

# HIVATÁSUNK



A 2021. év kiváló szakdolgozója:  
Emberné Heitler Andrea  
„Nem csinálok mást,  
csak teszem a dolgomat”

4. OLDAL



Egy igazán  
intenzív  
közösség

7. OLDAL



A mosolygó  
oltópont

13. OLDAL



Nagy fejlődés  
előtt áll  
az érsebészet

26. OLDAL



Furcsa betegségek  
és gyógymódok  
a középkorból

28. OLDAL

# HIVATÁSUNK



Az év fiatal elhivatott  
szakdolgozója 2021-ben:  
**Tisóczy Evelin**  
Küldetése,  
hogy alázattal  
szolgálja a beteg  
embereket

..... 10. OLDAL



# HIVATÁSUNK



Az év kiváló  
szakdolgozója díj  
különdíjasa:

**Buni Roland**

„Az érzés, hogy valakin  
a tudásommal segíteni tudok,  
az pénzben nem mérhető”

# Hieronymus Bosch

REJTÉLYES  
VILÁGA

2022. ÁPRILIS 9. – JÚLIUS 17.

MENNY ÉS POKOL KÖZÖTT

Hieronymus Bosch, Újolsó felér (részlet) | 1515 körül | © Musea Brugge, www.artinlanders.be, Photo: Dominique Provost

## SZÉPMŰVÉSZETI MÚZEUM

szepmuveszeti.hu

FŐTÁMOGATÓ:

 **GRÁNIT BANK**  
A DIGITÁLIS BANK

EGYÜTTMŰKÖDŐ  
PARTNER:

 **KLM**  
Royal Dutch Airlines

PARTNER:

 **BARTÓK TAVASZ** Nemzetközi  
Művészeti  
Hetek

MÉDIÁTÁMOGATÓK:

 **mútagy.com**  **ARTMAGAZIN**  **IME**  **\*FÖLDGÖMB**  **LÁM**  
 **NŐK LAPJA**  **TREND FM**  **M5**  **90.9 Jazzy rádió**  **Alapítványok**  **múlt-kor**

# Tartalom

## HULLÁMHOSSZ

Válságban az ápolás ügye – 12 pontos kamarai javaslatcsomag az egészségügy megmentéséért ..... 2

## ÉLETÚT

••• „Nem csinállok mást, csak teszem a dolgomat” ..... 4

## RIPORT

Egy igazán intenzív közösség ..... 7

A mosolygó oltópont ..... 13

## AZ ÉV ELHIVATOTT FIATAL SZAKDOLGOZÓJA

Küldetése, hogy alázattal szolgálja a beteg embereket ..... 10

## MESZK AKTUÁLIS

••• 16 millió forintos adomány egészségügyi szakdolgozóknak ..... 16

Kamarai kedvezmények – éljen velük! ..... 19

Videósorozat – Értünk, értetek ..... 20

## PÉLDAMUTATÓ FIATALJAINK

„Az érzés, hogy valakin a tudással segíteni tudok, az pénzben nem mérhető” ..... 22

## BETEGSÉGŰZŐ TUDOMÁNY

••• Mediterrán diéta, hosszabb élet? ..... 24

## MÚLT ÉS JELEN

Nagy fejlődés előtt áll az érsebészet ..... 26

## SZELLEM ÉS KULTÚRA

Furcsa betegségek és gyógymódok a középkorból ..... 28

## MINDANNYIUNK EGÉSZSÉGE

••• Miért lesz némelyekből oltástagadó? ..... 30



## Kedves Olvasó!

A Covid-19-pandémia immár ötödik hullámának elhúzódó lecsengési időszakát éljük. Az országunk szomszédságában zajló háborús események, a negatív gazdasági folyamatok árnyékában aggodalommal figyeljük az eseményeket. Az egészségügyet ért hatalmas kihívások mellett most a háborús menekültek ellátásában kell renthagyó módon helytállni. Az április elején megtartott országgyűlési választásokon túl kérdésekkel, ugyanakkor reménykedve figyeljük az ágazat jövőjét. Lesz-e önálló egészségügyi tárca? Ha lesz, akkor ki lesz az első számú vezetője? Lesz-e a szakdolgozói karnak vezető tisztségviselője az ágazat vezetésében? Elindulnak-e a két évvel ezelőtt abbamaradt szakmai egyeztetések? Egyáltalán milyen jövőképe lesz a szakdolgozóknak?

Éppen a jövőkép kialakítása okán tartotta a MOK és a MESZK közös sajtóreggelijét, amelynek legfontosabb üzeneteit magazinunk hasábjain is olvashatják. A köztisztviselők a pontos „diagnózist” már korábban felállították, most a „terápián és a hosszú távú ápoláson” van és lesz a hangsúly, amelyben mi is szerezni szeretnénk szerepet kapni.

Lapszámunkban bemutatunk olyan kollégákat, közösségeket, akik az elmúlt év renthagyó világában példaképeink lehetnek, és kiváló munkájukkal – hivatásukhoz hűen – végzik dolgukat, sőt többet is!

Ugyancsak bemutatjuk azt a kampányunkat, amelyet néhány hete indítottunk útjára annak érdekében, hogy kollégáink, illetve a társadalom szélesebb köre, különös tekintettel a pályaválasztó fiatalokra megismerjék az egészségügy szereplőit. A lapban található QR-kódok mögött a Facebook közösségi felületén terjesztett filmeket lehet megtekinteni.

Mindemellett magazinunk hagyományos rovataiban folytatjuk a kulturális vagy éppen az egészségünket befolyásoló ismeretek átadását, a szellemi feltöltődés támogatását.

Hasznos és értő olvasást! Jó kikapcsolódást!

Dr. Balogh Zoltán

## HIVATÁSUNK



Kiadja a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara. Alapítva 2006-ban.

Felelős kiadó és főszerkesztő: dr. Balogh Zoltán, a MESZK elnöke.

Szerkesztőbizottság: Babonits Tamásné, Mátésné Horváth Mónika

A magazint gondozza: LITERATURA MEDICA a LifeTime Media Kft. egészségügyi divíziója.

1021 Budapest, Hűvösvölgyi út 75/A. Postacím: 1539 Budapest, Pf. 603.

Telefon: +36 (1) 316-4556. E-mail: litmed@lam.hu

Felelős szerkesztő: Borda Tímea (borda.timea@lam.hu)

Hirdetésfelvétel: erteresites@lam.hu. Előfizetéssel kapcsolatos információ: terjesztes@lam.hu

©Hivatásunk 2022. Minden jog fenntartva. A lapban megjelent valamennyi írásos és képi anyag

közlési joga a szerkesztőséget és a kiadót illeti. A megjelent anyagnak – vagy egy részének – bármely formában való másolásához, felhasználásához, ismételt megjelentetéséhez a szerkesztőség és a kiadó írásbeli hozzájárulása szükséges. A hirdetések tartalmáért a kiadó felelősséget nem vállal.

Borítóterv és tipográfia: Balázs Ádám. Címlapfotó: Falus Kriszta.

Fotó: Draskovics Ádám. Korrektor: dr. Ácsné Tamás Éva

Terjeszti a Magyar Posta Zrt. Postacím: 1900 Budapest

Nyomdai kivitelezés: Pauker Nyomdaipari Kft.

ISSN 1787-8578

# Válságban az ápolás ügye – 12 pontos kamarai javaslatcsomag az egészségügy megmentéséért

Történelmi pillanatnak nevezte Balogh Zoltán, a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK) elnöke, hogy a Magyar Orvosi Kamarával (MOK) közös, 12 pontból álló javaslatcsomagot állítottak össze a mindenkori döntéshozók számára.

A megbecsülés hiányát emelte ki fő problémaként a február elején tartott közös sajtó-háttérbeszélgetésen *Kincses Gyula*, a MOK és *Balogh Zoltán*, a MESZK elnöke is, egyidejűleg arra figyelmeztetve, hogy azonnali intézkedésekre és szakmai párbeszédre van szükség az ágazatban, amely súlyos károkat szenvedett a koronavírus-járvány és az egészségügyi szolgálati jogviszony bevezetése nyomán egyaránt. Egy egészségügyünk van, amelyben az orvosok mellett a szakdolgozókat is meg kell fizetni annak érdekében, hogy tisztességgel tudjanak dolgozni – nyitotta a közös deklarációt bemutató beszélgetést Kincses Gyula.

Tudjuk, mi lenne jó az egészségügyben, hogyan és milyen irányba kellene fejleszteni, szempontjaink mégsem érvényesülnek kellő hangsúllyal – mondta Balogh Zoltán, aki emlékeztetett: olyan problémák sokaságáról beszélnek, amelyekre már évekkel ezelőtt is felhívták a döntéshozók figyelmét. A koronavírus-járvány rámutatott az egészségügy hiányosságaira és gyengeségeire – emelte ki a MESZK elnöke, aki elmondta, a szakdolgozói munkaerőhiány az elmúlt két évben tovább erősödött, az ápolók körében rendkívüli a munkaterhelés, továbbra is az alulfizettség és alulértékeltség jellemző.

## Csak a bizonytalanság nagy a szakdolgozók körében

Baj van az egészségügyben – fogalmazott *Babonits Tamásné*, a MESZK általános alelnöke is, aki szerint nemcsak

a fizikai, hanem a szellemi terhelés is megnőtt a pandémia két éve során. Ennek oka az is, hogy az intézményekben egyre fogyatkozik a béremelésben évek óta nem részesülő műszaki területen dolgozók száma, így az ő feladataik közül is számos a szakdolgozókra hárult. A Covid-időszak rendkívüli mértékben megviselte a kollégákat, sokakat pályaelhagyásra készítetett, mások pedig alig várják, hogy 40 év után nyugdíjba menjenek – hangzott a figyelmeztetés.

A bizonytalanság az intézményi hétköznapi fontos tényezője – folytatta az alelnök, aki elmondta, még arra sincs garancia, hogy a szakdolgozók valóban megkapják a januártól ígért 21 százalékos alapilletmény-emelést, hiszen ezzel együtt megvonják egyes területeken a munkáltatói döntésen alapuló juttatásaikat, illetve beépítik az alapilletménybe pótlékaikat. – Mindössze 5-6 milliárd forintba került volna a szakdolgozói béremelés néhány hónappal való előrehozatala, amivel azt a gesztusértékű üzenetet erősíthette volna a kormány, hogy szükség van az ápolókra. Ennek a mulasztásnak komoly következményei lesznek – szövegte le Babonits Tamásné.

A közös fellépéssel a MOK szolidaritását fejezi ki az ápolók béremelési követelésével – hangsúlyozta Kincses Gyula, a MOK elnöke. Mint mondta, a gyógyítás csapatmunka, ami sérül a szakdolgozók tisztességes megfizetése nélkül.

Míg az ügyeleti díjak rendezésének szükségességére a MOK képviselői is felhívták a figyelmet, a beszélgetésen az is elhangzott, hogy ebben a szak-

dolgozók esetében sem tett különbséget a vonatkozó rendelet, így egy segédápoló ügyeleti díja megegyezik a diplomás ápolóéval, ráadásul az ő körükben az ügyeleti díj fele az orvosokénak.

## Túlterheltség, kiégettség, ingyenmunka

Az ápolásszakma válságban van, hatalmas a túlterheltség – erősítette meg *Irinyi Tamás*, a MESZK Csongrád-Csanád Megyei Területi Szervezetének elnöke. A Covid-osztályokon dolgozók havi 160-164 óra helyett 240-260 órát teljesítettek hónapokon keresztül. Mindezek nyomán a kollégák nagyon rossz lelkiállapotba kerültek. Míg 2001-ben a szakdolgozók 35 százaléka számolt be burn out szindrómáról, mára ez az arány megközelítette a 70 százalékot. Míg húsz évvel ezelőtt a súlyosan kiégettek aránya 17 százalék volt, tavaly már 46 százalékra nőtt. A pandémiát megelőzően tíz nyugdíj előtt álló szakdolgozóból nyolc-kilenc fő kérte a továbbfoglalkoztatását, ma ez a szám legfeljebb egy-két fő – sorolta az adatokat a megyei elnök. Elmondta azt is, hogy a munkaerőhiány miatt a műszakok átadása során a távozónak még legalább háromnegyed órájába telhet a betegek átadása, ezt a pluszidőt pedig nem fizetik ki nekik. Saját példája szerint ő az elmúlt 32 év alatt 2,5 évet dolgozott ingyen emiatt.

