

Tanai Krisztina:

Hollandiai szakmai gyakorlat - 2010.11.08-2010.12.08.

A 2010-2011-es tanévben egy hónapot Hollandiában töltöttem. A négy hét alatt különböző programokon vettünk részt, többek között a szakmánknak megfelelő gyakorlati helyre kellett bejárnunk. Ezen a gyakorlati helyen lehetőségünk nyílt megismerkedni a holland egészségügyi rendszerrel, esetemben a holland fogászattal.

A hónapot Sneekben töltöttük, egy csoportnak szánt szálláson, ahonnan a város, illetve a központ közel volt. Érkezésünk utáni első napon körbenéztünk a városban, ahol rengeteg meglepetésben volt részünk. A házak, és az emberek nagyon barátságosak, még az utcán is kedvesen köszönnek, mosolyognak. Furcsa volt viszont, hogy a házak kicsik, az ablakok viszont hatalmasak. Erről a témáról rengeteget beszélgettem a holland diákokkal, és többszöri kérdésemre is ugyanazt a választ kaptam: nem, vagy csak alig használnak függönyt. Így az ablakok úgy néznek ki, mint egy kirakat. Persze ezzel csak azt akarják sugallni, hogy az egy otthon, ami szép, tiszta, rendezett. Szerintem ez nem feltétlenül jó. Egyébként a város gyönyörű, szép, és legfőbbképpen tiszta. Ugyanis a hollandok próbálják óvni környezetüket, ezért a hulladékot is szelektíven gyűjtik. Erre gondosan figyelnek, és még a saját lakásukban is úgy válogatják. Tehát kellemes élmény volt sétálni egy ilyen barátságos környéken.



Az első hetünket a sneeki Roc Friese Poort iskolában töltöttük, ahol a holland oktatási, és egészségügyi rendszerrel ismerkedtünk. Az iskola is már önmagában különbözött a miénktől. Természetesen a mi iskolánk is nagyon jó, és magasan jó oktatásban részesülünk, de mi sajnos nem takarékoskodunk az energiákkal. A Sneeki iskolában például padlófűtés van, így az egyébként hatalmasnak vélt iskola csupán csak kevés energiát igényel. Az energiatakarékosra nálunk is jobban lehetne figyelni. Az iskolában egyébként az oktatás sem úgy működik, mint Magyarországon. A szakmát tanuló diákok saját maguk dönthetik el, mely órákat kívánják felvenni az órarendjükbe, és milyen ütemben szeretnének haladni. Természetesen van egy bizonyos idő, amely alatt el kell sajátítaniuk a szakmát, de nekünk nagyon tetszett, hogy a rendszer ennyire rugalmas. A tanárok elmondása szerint ők nem osztályoznak, hanem színekkel jelzik a tanuló fejlődési szintjét. És ami a tanuló

szempontjából a legelőnyösebbnek tűnik, hogy nem az számít, hogy mindent megtanuljon, hanem, hogy azt alkalmazni tudja. A diák a vizsga időpontját is eldöntheti, amit természetesen a számítógépen végez el. Szerintem nálunk is ugyanezt kéne bevezetni, és jobban kéne figyelni a diákok képességeire.

