

HÍRLEVÉL

**2020.
július 1.**



**XVI.
évfolyam
2. szám**

Kispesti Egészségügyi Intézet

Az Intézet dolgozóinak lapja



Semmelweis Ignác
(1818. július 1. – 1865. augusztus 13.)

A tartalomból:

- ❖ *Igazgatói rovat*
- ❖ *Aktualitás*
- ❖ *Dicséret*
- ❖ *Szakrendelői tájékoztató*
- ❖ *MOK-hírek*
- ❖ *Informatikai hírek*
- ❖ *Személyes történetek*
- ❖ *Kitekintés*
- ❖ *Vers*
- ❖ *Szakmai csemege*
- ❖ *Gasztro*
- ❖ *Humor*

Igazgatói rovat

Kedves Munkatársaim!

Az idei első lapszámunkban, a böjti időszakban arra hívtam fel Mindenki figyelmét, hogy gondoljuk át, mi az igazán fontos életünkben és mi kevésbé. Akkor még nem is sejtettük, hogy a COVID-19 világjárvány, a hosszas karantén-időszak, Szeretteinktől és kedvelt időtöltéseinktől való távolság még inkább erre készítet Mindannyiunkat. A prioritások felülvizsgálata vélhetően megtörtént. Erről szólnak értékes gondolatok Kollégáink tollából.

Ennek az időszaknak a feladatait röviden összegzem. Első perctől határozott útmutatásként hoztam meg számos védő-óvó intézkedést, sokszor megelőzve a központi rendeleteket. Két dolog vezérelt; biztosítani az ellátást az engedélyezett keretek között, ugyanakkor óvni a Dolgozók és a Lakosság egészségét a vírusfertőzéssel szemben. Elmondhatom, hogy sikeresen felelt meg az Intézet mindkét követelménynek. Hangsúlyozva a cseppfertőzéssel terjedő vírusfertőzés elleni védekezésben a szájmaszk viselésének fontosságát, az első napokban megindult a textil szájmaszkok helyben történő varrása a Dolgozóink és Betegeink részére. Az infekciókontroll kézikönyve a honlapunkon elérhetővé vált, egy rövidített kivonatának megismerését Mindenki aláírásával igazolta. A higiéniai előírások pontos betartása és betartatása alapvető elvárás volt, gyakori ellenőrzéssel a sikeréről meggyőződhattünk. A kapuban kialakított szakszerű beléptetés, rizikó felmérés elnyerte betegeink tetszését is, hisz tökéletesen biztonságban érezhették magukat az Intézet falain belül. Erről a jelen számban közzétett, két titkárságra írt köszönő levél is tanúskodik. Arra is ügyeltünk, hogy senkitől ne kelljen megválni. Többek számára sokszor speciális, nem a feladata körébe tartozó megbízás, cikkek szemlézése, írása stb. biztosította a munkavégzés elismerését, akiknek ez a felkínált lehetőség megnyugvást jelentett. Sürgős egészségügyi ellátáson túlmutatóan is történt vizsgálat, amikor a Kolléga indokoltan találta. Csaknem valamennyi szakrendelésen volt fizikailag is jelenlévő orvos-asszisztens team készenlétben, telemedicinálisan pedig minden lehetséges problémát megoldottak Orvosaink.

Olyan mértékű összefogás, segítő szándék volt tapasztalható az Intézetben, amire a múltból nem is igen emlékszem. Az egymásra utaltság, a másokért együtt szolgálhat egy nehezebb időszakban mindenkiből a legjobbat, legtöbbet hozta elő, **amiért ezúton is nagy elismeréssel mondok köszönetet.**

Most, amikor az új koronavírus-járvány elleni védekezés második szakaszában a korlátozások feloldásával és a turisztikai időszak beindulásának köszönhetően nem zárható ki a vírus második hullámának megjelenése, igen fontos valamennyi eddig alkalmazott védő-óvó rendszabály további betartása. Erről rendelkezik az NKK egészségügyi ellátási terve a 2020.06.01. – 2020.09.30. közötti időszakra nézve. Ennek értelmében a telefonos előzetes egyeztetés, időpont foglalás alapvető előírás, ez, mint már most látható, komoly technikai fennakadásokkal jár, ezért változatlanul sok türelmet kérek Mindannyiuktól.

Semmelweis-napi rendezvényünk idén különösen ünnepi köntösben, a Polgármester Úr jóvoltából az Önkormányzat Dísztermében valósul meg.

A nyár folyamán számos munkát indul meg, a laboratórium földszinti területének kialakítása mellett az egynapos sebészet területének felszabadítását biztosító egyéb struktúra-átalakítások.

Egy nem remélt, örvendetes lehetőségről még szót ejtenék. Kerületünket és intézetünket választotta a jól ismert, rangos diagnosztikai centrum, a RADITEC új telephelyének, ennek köszönhetően a jövő évtől CT és MR-ellátás is elérhetővé válik a kispesti lakosság számára helyben. Az ehhez szükséges előkészítő munkálatok számos egyeztetést követően befejeződtek. Az Önkormányzat biztosítja a helyet jelentős átszervezéssel és terület felújítással a gyermek alapellátó Kollégák számára, az Intézet vezetése pedig a Védőnői szolgálat helyét a Forrásházban. Ilyen horderejű változások magában hordozzák a kényelmetlenséget, az újtól való elhatárolódást, szerencsére csak elvétve, de a negatív megnyilvánulásoknak való hangadást is. Azonban, ha a végső nyereséget nézzük, amiből leginkább Kispeszt lakossága profitál majd, akkor mindezt a magasabb cél alá kell rendelni. Az elinduló munkálatok során óhatatlan számos korlátozás, gátló körülmény okán kérek mindenkit a türelmes elfogadásra és együttműködésre.

Az év elején már ismertetett megtisztelő egészségprogram a Richter Egészségváros által a kerületünkben elsőként kerül megrendezésre a vírusjárvány miatt elhalasztva, szeptember 5-én. Ezúton is kérem, hogy valamennyien jelenjenek meg családjukkal, barátaikkal, hisz az aktivitás forintban kifejezhető adományt jelent az Intézetnek.

A biztosan szokatlanul rendhagyó, munkás hétköznapokhoz sok kitartást és erőt kívánok, a nyári szabadságok idejére pedig megérdemelt pihenést, sok szép hazai program által való feltöltődést.

dr. Kumin Marianna
főigazgató-főorvos

Aktualitás

A Corona-vírus járvány kapcsán néhány gondolat:

Teledermatologia karantén idején

Mint ismeretes, prof. Dr. Kásler Miklós emberi erőforrások minisztere a koronavírus járványra való tekintettel 2020. március 16-án azonnali hatállyal elrendelte visszavonásig a 65 év feletti orvosok távolmaradását.

Az Intézet Főigazgató Főorvosa, dr. Kumin Marianna otthoni rendelkezésre állást, a rezidensek távfelügyeletét kérte tőlem.

A számunkra védelmet nyújtó rendelkezést megértettem és fájó szívvel be is tartottam.

Egyidejűleg felajánlottam, hogy szívesen részt veszek online rendeléssel a betegek ellátásában saját e-mail címem publikussá tételével.

A kísérlet fényesen bevált.

A felvetődött problémák a következők voltak: bizonyos gyógyszerek szakorvosi felírást igényeltek, megoldottuk.

A páciens maga készítette fotói és az általa leírtak alapján szinte minden esetben sikerült diagnózist felállítani, ellenkező esetben e-mail levelezést, vagy telefon konzultációt folytattunk.

Szükség volt a rezidens kolléganő kérdéseinek megválaszolására, segítségnyújtás problémás esetekben. Ez is jól működött.

A közelmúltig nem volt lehetőség a magisztrális receptek EESZT-n való eljuttatására, ilyenkor a recepció vehették át a vényeket a betegek. Az EMMA program legutóbbi verziója ezt is megoldotta.

Március derekán megindult a teledermatológiai ellátásunk.

Milyen okból jelentkeztek a betegek: volt, aki csak régebb óta szedett gyógyszerét kérte ismét felírtni, másoknak új panaszukak lettek, egyesek régóta fennálló betegségük alapos kivizsgálását szerették volna elvégeztetni a karantén idején, volt, aki táppénzt szeretett volna kapni, mert állása megszűnőben volt. Egyesek, akik külföldön dolgoztak eddig, itthon szerették volna kivizsgáltatni, gyógyíttatni magukat.

Milyen nehézségekkel találkoztunk:

Személyes adatok híján (TAJ szám, stb. nélkül) csak általános tanácsot adhattunk, receptet nem, nélkülük a rendszerbe bevinni nem tudtuk. Volt, aki azt gondolta a válasz és a recept máris a Google felhőben jelenik meg.

Milyen előnyökkel járt a távgyógyászatunk:

amikor a bezárt, aggódo betegek kipanaszkozhatják magukat, könnyen, gyorsan, különösebb várakozás nélkül személyre szabott, megnyugtató választ kaptak kérdéseikre, érezhették, hogy nincsenek egyedül, szakellátásban részesültek, mindezek igen fontos tényezőknél bizonyultak a karantén idején.