Míg a nyolcvanas, kilencvenes években évente 6-7 ezer ápoló végzett a szakközépiskolák nappali tagozatán,

## A MOK és a MESZK 12 pontja

1. A szakdolgozók bérének érdemi emelése az orvosok béréhez arányaiban illeszkedő módon. Ez növeli a szakdolgozók társadalmi megbecsülését és biztosítja az utánpótlást.
2. Kiszámítható jövőkép az egészségügy minden dolgozójának, szakdolgozói életpályamodell bevezetése.
3. A járványkezelés eddigi gyakorlatának elemzése a szakmai szervezetek bevonásával. Fontos az őszinte, szembenéző és nyilvános elemzés a hibák feltárása és jövőbeni elkerülése érdekében.
4. Szükség van a járványkezelés adatainak széles körű nyilvánosságra hozatalára a lakosság járványtudatosságának javítása és a megalapozott szakmai döntések érdekében.
5. A közegészségügyi-járványügyi rendszer szervezeti megerősítése, az ÁNTSZ eredeti szervezetének és jogosítványainak visszaállítása.
6. Az egészségügy depolitizálása, szakpolitikai kérdésként kezelése. A szakmai intézmények döntéseire nem nehezíthet politikai utasítás, nyomás.
7. Az ellátórendszer szerkezetének és finanszírozásának hozzáigazítása a megváltozott szükségletekhez és szakmai, tudományos fejlődéséhez. Az elkerülhetetlen finansiális és szerkezeti átalakítás transzparens előkészítése, a titkosított reformtervek publikussá tétele.
8. Az új finanszírozási és szabályozási rendszernek az értékalapú egészségügy elvein kell alapulnia, beleértve a minőségkontroll elindítását és a protokollok és minimumfeltételek megújítását és naprakészen tartását.
9. Az ügyeleti rendszer és az ügyeleti bérezés rendbetétele a folyamatos betegellátás érdekében mind az alapellátás, mind a kórházi ellátás terén, a MOK és a MESZK által javasolt elvek érvényesítése.
10. A műszak átadás-átvétel idejének anyagi ellentételezése a megszakítás nélküli munkarendben dolgozók számára.
11. A 13. havi cafeteria- és illetményrendszer bevezetése a szakdolgozók körében. Továbbá az egészségügyi ágazati gyógyszer program elindítása: akik egy életen át gyógyítottak, ápoltak, beteget láttak el, nyugdíj után ne kerülhessenek olyan helyzetbe, hogy nem tudják kifizetni a gyógyszereiket.
12. A közfinanszírozott és a magánegészségügy szabályozott együttműködését kell megvalósítani. Egy közös egészségügyre van szükségünk, a közellátás megfelelő szinten tartásával, a köz és magán jól szabályozott, egymást segítő együttműködésével.

mára ez a szám 300 fő alá csökkent – emelt újabb statisztikát az eddigiek sorába Irinyi Tamás. – A közelmúltban volt olyan év, amikor kevesebb mint száz diplomás ápoló végzett. A nyolc-

vanas évek közepén „képződött” és munkába állt mintegy 6300 szakdolgozó nagy része viszont hamarosan nyugdíjba megy, utánpótlásukra pedig egyelőre nincs remény.

A beteg arcán csak akkor lesz mosoly, ha az egészségügyben dolgozók jól érzik magukat – mondta Irinyi Tamás, aki szerint kézzelfogható javulást kell elérni a dolgozói létszámban ahhoz, hogy a kiégettség csökkenjen, a betegbiztonság pedig növekedjen.

## Azonnali szakmai párbeszédet!

A politikai kockázatot kerülő járványkezelés a második hullámtól már késve vezette be a korlátozó intézkedéseket, az esetszámok növekedése így aránytalanul nagy terhet rótt a felkészítetlen ellátórendszerre és az abban dolgozóakra. Az egységes eljárásrendek és az adatok nyilvánosságának hiánya tovább nehezítették az ellátást, és az előregedő háziorvosi karra is aránytalan terhet rótt a járványügyi feladatok teljesítése – áll a két hivatásrendi kamara közös felhívásában. Mindez a magánellátás szerepének erőteljes növekedését eredményezte, ami az állami ellátás működését is veszélyezteti. Mindezek tükrében a tizenkét pont között szerepel az egészségügy depolitizálása, a szakpolitika előtérbe helyezése, de az egykori ÁNTSZ (most NNK) eredeti szervezetének és jogosítványainak visszaállítása. Kéri továbbá az ügyeleti rendszer és az ügyeleti díjazás rendbetételét, a 13. havi fizetés, a cafeteria- és illetményrendszer bevezetését a szakdolgozók körében, valamint a közfinanszírozott és a magánegészségügy együttműködésének szabályozását is.

A két kamara szerint azonnali szakmai párbeszédre, tárgyalások megkezdésére és intézkedésekre van szükség, mind a járványkezelés hatékonyságának javítása, mind pedig a közellátás működőképességének megtartása érdekében.

**Tarcza Orsolya**



## „Nem csinállok mást, csak teszem a dolgomat”

Amikor 17 évesen, kezében a szakmunkásképzőben szerzett bizonyítványával belépett a Péterfy Sándor Utcai Kórház kapuján, meg sem fordult a fejében, hogy egyszer majd ő lesz az egyik legnagyobb egészségügyi intézmény, az Országos Mozgásszervi Intézet ápolási igazgatója. Emberné Heitler Andrea nyerte el 2021-ben a MESZK „Az év kiváló szakdolgozója” díját.

*Nagymama?! – kérdezek vissza döbbenetben, amikor az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet (OORI) ápolási igazgatói szobájában velem szemben csinos blúzban, farmerban, magas sarkú cipőben ülő Heitler Andrea éppen arról beszél, hogy a legjobb kapcsolódást az jelenti számára, amikor a két unokájával lehet.*

– Én húszévesen szültem, a lányom pedig huszonhét volt, amikor megérkezett az első unokám – magyarázza, és közben nevet a csodálkozásomon, és azt is elmondja, óriási élmény a kettő- és négyéves unoka viszonylag fiatalon, mert így a nagymamaság minden „jó”-ságát megélheti.

– Persze, míg eljutunk a „nagymamaságig”, történt jó néhány fordulat Andrea életében, aki azt mondja, úgy gondolja, semmi mást nem tett pályafutása során, csak amit az édesapja annak idején belé nevelt: amit teszel, azt úgy csináld, hogy jó legyen.

– Az ápolói pályát is apukám sugallatára választottam, mert én magam kamaszként igazából nem is tudtam, hogy mihez kezdhetnék. Bár a pályaválasztási tanácsadóban a közgazdasági iskolát javasolták, végül apura hallgattam, aki azt mondta, az egészségügyben mindig lesz biztos

állásom. Érettségi nélkül kerültem ki az akkoriban szakmunkásképzőnek nevezett intézményből 1987-ben, és csöppentem bele a Péterfy Sándor Utcai Kórház szubintenzív osztályának hétköznapijaiba – *idézi fel a kezdeteket Andrea, aki arra is emlékszik, elégedetten és büszkén kezdett el dolgozni a 10-12 fős csapatban, ahol pályakezdőként rengeteg segítséget kapott a kolléganőktől.*

– A szó nemes értelmében versengtünk egymással a munkában, ami arra ösztönzött mindannyiunkat, hogy egyre jobbak és jobbak legyünk. Így természetesnek tűnt, hogy folytatnom kell a tanulást is a korai családalapítás és a hivatásom mellett.

– Szakápolói, majd intenzív terápia asszisztensi végzettséget szerzett, közben érettségizett, majd 2002-ben kapta kézhez az első diplomáját a Semmelweis Egyetem Egészségügyi Főiskolai Karán, később a második egészségügyi menedzsment szakon, a Nyugat-magyarországi Egyetemen.

– Még főiskolai hallgató voltam, amikor az ápolási igazgatóm szólt, hogy a Péterfy Szövetség utcai telephelyén főnővért keresnek a 80 ágyas rehabilitációs osztályra. Vonzott a kínálózó lehetőség, és bár a tradicionális trau-

matológiáról egy egészen más területre kellett váltanom, elvállaltam az osztályvezető ápolói feladatkört, és tíz éven át maradtam, egészen addig, amíg úgy nem éreztem, hogy mindent megvalósítottam, amit szakmailag terveztem, és tovább kell lépnem. Az akkoriban ugyancsak a Péterfyhez csatolt Baleseti Intézetben (OBSI) nyílt erre lehetőség, vezetői pozíció a Mozgásszervi Sebészeti Osztályon.

### Az ápolóknak is van felelőssége

*Kemény hat év következett Andrea életében, intézményi átszervezésekkel, racionalizálásokkal, osztályösszevonásokkal tarkítva. Azt meséli, volt időszak, amikor úgy érezte, maga mögött hagyja az egészet...*

– Bár felkészültem rá, amikor péterfysként megérkeztem az OBSI-ba, hogy nem lesz könnyű a feladat, de hogy annyira nehéz lesz, amit végül megtapasztaltam, arra nem számítottam. Nagyon eltérő szervezeti kultúrával és szemlélettel találkoztam a balesetiben, mint amit a Péterfy rehabilitációs osztályán megtanultam és vittem magammal, ebből a kettőből kellett egy jól együttműködő kollektívát ösz-



szekovácsoznom, és ez csak évek múltán sikerült. Végül, amikor 2016-ban búcsút intettem a péterfys éveknek, jó érzésekkel távoztam, és a kollégák is rájöttek, hogy az ápolókért emeltem föl a hangomat. Vallom ugyanis, hogy az ápoló nem az orvos beosztottja, hanem a gyógyítóteam teljes értékű tagja. És bár a baleseti ellátásban – ahol a gyors, életmentő döntések miatt sokszor nincs idő hosszas megbeszélésekre – működni kell bizonyos hierarchiának, az ápolóknak is van, kell legyen önálló felelőssége a betegellátás során.

## „Érzem és értem az ápolók problémáit”

*Az újabb aktív ellátásban töltött éveket ismét a rehabilitáció váltotta Andrea életében hat évvel ezelőtt, amikor belebotlott a hirdetésbe: ápolási igazgatót keres az OORI. „Mit veszíthetek?” – gondolta magában, és belevágott. Megpályázta a vezetői pozíciót. És nem ő nyert. Ellenben felajánlottak neki egy ápolásfejlesztő munkakört.*

– Igent mondtam, és három éven át abszolút a szakmával foglalkozhattam. Az ápolásszakmai tevékenység jobbá tételére, a minőség fejlesztésre, az új eljárások és módszertanok bevezetésére koncentráltam a tudásomat.

*– Elszakadt a betegágytól?*

– Bár ez egy adminisztratív, irodai munkakör volt, minden alkalmat megragadtam, hogy főnövérek között legyek, így kapcsolatban maradtam a betegellátással, amelynek éveken át közvetlen részese voltam és hiányzott. Valóban éles váltás volt ez az osztályvezető ápolói munka után, de megtaláltam benne a helyemet.

*– Egy ápolási igazgató számára óriási segítség, hogy dolgozott betegágy mellett, Andrea e nélkül el sem tudja képzelni, hogy megalapozott, helyes döntéseket tudna hozni.*

– Számos előnyét érzem annak, hogy tudom, hogy mit jelent hajnali kettő-

kor csengetésre bemenni a beteghez vagy osztályvezető ápolóként megoldani a szakdolgozók problémáit, amelyeket magam is megtapasztaltam.