Az első hétvégét családoknál töltöttük, ahol remek lehetőségünk nyílt megismerkedni a holland mentalitással, és szokásokkal. A pénteki nap során tehát a vacsorát már egy holland családdal töltöttük. Az egész lakásnak otthonos hangulata volt, szinte mindent átjárt a gondolat, hogy ők egy család. A vacsora náluk a legfontosabb étkezés a nap során, hiszen ezen tud csak részt venni az egész család. Ilyenkor esznek csak főtt ételt, ami általában burgonya, bacon, zöldségek. Az étkezések után pedig sűrűn esznek tejtermékeket, joghurtot, vagy gyümölcssalátát. Ezzel is könnyítik meg az emésztés folyamatát. A hollandok nagyon figyelnek az étkezésre, főképp arra, hogy az egészséges legyen a szervezetüknek. Ezért a kenyerek is szinte mind magvasak, fehér kenyeret alig találunk a boltokban. Rengeteg sajtot esznek, aminek nagy hagyománya van az országukban. Így szinte a fűszerestől a simáig, kicsitől a nagyig sokfajta sajt közül választhatunk, melyek szinte mind ízletesek. Rossz volt érezni, hogy a családok kevés időt töltenek együtt. Hollandiában a gyermekvállalás más rendszerben helyezkedik el, mint itthon. Náluk nincs gyermekgondozási segély, hanem a szülés után még pár hónapot a csecsemővel töltenek, és mennek vissza dolgozni. Ezért az országban elég elterjedt a hiperaktivitás, ugyanis a gyerekek igénylik azt, hogy foglalkozzanak velük. Erre a „betegségre” kapnak csak segílyt, amiről még csak orvosi igazolást sem kell adniuk. Ez számomra furcsán hangzott, hiszen Magyarországon szinte mindenről igazolást kell nyújtani, ami természetesen jogos, mivel ezeket a segílyeket azoknak találták ki, akik tényleg rászorulnak. Úgy gondolom Hollandiában erősebb ellenőrző rendszer kéne ahhoz, hogy a családokat szabályozni tudják. Ami még nagyon meglepő volt, és nekem feltűnt a bolti vásárlásaim illetve kint létem során, hogy a hollandoknak nyugodt a természetük. A pénztáraknál például addig nem kezdik el számolni a következő vásároló termékeit, amíg az előtte lévő onnan el nem pakolt. Türelmesen várnak, és nem sürgetik az embereket.



Leeuwardenben az iskola

Az első héten ellátogattunk Leeuwardenbe, ahol megnéztük az iskolát, illetve kórházlátogatásban volt részünk. Az iskola itt is hatalmas, és szerteágazó volt. Ami a leginkább tetszett, hogy a folyosókon találhattunk (számunkra csupán csak egy kisebb monitornak tűnő) kijelzőt, ami az adott emeleten lévő termeket mutatta. Ez azért is jó, mert itt még azt is meg lehetett nézni, hogy az adott terem szabad-e. A termekben egyébként mozgásérzékelő volt elhelyezve, ez érzekelte, hogy tartózkodik-e egy osztály ott, vagy sem. Remélem egy napon majd a mi iskolánkban is bevezetik ezt, hogy tanáraink és diákjaink könnyebben, és gyorsabban tudjanak tájékozódni. Szerencsénk volt még látni a városban a kórházat is. Az első perctől fogva megkedveltem, hiszen a hangulata olyan volt, mint egy nyugodt bevásárló központnak. Hiszen a kórház földszintjén a recepció mellett üzleteket, kávézókat találhattunk. Az épület maga pedig színes, és étellel teli volt. Megnézhettük a fogászatot is, melynek várója ugyancsak színes volt, és nyugodt, hasonlóképpen, mint a kezelő szobák.



Az első kezelő szobában észrevettem, hogy a falóra a kezelő egységgel szemben helyezkedik el. Ez azért nem jó, mert a kezelés alatt a beteg az órát nézi, ezzel is bosszantva, és nyugtalanítva önmagát. Itthon úgy tanultuk, hogy az órát úgy kell elhelyezni, hogy a beteg azt „ne lássa”, hiszen az ő nyugalma a legfontosabb. Ezt a problémát ott szóvá is tettem, amiért egy picit csodálkoztak is, mivel nekik eddig nem jutott eszükbe, hogy ez probléma lenne. Remélem, hamarosan átveszik a szokásunkat, és picit átrendezik a rendelőt. Viszont kellemesen érintett a központi sterilizáló szoba. Célszerű, és egyszerű. Nincs fertőzés veszély a kezelő szobában.



