

Szakmai beszámoló

Mint minden évben, most is meghirdették a külföldi szakmai gyakorlatot. Véleményem szerint ez egy nagyszerű lehetőség, hogy az ember tapasztalatokat gyűjtsön, új élményeket szerezzen és fejlessze magát szakmai és idegen nyelvi szempontból, új szokásokkal, kultúrával ismerkedjen meg.

Ezt a lehetőséget nem is hagytam ki, így 2015. május 17-én megtörtént a kiutazás. Szerencsére egy csodaszép környékre kerültünk. A szállásnál nem találtunk kifogásolni valót és a kórházhoz is nagyon közel volt. Érkezésünket követő nap csak körbevezettek minket az iskolában és a kórházban. Elmondták nekünk a fontos tudni valókat, mint pl.: hol tudunk reggelizni, hol tudunk ebédelni, a szennyes ruhákat hol tudjuk kimosatni, a gyakorlati ruháinkat hová kell vinni, ha szennyes lesz, hol tudunk másikat kérni, ha problémánk van, kit tudunk keresni és ehhez hasonló tudnivalókat. Megkaptuk a munkaruhánkat, majd szabad programunk volt.

Második napunkon elkezdődött a gyakorlatunk. Mindenkit külön osztályra osztottak be. Én az ambulanciára, vagyis a járó beteg-szakellátásra kerültem. Örültem is, meg nem is, hogy arra az osztályra kerültem. Annyiból nagyon jó volt, hogy sok érdekességet láttam, viszont nem tudtam közvetlen kapcsolatot építeni a betegekkel, hisz csak felvették őket, ellátták és utána állapotuktól függően vagy valamelyik fekvő osztályra kerültek, vagy haza mehettek. Már az első nap végignézhettem egy has punkciót, ezt követően egy férfi katéterezését. A vérvétel előkészítésében és az EKG elkészítésében segédkeztem sokat. Ezen kívül vérnyomást mértem, pelenkáztam, ha kellett. Sajnos a betegfelvételhez még nem volt meg a megfelelő nyelvi készségem és az első napokban nem is mertem úgy igazán használni a németet, hisz féltem, hogy butaságot mondok, és mindig a nyelvtanra koncentráltam, hogy helyesen beszéljek. A főnővérnek ez a nyelvtudás nem is volt elég, és a feladat sem volt olyan sok azon az osztályon, hogy én igazán tudjak ott segíteni, így átkerültem a belgyógyászatra. Az elején rosszul esett és az önbizalmamat is rombolta, de már az első nap után rájöttem, hogy sokkal jobb fekvőbeteg osztályon lenni. Sokkal többet tudtam kommunikálni, a nővérek is kedvesebbek és beszédesebbek voltak. A betegekkel is muszáj

volt beszéljek, ami segítette a német nyelvtudásom fejlődését. Sőt, nem egy nővér és beteg meg is dicsérte a német tudásomat. Itt már sokkal több nővéri teendő akadt, így a nap is gyorsabban telt, és én is rendszeresen ki tudtam venni a részem a munkából. Mivel nem álltunk anyanyelvi szinten és kint a kompetenciák sem teljesen egyeznek meg a hazaiakkal, így gyógyszerelni nem gyógyszerelhettünk és injekciót sem adhattunk be, emellett infúziót sem köthettünk be. Az alapápolásban segédkeztünk nap mint nap.

Most a kórház fejlettségéről és felszereltségéről szeretnék egy kicsit mesélni. A tisztaság és rendezettség mindenhol megtalálható. Ami nagyon tetszett, hogy a betegszobák ajtaja felett van egy lámpa, ha a nővér bemegy, megnyom egy gombot és az ajtó felett lévő világítóeszköz sárgán kezd égni, ha orvos van bent, egy másik gombot nyom meg a szobában és az pirosan kezd világítani, jelezve, hogy orvos van bent. Így mindig tudni, hogy mely szobákban van nővér és merre van az orvos. A folyosón is található egy nagy kijelző, amely jelzi, hogy melyik szobában hányas ágynál nyomták meg a nővérhívót. A kézfertőtlenítésre teljesen mértékben megkapjuk a lehetőséget, amivel élnünk is kell, hisz így nem csak a beteg, hanem a saját egészségünket is védjük. Minden szobában van legalább 2-3 db kézfertőtlenítő, emellett még a folyosón is található és a nővérszobában, meg a mellékhelyiségekben is. A mosdóknál persze sosem volt hiány szappanból és kéztörölőből. Ágyneműkből is mindig volt elegendő, emellett jó állapotban voltak. A szekrényeket mindig fel tudtuk tölteni elegendő mennyiségű eszközökkel, mint pl.: pelenka, előke, törölköző, mosdató kesztyű, lepedő, takaróhuzat, párnahuzat, pizsama. A betegeknek adtak külön pizsamát, amit természetesen naponta, kétnaponta tisztára cseréltek. Törölközőt és minden nap tiszta poharat is kaptak. Itt a betegek minden nap 3 menü közül választhattak, természetesen figyelembe véve, hogy melyik beteg mit ehet és mit nem. Tegyük hozzá, hogy az ételek mindig finomak voltak és mennyiségből sosem volt hiány. Nem a nővérek kell kiszámolni és elosztani az ebédet, hanem a konyháról már kimért adagok, tálcaستól kerülnek fel egy sterilizált ételes szekrényben az osztályra. A tálcákon van egy kis papír, ami jelzi, hogy melyik szobában hányas ágyhoz kell vinni az adott ételt, vagyis hogy melyik beteg rendelte. A kórházban természetesen minden elektromos. Az ágyakat nem nekünk kell emelgetni, hanem egy kis távirányító segítségével akár a beteg magának is állíthatja, hogy kényelmes számára. Ez a mi derekunkat is kíméli a betegek kényelme mellett. A redőny is elektromosan