## Változások viharában

*Három évvel később aztán ismét megüresedett az OORI ápolásvezetői pozíciója, Andrea az akkori főigazgató, Cserhádi Péter felkérésére vállalta el a feladatot. Megbízatása a pályázat kiírásáig szólt.*

– Ez a folyamat 2019 áprilisától év végéig tartott, aztán 2020 elején be-robbant a Covid –  *folytatja a veszélyhelyzettel, konfliktusokkal, igazgatóváltásokkal terhelt időszak történetét Andrea, akinek a kiélezett helyzetben is helyt kellett állnia.*

– A közösségnek, az intézetnek arra volt szüksége, hogy legalább mi képviseljük az állandóságot – meséli. Ennek

jegyében, főigazgatói felkérésre maradt a pozíciójában azt követően is, hogy az OORI és az Országos Reumatológiai és Fizioterápiás Intézet (ORFI) összevonása nyomán létrejött az Országos Mozgásszervi Intézet.

## A vezetés megterhelőbb

*Andrea elgondolkodik, amikor arról faggatom, mi jár nagyobb stresszel: vezetőnek lenni egy intézményben, vagy felelősséggel ellátni a betegeket?*

– A vezetés sokkal nagyobb teher, és kevesebb a kompenzációs lehetőség. Vezetőként a kudarcokat, a rossz döntések következményeit egy személyben kell vállalnom, ugyanakkor vallom, hogy a jó döntések eredménye mindig közös. A főnövéri karnak múlhatatlan szerepe van abban, ha az ápolás jól működik egy intézményben.

## Kitartó, következetes, őszinte

„Az év kiváló szakdolgozója” díjra az Országos Mozgásszervi Intézet főigazgatója jelölte Emberné Heitler Andreát, aki a jelölés indoklásaként azt írta, kollégája szakmai életútját a folyamatos tanulás, tanítás kíséri. Elhivatottan törődik betegeivel és kollégáival mind ápolóként, mind ápolásvezetőként. Szakmai munkáját maximalizmussal és odaadással látja el. Vezetőként gyors helyzetfelismerés és nyílt, őszinte kommunikáció jellemzi. A professzionális ápolásba vetett, megrendíthetetlen hit jellemzi. A szakma minden képviselőjével sikeresen működik együtt. A Covid-járvány és a két országos intézet fúziója olyan feladatok elé állította, mint 33 éves pályafutása során még soha, de kitartóan és következetesen vezette a folyamatokat ápolási igazgatóként. A betegellátás magas színvonalának megtartása mellett kiemelten fontosnak tartja az ápolók képzésének, továbbképzésének, szakmai fejlődésének támogatását. Aktívan részt vett a MESZK rendezvényein, kollégáit segítette a felkészülésben a kamara versenyekre, rendezvényekre. Ápolási igazgatóként kiáll a dolgozókért, és képviseli érdekeiket a MESZK-en belül – írta méltatásában Poór Gyula főigazgató.

– Van autóm és jogosítványom, de amióta dolgozom, tömegközlekedéssel járok Bicskéről Budapestre – *mondja Andrea, aki egész gyermekkorát is a Fejér megyei kisvárosban töltötte, ott ment férjhez és a mai napig ott él.*

– Bár tovább tart így az utazás, de szükségem van rá, hogy idefelé ráhangolódjak a feladataimra, hazafelé pedig, hogy letegyem a munkát. Régebben sokat beszélgettem a vonaton az utastársaimmal, és húsz éve még büszkén mondtam, hogy ápolónő vagyok. Aztán eljött az idő, amikor inkább másfelé tereltem a témát, hogy ne kelljen bevallanom, hogy az egészségügyben dolgozom, mert leginkább sajnálkozást váltottam ki vele. Pedig jó lenne, ha visszanyerhetnénk a megbecsülést, ami egykor a hivatásunkat jellemezte. Ápolásvezetőként sokféle fiatallal találkozom, akik most kezdik a pályát. Van, aki rendkívül öntudatosan, félmillió forintos fizetési igénnyel ül le a felvételi beszélgetésre, de az utóbbi időben azt is tapasztalatom, hogy a vidéki főiskolák és egyetemek végzős hallgatói, akik pályakezdőként jönnek hozzánk, csillogó szemű, tiszta tekintetű, elhivatottságot sugárzó fiatalok. Úgyhogy van még remény a változásra.

– *Ha most visszatekint arra az egykori, ápolói múltára büszke kamaszra, aki annak idején az apukája iránymutatása szerint választott hivatást, gondolta volna, hogy egy országos intézetben lesz vezető? – kérdezem végül.*

– Mindezt az élet hozta, mert én nem tettem mást, mindig csak a dolgomat. Olyan ez, mint amikor valaki úgy győz, hogy nem is versenyez. Megugrottam az elém kerülő akadályokat, amelyek akkor nem is tűntek annak. Csak jött az egyik esemény a másik után. Nehezen döntök az életemet meghatározó fontos kérdésekben, ugyanakkor kitartó vagyok, és feladni semmit nem szoktam. Amit elvállalok, azt végig is viszem.

Sófalvi Luca



## Címlap + 1 recept

Andrea sokat főz, de ami igazán népszerű a családban, az az általa készített rétes, amelynek a tésztáját is maga nyújtja vékonyra. Andrea gyermekként sok időt töltött Vas megyében, ahonnan édesanyja származik, ottani nagynénjétől leste el annak idején a rétestészta készítésének mozzanatait.

*Így csinálja:* 0,5 kg réteslisztből egy kanálnyi zsírral körülbelül 4 dl langyos, enyhén sós vízzel tésztát gyúrok. A tészta gyúrását a tálban kezdem, és ha összeállt, a gyúródeszkán folytatom. Jó sokáig, ugyanis a tészta akkor jó, ha sehol nincs rajta gyűrődés, mindenhol sima. Ez legalább 20-25 perc. Két cipóra osztom, tetejüket megkenem langyos zsírral és lefedem mindegyiket külön-külön egy melegített lábassal. Ha kipihenték magukat, mintegy fél óra múlva, akkor jöhet a nyújtás. Egy sima abrosszal leterített asztalt gyengén megszórok liszttel, a közepére helyezem tésztát megkenem újra az olvasztott zsírral, és először nyújtófával, majd kézzel nyújtom tovább. A kézfej és a kézhat segítségével, ha jól készítettük elő a tésztát és nem volt rajta gyűrődés a gyúrás során, hártavastagságúra tudjuk nyújtani. A tészta akkor szakad ki, ha túl erősen, vagy az ujjainkat használva nyújtjuk. Ha már nem tudjuk tovább nyújtani, a széleit kezünkre csavarva leszedjük, és kevés víz hozzáadásával újragyúrjuk, majd pihentetés után újra kinyújthatjuk. A kinyújtott tésztát kicsit hagyjuk száradni, meglocsoljuk kevés zsírral és a töltelékkel felszórjuk a tésztára. A tölteléknek nem szabad túl soknak lennie, elég a tészta egyharmad részére helyezni. Ezután az abrossal segítségével feltekerjük a tésztát, a tepsis méretének megfelelő rudakra vágjuk, és zsírozott tepsibe tesszük. Forró, egyenes sütőben sütjük 160 Celsius-fokon 30-35 percig. Tölteléként leginkább túrós meggy kerül bele, amihez fél kg túrót, egy-két evőkanál tejfölt, 1 tojást – a fehérjét habbá verve –, két evőkanál cukrot, pici sót, citromhéjat, vaníliás cukrot teszünk ízlés szerint. Ha a túrótöltelékkel meghintettem a kinyújtott tésztát, rákerülhet a cukrozott, magozott meggy. A rétes akkor ropogós, ha kellően vékonyra van nyújtva a tészta, és megkenjük zsírral a feltekerő rúd tetejét. Sütés után porcukorral tálaljuk.

## Egy igazán intenzív közösség

A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara „Az év kiváló szakdolgozói közössége” díját a Gottsegen György Országos Kardiovaszkuláris Intézet Felnőtt Kardiológiai Osztály Intenzív Terápiás Részlege nyerte el. A különleges csapat munkájába rövid időre bepillantottunk.

2021. július elejétől egészen október végéig lehetett benyújtani a javaslatokat a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara díjazottjaira. Szerencsére a koronavírus-járvány közepette is számos pályázat érkezett.

A nyertes közösség tagjai nap mint nap kritikus állapotú betegeket látnak el, mindezt folyamatos továbbképzések mellett. Elmondható, hogy a csapat szinte minden tagja részvett már valamilyen elismerésben. Kiemelkedő, magas szintű munkát végeznek egymást segítve, támogatva. A közösséget hatékony együttműködése, rendhagyó szakmai tevékenysége és professzionális hozzáállása tette érdemessé a díjra.

Az intenzív részleg tíz korszerűen felszerelt intenzív terápiás ágygal és az ezzel szoros működési egységet képező további tíz szubintenzív ágygal működik, ezzel biztosítva az intenzív felvett kritikus állapotú betegek szakszerű ellátását. A részleg munkája nagyon összetett. Feladatuk többek között a területi kardiológiai ellátási kötelezettségük kapcsán felvételre került kritikus állapotú kardiológiai betegek kezelése, részt vesznek a pesti régió akut infarktus ügyeletének biztosításában, ellátják a Felnőtt Kardiológiai Osztály fekvő- és járóbeteg-ellátó egységeinek reanimációs háttérét, biztosítják a transzkatéteres koronária- és billentyűintervenciók, valamint az elektrofiziológiai intervenciók intenzív terápiás háttérét. Ők végzik el a Felnőtt Kardiológiai Osztályon fekvő betegek kezeléséhez szükséges terápiás és/vagy diagnosztikus invazív beavatkozásokat, a magas rizikójú érsebészeti műtéten

átesett betegek posztoperatív kezelését. Részt vesznek az egyes szívsebészeti műtéten átesett betegek késői posztoperatív kezelésében és a sürgős szívtranszplantációra szoruló, súlyos szívelégtelen betegek kivizsgálásában és szükség szerinti eszközös keringéstámogatásában is.

### A fődíjas közösség

*Nagyné Lőke Annával* beszélgetek, aki a terápiás osztály főnövére, részlegvezetője. Már a megérkezésemkor látom, hogy ez a hely bizony más, mint a többi kórházi osztály. Érezhető, hogy itt mindig szigorú a rend, amire szükség is van. Mindenki teszi a dolgát, Annának sokat csörög a telefonja, világos, hogy neki mindig készenlétben kell állni. A főnövér 1999 óta dolgozik ezen a részlegen, 2013 óta részlegvezető. Az ottani szakápolók nagy részével már tíz éve együtt dolgozik, sőt van, akivel több mint húsz éve, jól ismerik egymást, tényleg egy összeszokott csapatról van szó. Anna megemlíti, hogy vannak fiatalabb kollégák is, akik nagyon ügyesek, lelkesek és gyorsan sikerült beilleszkedniük a közösségbe. „Sok újdonságot és lendületet hoztak ide hozzánk” – mondja.

Huszonhárom szakápoló és négy segédápoló dolgozik jelenleg az intenzíven, a szakápolók között három, a segédápolók között pedig két fiú is van. Anna kiemeli, hogy ezen az osztályon szerencsére nincs túl nagy fluktuáció, elég stabil a közösség. Hozzáteszi, hogy sokszor házon belül is különcként tartják őket, hiszen be vannak oda „zárva”, de valószínűleg ennek is köszönhető a nagy össze-



*Nagyné Lőke Anna,  
a terápiás osztály főnövére*

tartás. A főnövér úgy látja, hogy az új dolgozók szívesen választják az intenzív osztályt, sőt úgy érzi, hogy a Covid megjelenése óta még többen, mert a nagy kihívás, a kemény munka lendületet adott nekik.

Az elmúlt időszak történései kapcsán muszáj megkérdeznem Annát, hogyan hatott a Covid rájuk, hiszen egy intenzív részlegről van szó, ahol nagy valószínűséggel még fokozottabb volt a feszültség, a munka, nagy szükség volt a kitartásra. „Ilyet még senki nem élt át, úgyhogy számunkra is egy egészen új szituáció volt. Egyébként is egy jó közösség voltunk, de ez még jobban összekovácsolta a társaságot” – meséli.