Megtekinthettük még az újszülött, és koraszülött osztályt is, ahol sajnos nem készíthettünk fényképeket. Érdekesség volt, hogy a szobában félhomály, és meleg uralkodott, ami a babáknak azért jó, mert az anyaméhhez hasonlít, folyamatosan szoktatják őket a fényhez. Nagyon tetszett, hogy a szobán belül volt egy recepciószerű pult, ahol egy nővér folyamatosan figyelhette a babáknak a monitorát. Ugyanis minden kiságnál volt egy monitor, ami figyelte a babák légzését, illetve pulzusát. Ezen kívül még külön kamerával is figyelték az inkubátorokat, illetve ágyakat, ami a szülők érdekében fontos. Remélem, hamarosan itthon is bevezetik ezt a módszert. Láthattuk még a gyermek fekvőbeteg osztályt. A szobákban található tv, és játékok melyeken, mint megtudtuk, az orvosok illetve nővérek elmagyarázhatják a gyermekeknek a rájuk váró operáció menetét. Ezzel is tudatosítva a gyermeket, hogy jó kezekben van, és nem lesz semmilyen probléma. Számukra nagyon fontos a páciens lelki nyugalma, így a hozzátartozóknak, akiknek családtagjuk a kórház épületében hunyt el, külön relaxációs szobát hoztak létre, annak érdekében, hogy az eseményt könnyebben fel tudják dolgozni. Ebben a szobában különböző vallásoknak megfelelő megemlékezési helyeket találunk: bibliákat, emlékkönyveket, illetve egy különleges helyet, ahová köveket tesznek le az elhunyt nevével, és születési, illetve halálozási dátumával. Engem nagyon megérintett a szoba nyugalma, és érdekessége. Nagyon etikusnak tartom, hogy a kórháznak ennyire fontos még a hozzátartozók lelki békéje is.

A kórház hangulata egyébként kellemes volt, nem éreztem magam kényelmetlenül, bármilyen osztályon voltam. A folyosókon plakátokat láthattunk, melyek az ottani dolgozókról készültek. Nagyon jól éreztem magam ebben az épületben, remélem itthon is sikerül hasonlóképp felépíteni egy ilyen egészségügyi ellátó épületet.

A hétköznap elteltével következett a hétvége, melyet családomnál töltöttük, ami számunkra nagyon kellemesen telt el. A holland lányok közül néhányan Budapesten is jártak, így könnyebben tudtunk velük a holland-magyar különbségekről beszélgetni. A lányok ahogy

elmesélték, furcsa volt számukra, hogy a magyarok rengeteg fűszert használnak, és az étkezések is nagyobbak, mint náluk.

A hétvége elteltével, és a második hét kezdetével kezdtük el a szakmai gyakorlatunkat, amely számomra a Klinik voor Tandheelkunde volt Sneek városában. Az itteni fogászat már az első benyomásra is más hangulatú, mint amit eddig láttam: a váró kellemes, nyugodt, és legfőképpen színes. Minden úgy van kialakítva, ahogyan azt mi is tanultuk itthon: a váró székei alkalmasak legyenek minden korosztály számára, találtunk újságot, tv-t, mosdót, esernyő-, illetve kabáttartót. Ami még nagyon jó ötlet, hogy a váróban találhattunk gyerek játékszereket is: filceket, babákat, kockákat. Bármit, amivel a gyermek lefoglalhatja magát. A következő szoba, ahová mindenképpen el kell látogatnia a betegnek, az a recepció. Itt a betegnek be kell jelentkeznie, és az időpontokat is itt kell egyeztetnie. Ez azért is jó, mert nem az asszisztens, és az orvost kell terhelni a kezelő szobában az időpontokkal, hanem erre egy külön asszisztens van. Ezzel is gyorsítva a kezeléseket, és a páciensek sorra kerülését. Szerintem nálunk is ugyanezt a rendszert kéne bevezetni. Találhatunk még egy relaxáló szobát, ahol az orvos elbeszélgethet a pácienssel a kezelés menetéről (annak nyugtatásának érdekében), vagy épp a beteg itt kapcsolódhat ki a kezelés kezdete előtt. Ugyanis itt kényelmes fotelek vannak, csend, és újságok.