Sokan küldtek köszönő e-mailt is.

Álljon itt közülük csak egy:

„.... csak szerettem volna még egyszer megköszönni a segítségét. Már több orvosnál is voltam az elmúlt hónapokban a nyakamon lévő kiütések miatt, és nem ismerték fel a problémám, aztán a vírus miatt nem is tudtam menni. Ön "látatlanba" is felismerte a kiütések alapján a kórismét és miután megcsináltam a kezelést (2 x is, ahogy javasolta), pár napra rá a kiütéseim teljesen eltűntek és a nyirokcsomóm is visszahúzódott. Nagyon szépen köszönöm még egyszer, a szakértelmének köszönhetően sikerült csak megoldódnia ennek a régóta húzódo problémámnak.”

Összefoglalva: a teledermatológia nagy segítség, de a személyes kapcsolatot nem helyettesíti, hiányzik a tapintás lehetősége, 1-2 fotó alapján nehéz 100 %-os kórismét felállítani, magában rejti a tévedés lehetőségét.

Elsők voltunk a fenti lehetőség nyújtásában, több nagy intézmény jóval később és bonyolultabb módon indította meg a telebőrgyógyászatot.

A teledermatológia most is működik, a betegek kényelmét szolgálva.

dr. Bihari Ágnes
rendelésvezető főorvos
Bőrgyógyászat

Kirendelés

A hírekben hallottam a koronavírus terjedéséről, Magyarországon is. Tudtam, hogy valószínűleg, mint egészségügyi dolgozó, én is akár kirendelhető leszek, mégis meglepő volt, amikor április 9-én este 6-kor az ápolási igazgatóm felhívott, hogy azonnal mennem kell a Korányi Kórházba. Egy kolléganőmmel indultunk neki az ismeretlennek.

Aznap este eligazítást tartottak, beosztás készült az elkövetkező pár napra, voltak, akik már ott is maradtak dolgozni az éjszakára.

Következő reggel 7 órakor már azt magyarázták, mutatták, hogy hogyan kell beöltözni a dupla ruhába, és máris egy 21 beteges osztályra kerültem, ahol aznap ketten voltunk nővérek. A betegek mind Covid-pozitív betegek voltak, a Pesti úti Idősek Otthonából hozták őket előző éjszaka hirtelen, minden holmi nélkül, némelyik betegnek még egy papucsja sem volt.

Az új kolléganő segítőkész volt, mindent magyarázott, megmutatott, s bár csaknem 20 éve nem voltam betegágy mellett, az első pár óra után mondhatni belerázódtam a munkába. Az első munkanapom szó szerint izzasztó, fárasztó, rohangálással teljes volt.

Az elkövetkező műszakjaimon más-más osztályokra is beosztottak, izolációs részlegen, intenzív osztályon is jártam, azután másik épületbe osztottak be dolgozni (szintén Covid-pozitív betegek mellé), de az ottani dolgozók, vezetők, a többi kirendelt kolléga is szeretettel fogadott, segítettek. Jó volt vállt-vállhoz vetve dolgozni, és leroskadni együtt a székre a pihenőidőben.

Bár kis fogaskerékként a szervezetben nem mindig értettem, hogy hogyan működik a szervezés, de azt jó volt látni, tudni, hogy az ellátásunkról gondoskodnak, hogy a háttérre (munkahelyemre, XIX. Kispesti Eü. Intézet) számíthatok. Védőeszközökből nem volt hiány! Sokszor megmosolyogtam, hogy a tv-ben látott kínai csomagokkal találkozom, („Hajrá Magyarország!” feliratokkal) ami szívmelengető volt, de sajnos azt nem tudtam megállapítani róluk, hogy milyen a méretük! ☺

Nehéz volt látni, amikor egy-egy beteg állapota rosszabbodott, de újra megtapasztalhattam, milyen jó is nővérek lenni, segíteni idős néniken, bácsikon, akik mintha a nagyszüleim lettek volna. Sikerélménnyel töltött el, ha sikerült beadnom egy injekciót, vért vennem, vagy csak mosolyt kaptam egy pohár teáért vagy egy plusz reggeliért cserébe.

Még egy nagy hálám volt, van ebben a nehéz időszakban. Hála a kolléganőnek, aki készítette a beosztásom a kórházban, az igazgatónőmnek, az ápolási igazgatómnak, és az összes kolléganőmnek, akik mellettem álltak és támogattak, lehetőségem volt, hogy sikeres radiológiai vizsgát tegyek májusban, és már mint végzett röntgen asszisztens térhetek vissza, haza! ☺

Pásztás Anna Veronika
asszisztens

Országos Korányi Intézetbe kirendelve: 2020.04.09. – 2020.06.02-ig
Ledolgozott napok/órák száma Covid pozitív osztályokon: 17 nap/ 204 óra.

Élet a Nőgyógyászatban koronavírus idején

A koronavírus-járvány mindenki életébe újdonságként robbant be. Még az időseknek is meglepő volt, akik átéltek egy háborút, egy 56-os forradalmat, de világjárványt még nem éltek meg.

A kezdeti nehézségek és félelem után rá kellett jönni, hogy ez idő alatt is orvosként és asszisztensként kell viselkedni. A mi dolgunk az, hogy ellássuk a betegeket.

Különösen igaz ez a nőgyógyászati osztályokon, ahol a terhesgondozást nem lehet a veszélyhelyzet utáni időszakra halasztani, hiszen a legfontosabb szűrések a terhesség első felében végzendők. Nem születhet meg egyetlen beteg gyerek sem csak azért, mert nincs orvosi ellátás és nem derül fény az esetleges károsodásra.

Sajnos sok területben egyáltalán nem rendeltek, magukra hagyva a várandós anyákat.

Mi, a XIX. kerület nőgyógyászati osztályának dolgozói mindannyian úgy gondoltuk, hogy a kerület kismamáit ugyanúgy látjuk el, mint a vészhelyzet előtt és után is fogjuk, vállalva az esetleges fertőzés veszélyét.

Kispest nagy terület, több mint 70 ezer lakos él itt, és szerencsére egyre többen vállalnak családot.

A vírushelyzet alatt is egyre többen váltak kismamává. Így naponta legalább 20 terhest láttunk el a vészhelyzet alatt is. Probléma volt, hogy a vizsgálatokat, laborokat nem végezték

el heteken keresztül. Ezért mi megszerveztük, hogy a kerületben élő, általunk gondozott terheseknek minden kötelező laborvizsgálatot megcsinálunk.

Szerencsére Tóth Balázné, egyik asszisztensünk a Nőgyógyászaton minden reggel levette a véreket, Kiss Attila, az Intézet sofőrje pedig elvitte a laborba az anyagokat.

Külön köszönjük neki a segítségét!

A genetikai ultrahang-vizsgálatokat részben elvégeztük, részben pedig a 3 magán finanszírozott intézmény segítette a kivitelezésben. A kórház sem tudta vállalni ezek elvégzését, így a betegek csak magánfinanszírozottan tudták elérni a 12-18. hetes genetikai vizsgálatokat.

Köszönjük a lakosságnak, hogy ezt megértették és Ők is aktívan részt vettek a saját érdekükben, kellő felvilágosítás után a vírushelyzet alatt a szűrések elvégzésében és áldoztak erre.

Azokat a nőgyógyászati betegeket, akik a nehézkes vizsgálatra bejutás ellenére is úgy érezték, hogy szükséges nőgyógyászati ellátás, szintén megnéztük, senkit sem küldtünk el.

El kell ismerni, hogy a nők sokszor jelentéktelen tünetek mellett is megérik a súlyos betegségeket. Így került felismerésre ez idő alatt egy kezdődő endometrium carcinoma és egy hüvely carcinóma. Ezen két esetet normális viszonyok mellett kórházi körülmények között lehetett volna diagnosztizálni. Azonban most diagnosztikus célból nem lehet kórházba utalni senkit. Éppen ezért meg kellett oldjuk a szövettani diagnózist szakrendelői körülmények között. Ilyenkor van szükség a leleményességre és az önellátásra.

A vészhelyzet előtti időben rendeltünk endometrium biopsziás eszközt, melyet szerencsére meg is kaptunk, így ennek segítségével altatás nélkül elvégezhető volt a méhnyálkahártyából történő mintavétel és egy héten belül szövettani diagnózissal, valamint megfelelő labor leletekkel tudtuk kórházba utalni, ahol 1 hét múlva laparaskóppal meg is operálták.

Ugyanis csak diagnosztizált onkológiai műtéteket végezhet a kórház, de diagnosztikus célból nem végezhet műtéteket.

A hüvely carcinóma-gyanús betegnél pedig a sebészetről kölcsönkért biopsziás eszközzel végeztünk szövettani mintavételt, melynek szövettani eredménye carcinómát igazolt. Így azonnal küldhettük sugárkezelésre.