működött. A gyors eredmények érdekében a laboros dolgokat csőpostán keresztül szállítják. A legmodernebb eszközökkel dolgoztak kint.

Visszatérve a napi feladatainkhoz, most arról fogok beszámolni. Először is kint a nővérek 8 órában dolgoznak. Mi a délelőtti, vagy a délutános műszak közül választhattunk. A délelőtti reggel hattól délután háromig tartott, a délutános tizenegyől délután hétig volt. A reggel mindig műszakátadással kezdődött. Ilyenkor a computer előtt ülve a nővér elmesélte a másik nővérnek, hogy kinek mi a betegsége, mire kell figyelni az adott betegnél, milyen feladatokat kell az nap az adott beteggel elvégezni és mik várnak a betegre. Miután a műszakváltás megtörtént, mentünk és kezdtük a reggeli osztásával. Amelyik beteg esetleg nem tudott önállóan enni, annak mi segítettünk az étkezésben. A reggeli összeszedése után végigmentünk a ránk bízott szobákon, és azokat a betegeket, akik önállóan nem tudnak tisztálkodni különböző okokból kifolyólag, mi mosdattuk le, vagy ágyban, vagy kis segítséggel a zuhanyzóban ők maguk is megmosakodtak. A reggeli gyógyszerelés közben elindult és eközben az ágyakat is felfrissítik, a párnákat kirázzák, ha szükséges teljesen lecserélik az ágyneműt. Reggel mindenkinek vérnyomást és hőmérsékletet mérünk. A nap többi folyamán csak azoknak, akiknek elő van írva. Még délelőtt végig szoktuk járni a szobákat és a szekrényeket feltöltjük a fogyó dolgokkal, mint pl.: pelenka, törölköző, ágyneműk és így tovább. Igen hamar el szokott jönni az ebédeltetés ideje. A konyhából felhozzák az étkezős kocsikat, majd kanalat, villát, kést és szalvétát pakolunk rá, és bevisszük az adott betegnek. Akinek kell, annak segítünk a táplálkozásban. A gyógyszereket ugyanúgy beadják a nővérek, akinek elő van írva. A tálcák összeszedése után mi visszük vissza a kocsikat a konyhára. Nem sokkal ebéd után mi is kapunk egy fél órás ebédszünetet. Mi is előre leadtuk a rendelést hetenként, hogy a három menü közül melyiket választjuk. Az ételek mindig finomak voltak és még desszertet is kaptunk minden nap. Miután végeztünk az étkezéssel, visszamentünk az osztályra, és éppen amit kellett, segítettünk. Amikor valamelyik beteg megnyomta a nővérhívót, mi is mehettünk, és ha tudtunk segíteni, akkor mi segítettünk, mint pl.: ha lefolyt az infúzió azt mi is levehettük, csak újat nem rakhattunk fel. Pelenkázást, ágytálazást egyedül mi is megcsináltuk, ha valaki csak egy pohár vizet kért, ebben is tudtunk segíteni és hasonló apróságokban is. Délután is sokszor mértem vérnyomást, vércukorszintet. Fent az osztályon is volt, hogy történt beteg felvétel, azt is megfigyelhettem, végighallgattam, milyen kérdéseket tettek fel, és segíthettem a súly és vérnyomásmérésben. Az orvos feladatait is

meg tudtam figyelni egy párszor, sőt még volt, hogy segítettem is az egyik orvosnak vérvételkor. A viziten is részt vehettünk. Az is elektronikusan történt, pontosabban egy laptopot visznek egy gurulós szekrényen és abba dokumentálnak mindent.

