatologije. *Priča uspješno diplomirane klaviristice*, autorice knjige Ive Bartolić, najbolji je mogući uvod, ali i najuvjerljiviji pokazatelj potrebitosti ove knjige. Osobno iskustvo, opisano detaljno i kronološki, daje sadržaju knjige posebnu autentičnost. Budi u čitatelja svijest o značenju prepoznavanja prvih simptoma poremećaja i bolesti mišićno-koštanoga sustava koji nerijetko nastaju u pijanista. Objasňuje nezaustavljivost nastanka ozbiljnih zdravstvenih poteškoća ako im se ne pristupi na odgovarajući način te argumentirano pokazuje kako se ozbiljno odražavaju i na profesionalni život pijanista.

Prirodni slijed čine sadržaji u kojima se odražava bogato istraživačko i praktično iskustvo prim. dr. sc. Krapca kao specijalista fizijatrije i reumatologije, ali i stručnjaka koji se niz godina ozbiljno bavi glazbom i njezinim učincima na zdravlje glazbenika. Temelje se i na dva desetljeća starim iskustvima Ambulante za prevenciju bolesti koštano-zglobnoga sustava Odjela za medicinu rada Instituta za medicinska istraživanja i medicinu rada Sveučilišta u Zagrebu. U poglavlju „Povijest medicine u glazbi“ upućuje se na to da iskustvo magistre muzike Ive Bartolić nije usamljeno nego je riječ o dobro poznatim problemima za koja se još od početaka 20. stoljeća traže rješenja. U Hrvatskoj se već više od pola stoljeća bolestima glazbenika pridaje velika pozornost, a 1977. u organizaciji Hrvatskoga liječničkoga glazbenoga društva i Hrvatskoga liječničkoga zbora održan je prvi simpozij „Medicina i glazba“. Od tada se nastoje ne samo osvijestiti ove profesionalne skupine, za koje izostaje briga za očuvanje zdravlja zbog njihova uvjeta i načina rada, nego i naći rješenja za izgradnju

sustavnoga pristupa sada već značajnom broju od preko 80.000 profesionalnih glazbenika u Hrvatskoj.

Najčešće opisivane bolesti i ozljede mišićno-koštanog sustava koje nastaju zbog uvjeta i načina sviranja pijanista: sindromi prenaprezanja, ishemija, tendinitisi i tendosinovitis, De Quervainova bolest, sindrom gornjega torakalnog otvora, kronični degenerativni problemi, bolni sindromi kralježnice, fokalna distonija, objašnjene su u svojim kliničkim slikama i načinima nastanka. Odgovarajuće fotografije i crteži koji prate tekst omogućuju bolju vizualizaciju opisanoga. Jasnoći prikaza doprinose ne samo opisi i grafički prikazi anatomije ruke i što sve čini svirački aparat nego i njihovo stavljanje u kontekst pojavljivanja takvih tegoba u hrvatskoj populaciji.

U poglavlju „Vraćanje sviranju nakon ozljede“ poput vodiča, korak po korak, podučava se pijanista cjelovitom oporavku, ali i prevenciji budućih mišićno-koštanih ozljeda i bolesti. U ovom je dijelu najzastupljeniji podnaslov knjige *Pouke iz prošlosti i poruke mladima* jer daje naputke za provedbu primarne prevencije istih. Navedene su vježbe istezanja, uklanjanja bolova te one kojima se jačaju prsti i šake radi povećanja opsega kretnji, podijeljene u one koje se obavljaju ujutro, nakon buđenja, prije vježbanja sviranja, tijekom stanke od sviranja te nakon posljednjega vježbanja sviranja u danu.

U poglavlju „Kako dalje?“, uz vježbanje, naglasak je na potrebi i načinima prevencije primijenjenom ergonomijom – „Ergonomika u glazbenika“.

Na koricama knjige, iz recenzija akademkinje Vide Demarin, prof. dr. sc. Darka Breitenfelda i Mislava Papa, dr. med., koji je i akademski glazbenik, izdvojene su zajedničke preporuke za ovom knjigom, prije svega jer donosi mogućnosti i načine prevencije, rane dijagnostike i cjelovitoga oporavka od mišićno-koštanih poremećaja i bolesti pijanista, što će im omogućiti nesmetano uživanje u zanimanju koje su odabrali.

Knjiga se može naručiti kod Medicinske naklade po cijeni od 168 kuna na <https://www.medicinskanaklada.hr/mišićno-koštani-poremećaji-i-bolesti-kod-pijanista> s rokom isporuke od 3 do 5 dana.

Jadranka Mustajbegović