A gyakorlati helyemen csupán csak 4 szoba volt, természetesen mind az 5 más-más funkciót töltött be. Így: az első teremben implantológiával, és foghúzásokkal találkozhattunk, a második terem konzerváló fogászatot töltött be, a harmadik és a negyedik szobában egy-egy dentálhigiénikus kapott szabad kezet, ahol professzionális szájtisztítást, illetve fogkölevételt, és prevenciót végeztek, az ötödik szobában pedig pótlások, implantátumok átadásával és lenyomatvétellel foglalkozott egy fogtechnikus. Ami számomra nagyon meglepő volt, hogy az országban nagyon elterjedt az implantátum beültetése. Természetesen nálunk is a biztosító állja egy részét (ahogy Hollandiában), de csak akkor, ha az összes foga hiányzik a páciensnek. Kint töltött gyakorlatom során rengeteg alkalommal láttam implantátum beültetését. Annak is módszere különbözik a nálunk használttól. Az implantátum beültetése után ugyanis azt nyitottan hagyták. Nem úgy, mint itthon, ahogy azt a gyorsabb gyógyulás érdekében lezárják. Szerencsém volt asszisztálni egy ilyen implantátum beültetésénél, ahol feladataim közé tartozott, hogy a vért, illetve a nyálát elszívjam egy az erre a beavatkozásra kitalált speciális elszívó berendezéssel, és az orvos munkájának segítése érdekében eltartsam a bucca-t. Hatalmas élmény volt ilyen szakemberekkel együtt dolgozni, és tőlük is tanulni valamit. A konzerváló fogászaton is segédkeztem. Itt jellemző a 4 kezes asszisztálás, ahol az asszisztensnek sokkal több feladata van, mint itthon. A legtöbb fogászatot az orvos, és az asszisztens a beteg mellett forgószéken ül, nem pedig állnak. Ez volt az első különbség, amit észrevettem. A második, hogy a fogászati kezelő egység is egy picit különbözik a miénktől, ugyanis a műszereket úgymond a „beteg feje fölé” húzzuk, őt pedig teljesen elfektetjük, hogy könnyebben bele lássunk az adott területre. Ami érdekesség még, hogy a betegnek nem kell öblítenie: ugyanis az asszisztens azt exhaustorral folyamatosan elszívja a nem kívánatos fog, tömés darabkákat, és a páciens nyálát. Mi az itthoni gyakorlati helyen a nyálszívót egy kérdőjel alakra hajlítva használjuk, és csak speciális esetekben használunk exhaustort. Szerintem ez az eljárás nem épp a legmegfelelőbb a beteg szempontjából nézve. Hiszen az öblítési igény mindenkinél fennáll, mert az asszisztens nem mindig tudja az összes anyagot elszívni. Lehetséges, hogy maradhat valami a szájban, így az a betegnek irritációt, kellemetlenséget okozhat a kezelés folyamata alatt. Én úgy gondolom, hogy ebben az esetben a beteg teljes mértékben ki van szolgáltatva az orvosnak, és az asszisztensnek. Habár az asszisztens sokkal nagyobb kezet kap, hiszen Hollandiában már egyedül végezhetnek polírozásokat, vagy pótlás átadást, korrekciót, mégis nekem nem feltétlenül tetszett ez a módszer. Szerintem a beteg érdeke az első, és a legfontosabb, hogy ő kényelmesen érezze

magát a kezelés alatt. Ezért is tolerálom, hogy az itthoni kezeléseknél ha a páciens öblíteni kíván, vagy épp ez szükséges, akkor az orvos könnyedén leállítja addig a kezelést. Ami viszont kellemesen érintett, hogy rengeteg családot láttam, akik együtt jöttek el egy kontrollra. A szülők, és a gyerekek egymás után ülnek be a székbe, és szinte kiállnak családtagjuk mellett. Természetesen a gyermekek kisebb ajándékot kapnak, ha jól viselkednek a fogorvosi székben. Ezt a módszert mindenhol alkalmazhatnánk, hiszen ezzel is ösztönözzük a gyerekeket. A műszerekben, és anyagokban nem láttam nagy különbségeket.



