

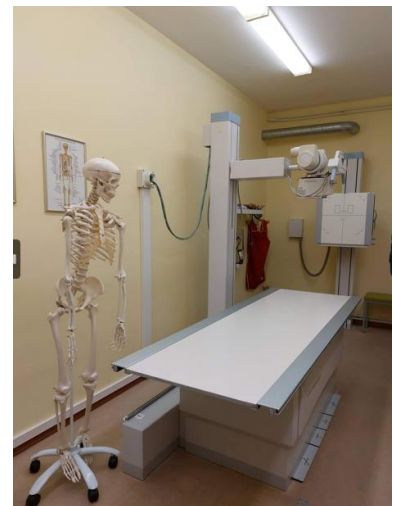
LETTORSZÁGI SZAKMAI GYAKORLAT

2022. június 1-30.



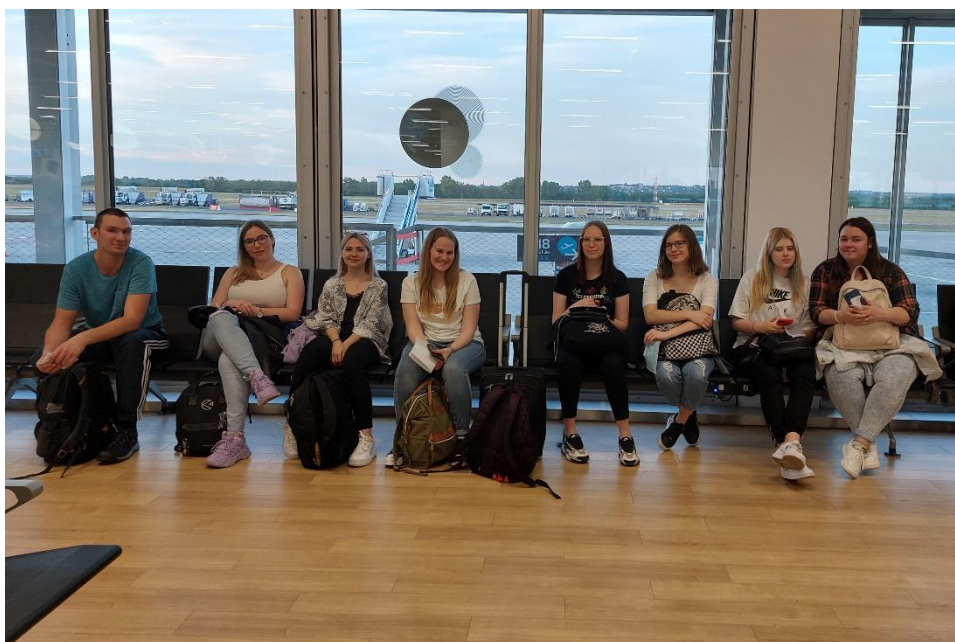
P. Stradins Medical College of the University of Latvia

Az Európai Unió Erasmus+ programjának köszönhetően a Semmelweis Egyetem Raoul Wallenberg Többcélú Szakképző iskolájának nyolc tanulója 2022 júniusában egyhónapos szakmai gyakorlatot töltött Lettországbán. A fogadó iskola a Jürmalában található P. Stradins Medical College of the University of Latvia volt.



A PÁLYÁZATRÓL

A projekt célja az volt, hogy tanulóink külföldi munkatapasztalatra tegyenek szert, fejlődjenek szakmai, személyes, nyelvi és interkulturális kompetenciák és bepillantást nyerjenek az őket gyakorlatra fogadó lett egészségügyi és szociális intézmények munkájába és Lettország kultúrájába.



RÉSZTVEVŐK

Ápoló

Tasnádi Flóra
Szabó Dóra

Gyógymasszőr

Szinay Soma
Szlifka Krisztina
Tóth Emese

Kisgyermekgondozó-nevelő

Koncz Kamilla
Molnár Luca
Sára Szabrina

KOORDINÁTOR

Szálteleki Szilvia

ÁPOLÓK

Szabó Dóra, Tasnádi Flóra

Egyhónapos lettországi szakmai gyakorlatunkat Rigában a Pauls Stradiņš Clinical University Hospital-ban töltöttük. A gyakorlati helyünk a neurológiai sebészeti osztály volt.



Az első napon egy tűz- és balesetvédelmi oktatáson vettünk részt, majd megismerkedtünk a főnővérrel, aki körbevezetett minket az osztályon, megmutatta, hogy a különböző eszközöket hol találjuk, majd bemutatott minket az ott dolgozóknak.

Először csak megfigyeltük a munkamorált és azt, hogy melyik nővérnek mi volt a feladata. Betekintést nyerhettünk a sebészek, gyógytornászok, segédápolók, szakápolók és kötözős nővérek munkájába. Meglepődtünk, hogy itt sokkal többen dolgoztak és minden itt dolgozó a saját kompetenciáján belül végezte a munkáját, hiszen itthon a munkakörök sokszor

egybefolynak a nővérhiány miatt.