*Munka közben az intenzív csapat*

## Egy átlagos nap, amikor nincs Covid

„Sosem tudjuk előre, milyen egy átlagos nap” – kezdi Anna. A nővérek tizenkét órában dolgoznak, reggel háromnegyed hétkor átveszik a nappalosok az osztályt az éjszakásoktól. Általában megvan, hogy ki szeret éjszakázni és ki szereti jobban a napnali műszakot, próbálják úgy alakítani a beosztást, hogy mindenkinek kényelmes legyen. Mivel országos intézményről van szó, így napközben a betegek beáramlanak az ország különböző pontjairól. „És akkor elindul az újabb nap, újabb kihívásokkal. Jönnek a vizsgálatok, a betegek forgatása, az életmentés, és nagyon gyorsan el tud telni a nap, ez az, ami hajt minket” – mondja.

„Van egy-egy nyugis nap, de azt úgy szoktuk hívni, hogy a vihar előtti csend” – feleli a kérdésre, hogy vannak-e egyáltalán nyugodtabb napok. Az osztály adja az újraélesztési háttérét a háznak, így amikor megszólal a piros telefon, akkor menni kell újraéleszteni. Vannak olyanok a csapatban, akik kicsit nehezebben élnek meg helyzeteket, vannak, akik határozottabbak, és Anna szerint ettől működik jól minden. Odafigyelnek a visszajelzésekre, ha látják, hogy valaki elfáradt, valakinek több gondja van, akkor próbálnak segíteni.

## A Covid időszak

Milyen volt megélni a Covidot az intenzíven? – kérdezem. „Nehéz és fárasztó, de kitartottunk” – feleli Anna.

Tavaly tavasszal kapcsolódtak be a covidos küzdelembe igazán, náluk azok a betegek felüdtek, akik nagyon súlyos állapotban voltak és műtűdőre szorultak. „Az utolsó utáni pillanatokban próbáltunk segíteni, amit nem volt egyszerű megélni” – mondja. Mindenki el volt szigetelve, nagyon oda kellett figyelni az izolációra, a ki- és beöltözésre, rádión keresztül beszélgettek egymással.

A pozitív oldala ennek az időszaknak az, hogy nagyon összekovácsolta a csapatot. „Ott azért az érzelmek előjöttek bőven, nagyon megterhelő volt lelkileg is” – emlékezik vissza. „Nem volt olyan, aki azt mondta volna, hogy én ezt nem csinálom, pedig sokszor az orvosokon is lehetett látni, hogy elfáradtak” – folytatja.

## „Értük érdemes csinálni”

Amíg ott vagyok és kicsit belélatok a munkába, látom, hogy mennyire odafigyel mindenki a betegekre, biztonságot és nyugalmat sugall a dolgozók jelenléte. Mivel az intenzív osztály jellegét tekintve teljesen más, mint a többi kórházi osztály, így Anna azt mondja, hogy talán azt lehet mondani, kevésbé alakul ki kötődés a betegekhez, hiszen nem töltenek olyan sok időt velük.

„Itt annyira nagy a betegforgalom, hogy az idő rövidege miatt nem nőhetnek annyira a szívünkhöz a betegek, és ez nem lelketlenség. Az intenzív osztály az, ahol tényleg mindent megteszünk. Maximálisan, a legutolsó pillanatig próbálunk egy betegért küzdeni és ha nem sikerül, akkor ott már tényleg nem tudunk segíteni, és ezt be kell látni.”

Egy olyan kórházi közösség esetében, amely fődíjat kapott, meg kell említeni a betegek, hozzátartozók visszajelzéseit, hiszen ez is mutatja, hogy láthatóan jól működik a csapat.

Bár a főnővér elmondta, hogy többnyire rövid ideje van náluk egy be-

## A fődíjat megnyert közösség tagjai

Nagné Lőke Anna, Szkupeny Johanna, Borbély Éva, Wagensommer Virág, Török Izabella, Kárpáti Emília, Mezőfényi Lászlóné, Páviácsné Valet Tünde, Szetei Zsuzsa, Zima Annamária Szandra, Miskolczi Krisztina, Kálmán Erika, Floszmann Anna, Joó Bernadett, Szász Ferenc, Búzás-Varga Piroska, Gere Andrea, Szabó Zsuzsanna, Dunai Dóra, Kürtösné Tóth Johanna, Tóth Viktória, Szabó Martin, Lengyel Zsuzsa.



teg, vannak olyanok is, akik hosszabb terápiát igényelnek. Ők általában szívtranszplantáció előtt állnak, ezért töltenek több időt az osztályon. „Mindig azt szoktuk mondani, hogy értük érdemes csinálni” – mondja Anna. Ezekkel a betegekkel tartják a kapcsolatot a közösségi médián keresztül, tudják, hogy vannak, hogy érzik magukat.

## Akik mégis a szívükhöz nőttek

Persze mindig vannak kivételek, ahogy a fent említett betegek, akikkel később is tartják a kapcsolatot a dolgozók. Arról kérdezem Annát, hogy volt-e olyan beteg, aki nagyon sokáig volt az osztályon és a szívükhöz nőtt? Persze, hogy volt. Károly kilenc hónapig feküdt az intenzíven, a második szívtranszplantációjára várt és egy keringéstámogató eszközre volt szüksége. Szigorúan feküdnie kellett, így még hosszabbnak és végtelennek tűnt ez a kilenc hónap. Anna úgy

emlékszik vissza rá, hogy egy nagyon pozitív ember, ami nagyban hozzájárult ahhoz, hogy könnyebb legyen ez a hosszú időszak mindenki számára.

„Mindent megteszünk azért, hogy a betegek itt töltött idejét kicsit könnyebbé tegyük. Kilenc hónapig az intenzíven nagyon kemény volt, ezért nyáron a keringéstámogató eszközzel együtt letoltuk az udvarra, a levegőre. Ezt a mai napig emlegeti, pedig ez már legalább tíz évvel ezelőtt volt” – meséli Anna mosolyogva.

„Mindenkinek a szívéhez nőtt ez a beteg” – mondja. A legtöbb dolgozóval tegeződött, de Anna azt mondta neki, hogy majd akkor megisszák a pertut, ha meggyógyul. Így lett. Megkapta a szívet, meggyógyult és hazament. Hálából az egész osztályt meghívta magához, és vendégül látta őket. A mai napig tartják a kapcsolatot. Károly története megtalálható a Gottsegen György Országos Kardiovaszkuláris Intézet honlapján is, ahol ő „meséli” el az ott töltött időszakot.

## Batylus bulik, sütemény, jókedv, fődíjas közösség

Annát a csapatáról kérdezem, akik kiérdemelték a „Az év kiváló szakdolgozó közössége” díjat. Elmeséli, hogy vannak olyan humoros dolgok, amelyek az osztályra jellemzők. Például, ha valaki legszívesebben káromkodna, akkor csak rövidítve mondanak ki szavakat, így a csúnya szavak helyett csak egy vicces megjegyzés lesz belőle. Ha idejük engedi, akkor szoktak tartani batylus bulikat, ahova mindenki hoz valami finomságot, és jókat beszélgetnek. Kiderül, hogy Szabó Zsuzsi karácsonyi kosárkája verhetetlen, az osztály rajong a sütijeiért.

Az egész csapat egyszerre tudta meg, hogy megkapták a fődíjat, mert van egy zárt csoportjuk, ahova az ápolási igazgató leírta a jó hírt. „El sem hitük. Amikor megpályáztuk, akkor azt



*Zajlik a vizit az osztályon*

gondoltuk, hogy egy próbát mindenképpen megér, de mikor megláttuk, hogy ez egy országos megmérettetés, akkor úgy el is engedték egy kicsit ezt a dolgot, úgyhogy meglepetésként ért, és nagyon örültünk” – mondja Anna a díjról, akin látszik, hogy tényleg meglepetésként érte őket, pedig tudták, hogy megérdemlik.

„A legjobb csapat a világon. Nem az év, hanem az évszázad legjobb közösségének tartom. Nemcsak a munkáért vagyunk itt, hanem egymásért is” – így zárja Anna a beszélgetést, aki ezeket a gondolatokat fogalmazta meg akkor is, amikor beadta a pályázatot, és milyen jól tette, hiszen csapata elnyerte azt a díjat, amelyet a legkiválóbb közösségnek ítelt meg a MESZK.

**T. Virág**

## Küldetése, hogy alázattal szolgálja a beteg embereket

Arany fokozatú főigazgatói elismerés „Kórházunk életének eddig legnehezebb időszakában végzett lelkiismeretes és kiemelkedő szakmai munkájáért”, „Köszönet a hősöknek”, Szent Korona Emlékérem díj, Emberi Erőforrások Minisztériuma köztársasági ösztöndíj, Szeged Megyei Jogú Város ösztöndíja, SZTE Sófi József ösztöndíj, Kiemelt kuratóriumi díj, Élettan demonstrátori ösztöndíj, Miniszter Elismerő Oklevele – ezek mind az év fiatal elhivatott szakdolgozójának elismerései. Mindez, ahogy a rengeteg képzés, tanulás, Tisóczki Evelinnek azért is nagyon fontos, mert „szőke nőként” rengeteg előítélet érte. Pedig mindig is abban hitt: ami emberré tesz minket, az a szeretetre, hitre és segítségnyújtásra való képességünk. A belső érték az, amit képviselünk, és az tesz egydivé minden embert!



a legjobb legyen számos területen, és hogy megmutassa az emberi arcát is. Számára a díj a hivatása elismerését és megbecsülését jelenti. Nagy boldogsággal töltötte el az, hogy a szakdolgozói kamara díját nyerhette el. Amikor értesítették e-mailben, sírva fakadt, mert annyira meghatódott. Leírhatatlan boldogságot érzett, hogy hite és elkötelezettsége őt igazolta.

### A gyökerek

„Emlékszem arra, amikor a gyakorlatomat töltöttem a szegedi intenzív osztályon és egy reggeli vizit alkalmával egy kezdő rezidens orvossal álltunk egymás mellett. Majd megszólalt egy másik kolléga: »Ott van Barbie és Ken«. Ma már ezen csak jót mosolygok. De voltam én is többször mélyponton, lelkileg nagyon megviselt, hogy a tisztességesség, a felkészültség, a munkám és a betegeim felé áradó igazi szeretet nem elég. Mert az előítélet felülírja. Ma már tudom, hogy csak akkor, ha engedjük” – kezdi az év fiatal elhivatott szakdolgozója. „Én egy Békés megyei kis faluból, Gádorosról származom. A vidéki élet megtanított már gyermekként a kitartásra, az erőre, a kétkezi fizikai munkára és arra, hogy milyen az, amikor nem adom fel soha. Egyszerű családban nőttem fel, a

gyökereimet sosem fogom elfelejteni. Gyermekként a családdal volt otthon fóliasátrunk. Volt, hogy hajnali ötkor keltünk és mentünk ki dolgozni. Ahol megtanultam paradicsomot, salátát, babot, retket ültetni, csomózni, kacsozni. Fóliát vasalni, kerítést festeni, ásni. Mamám és anyukám megtanított sütni és főzni. Sokan ezt sem gondolják rólam, hogy értek mindehhez. Mert a Barbie babás sztereotípiába ez nem fért volna bele. Volt, hogy apukámmal árultuk a paradicsomot a budapesti nagybani piacon. Én mindenért megoldoztam az életben tisztességesen. Amit egyszer elkezdek, azt be is fejezem. Már gyermekként azt éreztem, hogy adni jó. És ez nemcsak annak ad örömet, akinek adom, hanem nekem is. Általa jobban éreztem magam, jó érzéssel töltött el, hogy segíthettem. Valamint gyermekként már éreztem azt, hogy az igazi, őszinte szeretet képes hegyeket megmozgatni” – emlékszik vissza Evelin. „Kiskoromban sokat fáj a hasam, emiatt sok időt töltöttem a szentesi Dr. Bugyi István Kórház sebészeti osztályán. Végül kétszer megoperáltak vakbélgyulladásal három hónapos különbséggel. Emlékszem arra, hogy dr. Molnár Gábor sebészorvos operált meg. Vártam a varratszedést is. Egészen kicsi gyermekként magával ragadt az a kórházi légkör, ami ott fo-

**E**velin külseje miatt sokszor érezte magát beskatulyázva, mert nála is működött a tipikus „szép, szőke nő” sztereotípiája. Érezte, hogy ezért neki duplán kell bizonyítania. Bizonyítani, hogy ő nem az a „tipikus szőke nő”. Ma már ez nem érdekli, már senkinek nem akar bizonyítani semmit, csak önmagának. Már senkinek nem akar megfelelni. Eddig ugyanis mindent megtett azért, hogy szakmailag

gadott. Imádtam a kórház és a fertőtlenítő illatát, a sebészet zöld színét, az orvosok és ápolók fehér köpenyeit és azt a miliőt, amely akkor ott körbevett. Az ápolók olyanok voltak számomra, mint az angyalok, akik vigyáznak rám.

