

GRAZI SZAKMAI GYAKORLAT

A program 2015. május 17-én indult. Már a megérkezésünk napján megnézhattuk a kórházat. Abban a pillanatban rájöttünk, ez a hely össze sem hasonlítható az otthoni kórházak körülményeivel. Nagyon szép helyen volt, egy újjépítésű intézmény a város szélén, könnyen megközelíthető, parkos környezetben. Belépve a kórházba minden nagyon tiszta és rendezett volt. Könnyen el lehetett igazodni az épületben. Csak másnap tudtuk meg, ki melyik osztályra került.



Én egyedül a sebészetre kerültem. Életemben azon a napon izgultam a legjobban. A fő ápolóm Karl, bemutatta az osztályt, ahogy megérkeztünk. A második emeleten volt. A folyosó elején találhatóak az orvosi szobák. Az ápolók teendőjét segítő szobák ezek után jöttek. Legelső helyiség a raktár volt. Itt volt található a kerek székek, botok, járókeretek, matracok, decubitus ellen védő matracok, infúziós állványok.

Ezt követte az egyik fertőtlenítő szoba. Az egész gépekkel felszerelve, beprogramozott mosók segítették a különböző ágytálak elmosását, sterilen tartását.





Az első betegeket érintő szoba az elkülönítő volt. Ide kerültek a súlyosan sérültek, illetve akik önmaguktól már semmit nem bírtak megcsinálni. Emellett volt a nővérszoba, illetve a vizsgáló.

A nővérszobában minden a rendszerről szólt. ABC sorrendben voltak a gyógyszerek, amit minden délután újra fel kellett tölteni, ahogy fogyott. Az infúziókat az erre kijelölt nővér végezte, mindig reggel összekészítve az aznapi adagokat, időre és szobára szétosztva. A lázlapok szobák szerint névre szólóan szétosztva voltak a szekrényben. Folyosó közepén a főnővéri szoba és a konyha volt. Ezután

jött az ágyneműs és kötözős raktár. A folyosó végén a másik sterilizáló szoba volt. Majd a folyosó másik oldalán voltak a beteg kórtermek, összesen 6 darab. A szobák változóak voltak, a legtöbb 4 ágyas, de volt 6 ágyas is. A legnagyobb változás már a szobák felszereltségét tekintve is nagyban eltért az itthoniaktól.

Minden szobában volt a nővérek számára fontos eszközök. Steril branül kupak, fürdetéshez szükséges tusfürdő, testápoló, pizsama, törölköző, mosdató kesztyű, gumikesztyű minden méretben, fertőtlenítő, szappan, vesetál, szalvéta, ágyneműk, gumilepedő. Az összes ágy emelhető, éjjeli szekrények mozgathatók voltak.

Már az első nap nagy segítségemre volt Markus ápoló, aki végig segítette az 1 hónapomat. Próbálta a lehető legerőteljebben elmagyarázni a fontosabb teendőket, tudnivalókat. Bemutatta az ottani házi rendi teendőket. Papírra gyűjtötte a mindennapokban használt mondatokat.



Én mindig délelőtti voltam, mivel nagyon sok tanuló volt abban az időben az osztályunkon. A reggelek 06:15- kor kezdődtek, de 06:10- re már a nővérszobában kellett lenni átöltözve. Az átadás is sokkal másabb volt, mint itthon. Körbe ülve egy asztalt, a főápoló és a 2 éjszakás kicsit elkülönülve a többiektől, mesélték az aznapi teendőket, vizsgálatokat, új állapotot a betegekről, nagyobb változásokat, étrendjüket, műtétek napját. Mindenki kapott egy lapot, szoba számmal, ágy számmal, névvel, korral és betegséggel ellátva. Ezeken sorba haladva tudtuk írni a munkánkat. Ezután hátulról haladva a folyosón kiosztottuk a reggeliket. Ezt mindig 1 nővér kapta, aki csak az étrendre, a folyadékra és a gyógyszerekre figyelt. Minden tálca névre szólóan érkezett az osztályra. A betegeknél a gyógyszert egy kiskanálra kellett kitenni, és ezt meg kellett várni még beveszi. Ha por volt, készen folyadékba keverve kellett otthagyni. Ezután, akinek kellett, segített az etetésben.