Az első héten még nem dolgoztunk egyedül, a főnővér felmérte a szakmai tudásunkat és ezután végezhattük önállóan a feladatokat, mint gyógyszerosztás, infúziós terápia. A második héten volt lehetőségünk megnézni két neurológiai műtétet, ami számunkra nagyon nagy élmény volt.

A gyakorlatunk alatt a legnagyobb probléma a nyelvi különbség volt, hiszen a főnővéren és az orvosokon kívül senki nem beszélt angolul, de ennek ellenére néha kicsit nehezebben, néha könnyebben, de megoldottuk a problémákat. A betegekkel való kommunikációt sajnos nem mindig tudtuk megoldani, ezért néha kicsit több időbe telt elvégezni a feladatot.

Annak ellenére, hogy a nyelvi tudásunk nem fejlődött sokat, a szakmai tudásunk annál többen fejlődött, miközben az ellenkezőjére számítottunk. Esélyünk volt megtanulni katéterezni, a sebkötözést a gyakorlatuk utolsó hetében már teljesen önállóan végeztük, injekciókat is egyaránt adhatunk be felügyelet mellett. Ezt a fejlődést a főnővér segítségével értük el.

Nagyon jó élményeink voltak a kórházban, öröm volt betekinteni és megtapasztalni egy másik ország egészségügyi rendszerét.

GYÓGYMASSZŐRŐK

Szinay Soma, Szlifka Krisztina, Tóth Emese

Egyhónapos gyakorlatunkat Lettország Jürmala nevű városában töltöttük, azon belül is Bulduriban, ahonnan heti öt alkalommal mentünk minden reggel a körülbelül huszonöt percnyi buszútra lévő Vaivariba. Országos Rehabilitációs Központban dolgoztunk az ottani masszőrök irányítása mellett.



Az intézmény egy hét emeletes komplexum, ami a legmodernebb felszerelésekkel és terápiás módszerekkel van ellátva a betegek rehabilitációjának elősegítése érdekében. A betegek különböző beavatkozások, műtétek után érkeztek, vagy idült bántalmaikat szerették volna megszüntetni, enyhíteni. Minden szinthez, külön betegcsoport tartozik. Emellett a szintek minden betegségnek megfelelő kezeléseket biztosítottak. A

dolgozók nagyon barátságosak és segítőkészek voltak velünk, és bár néha nyelvi akadályokba ütköztünk, de nagy gondjaink nem akadtak emiatt.

Kialakult reggeli rutinként, a munkaruhába történő átöltözés után, megkaptuk az aznapi listát és beosztást, hogy mikor ki melyik beteggel fog dolgozni aznap. A mi feladatunk a betegek svédmasszázs kezelése volt, a rendelkezésre álló eszközeink között, az elektromosan emelhető masszázs ágy, fejtámasz és masszázsolaj is megtalálható volt. Az ágyra szövet lepedő helyett papírlapedő került, minden fertőtlenítést követően, amit minden beteg előtt és után gondosan el kellett végezni. A hasaló beteg arcát a lélegzőnyílásba tudta helyezni, illetve mi a bokája alá hengerpárnát raktunk, hogy az alsó végtag jobban el tudjon lazulni.



A kezelésekhöz masszázsolajat használtunk. Hátmasszázszt, nyak-vállöv, alsó és felső végtag, illetve has, derék-far masszázst végeztünk. A munkánkat gumiköpolözéssel egészítettük ki, ami nagyban elősegítette a kezelt területnek a vérkeringését és így lazítva az izmokat. A kezeléseknél nagyjából 15 percig tartottak és utána 5 perc szünet volt a következő beteg érkezéséig, ameddig le kellett fertőtleníteni az ágyat és megnézni az érkező betegnek a kezelőlapját, amin a masszírozandó zónát tüntették fel. A betegek rendszerint időben odaértek, néha előbb is így gördülékenyen tudtuk fogadni őket. Napi egy hosszabb szünet volt, amikor tudtunk ebédelni. Az intézmény menzáján volt erre lehetőség, ahol lehetett vitt és helyben vásárolt ételt fogyasztani. Ha úgy jött ki a napi beosztásunk, akkor a pár perc sétára lévő Balti-tengerhez le tudtunk menni ebéd után egy kis rekreációra. Többször láttuk, hogy maguk a

betegek is szívesen tettek egy – egy sétát a parton, a kezeléseik után. A betegek, az esetek túlnyomó többségében, pozitívan álltak hozzánk, érdeklődtek az országunk és kultúránk felől, néha néhány beteg a saját magyarországi élményéről is beszámolt nekünk. Összeségében elmondható, hogy mind szerettünk itt dolgozni, és rólunk is pozitívan nyilatkoztak. Olyan életre szóló emlékeket szereztünk, amiket úgy hiszem, egyikünk sem cserélne el semmiért sem.