Akkor döntöttem el, hogy én is az egészségügyi pályát fogom választani, ha egyszer nagy leszek. Egyhetes kórházi időtöltésem alatt annyira megszerettem a kórházi életet, hogy nem akartam hazamenni. Akkor szerettem bele mérhetetlenül az egészségügybe. A másik konkrét oka, amiért az egészségügyi pályát választottam, az az volt, amikor édesapám egyik napról a másikra beteg lett. Ekkor 13 éves voltam. Egy ritka idegrendszeri autoimmun betegség támadta meg a szervezetét. Három hónapot töltött a szegedi neurológiai klinikán élet és halál között. Kettős látás, eltorzult arc, bénulás, egy külsőre megváltozott édesapa. Ezek a képek jelennek meg előttem, mind a mai napig. Az az időszak megviselte az egész családot. Az a borzasztó időszak erősítette meg bennem azt, hogy az igazi erős szeretet, a családi összetartás és a hit mekkora varázserő, valamint micsoda erő az élni akarás. Az egyik orvos azt mondta nekünk, készüljünk fel a legrosszabbra. Emlékszem arra, hogy mikor meglátogattam apukámat, mindig megmasszíroztam a kezeimmel és arra gondoltam: meggyógyítalak. Vannak azok az orvosilag megmagyarázhatatlan dolgok, amelyek megtörténhetnek. Megtörtént. Édesapám meggyógyult maradandó szövődmények nélkül. Ez viszont hosszú, fájdalmas és megterhelő volt mindenkinek. Édesapám betegsége erősítette meg bennem még inkább azt a tényt, hogy a gyógyszerek és a terápiák mellett »valami más is van, ami gyógyít«. Ahová a tudomány nem ér el, ott van Isten keze. Akkor értettem meg azt, hogy Isten soha nem hagyja magára az embert, és soha nem ad akkora terhet, amelyet ne lennél képes elviselni! Hiszek abban, hogy minden ember valamilyen céllal születik meg

erre a világra, hogy beteljesítsen valamilyen küldetést. Az élet sorsszerű, ebben hiszek. Az én küldetésem az, hogy alázattal szolgáljam a beteg embereket. Más hivatást el sem tudnék magamnak képzelni” – folytatta a fiatal díjazott.

A gimnáziumi tanulmányait az oroszházi Táncsics Mihály Gimnáziumban végezte, majd kétszer futott neki az orvosi egyetemnek, mindkét alkalommal két ponttal maradt le. Harmadjára már felvették volna az orvosképzésre, de jelentkezését nem adta be, így végül a Szegedi Tudományegyetem Egészségtudományi és Szociális Képzési Karán végzett diplomás ápolóként. Megerősödött benne az, hogy ápolónőnek született, és ma már örül annak, hogy akkor nem vették fel az orvosira. Ápolónőként több időt tud törődni a betegekkel és hiszi, hogy a lélekkel is foglalkozni kell. A négyéves főiskolai tanulmányai mellett elvégzett egy betegsegítő önkéntes képzést, mert nagyon szeretett volna betegekkel foglalkozni, de képzettsége még nem volt hozzá. Ennek megszerzését követően évekig a szegedi Talentum Alapítványnál és a Napos Oldal a Sérült Emberekért Alapítványnál dolgozott párhuzamosan a tanulmányai mellett. Volt, hogy az SZTE-ÁOK Gyermek- és Ifjúságpszichiátriai Osztályán dolgozott, volt, hogy épp a sérült gyerekeket, felnőtteket vitték el táboroztatni a Balatonra, ahol egy hétig „kellett” gondoskodni két sérült gyermekről vagy felnőttről. Csatlakozott a Szegedi Rotaract Clubhoz, ahol különféle jótékonyági programokat szerveztek, amelynek bevételét jótékony célra ajánlották fel mindig. Legnagyobb büszkesége egy inkubátor adományozása volt a gyermek-klinikának. A szegedi egyetemen két évig volt élettan-demonstrátor, ezzel kipróbálhatta az oktatást is. Annyira beleszeretett a sebészetbe, hogy az egyetemi tanulmányai mellett elment segédápolóként dolgozni a klinikára, holott nappali képzésen tanult. Majd a

diploma megszerzése után is az SZTE ÁOK Sebészeti Klinikáján kezdett el dolgozni. Még abban az évben nyáron felvételizett Szegedre, az abban az évben induló ápolás-mesterképzésre, de végül a Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Karán végzett egyetemi okleveles ápolóként. Munka mellett, ahol végig 12 órás éjszakai műszakokat vállalt, hogy el tudja végezni a mesterképzést. Jelenleg elsőéves a Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Doktori Iskola (PhD) állami ösztöndíjas képzésén.

## Az ápolás és a gyógyítás igaz szeretete

„Az ápolói hivatás egy nagyon nehéz hivatás, de mégis a legszebb. Ha ma újrakezdeném, ugyanígy döntenék. Évekig váltott 12 órás műszakban dolgoztam. Ez idő alatt megtanulja az ember, mi az életben az igazán fontos dolog és mi nem. Ápolónőként megismertem a halált, a szenvedést, az elmúlást és az élet kezdetét. A betegeket mindig úgy ápolom, mintha a saját szüleim lennének ott. Egy beteg mindig megérzi, hogyan bánsz vele, hogyan szólsz hozzá. Az ápolásban és a gyógyításban nagyon fontos egy-egy jó szó, egy kedves mosoly, egy érintés, és ha azt érezteted a beteggel, hogy ott állsz mellette és bármiben számíthat rád. Fontos a bizalom. Nekik ez – abban a kiszolgáltatott helyzetben – nagyon sokat jelent. Közel áll hozzám az ápolás és a gyógyítás szeretete. Hivatásom fő része az, hogy abszolút nem teszek különbséget két ember között. Minden betegemet figyelemmel, támogatással és elkötelezettséggel gyógyítom és ápolom, azokat is, akik a társadalom különféle lépcsőin élnek” – vallja Evelin, aki a hivatásában, hitében megerősítő történeteiről is mesél. „Még a szegedi gyermeksebészen voltam gyakorlaton, ahol volt egy nyolc hónapos sztómás kisfiú. A szülei otthagyták, ez a kicsi fiú ott

élt, ez volt az otthona. Minden nap bejártam hozzá, ott voltam vele. Az egyik viziten csak annyit mondott a profeszor, hogy látja a szeretetet, ami árad belőlem a gyermek felé. De nagyon mély nyomot hagyott bennem két idős betegem is. Egyikőjüket csípőprotézissel műtötték, ápoltam, gondoztam és mielőtt hazament, azt mondta nekem: »Te igazi ápolónő vagy, ez a legtöbb, amit kaphattam. Bárcsak több ilyen ember lenne!« A másik ilyen meghatározó emlékem egy demens nénihez köt, akihez nagyon sokáig jártam, nagyon a szívemhez nőtt. Aztán egy hétig nem tudtam menni, majd amikor újra láttam, nagyon rossz állapotban volt. A szoba sarkában feküdt, odamentem hozzá, megittattam. Megfogta a kezem, magához húzta és csak annyit mondott: »Nem tudom, miért, de én téged nagyon szeretlek.« Úgy éreztem, megvárt, hogy el tudjunk egymástól köszönni, majd tíz perc múlva pedig itt hagyott minket” – mondja személyes történeteit Evelin.

## Egymás nélkül nem lehet működni

„Úgy gondolom, nagyon fontos szerepe van az egészségügyi ellátórendszerben az orvosnak, az ápolónak, egy betegszállítónak, műtőssegédnek, takarítónak, aneszteziológus asszisztensnek, az informatikai-műszaki és gazdasági dolgozóknak. Ez egy láncolat. Egymást partnerként kell(ene) kezelni. A mostani pályakezdő fiatalokat arra szeretném buzdítani, hogy bátran lépjenek ki egy olyan munkahelyről, ahol nem érzik jól magukat, hallgasanak arra a bizonyos belső hangra, mert előbb-utóbb ti is hazataláltok! De ahhoz előbb lehet, hogy le kell győzni egy-két sárkányt, átugrani a vulkános hidat és az is megeshet, hogy szereztek egy-két égési sérülést is a sárkánytól. De higgyétek el, előbb-utóbb túljuttok a hídon és mire megérkeztek a másik

oldalra, a sebek is begyógyulnak és vele együtt egy változáson mentek keresztül. Ami a legfontosabb, higgyetek a gondviselésben. Ne aggódjatok a jövedelmek miatt sem, csak tanuljatok mindig, képezzétek magatokat! Az élet meghálálja azt, amilyenek ti vagytok és azt, hogy a betegekért dolgoztok. Most mi vagyunk azok az angyalok, akiket én gyermekként láttam a szentesi sebészeti osztályon az ágyam körül. Még a szegedi egyetemen az egyik tanárom, dr. Papp László szavait nem felejttem el soha. Ő mondta azt, hogyha nem érzitek magatokat jól egy munkahelyen, azt hagyjátok ott, merjetez lépni, mert egy jó közösség megfizethetetlen. Igaza volt! Egy rossz körülmény felemészt. Mind fizikailag, mind belsőleg. Úgy gondolom, hogy a napi hivatásgyakorlás mellett elengedhetetlen egy kisebb »család« kialakulása azon az osztályon, ahol dolgozol. De a mai világban ez már ritka. Sajnos sokan abban lelik örömeiket, ha másoknak árthatnak. Sajnos a legtöbb helyen azt éreztem, hogyha valaki képezi magát, nem bánt és nem árt másoknak, azt kikezdi és kifúrják. Én türelmes, nyugodt, megértő és szeretetteljes ember vagyok, aki a betegekért dolgozik nap mint nap. Mára már megtanultam a leckét, hogy egy boldog ember nem bántja a másikat! Aki bántja tudatosan a másikat, az nem elégedett önmagával és az életével. Hiszen valami hiányzik az életéből. Elég zavaró tud lenni egy közösségben az, hogyha éppen kilógok a sorból. Az emberek nagy része mindössze a külsőségeket látja, az általa vélt valóságot. Vagy épp egy elért sikert. Az igazi valóságot azonban senki nem látja. Mindössze saját magad, aki átéli és az a szűk család, ahol élsz. Én mára már megtaláltam a második családomat a Pest Megyei Flór Ferenc Kórházban. A szüleim neveltetése nélkül nem lennék ma olyan ember, amilyen vagyok. Büszke vagyok a származásomra. Én soha nem fogom elfelejteni, honnan jöttem, történjék bármi is. Szeretném

kiemelni a számomra két legfontosabb embert, akiknek mindent köszönhetek, ők a szüleim: Tisóczki József és Tisóczkiné Megyesi Ilona. A munkahelyemről pedig szeretném kiemelni dr. Berzéné Vági Andrea ápolási igazgatónőt, aki kiváló vezetőm és főnököm. Továbbá köszönettel tartozom mindazoknak, akik megmutatták nekem azt az éveim alatt, hogy én milyen ember nem szeretnék lenni soha az életben. Hiszem, hogy a jó erősebb a gonosznál, a szeretet hatalmasabb a gyűlöletnél, a megbocsátás erősebb a bosszúnál. Hiszek az emberi jóságban, amely minden hamisságon, minden álnokságon, rosszindulaton és gonoszságon, minden emberi durvaságon és önzésen túl létezik. Jobb annál, mint amit tesz, igazabb annál, mint amit mond, finomabb annál, mint amilyennek látszik. A szeretetre, hitre és segítségnyújtásra való képességünk tesz minket emberre. A belső érték az, amit képviselünk, tesz egyedivé minden embert! A lélek tesz egy embert széppé. De ingyen nem adnak tálcán semmit, mindenért tenni kell, megküzdeni és megoldozni. Ehhez nagyfokú kitartás, motiváció, erő és sok lemondás szükséges. Ezzel együtt, párhuzamosan, olykor ott a sírás, a szenvedés és a szomorúság. Aztán jön a következő nap, felkelsz és teszed tovább a dolgod. Kedvenc idézetem a Rocky filmből van, amely így hangzik: A világ nem csak napfény és szivárvány. Ez egy kegyetlen, undok hely. És bármilyen tököss srác vagy, térdre kényszerítenek, ha hagyod, és soha nem engednek felállni. Senki nem tud olyan nagyot ütni, mint az élet. De nem az számít, mekkorát ütsz, hanem hogy mennyi ütést állsz ki, mikor talpon kell maradni. Bírni kell a pofont, és muszáj menni tovább. Csak így lehet győzni! Ha tudod, hogy mit érsz, menj, és küzdj meg azért, ami jár, és közben viseld el a pofonokat!” – üzeni Tisóczki Evelin.