Ilyenkor azért kiderül, hogy rendkívüli esetekben is lehet nem igazán megszokott módon segíteni a pácienseken.

Sajnos a terhes szűréseknél is szűrtünk ki Down-kóros, élettel összeegyeztethetetlen szívfejlődési rendellenességgel bíró magzatot. Ennek a babának sem kellett megszületni ilyen betegséggel.

Az Intézettől kapott védőruhában, minden beteg után fertőtleníjtük az ágyakat, kilincseket, ajtókat, fülkéket, fogast, CTG tappancsokat, asztalokat, székeket, RR mérőt, Doppler készüléket. Napi 20-25 beteggel találkozva a nőgyógyászat végig rendelt, végeztük a kötelességünket. Közben a személyes beteg-orvos kapcsolaton kívül egész nap csengett a telefon és telefonon keresztül tanácsokat és EESZT recepteket adtunk. Ebben dr. Fazekas Ferenc onkológus főorvos is segítette hetente kétszer.

Ez az időszak talán még jobba tette az osztályunk közösségét, éreztük az egymásra utaltságunkat. Az elfásultság ellen, miután a rendelés után mindenki hazament, nem lehetett hétvégi programokat szervezni, mégis kicsit több időnk volt, mint a szokásos munkarendben, mindenki behozta a már olvasott, érdekes könyveit. Cserélgettük, így mindenkinek volt olvasni valója a hétvégén. Ezt a szokást valószínűleg meg is tartjuk.

Sőt, néhány könyvet másoknak is ajánlunk: Marina Fiorato: Kit és Bíbor és csont

Julia Gregson: Monsoon Indiában

Corinne Hoffmann: Afrikai szerető / 3 kötet /

Ken Folett: Katedrális és Évszázad trilógia

Tara Weston: Tanult lány.

A húsvétot és az egyik kolléganőnk névnapját rendelés után közösen megünnepeltük, mert a megemlékezések is fontosak és közösségépítők.

Közben dr. Szőcsei Beáta on-line GCP tanfolyamon vett részt és sikeres vizsgát tett, emellett két kolléganő is vizsgák letétele előtt áll.

Lassan, reméljük, túl leszünk a világvjárványon, de érdemes megjegyezni azokat az újdonságokat, melyeket a koronavírus okozott az életünkben. Sokkal jobb lett és kisebb a forgalom, jobb a levegő, tisztábbak a lakások, megtanultunk kenyeret sütni, több időnk van egymásra figyelni, empatikusabbá váltunk, új és jó szokásokat vettünk fel, és ráébredtünk a munkahelyi egymásrautaltságra.

Viszont mindenkinek nagyon hiányoztak a család azon tagjai, akikkel nem találkozhattunk a veszélyhelyzet miatt. De ezzel is ráébredtünk, hogy mennyire szeretjük Őket. Talán, nem gondolkozunk ezen, ha bármikor találkozhatunk velük!

Megtanultuk, hogy bármit el tudunk végezni és meg tudunk oldani ha szükség van rá. A veszélyhelyzet lezárulta után se ott folytassuk, ahol előtte abbahagytuk!

dr. Szőcsei Beáta
rendelésvezető főorvos
Nőgyógyászat

Járványok régen és most

A COVID-19 világvjárvány lassan véget ér, de a tanulságai velünk maradnak. Történelmünkben mindig jelen voltak a járványok, amelyek számtalan áldozatot követeltek, és korunk emberét sem kímélik. A fekete himlő és a spanyolnátha talán már a múlté, de a HIV/AIDS, a kolera, a malária, a sárgaláz, a SARS, az ebola stb. sajnos továbbra is aktuális. Ebbe a sorba illeszkedik a COVID-19 is.

Régen a járványokat dögvésznek nevezték, ami alatt súlyos, járványos fertőző betegséget értettek, amely többnyire halálhoz vezetett, és amelyet Isten csapásának, büntetésének tartottak.

A kolera, kiütéses tífusz, hólyagos himlő, bubópestis az ókor minden országában ismerős volt.

A dögvész leginkább a bubópestisre vonatkozott, mely a nyirokmirigy-duzzanatról nyerte a nevét. Rendkívül fertőző volt, magas lázzal elesettséggel, vérmérgezéssel járt, egész városokat, hadseregeket volt képes kiirtani, népes vidékeket elpusztítani. Akkor még nem tudták, hogy a patkánybolha terjeszti, a harapásával viszi át a pestisbaktériumot a patkányról az emberre. Annál érdekesebb, hogy a Biblia leírása szerint az „ártalmas bogarak” elszaporodása után következett be az 5. egyiptomi csapás: a döghalál, majd a 6. csapás: a hólyagos fekély. Az sem véletlen, hogy a filiszteusok aranyegerek és fekélyek készítésével áldoztak a járvány után.

Hérodotosz görög történetíró pedig arról emlékezik, hogy Szanhérib asszír király seregét úgy ellepték a patkányok, hogy még az íjhúrokat is megrágták. Egy másik forrás hozzáteszi, hogy emiatt a hadsereg megtizedelődött..

Régóta ismert, de korunkig tartó betegség a lepra is, amit poklosságnak neveztek. Nem volt gyógymód, nem ismerték az okát, ezért minden leprást elszigetelten tartottak, akik lassan meghaltak.

A járványok ma sem kímélik az emberiséget. A legutolsó drámai lefolyású világvjárvány 1918-20-ban a spanyolnátha volt, amit egy H1N1 antigén struktúrájú influenzavírus okozhatott. Az áldozatok száma 25-50 millió között lehetett, de egyes becslések 70 millióval számolnak. Elsősorban 20-40 év közötti korosztályt érintette.

1981-ben megjelent az AIDS, 2000-es évek óta a chikungunya-láz okoz kisebb járványokat, 2014-ben az ebola szedte áldozatait.

2003-ban a SARS-járvány, 2012-ben a MERS-járvány adott okot komoly aggodalomra, mindkettő koronavírus volt.

Napjainkban a COVID-19 járvány tartotta és tartja még ma is rettegésben az emberiséget. A járvány 2019 decemberében indult a kínai Vuhanból, a WHO 2020. március 11-én nyilvánította pandémiának. A 2020.06.17. szerda esti adatok szerint a világon eddig 445 468, Magyarországon 567 halálos áldozatot követelt, és még mindig nincs vége. A gyors járványügyi intézkedések lefékeztek a járványt, a vészhelyzet véget ért, de még nem lélegezhetünk fel.

A járvány során olyan tapasztalatokhoz jutottunk, amik megváltoztathatják a gondolkodásunkat és az élethez való hozzáállásunkat egyéni és kollektív szinten egyaránt.

A betegségek általában kiemelnek minket a napi sürgés-forgásból, és lehetőséget adnak arra, hogy átgondoljuk dolgainkat és értékrendünket.

Járvány idején, karanténban mindez fokozottan igaz. A karanténban mindenkinek világossá válik, hogy el van szigetelve, és el kell foglalnia magát valamivel. Sokat hallani, hogy a karantén a bezártság miatt mentális problémákat okoz, és tanácsokat kapunk arra, hogyan lehet a negatív gondolatokat kivédeni. Pedig nem baj az, ha néhány „negatív” gondolatot nem hessentünk el, hanem végiggondoljuk azokat.

A járvány tudatosítja bennünk, hogy halandók vagyunk, a kollektív veszély megtapasztalása sokakban felveti az élet végső kérdéseit.

Az élet meglással, a korábbi elfoglaltságok nem lehetségesek, a korábbi életvitel helyessége megkérdőjeleződik, a korábbi célok értelmüket veszítik, az élet átértékelődik.

Mindez azoknál is végbemehetett, akik nem kerültek karanténba, hiszen a „Maradj otthon!” figyelmeztetés őket is otthon tartotta.

Most, a COVID-19 járvány idején találkozhattunk a bezárkózás egy „hivatalos”, országok közötti formájával is. Kiderült, hogy a globalizáció csak addig fontos, amíg gazdasági hasznot hajt. Amikor összefogás kellene a bajban, akkor az EU is másképp működik, és a bajok esetén a globalizáció helyett a lokalizáció lesz a jelszó, de mondhatjuk akár „glokalizációnak” is. A bajokat, a betegségeket az adott ország határain belül kell megoldani, mert segítségre nem lehet számítani. A járvány rámutat világunk törekenységére, az emberi segítőkészség hatáira.

A járványok nemcsak az emberiséget, hanem az emberiséget is pusztíthatják. A helyzethez való hozzáállás a társadalom és az egyes ember lelkiállapotának a tükré is. Nagyon szép, szívet melengető példát látunk az emberek közötti önzetlen segítőkészségre, de sajnos az ellenkezőjére is vannak példák.

A betegek, öregek magukra hagyása szomorú jelenség, és sajnos minden járványnál visszaköszön. Így volt ez az ókorban, a középkorban, és a spanyolnátha idején is. A spanyolnátha körüli statisztikai bizonytalanságok egyik oka, hogy sokan szégyellték az akkori hozzáállásukat, és nem segítettek az adatszolgáltatásban.