Ha mindenki befejezte a reggelit, ágyazó kocsival, folyadékos kocsival mentünk a szobákat rendbe rakni. Egy ember mindig a folyadékot kérdezte, ez lehetett mentes és szénsavas víz, fűszeres, gyümölcsös és kamillás tea, illetve 11 óráig kávé. Az ágyazást 2 ember végezte. Az ágyak naponta kerültek áthúzásra. A koszosakat külön kellett gyűjteni. A paplanokat, lepedőt egyik zsákba, illetve a törölközőket, párnákat másik zsákba. Ha műtetre ment, plusz takarót kellett ott hagyni. Egy ember az éjjeli szekrényeket takarította és rakta rendbe, pakolt el róla. Majd ha ezekkel kész lettünk, egy ember hőmérőzött, vérnyomást mért, folyadék mennyiséget és székletet nézett. Illetve a beteg önállóságától függően egy vagy két ember maradt segíteni a fürdetésben. Ez ebben a sorrendben haladt végig a 7 szobán.

Amikor kész lett az egész, a kötözős kocsival újabb kört mentünk. Levettük a régi kötéseket, majd vagy orvost hívtunk, vagy csak átkötöttük. Ebben a részében nagyon sokat tanultam, az ottani sebészetben. Minden sebet a lehető legalaposabban kimostak minden nap, különféle kenőcsökkel bekenve, nem csak fertőtlenítővel, mint itthon, kötötték át a sebet. Erre a legjobban egy bácsit tudok felhozni, akinek a lábát húsevő baktériumok kezdték el pusztítani. A sebet naponta kétszer kötöttük át. Reggel a gézeket levéve hagytuk kicsit levegőzni, majd alapos folyadékkal átmostunk és amikor megszáradt magától, a seb vonalakat körbe kenőcsözve, majd másféle kenőccsel a sebet magát bekenve kötöttük be a lábát egy több rétegű kötésbe. Gézeket vágtunk a sebre, hogy csak azt takarja, amit muszáj, ne az egész lábát. Ezután egy vastag, melegítő kötés jött, amit rugalmas pólyával zártunk le. De nagyon sok varrat ellátást is láttam. Azt figyeltem meg, ott több sebet hagynak nyíltan és nem varrják össze teljesen, hogy ki tudjon folyani, aminek kell. Ha az összes seb át lett kötözve, kicseréltük a kivezető csöveket is. Itt láttam elsőnek easy flowt, dreant, redont. Megmutatták a redon cserénél mire kell figyelni, hogyan működik. Sőt a végére már cserélhettem is. Itt láttam először stomás beteget is. Szerencsére nagyon rendes úr volt, ezért elmagyarázta és meg is mutatta a cseréjét. Elsőnek kicsit szörnyű látvány volt és nem is túl kellemes illatú. De őt látva, ahogy kb. 50 évesen ezt elfogadta és amilyen természetesen veszi, nagyon jó volt.

Kb. 10 óra magasságában végeztünk ezekkel, ezután jöttek a tiszta ágyneműk, pizsamák. Ezeket a helyére kellett tenni, feltölteni az ágyazó kocsit. Külön kocsival minden szoba szekrényét is fel kellett tölteni, ahol üresedés volt. Ez nem csak az ágyneműk terén, hanem a gumikesztyűk, szalvéták, steril kupakok hiányát is. Eközben aki végzett a reggeli mérésekkel, a nővérszobába a lázlapra kellett vezetni. Ez sokban nem tért el az itthoni lázlap vezetéstől. Ilyenkor általában ebédig a nővéreknek a feladata volt a takarítás. Sterilizáló fertőtlenítése, teás kocsi fertőtlenítése, kötözős kocsi feltöltése, szennyes kocsi kiürítése. Voltak heti és napi rendszerességgel való takarítások. Napi volt az ágyazó, kötöző kocsi, éjjeli szekrények. Heti volt a hűtőszekrény, konyha, sterilizálós szoba kitakarítása.