Csupán csak annyit vettem észre, hogy a hollandok előszeretettel használnak fel minden lehetséges eszközt/anyagot, a tökéletes kezelés érdekében. Így például a Cofferdam-izolálást, amivel könnyítik a beteg szájának irritációját, vagy gyökérkezelésnél az Apex-locatort, amivel nagyon pontosan meg tudják határozni a gyökér hosszát. A gyökérkezelést is csak úgy végzik el, hogy közben a monitoron a gyökér hosszát, és irányát figyelik. Disponibilis fecskendő helyett pedig Carpule-t használnak. Ennek során az érzéstelenítés előkészülete gyorsabb, hiszen azt nem kell külön felszívó tüvel egy ampullából felszívni, hanem ebben az esetben azt csak bele helyezzük a műszerbe. Ez is gyorsítja a kezelés menetét. Jó volt látni viszont, hogy ennyire fontos nekik a tökéletesség. Ez abban is megnyilvánult még, hogy a kezeléseket, és a betegek érkezését is megtervezik. Például egy tömésre átlagosan 40 percet szánnak. Ez a 40 perc tartalmazza az előkészülést, a beteg érkezését, a kezelés menetét, és az utó-fertőtlenítést is. Ez alatt az idő alatt szinte kényelmesen, és nyugodtan végzik el a kezelést. Az asszisztens feladatai még annyiban különböznek, hogy az adminisztrálást az orvosok végzik el, miután befejezték a kezelést. Nincs Fogászati Kezelési napló, melybe mindig bele kell írni a beteg adatait. A program ezt mind megmutatja, és csak azt kell beírni, amit elvégeztünk. Ha például a beteg megérkezett, és a váróban ül már, azt is kijelzi az orvosok számára. A programban láthatjuk még azt is, hogy a szobákban milyen kezelés zajlik, és mikor kezdődik illetve zárul. Ez azért lehet fontos, mert ha például röntgen-felvételt szeretnénk készíteni, könnyedén meg tudjuk állapítani: a szoba üres, vagy sem. Érdekes volt még, hogy a röntgen kép elkészítéséhez nincs külön asszisztens, mint nálunk, hanem azt a fogászati asszisztens végzi el. Szerintem sokkal előnyösebb lenne, ha ők is alkalmaznának külön röntgen asszisztent, aki gyorsabbá tenné a munkájukat. A felvételeket nem nyomtatják ki, mint néhány fogászatnál itthon, hanem azt a programban megtalálhatjuk, a beteg adatai

mellett. Ez azért praktikus, mert ha nyomtatott formátumban adjuk oda a páciensnek, akkor azt ő akár el is veszítheti. Egy ilyen adat pedig kulcs fontosságú információ lehet a kezelésekhöz. Nem éppen előnyös, ha a felvételt újra el kell készíteni, főleg a páciens szervezetének érdekében. Tehát ez a módszer hatékonyabb. Bízom benne, hogy hamarosan itthon is ezt fogjuk alkalmazni mindenhol.