Most is érkeznek hírek idősothonokról, ahol magukra hagyott haldoklókat és halottakat találtak. Az egyik ilyen eset Spanyolországból származik.

A járvány sok mindent megváltoztat, és ennek jótékony hatása is van. A krízis egyúttal mindig lehetőség is.

Fogyasztói társadalmunk alapvető célja a fogyasztás, ami most lecsökkent. A gazdaság lelassult. A közlekedés megritkult. Az emberi találkozások száma csökkent. A kézmosás, a fertőtlenítés, a higiénia felértékelődött.

Keveset járunk vásárolni, azt is egy bizonyos időszámban. Leszokunk arról, hogy mindig rohanjunk valahová, mert nincsenek programok.

Ez a meglassult élet sok előnnyel jár. Tisztul a levegő, éled a természet: Velencébe visszatértek a delfinek, az indiai Dzsálandhár városában 213 km-ről látszik a Himalája, pedig korábban a légszennyezés eltakarta azt. Párizs külvárosában szarvasokat láttak.

Nyugodtabb az életvitel, nem kell rohanni a gyerekekkel az iskolába, mert nincs.

Rájövünk, hogy mi mindent lehet nélkülözni anélkül, hogy hiányozna...

dr. Csáky Tünde
felnőtt házi orvos

Megtanultunk kezet mosni...

Ha Semmelweis megélte volna ezt a veszélyhelyzetet, a kézmosási propaganda-hadjárat láttán most biztos nagy meglepéssel dörzsölné össze a két kezét.

Szappanos vízben, persze.

Kiderült ugyanis, hogy amit sokan kézmosásnak gondoltak, az messze nem az. Remélhetőleg sokáig meg is maradnak a most megtanult dolgok, a húsz másodperc, meg az a néhány mozdulat... bár talán a bevésődéshez még kell egy kis idő. Mindenesetre, ha lesz további hullám, már jóval felkészültebbek leszünk védekezésben és feygyverzetben egyaránt.

Néhány új, innovatív módszer, pl a távmedicina mindennapi gyakorlattá vált és van, amiről kiderült, hogy nincs gyakorlati haszna, emiatt egyszerűsödött az e-recept kiváltása. Az viszont kijelenthető, hogy az EESZT az összes gyermekbetegségével együtt is bebizonyította létjogosultságát. Nélküle még sokkal inkább visszaesett volna az egészségügyi ellátás.

Van azonban egy másik hozadéka is a mögöttünk álló karantén intézkedéseknek: bizonyos értelemben valami furcsa, torz szembefordulás jött létre idősek és fiatalok közt.

Sokan nem értették az üzlet-látogatási rendelkezést. Az emberek gyanakodva méregették egymást, fölmerült, hogy a fiatalok kora reggel rabolják le a boltot, vagy az idősek délelőtt intézményesen fosztják ki az üzleteket. A legijesztőbb számomra az volt, ahogy néhányan általánosító véleményt alkottak az idősebb korosztályról: hogy felelőtlenek és hülyék, emiatt ők a vírus fő terjesztői.

Dermesztő volt ezt látni és hallani.

Kezd ez az idős-fiatal ügy – talán az idősotthonokról szóló hírek kapcsán is – valami gyomorforgatóan lealjasulni. Mintha sertéstelepek megóvásáról lenne szó. Annyira meg kell védeni az időseket, hogy már elmúlik a tisztelet, az alázat. Félkegyelmű tehetetlen figuráknak nézzük egymást. Az idősotthon rezervátum. Néhányan veszik a bátorságot rájuk szólni, hogy "Mit mászkál, nyanya". Így. Tipikus példája annak, hogy fürdővízzel a gyereket... A nyanya egykor végigcsinált két háborút. Lódögöt lopott géppuskatűzben, más embereket bújtatott (hogy „az” előtt, vagy utána, ez most mindegy). Az én nagyszüleim végigcsinálták a spanyolnátha járványt. Jó lenne, ha megkérdezhetnénk tőlük, az milyen volt, hátha kiderül, hogy nem is ők a hülyék.

Azután volt ez, hogy mindenki maradjon otthon. Én hozzátettem: amíg csak tud.

Fontos, logikus intézkedés.

De mielőtt az utcán totyogó időseket, meg a parkban játszó családokat tarkón lövetnénk az emberiség ellen gondatlanságból elkövetett nem-otthon-maradás miatt, gondoljuk végig, hogyan bírnánk pl. egy 44 nm-es panellakásban, 0-24 órában: Anya főz, vagy home office-ban dolgoz(-na), apa szintén, a gyerkőc(-ök) táv-okulnak. A nyugdíjasok főznek, cserepes virágot öntöznek, kukkolnak az ablak sarkából és próbálják megérteni azt a kevés értelmes információt, amit a külvilágtól kapnak. Kimenni tilos. A szőnyeg már elkopott, a porszívó motorja leégett a folyamatos használattól. A kristálycukor zacskójára ráírtuk, hány szem van benne. Tikkelünk egymástól, felfekvést kapunk a tévé előtt üléstől.

És megint az idősekkel van a baj: már nem látnak olyan jól, a hallásuk se a régi, a technikai újdonságok s pláne a hozzá tartozó szleng számukra már nem olyan érthető. Lassan elhalnak a pezsgő külvilág zajai, ők egyedül maradnak, szomorúan, értetlenül néznek egy vicsorgó, ordibáló környezetre: "Mit mászkál, nyanya".

Szerintem van az a helyzet, amikor az ember annak is örül, ha levénhülyézik az utcán. Lám, őt is észrevették, beszéltek hozzá.

Esetleg abba is érdemes belegondolni, hogy nem mindenki fogja megélni a járvány végét, akiket most nagy okosan kioktatunk, hogy "Mit mászkálsz, nyanya!"... tőlük utólag elég nehéz lesz bocsánatot kérni.

Aki teheti, maradjon otthon, de nem kéne játszani az önkéntes rendőrt vagy ítélni mások fölött. Én inkább elfogadom, hogy vannak, főleg idősek, akik most is jönnek-mennek. Tán utoljára életükben.

Szövérfy Dénes
osztályvezető

Dícséret

„Tisztelt Igazgató Asszony!

A múlt héten kedden és csütörtökön az előírt módon megjelentem rendeléseken. Már a kapu előtt kellemes, beöltözött hölgyek fogadtak mindenkit, nyugodtan mondhatom: szeretettel,

türelemmel, segítőkészséggel. Gyorsan haladtunk! Bármerre jártam, barátságosan eligazítottak. Mindenki mosolygott! Ez lett a STÍLUS!

Szokták mondani: fejtől.... Biztosan, sok múlik a vezető hozzáállásán! Tehát nem egy nap nem egy ember! Nagyon jól esett, gondolom másoknak is. Másnap a szomszédaim is erről beszéltek.

Elnézést, de muszáj a sok becsülendő jóról szólni egy ilyen nehéz időszak után. Igen, nagyon köszönöm! Önnek szívből gratulálok, kollégáinak is!!

Jó egészséget, sikereket, sok örömet kívánok!

Üdvözlettel: dr. B. Á.-né”

„**Tisztelt Címzett:** 05.19-én 10 órára kapott időpontra jelentem meg a fülészeten dr. Ernszt Edinánál, a már fájdalmas panaszaim miatt, amire már rég készültem, de egy 2 évvel korábbi nagyon kellemetlen és fájdalmas élményem miatt csak most kényszerültem elmenni. Épp ez az, amit érdemesnek tartok jelezni az intézmény felé, mert most pont az ellenkezőjét éltem meg! Az ott dolgozók kedves, figyelmes bánásmódja, no meg a Dr-nő hozzáértő gyógyító segítsége szerezte nekem ezt a jó, és új benyomást, amit ez úton is kívánok még egyszer megköszönni nekik!!!

Kívánom, hogy még sok ilyen, és ehhez hasonló tapasztalatban legyen része a kerületi betegeinknek önöknél az intézmény minden területén!!!

Maradok tisztelettel:

K.S.-né”

Tisztelt Főigazgató Főorvos Asszony!

A minap el kellett "látogatnom" Intézetükbe.

A főbejáratnál ért az első meglepetés.

Kedvesen, minden erőfitogtatás nélkül körbevettek a szakszerűen, mégis - ha helyénvaló vírus-helyzet idején ilyet mondani - rendezetten, szépen beöltözött hölgyek, urak, és egymást is segítve vezettek a protokollban előírt elővizsgálati pontokhoz. Muszáj leírom: helyesek, kedvesek voltak. Kezdtem magam jól érezni.

Másik meglepetésem: az előtérbe belépve megálltam egy pillanatra. Magához vonzotta tekintetemet a makulátlan tisztaság, a tágas, szép beltér eleganciája. Olyan érzésem támadt, mintha nem is kerületi orvosi rendelőintézetben, hanem magánklinikán lennék. Tapasztaltam: van olyan magánintézet, amely el sem éri a mi Intézetünk színvonalát.