**Kun J. Viktória**



## A mosolygó oltópont

Az év kiváló szakdolgozói közössége díj egyik különdíjasa a Fejér Megyei Szent György Egyetemi Oktató Kórház oltópontja lett. A díjat egészen biztosan kiérdemelték, ellátogattunk hozzájuk, hogy belepillanthassunk a munkájukba.

Az év kiváló szakdolgozói közössége díjat a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara évente egy közösségnek osztja ki, de szép számmal vannak különdíjasok is. A díjat azok a közösségek kapják, amelyek emberi magatartásukkal, szakmai elkötelezettségükkel, a betegek és hozzátartozók elégedettségével példaképpül állíthatók és méltán vívták ki kollégáik és a környezet elismerését, növelve ezzel a szakma presztízsét. Az egyik ilyen különdíjas közösség a Fejér Megyei Szent György Egyetemi Oktató Kórház oltópontja.

Egy hétköznap délelőtt érkezem az oltópontra, amely kívülről egy rideg panelépületnek tűnik. Belépésem után két katona is odalép hozzám és kedvesen megkérdezik, hogy hányadik oltásomra érkeztem. Miután tisztázzuk, hogy nem oltást szeretnék, bekísérnek, hogy megkeressük *Bognár Márta* vezető asszisztent, az oltóközpont ápolásszakmai vezetőjét. Amíg várok, a folyosón látom a munkatársakat, akiknek a maszk mögött is mosolygós az arca, a tekintete, azonnal elfelejtem, hogy ridegnek gondoltam az épületet. Amikor felbukkan Márta, akinek szintén mosolygós a szeme, már el is nevezem magamban a helyet „a mosolygó oltópontnak.”

### Amikor összeállt a csapat

*Bognár Mártával* és *Bekő Gabriellával*, az oltópont koordinátorával beszélgetek a közösségről és a díjról. Márta a reumatológiai osztály, Gabriella

pedig az ápolási osztály főnövére. Hamar kiderül, hogy már nem az a csapat dolgozik ezen a helyen, akik korábban elkezdték, és az is, hogy nem is ezen a helyen volt először az oltópont, csak nem régen költöztek át ide. A különdíjat kiérdemelt csapat a reumatológiai és az ápolási osztály dolgozóival jött létre, olyanok csatlakoztak az oltóponthoz, akik előtte a Covid-osztályon harcoltak.

Az első oltások 2020 decemberében indultak el, de szervezett oltópontként 2021. február 8-tól kezdve indult el a munka. Az elején a szakrendelőknél zajlott az oltás, majd tavaly tavasszal kapott az oltópont egy külön épületet, ezzel sok terhet levéve a kórházról, a szakrendelésekről. Itt hallom először „Lujza” nevét, amelyről hamar kiderül, hogy egy, a kórházhoz tartozó épületről van szó.

Amikor arról kérdezem őket, hogy számítottak-e arra, hogy az oltópont vezetői lesznek, akkor elmesélik, hogy ez egyszerűen így alakult.

„Ahogy vége lett a covidos osztálynak, egyikőnknek se volt osztálya, ahova vissza tudott volna menni dolgozni, és így azt gondolom, hogy ez volt a legjobb megoldás, hogy ezzel a két csapattal folytassuk az oltópont munkáját” – mondja Gabriella. Mártának és Gabriellának sem okozott gondot, hogy az oltópontot vezessék, hiszen korábban is tartozott alájuk csapat, azt mondják, csak a helyzetben láttak némi kihívást az elején, de olyan gyorsan történt minden, hogy nem is volt idejük ezen gondolkodni.



### Szívvvel-lélekkel

„Ott volt egy fantasztikus osztály a Lujza épületben, akik végigharcolták 2020 tavasza óta a Covidot. Ez két osztály volt, az ápolási osztály adta a gerincét és ott volt még rajtuk kívül hat reumatológiai osztályos ápolónő. Szívvvel-lélekkel kezdtük el az oltást” – meséli Márta.

Mindketten szívesen gondolnak vissza a régi épületre, úgy tűnik, hogy ennek hangulata is hozzájárult a jó közösség kialakulásához. „Aki odajött, az belecsöppent a múltba egy picit, ettől lett egy olyan érzelmegazdag világa az egészségnek” – mesélik.

A Lujza névre hallgató hely egy régi épület, amely 1913-ban épült, akkor tudóstanatórium volt és még szabadteri fekvőhelyek is voltak a fenyőerdőben. Megvan a hely varázsa, különös hangulatot adott az odaköltöző oltópontnak. Mesélnek arról is, hogy a csodás, fás kertben milyen jó volt néha levegőzni egy nagyot. Itt kezdett el együtt dolgozni Márta és Gabriella a különdíjas csapattal. „Ott összefutott az utunk” – fogalmaz Márta.



Fotó: MTI

„Onnantól kezdve már egymás munkáját segítettük, ahogy csak tudtuk, akkor még nagyon sok oltás volt” – emlékezik vissza Gabriella is a kezdetekre. Nevetve mesélik, hogy milyen furcsa volt az elején a régi épületben dolgozni, ki kellett találni, hogyan használják ki a nagy tereket, a hatalmas szobákat. „Aztán végül mindent belaktunk és később fel sem tűnt, hogy mekkora az a hely. De nagyon jó volt” – mondják.

Mire éppen szusszanni tudtak volna, már jött is a harmadik oltás, de a csapat lelkesedése nem csökkent. Itt történt meg a költözés, ugyanis a régi, nagy épületre szükség volt osztályként.

## Megérdemelt különdíj

Márta végig mosollyal az arcán mesél arról, hogy mennyi szépet és jót kaptak az oltakozóktól az ott töltött idő alatt. Még az is megfordult a fejükben, hogy egy vendégkönyvet kellene kitenni – ezt persze viccesen jegyzi meg. Felidézük a nehézségeket is, de ezeket is vidáman, hiszen azt mondják, hogy a csapat mindenben segítette egymást, lehetett szó rossz időjárásról, bármiről, mindig fantasztikus csapatmunka volt. A jó munkaközösség egyik titka, hogy már január

óta együtt dolgoztak, Gabriella vitte a covidos osztály csapatát.

Márta akkor úgy érezte, hogy ez a csapat kicsit háttérbe szorult, ezért is külön öröm a díj.

„Amikor meséltek, hogy milyen élményeik voltak, akármilyen félelmetes volt, még akkor is úgy tudtak erről mesélni, hogy ők ezt végig szívvel-lélekkel csinálták” – mondja Márta.

Gabriella szerint ez a kitartás annak köszönhető, hogy végig támogatták egymást, ez rengeteget számított.

Az épület adta nehézségek ellenére egy fantasztikus rendszert alakítottak ki az oltásnál. Még akkor sem volt probléma, amikor hömpölygött kint a tömeg az utcán – mesélik. Sok helyen, sok feladatban kellett helytállniuk. Ezek szinte napról napra, a járvány alakulásának függvényében változtak. Meg kellett szervezni, hogy a szociális otthonokba is ki tudjanak menni, de ez sem okozott gondot.

Miközben beszélgetünk, többen, többször benyitnak, Mártát keresik. Látszik, hogy mindenki szívesen for-

dul hozzá tanácsért, ő pedig türelmesen és kedvesen válaszol minden kérdésre. Az sem ritka, hogy az orvosok kérdezik őt, hogy egy adott helyzetben mit javasol. Márta és Gabriella is kiemelik, hogy a mostani csapattal is nagyon jó dolgozni, itt is mindenki szívvel-lélekkel teszi a dolgát, de a különdíjas csapattal való munkára mindig emlékezni fognak.

„Nagyon emberséges csapat. Bárhol, bármikor, bármilyen helyzetben meg fogják állni a helyüket” – így említi Márta a munkatársakat.

Úgy érzem, hogy bármeddig tudnának mesélni arról, hogy milyen jól helytálltak a kollégák az elején, jó hallgatni, ahogy felidézük a legapróbbnak tűnő helyzeteket, feladatokat is. Szóba kerülnek az adminisztrációs feladatok, a vakcinák megfelelő logisztikázása, a helyszín felosztása, hol, melyik szobában mi és hogyan fér el, a különböző fázisok összehangolása, és természetesen az is, hogy rengeteg emberrel kellett foglalkozni. Az oltópontokon fontos dolog az is, hogy



Fotó: MTI



nagyon sok ember fordul meg, különböző korosztályok, kérdésekkel, kétértelműségekkel. A Fejér Megyei Szent György Egyetemi Oktató Kórház oltópontja ezen a területen is elismerést szerzett, hiszen az oltásra érkezők részéről is számos pozitív visszajelzés érkezett. Felidéznek egy kedves történetet is, amikor az oltóponton megjelent egy néni, aki korábban az ápolási osztályon feküdt. Megismerte az oltóponton dolgozókat, akiknek nagyon örült és neki is nagyon örültek. A néni fia írt egy levelet a dolgozóknak, hogy az édesanyjának olyan sokat adott az ismerős arcok kedvessége abban a néhány percben, hogy azóta jobban van, kiegyenesedve jár. Mártának még egy füzetete is van, amibe apró szösszeneteket szokott felírni, például, ha jókat nevettek valamin.

„Abból az időszakból rengeteg ilyen szösszenet van” – mosolyog Márta.

„Olyan csapat volt, aki maximálisan megérdemli az elismerést mind a covidos munkájáért, mindezért az oltópontos munkáért” – összegzi Márta, és hozzáteszi: „Azt a részét az oltópontnak, ami májustól szeptember végéig tartott, azt biztos, hogy senki nem tudja tőlünk elvenni, mert akkor mindenkinek a szíve csücske volt.

Nagyon pozitív energiákat adott az a közösség.”

Itt is hozzáteszik, hogy szeretik a mosmani csapatot is, hiszen ők is maximálisan mindent megtesznek és róluk is mindenki nagyon jó véleménnyel van.

Megszámlálhatatlan munkaóra van a dolgozók mögött, ez igaz a korábbi és a jelenlegi csapatra is. Január óta például minden szombaton nyitva van az oltópont, de egy pillanatig



Fotó: MTI

sem érzem rajtuk, hogy nehézségként élnék meg, csak a lendület érezhető, ami árad belőlük.

## A különdíj

Arról kérdezem őket, hogy milyen érzés a különdíjat megkapni. „Fantasztikus” – feleli Márta.

Amikor megtudta, hogy megkapták a díjat, akkor nem mondhatta el azonnal a kollégáknak, pedig nagyon boldog volt. Mikor megérkezett a levél a díjról, akkor az volt az első, hogy ki nyomtatta és *dr. Reiber Istvánnak*, az oltópont orvosszakmai vezetőjének és *dr. Varga Judit* oltópont-koordinátornak odaadta.

„Hogy igen, végre itt vagyunk, hogy csak ennyi, de ez valami hatalmas dolog lesz ennek a csapatnak, hogy tényleg nem hiába csináltuk, hogy ezt jól csináltuk.”