Az ebédes kocsiórt mindig 2 ember ment a földszinti ebédlőbe. Az ebéd nagyban eltért az itthonitól, kint 3 féle ebédből válogathat a beteg. Az ebédhez mindig tartozott valamilyen desszert is és az adagok is sokkal nagyobbak voltak. Az ebéd kiosztása 12:00 körül történt. A reggelihez hasonlóan névre szóló tálcán vittük ki a betegeknek, majd segítettünk, ahol kellett. Ezután tudtunk elmenni mi is ebédelni. Mindig nagyon finom és változatos volt. Ekkor fél óras szünetünk volt. Ebédet beszedve, vissza kellett vinni a kocsit a konyhára. Ebéd után ott is kisebb pihenő idő volt. Általában a legtöbb embert ilyenkor engedték haza. Hazamenetel után az üresen maradt ágyat a nővér feladata volt áttörölni, sterilizálni. Ebbe tartozott még a szoba szekrénye és a fürdőszobai polc letakarítása is. De sosem ágyazhattál egyedül! Ez is 2 emberes feladat volt. Az ágyazási módszer jobban tetszett az itthonihoz képest. Feszesebb és simább ágyat kaptál a végére. 14:00 környékén rakták össze a délutáni infúziókat. Majd az aznap erre kinevezett nővér ment végig és kötötte be a betegeknek. Ezután mi délelőttösek eljöhettünk.

A műtétre váró betegeket, akik nem voltak súlyos állapotban, a műtét előtti napon hívták be. Ekkor került sor a betegfelvételle, ami hasonló a miénkhez. Ezután levettük a láb méreteit, a kompressziós harisnya miatt, adtunk pizsamát. Ilyenkor kapott a feje fölé egy „nüchtern” feliratú jelzést, ami segítette az ápolókat, hogy műtétre vár. A műtét napján kapja meg a harisnyát az itthoni rugalmas pólya helyett, a fejére hálós sapkát. A műtéti előkészületek a koplaláson kívül, nem sokszor igényeltek nagyobb ellátást az osztályon.

A műtét után visszakerült betegek, már teljesen éber állapotba vannak. Nem szükséges nagyobb megfigyelések végzése. 1 óra elteltével ihattak és kb. 3-4 óra elteltével már ehettek is. Persze ez a zökkenőmentes, kisebb műtétekre igazak. A műtét fajtájától függően, akár már másnap gyógytornász foglalkozott a beteg mozgatásával. A gyógytornász minden nap jött, egyesével foglalkozva a betegekkel.

A hétköznapi délutánok nagyjából egységesen teltek. A csoport megvárta egymást és kifáradva együtt mentünk hazafelé. Nagyon szép helyen volt a házunk, csak elfáradva megterhelő volt a hegyre fölmenni. Hazaérve általában 1 óras pihenő volt, még mindenki kicsit tudott pihenni. Estefelé lementünk a boltba, sokszor maradtunk szétnézni a városban is. Legtöbbször mindig sétáltunk, de ösztönöztük néha egymást az esti vezetős futásra is. A legjobb az egészben a közös vacsorák voltak, ahol mindenki kitette az asztalra, amit vett és

nem volt vita, ki miből eszik. Ilyenkor az idő elhúzódott, ismerkedtünk, sztorikat meséltünk, közös élmények jöttek elő. Ekkor írtuk meg közösen a munkanaplókat is. A tusolás 6 lánynál sosem egyszerű 2 fürdőszobával, de szerintem jól elosztottuk, hogy ne legyen vita belőle. Előreengedtük, aki fáradt, figyeltük, mikor tudunk menni. Az alvásban sosem zavartuk egymást.