Illesse köszönet a rendkívüli helyzetben példásan helytálló orvosokat, egészségügyi szakszemélyzetet, beosztottakat, nem utolsósorban a Főigazgató Főorvos Asszonyt és közvetlen segítőkészek áldozatkész csapatát.!

Megjegyzésemet az Intézet fórumára is felteszem.

Köszönettel és tisztelettel egy betegük: K. P.

Dr. Nyíró Melinda részére

Tisztelt Doktornő!

Ma kaptam kézhez levelét, melyben értesített, hogy nincs módja a továbbiakban betegeként fogadni. Szomorúan ugyan, de természetesen elfogadom döntését. Azért írok most Önnek, mert nem lesz már lehetőségem elmondani, milyen végtelenül hálás vagyok eddigi munkájáért. Ilyen lelkiismeretes, kitűnő háziórvossal évtizedek óta nem találkoztam.

Sok sikert kívánok a további munkájában és jó egészséget.

Üdvözlettel: B.K.

Szakrendelői tájékoztató

Köszönetünket fejezzük ki az Intézet vezetőségének, hogy gyors, pontos és hatékony intézkedéseiknek köszönhetően sikeresen átvészelhettük a járvány időszakát; hogy humánus hozzáállásuknak köszönhetően munkahelyeinket megőrizhettük és mindig elsődleges szempont volt számukra az egészségünk megőrzése, valamint a kerület lakosságának védelme.

Az Intézet dolgozói

Kedves Kollégák!

A Betegirányító nevében szeretném megköszönni az osztályok jelenlétét, a mindennapi munkánkban való részvételt, segítségét.

Továbbiakban is szeretném kérni a beutalók olvashatóságát, egyértelművé tételét, vagyis, hogy milyen szakrendelésre szeretnék küldeni a beteget, mert jelenleg sok esetben több osztály is megjelölésre kerül ugyanazon a beutalón.

Köszönettel:
Herczeg Andrea
csoportvezető

Zöldülünk tovább

Újabb jelentkező! A Madách utcai gyermekfogászati rendelő dolgozói kerestek meg, idézem: „lelkes környezetvédőként szeretnének csatlakozni a kezdeményezéshez”. Kiderült, hogy már régebben gyűjtik és maguk szállítják megfelelő helyre az ott keletkező, újra felhasználható hulladékot.
A szervezést megkezdtem.

Továbbra is várjuk a dolgozói jelentkezéseket, melyek azok a közösségek, akik csatlakoznának a szelektív hulladékgyűjtéshez. Működni akkor fog, ha helyi kezdeményezésből, a résztvevők akaratából megy tovább a folyamat. Legegyszerűbben a külső telephelyeken lenne megoldható kezdetben, így a háziorvosi rendelőkben.
Akit érdekel, kérem, jelentkezzen:

Szánthó András dr.
szantho.andras@gmail.com

MOK - hírek

Kedves Kollégák!

Nehéz időket éltünk meg az utóbbi hónapokban. Nagyon nagy szerencse, hogy kollégáink teljes létszámban vissza tudtak térni a rendelésekre.

A Magyar Orvosi Kamara a járvány ideje alatt is teljes erővel dolgozott. Több szakmai és eljárási javaslatot is eljuttatott az Operatív Törzsnek.

Ez időszak alatt sem feledkeztek meg azonban – a most rendkívül aktuálissá vált – béremelés kérdéséről sem. Talán most a társadalmi támogatottságot is élvezik az egészségügyi dolgozók.

A kérdésben Dr. Kincses Gyula, a MOK elnöke az alábbi nyilatkozatot tette:

"Azt ígértük, hogy együttműködők, de az érdekérvényesítésben keményebbek leszünk. A MOK az első ígéretét beváltotta, az együttműködésben proaktív, konstruktív és abszolút politikamentes volt. Viszont a benyújtott költségvetés alapján lehet, hogy eljön az idő, amikor a második ígéretet is be kell váltanunk. A bértáblánkat az Emmiben tárgyalási alapnak tekintették, de nem ígértek semmit. Ahogy Pintér Sándor sem. Kértük Tállai András államtitkártól, hogy közvetlenül tárgyalhassunk az orvosbérekről a Pénzügyminisztériummal, nem kaptunk választ. Világossá tettük, hogy az egészségügyi dolgozók béremelésének két célja van. Az egyik az orvosi cél, hogy egy munkából, tisztességes bért keresve meg lehessen élni, ne kelljen hálapénzt elfogadni és másod-, illetve harmadállást vállalni. A másik a társadalmi cél, hogy legyenek orvosok a közfinanszírozott ellátásban, azaz legyen működőképes, a járványhelyzetben is reagálni tudó egészségügy Magyarországon. Ehhez az osztrák bérek 50 százalékát céloztuk meg, ezzel már itthon és a közfinanszírozott ellátásban lehetne tartani a dolgozókat."

Reméljük a Magyar Orvosi Kamarának sikerül elérni a tervezett célokat!

Minden kedves Kollégának szép nyarat és a szabadság idejére jó pihenést kívánok!

dr. Zalaföldi Kornélia
MOK BTSZ XIX. ker.
Választókerületi Elnök

Informatikai, Dokumentációs és Kontrolling Osztály

Csapatunk harcban állnak...

Június 8-án aláírásra került a régi-új szolgáltatónkkal kötött szerződés, mely mind pénzügyi, mind a kapott szolgáltatások, mind pedig a számonkérhetőség tekintetében lényegesen kedvezőbb a korábbinál.

A medikai szolgáltatónk: az Enterprise Communications Magyarország Kft. az EMMA-program fejlesztését és supportját további másfél éven keresztül biztosítja, amennyiben a szerződésese feltételek augusztus 8-ig teljesülnek.

Az előkészítés végéhez közeledünk. Számtalan konzultációt folytattunk már le, igen eltérő eredményességgel. Ennek során az Emmások pályázati anyagban leírt feltételeket nézik végig pontról pontra, mi pedig szakmánként, akár a "kettyintés" szintjéig részletezve igyekszünk továbbítani nekik a problémáinkat, konkrét elvárásainkat.

Mire ez az írás megjelenik, túl leszünk az egyik legnagyobb változtatáson. Ez a rendkívül fontos és kényes átalakítás (mely az adatok tárolásának módját érinti) a program kinézetét, használatát nem befolyásolja, de a megbízható, stabil működéshez – az Emmások szerint – elengedhetetlen.

Az általunk jelzett és várt javítások és fejlesztések ezt követően fokozatosan kerülhetnek be a programba. Annak ellenére, hogy a folyamatos kapcsolattartás során a háttérben egyfajta "iszgabírkózás" zajlik (ezt az érintettek látják), mindkét fél érdeke, hogy az augusztus 8-án lezáruló átadási időszak sikertörténeté váljon és olyan medikai programunk legyen, ami a felhasználókat hatékonyan támogatja az ellátás adminisztrációjában.

A jelenlegi funkcionalitás internetes időpont-foglalási lehetőséggel bővül és ehhez kapcsolódóan egy érkeztető terminál is készül. Ha a páciens időpontra érkezik, akkor az előjegyzéskor kapott kód alapján azonnal megkapja a behívó számát, nem kell a Betegirányítóban jelentkeznie. Mivel a pandémiás helyzet kapcsán bizonyos rendelkezések szeptember 30-ig továbbra is érvényben maradnak, így az egyébként július 06-ra technikailag elkészülő webes előjegyzést.

Szövérfy Dénes
osztályvezető

Személyes történetek

Gyógyszerek régen és ma

80-as évek. Kedvenc betegeim közé tartozott Ica és Feri. 60-70 közöttiek, mindkettőnek számtalan krónikus betegsége volt, Icának kicsit több. Ica közgyógyellátásban részesült.

Ez akkor azt jelentette, hogy minden felírható volt ezen a jogcímen. Tehát Ica havonta szorgalmasan kérte a kb. 15 féle gyógyszert. Ebben volt számtalan vitamin, fájdalomcsillapító, görcsoldó, kamilla, hársfa, citromfű tea, krémek, testápoló, szóval egy fél patika. És ez minden hónapban.

Időnként megkérdeztem, hogy biztosan kell-e ennyi, szorgalmasan bólogatott és ragaszkodott a listához. Nem vitatkoztam, akkor még nem úgy láttam a gyógyszerek fogyasztását, mint ma. És ami jár, az jár....

Teltek az évek és egy napon Ica rövid kórházi ápolás után meghalt. Senkijük nem volt egymáson kívül, Feri nagyon nehezen szokta az életet immáron egyedül.

De szépen felnőtt a feladathoz, főzött, mosott, takarított. Megvolt.

Egy napon felhívott és kérte, hogy látogassam meg. Kérdeztem, hogy mi baj van. Azt mondta nincsen baj, szeretne nekem mutatni valamit.