### A kiváló csapat tagjai:

- Bognár Márta,
- Bekő Gabriella,
- Krepesz Istvánné,
- Szakács Zsuzsanna,
- Tóth Zoltánné,
- Podmaniczky Tamásné,
- Hauser Anikó,
- Szűcs Csabáné,
- Baloghné Tóth Tünde,
- Imre Gábor,
- Kertész Melinda,
- Molnár Szilvia,
- Szabó Ferenc Józsefné,
- Angyal Károlyné,
- Bajári Zoltánné,
- Dériné Horváth Gyöngyi,
- Héger Krisztina,
- Krajnyák Mirtill,
- Lampert Eszter,
- Somogyi Csenge Eliza,
- Boros-Orosz Ágnes,
- Vigh Istvánné,
- Fekete I. Ferencné,
- Szabó Lászlóné.

Treszkony Virág

## 16 millió forintos adomány egészségügyi szakdolgozóknak

A Philip Morris Magyarország Kft. ismét védőeszközökkel, valamint pénzadománnyal támogatta a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamarát, ezzel pedig jelentős segítséget kapott az a száz, nehéz körülmények között élő család, akikhez eljutott a felajánlás. A százezer forint, ami egy-egy szakdolgozóhoz jutott, komoly megkönnyebbülést hozott az ünnepekre való felkészülésben. „Sokan el sem tudják képzelni, hogy kollégáink közül nem kevesen milyen anyagi körülmények mellett végzik nap mint nap ezt a heroikus munkát, van, hogy egyedül kell helytállniuk otthon is. Mindent próbálunk megtenni annak érdekében, hogy valamelyest könnyíteni tudjunk ezen” – mondta Balogh Zoltán elnök.



„A szakdolgozói köztestület folyamatosan keresi a lehetőséget, hogy valamely módon támogassa a nehéz élethelyzetbe került szakdolgozó kollégáit. A világvárvány elleni küzdelemben az egészségügyi szakdolgozók nap mint nap emberfeletti munkával próbálnak helyt állni és megmenteni embertársaik életét. Mi látjuk, hogy a kollégáink közül, sajnos, sokan milyen anyagi helyzetben vannak, problémáikat viszont a kórház, intézmény falain kívül hagyják. Mert a hivatásuk a legfontosabb. Így, különösen az ünnepek előtt, a Philip Morris Magyarország Kft. újabb nagylelkű megkeresése a legjobbkor érkezett. A MESZK az együttműködés értelmében rászoruló egészségügyi szakdolgozót, akik nehéz anyagi körülmények között nevelik gyermeküket, nettó 100 százezer forint pénzbeli adományban részesítette. A felajánlásban részesülőket a MESZK közel száz helyi szervezeti elnökeinek javaslata alapján, a területi

szervezetek terjesztették fel az országos szervezet felé. A MESZK Országos Elnökségének döntése alapján minden járulékos költséget az országos szervezet vállalt át. A pénzadomány karácsony előtt került a rászorulókhhoz, megkönnyítve számukra a helyzetet. A tavaszi és múlt évi felajánláshoz hasonlóan, most ismét közel hatmillió forint értékű védőkesztyűt, szájmaszkot, kézfertőtlenítő szert osztottak ki az otthon ápolási szolgálatoknak” – fogalmazott Balogh Zoltán, a MESZK elnöke.

Megkérdeztük néhányukat, mit is jelentett ez a felajánlás az életükben.

*Lovászi Petronella*, a Magyar Honvédség Egészségügyi Központ Honvédkórház sterilizálójában dolgozik ápolóként. Az intézmény minden szegletét jól ismeri, hiszen az első munkanapja óta itt dolgozik. Élete nem egyszerű, sorsa sem könnyű, mégis magával ragadó optimizmussal, vidámsággal éli meg a hétköznapokat, ahogy az ün-

nepeket is. Egyedül neveli 28 éves autista, epilepsziás fiát, aki rendszeres kórházi ellátásra szorul. Ma már újra 12 órában tud dolgozni, de amikor fia még kisebb volt, 8 óránál többet nem tudott vállalni.

„Van egy pici gyermekkorra óta autista, majd kamaszkora óta epilepsziás fiam. Én az életemet ehhez a helyzethez rendeztem be. Amikor kicsi volt, akkor nem dolgoztam műszakban, majd ahogy nőtt, ahogy önálló sodott, úgy nőtt a műszakok száma. Ma már javarészt éjszakás vagyok, ő pedig itthon vár, de ha például el kell mennem egy vidéki továbbképzésre, akkor az nagy szervezést igényel, amit meg kell oldani. Több mint 10 éve ketten vagyunk, korábban volt, hogy havi 60-70 ezer forint volt csak a gyógyszerköltség, de ha rohama van, ami nem ritka, azonnal taxiba kell ülnünk, ami szintén komoly kiadás. Nekem mindig az volt a legfontosabb, hogy ő jól legyen. Az elmúlt években kölcsönöket

vettem fel, nagyon sok adósságunk gyűlt össze, aminek a törlesztését nekem kell megoldanom. Ez havonta 100 ezer forint, amit még öt évig fizetnem kell. Ma már szerencsére a fiamat itthon tudom hagyni, többé-kevésbé önellátó, sőt munkája is volt már. A bérrendezésnek köszönhetően ma már a gyógyszereket és az étkezésünket ki tudom fizetni, a ruházkodás az még problémát jelent. Kaptam az élettől sorsot, többféle csapás is ért, de engem feltölt a munkám, a környezet, a kollégák, az, hogy segíthetek másoknak is. Nagyon szeretek sütni például, így ha készül valami, abból viszek a lányoknak is. Szeretek otthon is lenni, a fiammal tölteni az időt, de ha nem dolgozom, akkor hiányzik a munka, a kollégák. 32 éve dolgozom a Honvédban. Odaadással, összetartással, hittel. És hiszem, hogy amit csinálunk, az jó” – mondja Petronella.

„Mi vagyunk azok, akik a gyógyulás útján segítjük a betegeket, de azok is, akik az utolsó percekben fogjuk a kezüket, kísérjük őket. Köszönöm, hogy megtiszteltek a támogatással. Egy többszörösen tartós beteg kislányt nevelek. Nagyon szeretem a munkámat. 12 éve vagyok ápolónő” – mondott köszönetet *Károly Ágnes*, aki a hatvani Albert Schweitzer Kórház-Rendelőintézet sebészetének ápolónője. Két éve azonban egyhuzamban a kórház Covid intenzív teamjének munkatársa, akít ráadásul ez idő alatt három hónapra áthelyeztek a balassagyarmati kórház Covid-osztályára is. 13 éve ápoló, a szakma szeretete, a hivatástudat mondhatni vele született, hiszen édesanyja is 40 évet dolgozott ápolóként. A kislánya hatéves, egy komplikált szülés után, koraszülöttként látta meg a napvilágot, akire idén újabb megpróbáltatások várnak, csípőprotézis-csere és szívezzés műtét.

„Én az elmúlt két évben nem voltam hosszabb szabadságon, most már érzem, hogy nagyon elfáradtam. Nemcsak fizikailag, hanem lelkileg

is megvisel minket a Covid-ellátásban való részvétel. Nagy szerencse, hogy egy nagyon összetartó család áll mellettem, és hogy a munkahelyemen is igyekeznek a vezetőség mindent megadni számunkra, amit a keretek megengednek. Maga a csapat is nagyon fontos, szerencsére itt, Hatvanban egy remek kollektíva tagja lehetek, de ugyanezt mondhatom Balassagyarmatról is. Ám ettől még nagyon nehéz a teher, nagyon sok beteget elvesztettünk, nagyon sok olyan beteget, akik sokáig feküdtek nálunk a gyógyulás reményével, akiknél egy köszönet vagy egy kézsimogatás is kapcsolat volt, és egyszer csak nem voltak köztünk. Bennem folyamatosan az tartja a lelket, hogy a betegeknek szükségük van minden

egy-ápolóra, a szakszerűségünkre és a lelkünkre is. És tudom, hogy a betegek és a hozzátartozóik számára is mennyire fontos, hiszen én is állok néha a másik oldalon, ahol hinni és bíznom kell azokban, akik ellátják a kislányomat vagy a szüleimet. Nagyon kevesen vagyunk, nagyon nehéz a teher, amit cipelünk, de nekünk ez a hivatásunk. Ezért csak azt tudom mindenkinek javasolni, hogy próbáljanak erőt, pozitív energiát meríteni a családjuk szeretetéből, tartsák a kapcsolatot barátaikkal, beszélgessenek a kollégáikkal, mert nekünk muszáj kitartani. Mi vagyunk azok, akik a gyógyulás útján segítjük a betegeket, de azok is, akik az utolsó percekben fogjuk a kezüket, kísérjük őket” – mesélt Ágnes.

## Hatmillió forintnyi védőfelszerelés

A Philip Morris Magyarország Kft. a Magyar Egészségügyi Kamara segítségével fejezte ki nagyrabecsülését az egészségügyi szakdolgozók felé, védőfelszerelések adományozásával köszönte meg a frontvonalban küzdők megfeszített munkáját ebben a példa nélküli időszakban. A korábbi felajánlásokhoz hasonlóan, most ismét közel hatmillió forint értékű védőkesztyű, szájmasczk, kézfertőtlenítő szer került kiosztásra az otthon ápolási szolgálatok számára, ezzel is segítve a koronavírus elleni védekezést.





## Fontos társadalmi szerepvállalás

A rövid történetekből is látszik, a Philip Morris nem várt karácsonyi adománya jó helyre került. De mit gondol erről az adományozó? Rövid interjút készítettünk Takács Norberttel, a Philip Morris Magyarország Kormányzati Kapcsolatok vezetőjével.

– Mi alapján választottak a támogattott célcsoportok között?

– A Philip Morris Magyarország a társadalmi felelősségvállalás fontosságát szem előtt tartva a koronavírus-világjárvány kiterjedése óta folyamatosan támogatja azokat a szervezeteket, intézményeket, amelyek a legtöbbet tehetik a vírus elleni küzdelemben, a járvány visszaszorításában, a társadalmi és egészségügyi hatások mérséklésében. Ha egy világjárvány elleni küzdelemtől van szó, nem is kérdés számunkra, hogy azt a célcsoportot támogassuk, akik a frontvonalban küzdve a legtöbbet teszik nap mint nap az egészségmegőrzés, gyógyítás, beteggondozás érdekében: az egészségügyi szakembereket, szakdolgozókat.

– Van-e olyan személyes tapasztalata, ami miatt épp az egészségügyi szakdolgozókat segítik?

– Személyes tapasztalata valószínűleg mindnyájunknak bőven akad. Bizonyára nem vagyok egyedül, sőt nagyon sokan vagyunk, akik az elmúlt időszakban személyesen tapasztaltuk meg az egészségügyi szakdolgozók segítségét, támogatását. Akár magamról, akár családtagjaimról van szó, elmondhatom, hogy mindig számíthatam az egészségügyi dolgozók részéről egy-egy kedves szóra, gondoskodásra például egy kórházi tartózkodás során. Nyitott szívű, ugyanakkor szakmailag magas szinten képzett és elhivatott szakemberekkel találkoztam, akik gyakran a legnehezebb körülmények között dolgozva is időt fordítottak arra, hogy ne csak fizikailag, hanem mentálisan is támogassák azokat, akik segítségre szorultak. De, hogy pozitív élethelyzetről is beszámoljak, a MESZK tavaly őszi kongresszusán vendégként is részt vettem, ahol egy végtelenül kedves és összetartó, jó kedélyű, igazi csapattal találkoztam.

– Mi az önök célja ezzel a támogatással?

– Számunkra évek óta kiemelten fontos a társadalmi felelősségvállalás. Ezért fontos számunkra, hogy ezzel a támogatással meg tudjuk köszönni az egészségügyben dolgozók helytállását ezekben a nehéz időkben is.

– Ez egyszeri, vagy terveznek tovább?

– Mindnyájan reménykedünk abban, hogy a Covid-19-megbetegedéseket okozó koronavírus egyre kevésbé fog súlyos egészségügyi problémákat okozni, így kevésbé lesz megterhelő az egészségügyi ellátásra, egészségügyben dolgozókra nézve is. A kifejezetten a járvánnyal összefüggő rendkívüli adományaink helyébe így egyéb társadalmi együttműködések és támogatási formák lépnek majd.