A munkán kívül persze volt egy kis szabadidőnk is délután, ami igaz általában csak egy kis testedzésre, futásra, sétára, vagy egy kis vásárlásra volt elég. A hétvégék viszont teljesen a miénk voltak. Így lehetőségünk adódott a várost jobban felfedezni. Voltunk Schlossbergben, ahol gyönyörű panoráma tárult elénk. Külön élmény volt, hogy libegővel mentünk fel, lefelé pedig lépcsőztünk. Graz utcáin rengeteget sétáltunk, nézelődtünk, próbáltuk a látványosságokat felfedezni és megtalálni. Szerencsénkre beköszöntött Grazban az igazi jó idő, így egy napunkat strandolásra szántunk, ott a helyi uszoda strandján. Nagyon jól éreztük magunkat, szerencsére a hat fős csapatunk is nagyon jó volt. Röplabdáztunk, fagyaltoztunk és napoztunk is a medencézés mellett.

Természetesen mindig próbáltunk kulturális programot is szervezni magunknak, így egyik nap elmentünk a Grazban lévő Kunst Museumba. Rengeteg elgondolkodtató, modern munkát láttunk, szerintem nagyon érdekes volt és örülök, hogy oda is benéztünk és betekintést nyertünk a modern művészet egy kis részletébe. A közelben lévő Schloß Eggenberg Kastély és Park csodáit és szépségeit is megnéztük. Szerintem az a környék, az a hely, ami mindenkit elvarázsolt a friss levegővel, a rengeteg zölddel és színes virágokkal, a pávákról nem is szólva, amelyek a parkban sétálgattak.

Az egyik legemlékezetesebb hétvégi programunk Salzburg volt. Az utolsó hétvégét töltöttük ott, így sajnos nem túl sok időnk maradt a várost felfedezni, de így is egy kis bepillantást nyerhettünk. Egy órás hajóúton is részt vettünk, amin természetesen idegenvezetés is volt, majd a végén a kapitány keringőzött is egyet a hajónkkal. Majd a Mozarts Geburtshaus következett. Ott is szépen elidőztünk, hisz rengeteg látni és olvasni való akadt. Majd felmentünk a várba, ahol szintén csodás panoráma tárult elénk. Szétnéztünk a várban, majd vacsoráztunk az ottani egyik vendéglőben. A közös programok mindig jók voltak és jó hangulatban teltek.

Minden napunk ugyanazon a sémán ment végig, ugyanazon a napi renden, hisz kint a kórházban minden rendszerezve van, hogy mikor mi következik és pontosan betartják az időt. Habár az ütemezés ugyanaz volt, mindig volt minden napban valami, ami jó kedvre

derített, ami újabb élménnyel, újabb tapasztalattal gazdagított. A betegek is nagyban hozzá járultak ehhez, hisz velük voltam nap mint nap kapcsolatban. A nővérek megértőek és segítőkészek voltak, ami nagyban könnyítette a munkánkat és a hangulatunkat is befolyásolta, hisz így jó hangulatban és felszabadultan telt a munkaidő. A hetek teltével a németet is egyre biztosabban használtam és egyre több mindent megértettem.

Úgy gondolom, rengeteg tapasztalatot gyűjtöttünk ez alatt a négy hét alatt. Kint voltunk, magunkra voltunk utalva. Sokszor csapatban kellett gondolkodnunk, az alkalmazkodást is mindenkinek meg kellett tanulnia. Kezelnünk kellett a honvágyunkat és a gyakorlati helyen maximumot nyújtani, tudva, hogy itt még szigorúbban értékelnek minket és a nyelvi nehézségek és a kommunikáció miatt nehezebb dolgunk van. Szerintem fejlesztette a megoldó készségünket és a kreativitásunkat is amellet, hogy a kommunikációnkat is magasabb szintre hozta. Emellett beleláttunk a külföldi egészségügybe, hogy ott hogy zajlanak a dolgok, milyen a helyzet, milyen a színvonal, ott milyen oktatásban és a betegek milyen ellátásban részesülnek. Akár új barátokat, ismerősöket szerezhettünk. Megerősíthetett minket abban, hogy szeretnénk-e a jövőben külföldön dolgozni vagy sem. Magában az egészségügyben való munkánkban is megerősíthetett, pontosabban, hogy tényleg szeretjük-e és szeretünk-e ebben a szakmában dolgozni. Szerencsére rám csak pozitív hatással volt ez a külföldi út mindenféle szempontból.

Nagyon örülök, hogy benne lehettem abban a hat főben, akik mehettek erre az útra. Egy életre szóló élményt és tapasztalatot nyújtott.