Elmentem. Egy emeletes bérház, kőfolyosó, szép tavaszi nap, tehát mindenki kint nézelődött, örültek nekem. Feri frissen főtt kávéval várt. Elkezdtünk beszélgetni sok mindenről. És egyszer csak azt mondta: tessék jönni, megmutatom miért hívtam a doktornőt. Bementünk a ragyogó szobába, jobbra az ablak alatt egy hatalmas 4 fiókos komód állt. Feri megszólalt: tessék kinyitni a felső fiókot. Nem értettem. Kinyitottam. A fiók volt vagy 30 cm magas, 120cm széles és 60 cm mély.

És színültig volt gyógyszerekkel..... ránéztem Ferire és csendben megkérdeztem: miért? És akkor könnyek között elmondta, hogy icának a biztonságot jelentette ez a rengeteg patikaszer. Ő időnként tiltakozott: talán nem kellene minden hónapban felírni. Ica hajthatatlan volt. Érdeklődve forgattam a dobozokat. Mindegyiken réges régi lejáratú idő volt.... Hatalmas szatyorral vitte ferit a patikába, hogy megsemmisítsék.....

Napjainkban nincs már ilyen mindent fedező közgyógyellátás. Mégis hosszú listákkal érkeznek a betegek. Némelykor tréfálkozom velük: ha ezt a sok mindent megeszik, már főzni sem kell....

És mégis viszik a receptet. Többnyire ki is váltják. És csak remélem, hogy nem eszik meg mindet, vagy legalább az eseti szerekkel spórolnak..... Hogy amikor a kolléga felírja a szert, akkor felhívja a figyelmet, hogy mit mivel ne, mi kell hozzá, étkezés előtt vagy után, mi lehet a leggyakoribb mellékhatás.... Nagyon remélem.

És persze az sem egyszerűbb, ha a beteg nem szeret gyógyszert szedni, tiltakozik, saját hatáskörben változtat.....

Van még mit tennünk. és tesszük is...

dr. Botos Mária
felnőtt háziorvos

Kitekintés

Gondolatok az Ápolók Nemzetközi Napja alkalmából

Az ápolók köszöntése, munkájuk hivatalos elismerése nem tekint vissza hosszú múltra. A Nemzetközi Ápolók Napja és a Magyar Ápolók Napja, érdekes módon egyformán egy-egy nőhöz kötődik, továbbá a XIX. századi háborúk időszakához, amikor egyidejűleg nagyszámú sérült jelent meg.

Május 12. világszerte az Ápolók Nemzetközi Napja annak emlékére, hogy 1820-ban ezen a napon született Florence Nightingale brit ápolónő, az ápolóképzés kiemelkedő alakja. Az 1853–56-os krími háború idején a törökországi brit katonai kórházban a tisztaság és a megfelelő ellátás megszervezésével nagyságrenddel csökkentette a halálozási arányt.

A katonáktól kapta a Lámpás Hölgy nevet, mert éjszaka is ápolta a betegeket a laktanyafolyosón berendezett kórházban.

Angliába visszatérve az emberek hősként tisztelték, és óriási hírnévre tett szert. A róla elnevezett nővérképzőt 1860-ban nyitotta meg.

Megfogalmazta, hogy „az ápolónő munkája háromszoros érdeklődést kíván: szellemi érdeklődést az eset iránt, szívbéli érdeklődést a beteg ember iránt és szakmai érdeklődést a gyakorlati munka technikája iránt”.

A Magyar Országgyűlés hat évvel ezelőtt nyilvánította február 19-ét, Kossuth Zsuzsanna születésének évfordulóját, a Magyar Ápolók Napjává. Ő volt hazánk első országos főápolónője, aki tevékenységét Florence Nightingale-nél előbb kezdte meg.

Már az 1848-as szabadságharcban megszervezte a sebesült ellátást.

Az ápolói hivatást, hitvallást a következőkben fogalmazta meg: „Egy legyen bennünk az akarat, felkeresni a szenvedést s enyhíteni azt.”

Az ápolás, a gondozás valójában egyidős az emberiséggel!

Gondoljunk csak Édes Szüleinkre, akik – miután mindennek kiszolgáltatottan világra jöttünk – védtek minket a barátságtalan, rideg, környezettel szemben, tápláltak, tanítottak bennünket, hogy elnyerjük a teljes önállóságunkat, hogy mi is továbbadhassuk Istentől kapott életünket, hitünket, boldogságunkat.

Az Édesanya szerető gondozása teszi teljessé és boldoggá, gondtalanná a gyermekkorunkat.

Krisztus tanítása az irgalmas szamaritánus történetével, az evangéliumon keresztül felhívja a figyelmet és örök példát ad az önzetlen, áldozatos, emberbaráti szeretetre, az ápolásra.

A példabeszéd arra tanít minket, hogy vegyük észre: embertársaink közül ki szorul segítségre, ápolásra. Adjuk oda önmagunkat teljesen, vagyis figyeljünk és szánjunk időt a másokra. A legnagyobb ajándék a részünkről, ha a szabad időnk fordítjuk a másokra. Ez valójában csak akkor lehetséges, ha őszinte szeretettel, irgalommal közeledünk a másokhoz. Az ápolás részünkről sokszor jár anyagi áldozattal is, hiszen a gondozott nem képes kereső munka végzésére.

A szeretettel végzett ápolás boldogságforrás, mind az ápolónak és mind az ápoltnak.

A hivatásszerűen végzett ápolás nem könnyű elfoglaltság. Ápolni azt a személyt kell, aki valamilyen oknál fogva segítségre szorul. Nem tud önállóan gondoskodni magáról, és étkezése, a tisztálkodása, salakanyag-ürítése, a gyógykezelése nehezítetté válik.

Az ápolás legalapvetőbb feltétele az ember szeretete, az emberi élet, az emberi lélek tisztelete.

Az lesz jó ápoló, aki empatikus, bele tudja élni magát az ápolásra szoruló személy kiszolgáltatott helyzetébe, aki türelmes tud lenni, és rendszeresen tud szabad időt szánni embertársára.

Gyorsan, sietősen nem lehet ápolni. A kapkodás eleve kizárja a szeretetet.

Ilyenkor az ápolott többnyire tehernek érzi magát nemcsak az ápolóra, hanem saját magára nézve is.

A szakszerű ápolást tanulni, másoktól ellesni kell! Hogyan kell az ápoltat felültetni, etetni, forgatni az ágyban, mosdatni, hogyan kell a sebet bekötözni, hogyan kell a fájdalmát csillapítani, hogy csak néhány dolgot említsek. Az is nagyon fontos, hogy hogyan, milyen hangon szólunk hozzá, hogyan próbáljuk a világi érdeklődését fenntartani.

Fel kell ismernünk, hogy mikor kell és lehet lelki atyát hívni a betegnek a szentségének felvételére vagy szentgyónás, szentáldozás céljából.

Valamennyien bármikor ápolóvá válhatunk, de akár mi magunk is ápolttá. A családon belül a gyermekeink, a párunk szorulhat házi ápolásra. Amíg gyermekek voltunk szüleink neveltek, gondoztak. Idős korukra ők szorulnak majd gondozásra, ha betegek lesznek, akkor ápolásra is.

Az intézeti ápolást idegen környezet, idegen ágy, idegen, műszakonként változó ápolói kör, másokhoz való kötelező alkalmazkodás jellemzi. Az ápolás során szakképzett személy foglalkozik a beteggel. Általában egy ápolóra több ápolott jut. A jó nővér is egyszerre csak egy helyen tud lenni, hiába igényelné sok beteg, hogy csak vele foglalkozzon.

Az otthoni ápolás olyankor valósítható meg, ha az ápolott nem igényel olyan kezelést, amelyet csak egészségügyi intézetben lehetne végezni. Az otthoni ápolás mindig szeretetteljesebb. Az ápolott megszokott környezetében saját ágyában marad. Bár azt meg kell jegyezni, hogy a jó speciális ápolóágy, az ápolott és ápoló részére is nagy segítség, könnyebbség, pl. az étkeztetést, a mosdatást, az ápolott nappali és éjszakai felügyeletét illetően.

Európa országaiban krónikus az ápolóhiány. A kontinens legtöbb országában rohamosan öregszik a társadalom, s egyre több idős ember szorul rendszeres otthoni ápolásra. Ez egyre több szakképzett gondozót igényel. A kórházakban, klinikákon közvetlenül a betegágy mellett dolgozó ápolók rendkívül túlterheltek.

A gyógyítás, az orvosi munka, az ápolás, a gondos ápolói kezek nélkül nem lehet sikeres. Az ápolás az egyik alapvető emberi tevékenység! Alig van ember, aki az ápolott vagy ápolói szerepből élete során kimaradna. Az ápolást csak szeretettel, türelemmel, vagyis irgalommal lehet végezni.

Ha ez nincs meg, akkor nem szabad hozzákezdeni sem!

Az ápolott és ápoló Istenhite nagy segítség!