Szerencsém volt együtt dolgozni még dentálhigiénikusokkal is. Az ő munkájuk ugyanaz, mint amit itthon is tapasztalhatunk. Fogkölevételeket, szájtisztításokat, és akár prevenciót is végeznek. Ha kell, a gyermekeket, felnőtteket oktatják arról, hogy hogyan kell helyesen ápolniuk a fogait. Műszereikben és anyagaikban ugyanazt tapasztaltam, mint itthon. Nagy különbségeket egyedül a holland mentalitásban láttam csak: a betegek megtervezése, és a kezeléseket pontos átgondolása számomra kellemes élmény volt. A dolgozók minden reggel tartanak egy megbeszélést, ahol mindenki megkapja az aznapi kezeléseikről készült terveket nyomtatott formában. Időt szánnak még az ebédszünetre, és arra is, hogy a munkahelyükön kellemesen érezzék magukat. Így két beteg között, vagy éppen ha nincs beteg, nyugodtan kimehetnek a konyhába teázni, és relaxálni egy kicsit. Ez azért jó, mert könnyebben eltelik a munkanapjuk, nem fáradnak el annyira, és akár nagyobb kedvvel is lépnek vissza a munkába. Az itthoni gyakorlati helyemen sajnos ilyenekre nem kapunk időt. Ami érdekes volt még, hogy a fogászati dolgozók szinte, mint egy család, úgy működnek együtt. A dolgozók szempontjából ez nagyon jó, mert reggelente nagyobb kedvvel indulnak munkába, és ott is aktívabban tudnak dolgozni.

A gyakorlati idő alatt természetesen voltunk kirándulni is, és rengeteg közös programunk volt. Ellátogattunk például Amelandra, egy szigetre, és láttuk az Északi-tengert.



Remek élmény volt látni a tengert. Természetesen láthattunk még másfajta különlegességeket is, mint például homokdombokat, melyeket a tenger hozott létre. Ez azért is volt számunkra furcsa, mert nem láttunk még előtte ilyen a természet által létrehozott képződményt.



Hollandia ugyanis mélyföld, a folyók úgy szólnak a lakosság feje fölött hömpölyögnek. Ezért (mint megtudtuk), Hollandiában szinte kötelező, hogy mindenki tudjon úszni. Ugyanis a városok nagy részét is csatornák hálózják át. Sajnos már nagyon sokan áldozatul estek a víz hatalmának, így lényeges szempont, hogy tudjunk menekülni, ha esetleg vízbe esünk. A családnál eltöltött hétvégém során tudtam meg, hogy az úszástanulásnak három fő pillére van Hollandiában: 1-megtanulni egyedül úszni, 2-megtanulni visszatartani a levegőt a víz alatt, 3-megtanulni ruhában úszni. Úgy vélem, mindegyik pillér fontos, mégis az utolsó döbentett meg leginkább. Találékonyak, mégis mindenre gondolnak: hiszen soha nem lehet tudni, bele esünk-e a vízbe, ott pedig igen hasznos dolog, ha tudunk cipőben úszni. A négy hét során ellátogattunk még Rotterdamba is, mely programon az iskola diákjaival vettünk részt. Itt ellátogattunk a Body Worlds-re, ahol rengeteg érdekes dolgot láttunk. Sajnos Budapesten ezt a kiállítást sajnos nem tudtam megnézni, ezért is örülök annyira, hogy ez Rotterdamban sikerült. A következő kép Rotterdamban készült.



A gyakorlati idő leteltével közeledtünk a kinti prezentációnk felé, melyet csapat, illetve tanáraink segítségével sikeresen összehoztunk. Elérkezett lassan a búcsú, és a tanulságok leszűrésének ideje. Az egy hónap alatt rengeteg tapasztalatot szereztem a szakmámban, mivel megengedték, hogy asszisztáljak egyedül, és gyakoroljam a 4kezes asszisztálást. Nagyon sok kellemes élményben volt részem, és szerencsém volt megismerkedni holland emberekkel, akikkel a mai napig tartom a kapcsolatot. Örülök, hogy megismerhettem egy másik kultúrát, amiből tanulhattam. Természetesen továbbítom majd tapasztalataimat tanáraink, és főnökeim felé. Remélem egy nap majd mi is átveszünk néhány ilyen szokást. És bár remekül éreztem magam, hiszen egy remek csapattal utazhattam ki, mégis hiányzott az, ahonnan indultam. Ami nem más, mint Magyarország, az otthonom.