KISGYERMEKGONDOZÓ-NEVELŐK

Koncz Kamilla

A szakmai gyakorlatomat a Rīgas Pašvaldības Bērnu Un Jauniešu Centra Struktūrvienībā „Imanta” nevű gyermek- és ifjúsági központban töltöttem. A gyermekotthonban elég vegyes korosztályhoz kerültem. Tudomásom szerint mindegyik csoport vegyes volt. Az én csoportomban a legfiatalabb gyermek 5 éves volt, a legidősebb pedig 17.



Minden nap hétfőtől péntekig 9 órától délután 3 óráig voltam az otthonban. A gyakorlati hely egy hatalmas, többszintes, lifttel ellátott lakóház volt. A gyermekeken kívül éltek itt idősek, akadályozott emberek, emellett az intézmény olyanoknak is otthont nyújt, akik nem tudnának megfizetni egy lakást/albérletet maguknak, ezáltal egy szobát bérelnek a lakóházban.

Amiben más volt a lettországi gyermekotthon a magyarországi gyermekotthonokhoz képest, hogy itt egy csoportban mindössze 8 gyermek volt. Az intézmény vezetője azt mondta, ez azért van, mert így sokkal családiasabb a hangulat az otthonban, és az egy főre jutó figyelem is több ezáltal, mivel kevesebb gyermekre kell figyelniük a gondozónőknek. Amit nagyon furcsának találtam, az az volt, hogy szinte minden nap váltották egymást a nevelők. A 3 hét alatt, amit ott töltöttem körülbelül 6-7 nevelővel találkoztam. A nevelők feladatai közé tartozik a takarítás, rendrakás, főzés, mosás. Ezekbe általában besegítenek a gyerekek is, sokszor kérnük sem kellett, örömmel jöttek segíteni, illetve én is itt tudtam a legtöbbet segíteni a nevelőnőknek a gyerekek felügyelete és lefoglalása mellett. Ezeken kívül a nevelők egyik fontos feladata még a programok szervezése. Mivel a gyermekek évközben eljárnak iskolába, óvodába, ezért úgy szervezik meg 3 hónappal előre a programokat, hogy azok ne ütközzenek semmi iskolai eseménybe. Júliusban például a gyermekeknek focimeccsük lesz, amire a nevelők és a vezető elkísérik őket. Állatkertbe is mennek júliusban, amit a gyermekek nagyon vártak már.



Az itt eltöltött gyakorlat azért is volt különleges számomra, mert teli volt kihívásokkal, amikkel egyedül kellett szembe nézmem, ezáltal sokat fejlődtem ez alatt a kevés idő alatt, annak ellenére is, hogy a gyakorlati helyen elég nagy nehézséget okozott a kommunikáció mind a gyerekekkel, mind a nevelőkkel a közös nyelv hiányából kifolyólag, de a mai fejlett technológiának köszönhetően ezt sikerült megoldanunk. Összességében nagyon jól éreztem magam Lettországon, sok új élménnyel és új barátokkal is gazdagodtam.

KISGYERMEKGONDOZÓ-NEVELŐK

Sára Szabrina és Molnár Luca

Egyhónapos szakmai gyakorlatunkat Rigában töltöttük, ahol bepillantást nyertünk egy helyi gyermekotthon működésébe. Ismerkedtünk a lett gyermekvédelmi rendszerével és ellátásával. Volt szerencsének megnézni egy másik gyermekotthon működését is, így láthattuk, hogy mennyire változatosak az itteni gyermekotthonok.

Reggel 9-től délután háromig voltunk az intézményben. A mi csoportunkban 4 évestől 16 éves gyerekek voltak, de voltak olyan csoportok, ahol még kisebb gyerekek is elő fordulhattak. Itt kis létszámú vegyes csoportok vannak, és minden csoportnak van egy saját kis lakása is, fürdőszobával, konyhával, nappalival ellátva. Egy szobában ketten vannak, de nagyobb gyereknél elő fordul, hogy saját szobát kapnak. A testvéreket nem választják szét, hanem egy csoportban helyezik el őket, ha lehetséges. A csoportnak egy állandó gondozójuk van. Sok időt töltenek kint az udvaron, ahol vagy játszani szoktak, vagy a nevelőkkel kertészkedtek.



A nevelők inkább hasonlítanak egy anyára, mint egy nevelőre. A gyerekre a gondozók főznek minden nap frissen, de sokszor a gyerekek is besegítenek a konyhában miközben a nevelőjükkel beszélgetnek viccelődnek. Miközben a gyerekekkel töltöttük az időnket sok új lett szót is el tudtunk sajátítani, illetve a nagyobb gyerekek pedig szívesen tanítottak is minket új kifejezésekre. Az idő elteltével már annyira megbíztak bennük a gondozók, amíg ők elmentek boltba mi vigyáztunk gyerekekre, ami elég nagy felelősséggel járt viszont mi nagyon hallások voltunk érte.



SZABADIDŐS PROGRAMOK

Jūrmala, Riga, Ragakapa és Kemerri Nemzeti Park