A hetek elteltével nem csak a szakmai tudásomat bővítették a kint eltöltött napok, de napról-napra jobban mertem nyitni az emberek felé és próbálkozni minél többet beszélni velük. Nem mondhatom, hogy bő beszédű voltam, de sokat fejlődtem! A betegeket tekintve, közvetlen embereket ismertem meg, akik érdeklődve kérdeztek a Magyarországi ismertük alapján.

A közös programokat tekintve, próbáltuk Graznak minden oldalát látni. Fönről- lentről, éjszaka- nappal, városközpontot - város széleket. Az első közös program a kórház megnézése és a környék bemutatása volt. Később kimentünk az iskolába, ahol egy kisebb ismertetőt kaptunk az ottani iskolarendszerből, bemutatták az iskolát, az iskola mellett lévő kórház központot. A végén megkaptuk a gyakorlati ruhánkat. De ezek nem is voltak igazi közös programok.

A legelső programunk Bécs volt. Sajnálatosan nagyon rossz időt fogtunk ki, végig szakadt az eső. Nem nagyon tudtunk sehol szétnézni. Beültünk egy közös kajálásra, remélve, mire megesszük, el fog állni az eső. Ez nem jött össze, elázva sétáltunk egy kis időt, hogy aki nem volt még Bécsben, az is lásson belőle valamit. Illetve több boltba is bementünk cipőt keresni, mert az egyik lánynak beázott. Grazba visszaérve boltot kerestünk még, mert vasárnap ott is minden zárva volt.

A legelső péntek estén kicsit szétnéztünk az esti életben is. Ebben segítségünkre volt Szandi 2 ismerőse, akik kint tanulnak. Nagyon jól éreztük magunkat és sokat oldódott a csapatunk. Egy tetőtéri helyre ültünk be, ahonnan az egész várost beláttuk az esti kivilágított állapotában. Szombat délután az első egyedül rendezett programunk nem úgy jött össze, ahogy terveztük. Megkaptuk az időpontot és a helyszínt, ahol a jegyeket vehettük volna át. De senki nem mondta, hogy nem jön velünk senki erre a programra, ezért mi vártuk Gerhildét, a kinti segítőnket. 20 percet vártunk rá, miután megkérdeztük, mit tegyünk. Bent a foglalt jegyeket már nem tudtuk átvenni. Így az első közös program nem úgy sikerült, ahogy vártuk. Mivel nem terveztünk mást, beültünk megebédelni, majd az első hétvégén nagy kíváncsisággal indultunk neki a városnak. Másnap a jó időben kimentünk a strandra. Nem volt nagy strand, de sok program volt. Néztünk amatőr gyerek műugrást, egészen a kicsiktől a velünk egykorúakig. Majd találkoztunk egy magyar családdal, akik mondták, bent vízilabda megy. Salzburg – Graz játszott. Nagyon szoros és izgalmas meccs volt. De kiállítás miatt, és az azt követő viselkedések miatt lefújta a meccset a bíró, így nyert a Salzburg. Utána közös programnak béreltünk röplabdát, strandröplabdázni. Nagyon megtetszett az ötlet mindenkinek és kicsi mozgásnak jó is volt. Nagyon elfáradtunk a nap végére, és ha ez

nem lenne elég, még meg is égtünk. Egész este testápolóztuk magunkat, hogy hűtsük a testünket.

Következő hétvégén kimentünk a kilátóba.