Az ápolott számára azért, mert könnyebben elviselnie a betegség okozta szenvedést, fájdalmat, az ápolónak meg azért, mert a hit türelmet, fizikai erőt ad az ápoláshoz.

(2020. 05. 12-én a Mária Rádióban elhangzott előadás)

dr. Tamás György
rendelésvezető főorvos

Semmelweis Ignác (1818-1865)

Budán született 1818. július 1-jén. Élete és munkássága részben Bécshez, részben Pesthez köthető. Magyarországi sváb származásúként **Bécsben is és itthon is kisebbséghez tartozott**: Bécsben a sváb dialektusa miatt nézték le, itthon pedig – mivel a magyart csak az iskolában tanulta és akcentussal beszélt – szintén kiközösítésben volt része.

Küzdelmes 47 évet élt. Nagy felfedezését Bécsben tette, amikor látta, hogy jóval gyakoribb a gyermekági láz a klinikán, mint a közkórházban. A klinikán az orvostanhallgatók a boncteremből mentek át a szülőnőket vizsgálni, és csak vízzel mostak kezet, míg a közkórházban nem voltak hallgatók és nem boncoltak. 1847-ben **meghalt Jakob Kolletschka**, Semmelweis jó barátja és kollégája, miután úgy boncolt, hogy kezén volt egy apró sérülés. A boncolási jegyzőkönyv szerint a tünetei ugyanolyanok voltak, mint a gyermekági lázban meghalt anyaké. Ebből szűrte le Semmelweis azt a zseniális következtetést, hogy *„a gyermekági láz nem több és nem kevesebb, mint hulla eredetű vérmérgezés.”*

Nagy hibája volt, hogy a statisztikai adatokat elegendőnek találta elmélete igazolására. Csak szórványosan végzett néhány kísérletet nyulakon és nem használt mikroszkópot sem – ezekkel pedig tudományosan igazolhatta volna nézeteit. **Nagy szigorral bevezette osztályán a klórmeszes oldattal történő kézmosást, és a gyermekági láz**

előfordulásának látványos csökkenése őt igazolta, de ő nem publikálta elméletét szakfolyóiratban. Kollégája, Ferdinand von Hebra 1847 őszén vezércikket írt a statisztikai eredményekről a bécsi orvosegyesület lapjába, aminek nyomán egy kieli professzor, Gustav Adolf Michaelis is bevezette kórházában a klórmentes kézmosást, mire a gyermekágyi halálozások száma ott is öröndetesen csökkent. Azonban még mielőtt bevezette volna, saját unokahúga szülésénél segédkezett, és unokahúga pár nap múlva gyermekágyi lázban meghalt. Az elkésett intézkedés és unokahúga halála annyira megviselte a professzort, hogy öngyilkosságot követett el.

Semmelweis, miután Bécsben mellőzték, hazajött és a **Rókus Kórház szülészeti osztályának vezetőjeként** itt is bevezette a klórmentes kézmosást, amivel sikerült megfékeznie a járványszerű gyermekágyi lázat. 933 szülést vezettek le ott az ő működése alatt, abból mindössze 8 gyermekágyi lázas haláleset történt. 1955-ben Semmelweist kinevezték a **Pesti Tudományegyetemen** az elméleti és gyakorlati szülészeti professzorává. Ott is szembesült azzal, hogy az orvosok és nővérek kijátsszák az klórmentes használatára vonatkozó rendelkezéseit, éberrel kellett őrködni a szabályok betartásán. Miután a piszkos ágyneműre is gyanakodott mint a betegség forrására, szigorúan mosatott és azt is megtette, hogy saját pénzén vásárolt lepedőket. **Az első évében 514 szülőnő közül ketten haltak meg gyermekágyi lázban, ami példátlanul alacsony előfordulást jelentett. Az 1860-61-es tanévben egyetlen megbetegedés sem fordult elő,** míg Bécsben Semmelweis ellenlábasa, Carl Braun osztályán két hónap alatt 96 áldozatot követelt a betegség.

Semmelweis a statisztikai adatokat elegendő bizonyítéknak találta és nem munkálkodott a tudományos bizonyításon. 1860-ban az Orvosi Hetilapban írt egy cikket magyarul, amelyben leszögezte: *„a gyermekágyi láz nem ragályos, hanem szétbomlott anyag által egészséges egyénre átvihető kór.”* Végül barátai unszolására németül írt egy könyvet *A gyermekágyi láz kóroktana, fogalma és megelőzése* címmel, de ez terjengős, bonyolult fogalmazott és egyes szakemberek elleni érzelmi kirohanásokkal teli könyv lett, így nem felelt meg a tudományos követelményeknek. Biztosan szerepet játszott ebben alapvető kisebbségi érzése, felőrlődése a gyakorlati problémákkal való küzdelemben, valamint kibontakozó betegsége is. Erről a hivatkozott könyv szerzőjének az a véleménye, hogy **korai Alzheimer-kór támadta meg.** Erre utal az időnkénti furcsa viselkedés, az arcképein látható gyors öregedés, a könyv rossz megírása, a súlyosbodó memóriazavar és a dühkitörések. A boncolási lelet is az agy szürkeállományának pusztulását mutatta.

Tragédiája, hogy elmebetegintézetben halt meg, méltatlan körülmények között, mindösszesen 47 évesen, és **„az anyák megmentőjének” nevezni csak jóval halála után kezdték.** Csak miután Koch, Pasteur és Lister felfedezték a baktériumokat, akkor jött el az ő zsenialitásának elismerése, aki mikroszkóp nélkül megsejtett egy lényegbevágó tény.

1963-ban budai szülőháza falában helyezték el a hamvait, a házat felújították és kialakították benne az orvostörténeti múzeumot, a budapesti orvosegyetemet pedig róla nevezték el.

(Forrás: S.B. Nuland: *Fertőző gyógyítók. HVG Könyvek, Budapest, 2013.*)



(Szemlézte: dr. Berghammer Rita)

Vers

Tóth Árpád (1886-1928): Gesztenyefa-pagoda

Mint halk csapatban szürke nyest
A hegyre kúszik már az est,
S a bokrok alján meglapul:
Itt-ott egy-egy halk fény kigyúl,
S a vak bozóton átremeg:
Lámpák vagy bús állatszemek?
Kék fák közé most jer velem,
Hol minden árny és rejtelem,
És minden mély törzs mély csoda,
Nézd! gesztenyefa-pagoda!
Lombja mélyén egész sereg
Zeg-zug, mint száz szentély-üreg,
S bent apró virágoszlopok
Halvány ivor-szine lobog.
Üljünk le itt e szent helyen,
Öledbe hadd tegyem fejem;
Agyamban alszik gond, szitok,
Most áhitatot áhitok,
Szárnyat, röpítőt és puhát,
Levetni a bús test-csuhát,
Nehéz szívem elejteni,
A fájó Én-t felejteni.
Így-így! tedd főmre most szelid,
Halk Veronika-kezeid,
Ne bánd, hogy szól már a kuvik,
S hogy már a hold is elbuvik,
Csak ringass, lágyan, csöndesen,
Míg jó majd halkan, könnyesen
Az ébredés, mint bús, csodás,
Furcsa, ámúlt feltámadás...

Szakmai csemege

A bravúros orvoscsoporthoz egy tagjának vallomása a sziámi ikrek szétválasztásáról

Dr. Valálik István idegsebész, aki részt vett a világhírű műtétsorozatban, így beszélt erről:
„Csak az előkészületek több mint ötvenezer munkaórát vettek igénybe. (...) Amikor Csókay András átküldte a képeket az ikrekről, csak néztem, ámúltam csendben. Próbáltam 3D-ben tanulmányozni, hogy melyik agyi rész, hol van a kislányoknál. A lebenyeket, a mozgatókérgyet, a törzsdúcokat, nagyon nehéz volt beazonosítani. Eltorzult anatómiát láttam. (...) Folyamatosan kapcsolatban voltam Csókay Andrással, Hudák Istvánnal, Pataki Gergellyel és a bangladesi kollégákkal, hang- és képrögzítő programok segítségével kommunikáltunk. Az általam javasolt eret is sikerült Hudák Istvánnak elzárnia, amely azért volt lényeges, mert ha az nem történik meg, akkor nagy lett volna a valószínűsége annak, hogy nagy vérzést kapunk a műtét alatt, és akkor annak súlyos következményei lehettek

volna.(...) Feláldoztak a Föld egyik legsűrűbben lakott országának fővárosában, Dakkában, egy katonai kórházban három darab műtőt, komplett intenzív osztályt és transzplantációs egységet. Csak nekünk! (...) Fegyveresek kísérték, minden mozdulatunkat figyelték. (...) Két ország nyomása alatt álltunk, az emberek a sikert várták. 30 óra, 35 tagú műtőcsapat. (...) Azt is figyeltük, hogy egyszerre csak 15 ember lehet bent a műtőben. Sok lett volna a kíváncsiskodó, ezért létrehoztuk a zárt láncú tévéközvetítést és ügyeltünk arra, illetéktelen még a környékre se jöjjen. A belépésre jogosultak nevét, belülről ragasztottuk fel az ajtóra, még véletlen se lehessen manipulálni. Így nagyjából százötven néző figyelte minden mozdulatunkat a kórház konferenciaterméből, váróhelyiségéből. (...) Összesen nagyjából tizenöt órát voltam bemosakodva.