Itt sok újat nem láttunk, mivel mi is eléggé a hegyen laktunk és sokkal magasabb ez sem volt. De nagyon jó idő volt, sok közös képet csináltunk, sétálgattunk. Fölfelé libegővel mentünk, de lefelé már sétáltunk. Az aljába aláírtunk egy plakátot is, amit rekordnak akartak indítani. Hazafelé bementünk egy vízben úszó zárt sétáló helyre, ahol volt kialakított kisebb játszótér és mini bár. Átsétáltunk egy hídon is, aminek tele volt

lakatozva a széle. Számomra ezek mindig is nagyon tetszettek, így ez is gyönyörű volt. Szeretnék mindig is majd, a nagy szerelmemmel egy lakatot kirakni ilyen helyekre.

Mivel mindig olyan programokat szerveztünk, ami szabadtéri volt. A 3. hétvégén elterveztük, hogy bemegyünk a Kunst hause-ba. Ez modern művészetek háza volt. Az egész épület egy polip kinézetű volt. Belül sötétség volt és kivetítőkön mentek filmek, illetve egy történetet is meseéltek közben. Ebből mi nem sokat értettünk, így fölmentünk a kiállítás részébe. Nagyon szép képeket láttunk. Itt mindenki szétnézhetett, képeket is csinálhatott. Voltak mindenféle képek, sőt elkülönített helyeken még mozgóképek is, ami elé le tudtál ülni és a képzeletedre volt bízva, mi az, amit látsz benne. Nem vagyok nagy múzeumba járó és csöndes helyeken sok időt eltöltő, de



itt sok mindent láttam.

Hazafelé mikor húlt az idő, bementünk a Schlossberg Palace-ba. Már az udvara mesébe illő volt. Mintha hercegnők a mesékben sétáltál egy kikövezett udvaron, mindenhol virág és fa, pávák az udvaron. Nagyon szerettünk volna pávatollat szerezni, de nem sikerült. A kastély kívülről nekem jobban tetszett. A belsejében nem sok mindent tudtunk megnézni, egy szent történet volt elmesélve képekben, hasonló volt, mint itthon a templomokban.



Egy kirándulós csapat jött össze, így kihasználva a helyi adottságokat, felsétáltunk az erdőben, ami fölöttünk volt. Nagyon meredek parton mentünk fölfelé, de mikor felértünk, szebb kilátás fogadott minket, mint a kilátóból. Egy hosszú séta lett belőle, több mint 3 órát sétáltunk, kijelölt turista utakon.

Nagyon sok közös főzésünk volt. Volt, amikor csak 2-2 ember, de volt, hogy mindenki segített, amiben tudott. Főztünk bundás kenyeret, tojást, milánóit, palacsintát. Sokat nevtünk egymáson, el se hittük, ki hányféle képen tud és szokott enni akár egy bundáskenyeret is.



Az utolsó hétvégén már nem Grazban voltunk, hanem szombat kora reggel átmentünk Salzburgba. Nagyon furá volt, mert már mindenki ment volna haza és úgy éreztük csak távolabb kerülünk folyamatosan



A szállásunkat elfoglalva visszaindultunk a városba, hogy minél több mindent meg tudjunk nézni ez alatt a fél nap alatt. Elsőnek egy várkertet néztünk meg, ami nekem nagyon tetszett. Gyönyörű szép kert volt. Majd az idő szűke miatt városnéző hajótúrára indultunk. Ezután elsétáltunk a Mozart születési házába. Majd a programot a várban zártuk, ami sok időbe telt, mire körbejártuk és fölmentünk a tetőbe is. Itt kajáltunk meg, majd mentünk vissza a szállásra. Nem akartuk zavarni egymást, ezért akik nem voltak fáradtak, azokkal lementünk biliárdozni. Nagyon sokat nevettünk.

Így utólag visszagondolva és sokat mesélve, úgy érzem nagyon jó társaság volt, sok boldog élménnyel és új ismeretekkel. Az ottani nehéz napok emléke már elmúlt. Akkor úgy éreztük, soha nem lesz vége, mára már visszamennék.