Kétszer jöttem ki. Kaptam energiaszeletet, itattak is. A másnap rettenetes izomlázam volt a műtéti mikroszkóp fölötti több órás kényelmetlen testhelyzet miatt.

Igazán akkor jött ki a fáradtság, a stressz, a feszültség. De este már készülnöm kellett, mert a következő napon előadást tartottam a kórház orvosainak a Parkinson-kórral és a remegéssel kapcsolatos műtétekről. (...) Amikor Csókay Andrással azt a 11 mm széles és 3,5 mm vastag, agytörzseket összekötő szalagot vágtuk el, amelyre itthon azt a szakvéleményt adtam, hogy 'elmetszése nem vezet életveszélyes állapothoz'. Ki tudta előre, mit hoz a gyakorlat! Ez azért meleg helyzet volt. A torkomban dobogott a szívem, hiszen orvosi szempontból a legsúlyosabb eset, amikor a fejtetőnél nőnek össze úgy, hogy harminc foknál nem nagyobb a dőlésszög. Szerencsére idegsebészeti szövödmény, olyan, amely a műtéttel kapcsolatos, nem alakult ki. Ám több életveszélyes helyzet is volt.

Előfordult, amikor műtét közben esett le a vérvesztés miatt a vérnyomásuk, pulzusuk, de fel sem merült, hogy abbahagyjuk, a hősiek harc folytatódott. Később megkapták a trópusi lázat is, amely ott járványként pusztított. Csak azt tudom mondani, az Isten csodát tett. Nem egyszer, hanem többször. Meg persze az altatóorvosok, akik bravúrosan hozták ki a gyermekeket ezekből a helyzetekből. Meg mindenki. Az egész stáb. (...) Felekezetre való tekintettel imádkozott mindenki a műtét előtt közösen. Döbbenetes. Mi külön elmentünk katolikus templomba előtte is, utána is. Persze, ez sem volt egyszerű egy muszlim országban. Ezért is kísérték minden lépésünket fegyveresek, nehogy bántódásunk essék és ezért utaztunk katonai járművekkel. Amíg a templomban imádkoztunk, nyolcvan ember vigyázott ránk, köztük több mesterlövész. Ezt szerencsére utólag árulták el, mi csak éreztük, „valami van a levegőben”.

(Forrás: Vasárnap.hu)

„Az emberi élet, bármilyen hosszú legyen és értékes, csak a legparányibb részét tárja fel önmagából. Egyetlen élet, de évmilliók sem lennének elegek, hogy kifejezzem ami ott van a szívemben, a fejemben... Döntennem kell, hogy milyen legyek a bennem rejlő milliányi személyiség gazdag választékából. Be kell érnem, hogy egy legyek. Kétkezi munkás, takarítónő, pap, orvos, kereskedő, művész? Testem is tele van korlátokkal. Az olimpiai bajnokoknak, a zeneművészeknek is. Az öregedésben, betegségekben még inkább.”

dr. Csókay András
idegsebész

Gasztro

Az ismeretlen chiamag

Egy kis egészségbomba, amely már nálunk is kapható. A menta nemzetségébe tartozó aztékszállya eredeti neve, chia, a maja nyelvben energiát jelent. Az aztékok már Kolumbusz előtt is termesztették. Olyan értékes volt, hogy a törzsek pénz helyett használták a kereskedelemben, az uralkodók pedig ebben szedték be az adót. Az apró magvak sokáig elállnak. Jelentős mennyiségű vasat, kalciumot, káliumot és omega-3 zsírsavat tartalmaz.

Gazdag fehérjeforrás is. Tehát tápláló, de nem szénhidrát! Fogyasztás előtt vízbe vagy tejbe kell áztatni, megszívja magát és úgy ehető. Azért nem tanácsos szárazon fogyasztani, mert ha utána vizet iszunk, azzal szívja meg magát hirtelen és felpuffad a gyomorban.

Chiapuding

4 dl tejhez keverjük 5 dkg kókuszreszeléket (bár ez elhagyható) és 2 csomag vaníliás cukrot. Kevergetve melegítsük forráspontig, majd levéve a tűzről hűtsük langyosra. Ezután keverjük bele 4 dkg chiamagot, 3 evőkanál mézet és egy citrom lereszelt héját. 2-3 órára tegyük hűtőbe, hogy megdermedjen. Tálalás előtt szórjuk meg gyümölcsdarabkákkal.

Humor

- Doktor úr, mivel hálálhatnám meg a fáradozását?
- Nézze, az autószerelő páciensem megjavította az autót, a kertész rendbe tette a kertemet. Ön mivel foglalkozik?
- Sírásó vagyok.

- És a nagypapa hogy van?
- Sajnos már csak a gépek tartják életben.



A vizsgálat után így szólt az orvos a beteghez:

- Tudja, hogy az utolsó pillanatban jött el hozzám?
- Jaj, olyan súlyos a baj, doktor úr?
- Ellenkezőleg! Még egy nap, és magától meggyógyult volna.

A műtőben operációhoz készülődnek. A sebész megszólal:

- Nővér, kérek egy kis alkoholt.

Erre a beteg ijedten felül a műtőasztalon:

- Nem tudna várni a műtét utánig, doktor úr?

Egy nő panaszodik a pszichológusának.

- Tudja doktor úr, van egy dolog, amitől nagyon rettegek.
- Igen, és mi lenne az?
- Az, hogy fiatalon fogok meghalni.
- Na de asszonyom, magának ettől már nem kell félnie.

Nem vagyok teljesen biztos a diagnózisban - mondja az orvos a betegnek -, csak feltételezem a panaszainak okát. Valószínűleg az alkohol az oka.

- Semmi baj doktor úr, ez velem is gyakran előfordul. Majd visszajövök, ha már józan lesz.

Orvos a beteghez:

- Érdeklík önt a léha nők?
- Nem különösképpen! - von vállat a beteg.

- Hát az ital?
- Cseppet sem.
- És a dohányzással hogy áll?
- Nem dohányzom.
- A fenébe is! Magának semmi rossz szokása nincsen?
- De, van egy kis hibám.
- Micsoda?
- Sokat hazudok.

Asszonyom, önnek nagyon csúnya a nyelve.
- Doktor úr, maga összebeszélte a vejemmel!

Joe-t megkérdezi barátja, hogyan sikerült lefogynia.
- Az orvosom ősi kínai diétát írt elő. Három hete nem eszem mást, csak tyúkhúsleves - válaszol Joe.
- Tyúkhúsleves? Cérnametéllel?
- A fenét! Pálcikával!

Valahányszor meglátom önt mosolyogni, asszonyom, mindig arra gondolok, hogy fel kellene csábítanom a lakásomra.
- Nocsak, nocsak! Ekkora nagy nőcsábász?
- Nem asszonyom, fogorvos vagyok.

Doktor úr, biztosan megjavul a látásom, ha sok sárgarépát eszem?
- Asszonyom, látott már maga szemüveges nyulat?

Ne dühöngj, hogy megöregedtél, van akinek ez se sikerül!

Doktor Úr! Azt hiszem, egy új szemüvegre lenne szükségem.
Az biztos, mert ez egy hentesüzlet.

Nagybeteg az öreg székely, haldoklik. Hazarohan a hírre a fia és kérdi:
Apám! Hívjak orvost?
Neem fiam! Mi itt falun természetes halállal szoktunk meghalni.

Ne feledje Kovács úr, az alkohol az ön legnagyobb ellensége!
Semmi baj doktor úr - mondja Kovács – én nem vagyok gyáva ember.

- Hogyan köszön a sebész?
- Kezét csonkolom.
- Hogyan köszön a nőgyógyász?
- Majd benézek még...
- Ki mondta először „asszony kell a házba!”
- Kőműves Kelemen.

Minden munkatársunknak kellemes nyaralást és jó pihenést kívánunk!

SZERKESZTŐ BIZOTTSÁG:

Dr. Kumin Marianna – felelős szerkesztő
Németh Anna
dr. Bihari Ágnes
dr. Berghammer Rita
dr. Csáky Tünde
dr. Botos Mária
dr. Zalaföldi Kornélia
dr. Tamás György
dr. Szánthó András
Szövérfy Dénes
Pásztás Anna

Célunk,
hogy a HÍRLEVÉL mindannyiunk
számára tartalmas, hasznos, érdekes és
változatos olvasnivaló legyen,
ennek érdekében kérjük a kollégák
segítségét a lap szerkesztésében.
Akinek van olyan témája, kérdése,
információja, amit szeretne megosztani,
legyen szíves jelezze
a titkarsag@euint.kispest.hu e-mail
címen.