– Kaptak-e visszajelzést?

– Abszolút, sőt annál sokkal többet. A MESZK legutóbbi kongresszusán volt alkalmunk személyesen is átbeszélni a tapasztalatokat. Minden jelenlegi vagy jövőbeni támogatónak csak ilyen pozitív visszajelzéseket kívánhatok.

Horváthné Kálmán Éva ortopédiai kötszerész két gyermeket nevel, lánya tartós beteg, leszalálékolt, fia most érettségizik, férje hosszú évek után most talált munkát. Éva 18 éves kora óta albérletben él, férje szüleit és testvérét is ők ápolják. Képtelenek voltak az ő fizetéséből kijönni, így már komoly adósságot halmoztak föl, 4,5-5 millió forintot igyekeznek törleszteni,

a 100 ezer forint a legjobbkor jött, mert már az étkezés biztosítása is komoly fejtörést okoz a családnak.

„A bérleti díj 90, a rezszi 65, a havi gyógyszerköltségünk 50 ezer forint. Minden kollégám ismeri a kálváriánkat, hogyan jött össze ez a tetemes adósság. Most látunk némi reményt, ehhez pedig egy gyújtópont volt a 100 ezer forint, amiből tudtunk kará-

csonyfát venni, finom ételt tenni az asztalra. Feltöltöttük az élelmiszerraktárunkat, lisztet, cukrot, olajat, tartós konzerveket vásároltunk. Már nagyon ránk fért, tudtunk segíteni a férjem testvérének is. Nekünk nagyon sokat segített ez a támogatás” – mondott köszönetet Éva.

Kun J. V.

# Kamarai kedvezmények – éljen velük!

Az alábbiakban összegyűjtöttük a kollégák számára a MESZK-tagsággal igénybe vehető kedvezményeket. A felsorolt kedvezményekről további információk a [www.meszk.hu](http://www.meszk.hu) honlapon, a Szolgáltatások menüpont Kedvezmény alpontjában érhetők el.

## Generali Biztosító

A Generali Biztosító szeretne köszönetet mondani az állami egészségügyi szférában dolgozók áldozatos munkájáért, ezért ingyenes biztosítási szolgáltatásokat nyújt a koronavírus járvány frontvonalában dolgozó ügyfelei részére. Az INGYENES csomag tartalma: kórházi napi térítés: 10 000 Ft/nap, kórházi napi térítés intenzív osztályon: 20 000 Ft/nap, haláleseti térítés: 2 000 000 Ft.

## Karantén Kantin – egy szakácskönyv mindenkiért!

20 sztárséf, 40 recept, 100 oldal! A Karantén Kantin szakácskönyv a MESZK honlapján megadott linken, belépés után ingyen letölthető, kizárólag kamarai tagok számára!

## OTP Bank

Kedvezményes számlanyitás kamarai tagok számára az OTP Banknál. A MESZK-kártya felmutatásával bármely OTP Bank-fiókban a MESZK Platina Munkáltatói ajánlat kedvezményt igénybe tudják venni.

## Vodafone

Vegye igénybe a Vodafone Magyarország Zrt. szolgáltatásait és éljen a MESZK-tagoknak nyújtott kedvezményekkel!

## Telekom

A MESZK Tagi M díjcsomaggal immár az összes Telekom mobil- és vezetékes szám korlátlanul 0 Ft-ért hívható, ez több mint 5 millió hívószám díjmentes hívását jelenti. A MESZK Tagi L díjcsomaggal az összes belföldi normál díjas mobil- és vezetékes szám

korlátlanul 0 Ft-ért hívható! Mindkét díjcsomag mellé 25% kedvezménnyel veheti igénybe a Flotta Net mobilnet csomagokat tetszés szerinti adammennyiséggel 500 MB-tól a korlátlan 5G képes netig. Ráadásul, ha az otthoni szolgáltatásait is a Telekomtól veszi igénybe, úgy a Magenta 1 kedvezmény keretében 30% otthoni havidíj kedvezmény is igénybevehető a többi Magenta 1 kedvezmény mellett!

## Babapont

Jó minőségű termékek a várandósság és a babagondozás idejére is. Budapest területén ingyenes kiszállítás, a MESZK-kártya felmutatójának 10% kedvezmény: [www.babapont.unas.hu](http://www.babapont.unas.hu)

## OrtoProfil-Centrum Kft.

Az OrtoProfil-Centrum Kft. a kamarai tagok magas szintű szakmai munkájának elismeréséül vállalja, hogy a szaküzleteiben történő vásárlásaikhoz az általa forgalmazott eszközök árából 10% kedvezményt biztosít. A kedvezmény feltétele a kamarai tagság igazolása: [www.ortoprofil.hu](http://www.ortoprofil.hu)

## Oroszlános Borhotel

Az Oroszlános Borhotel ([www.oroszlanos.hu](http://www.oroszlanos.hu)) egy hangulatos borvidéki kúria a legszebb tállyai szőlőskertek ölelésében, ahol minden az élet szeretetéről szól: a szőlő, a bor, a finom ételek, a napi feszültségektől mentes pihenés és a közös élmények jelentik a szálláshely, étterem és közösségi tér alapértékeit.

Választható opciók: 2 éjszaka után + 1 éjszaka ajándék, vagy 2 éjszaka szállás 50% kedvezménnyel, vagy 2 éjszaka szállás 30% kedvezmény + a reggelit ajándékba adjuk A csomag a

szabad szobák függvényében foglalható. Foglaláskor kérjük adja meg a kamarai tagkártyája számát!

## Opel Wallis

Opel gépjármű vásárlásra vonatkozó kedvezményes ajánlatok! A megadott kondíciók 2022 I. negyedévében érvényesíthetők (várható hosszabbítás) a kamarai tagsági igazolvány bemutatásával bármely magyarországi hivatalos Opel márkakereskedésben.

## Sunmed Kft.

A Neotest Kft. jóvoltából a MESZK-tagok nagy kedvezménnyel vásárolhatják meg a fájdalommentesen elvégezhető ScheBo Tumor M2-PK enzimés béldaganatszűrő széklettesztet!

## Prima-Protetika Kft.

Egészségmegőrző és életvitelt segítő termékek széles választéka. A termékek árából 5% kedvezményt biztosítanak a kamarai tagok számára, amely webáruházunkban is igénybe vehető. A kedvezményt vénybeváltás esetén nem lehet igénybe venni és más kedvezménnyel nem összevonható. A kedvezmény igénybevételéhez szükséges a kamarai tagság igazolása: [www.prima-protetika.hu/](http://www.prima-protetika.hu/)

## Aphrodite Hotel\*\*\*\* Zalakaros

A MESZK-tagok részére és a velük érkező családtagoknak 50% kedvezmény az aktuális szobaárakból vagy 10% kedvezmény az akciós csomagajánlatokból min. 2 éjszaka foglalás esetén. [www.hotelaphrodite.hu](http://www.hotelaphrodite.hu)



## Videósorozat – Értünk, értetek

Az év kiváló szakdolgozói közössége díj egyik különdíjasa a Fejér Megyei Szent György Egyetemi Oktató Kórház oltópontja lett. A díjat egészen biztosan kiérdemelték, ellátogattunk hozzájuk, hogy belepillant-hassunk a munkájukba.

„Rólatok és nektek is szól a kampány-felhívásunk” – mondja üzenetében dr. Balogh Zoltán. „Ti, ott az ágyak, a betegek mellett állók, a pandémia, az ukrán válság ideje alatt is hivatásukat teljesítő ápolók, asszisztensek, műtősök, laborosok, képi diagnoszták, betegszállítók, gyógytornászok, dietetikusok, mentősök vagytok az egészségügy élvárosai, a magyar lakosság egészségének biztosítékai. Napi munkátokat látogatási tilalommal terhelt, zárt ajtók mögött végzitek. Kamaránk minden területe egyszerre küzd a járvánnyal, a bérproblémákkal, a munkaerőhiánnyal. A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK) nem döntéshozó szervezet, de a felelősségteljes oktatási és koordinációs munkának része az is, hogy felvilágosító, figyelemfelkeltő módon irányítsa a problémákra a figyelmet. Mindannyian tudjuk, hogy az egészségügyi ellátórendszeren belül az orvosok és a szakdolgozók egymás nélkül nem tudnak megfelelni a betegellátás igényeinek. A Magyar Orvosi Kamara abszolút közösségvállalást és teljes összefogást hirdetett február 2-án a MESZK-kel közös sajtótájékoztatón, az egészségügy minden területén dolgozó kolléga helyzetének, valamint az ellátórendszer infrastrukturális, szervezési és bérezési anomáliáinak rendezése érdekében. Az orvostársadalom kiáll a szakdolgozói szféra mellett, ám nagyon fontos, hogy az ország vezetése elismerje az egészségügyben dolgozók munkáját” – teszi hozzá a fentiekhez a MESZK elnöke. „Fontos, hogy a lakosság megismerje az egészségügyi szakdolgozók feladatait. Fontos, hogy a jövő generációja, az utánpótlásunk számára ne csak egy végzettség legyen

a képzéseken való részvétel. Fontos, hogy megtaláljuk identitásunkat, méltó helyünket a társadalomban. A döntéshozóknak, az ország vezetésének, a lakosságnak és a jövő generációjának meg kell ismernie valódi arcunkat, mindennapi munkánkat. Ezért márciustól minden hónapot egy szakmaterület bemutatásának szentelünk.” Az első sorozat a műtő világába kalauzol el mindenkit *A műtő titokzatos világa* címmel olyan pár perces mini videósorozatot nézhetnek meg az érdeklődők, amik mesélnek. Mesélnek arról, hogy hogyan lehet valakiből műtősasszisztens, arról, hogy a szakmai tagozat milyen szerepet tölt be a területen, betekintést enged a szakmai civil világba, sőt az orvos-asszisztens kapcsolatába is. „A sorozat első részei a vártnál is sikeresebbek lettek” – mondja Balogh Zoltán. „Általános tapasztalat, hogy a hibaüzeneteket sokkal hamarabb leírják a fórumozók, mint az örömet vagy támogatásukat. Ezzel nemcsak a MESZK, hanem nagyon sok szervezeti Facebook-oldal is küzd, most azonban kifejezetten támogató üzenetek sorozatát kaptuk, rengeteg lájkot, és a statisztikák alapján egy hónap alatt közel 2000-rel több követője is lett oldalunknak. De szükségünk is van a visszajelzésekre, hiszen ebből egyértelműen kiderül, hogy tagságunk számára érzékeny területen járunk, és mindenki tudatában van annak, hogy ha mi nem vagyunk, ha elfogyunk, ha nem érkezik az új generáció, akkor nélkülünk nem lesz biztonságos betegellátás sem.”

Áprilisban a diagnosztikai terület és a labor, májusban a szülésznők és a mentősök életébe tekinthetünk majd be. Vegyetek részt benne ti is, írjátok

meg munkátokkal kapcsolatos tapasztalataitokat, tegyetek javaslatokat a kommunikacio@meszk.hu e-mail-címre.



facebook.com/meszkoe



Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara



### Koszorúzás

A MESZK Országos Elnöksége a Magyar Ápolók Napja alkalmából szűk körű, koszorúzással egybekötött megemlékezést szervezett az ÉKBC Új Szent János Kórház és Szakrendelő udvarán lévő Kossuth Zsuzsanna-mellszobornál. Az elnökségi ülés napirendjébe felvett eseményen részt vettek köztestületünk vezetői és a kórház ápolásmenedzsment-jének tagjai is.

A kis videó az eseményről:





## 205 éve született Kossuth Zsuzsanna



Az első asszony, aki azzal szerzett hírnevet a hazának, hogy a harcban sérült katonák ápolását megszervezte. Az 1800-as évek közepén járunk, a történelem ezen időszakáról sokat tanultunk, és tudjuk, hogy ez a világ nem kedvezett a női önmegvalósításnak.

Az első ápolónő életét születésétől haláláig naplószerűen feldolgozva ismerhetjük meg a Kossuth Zsuzsanna regényes életrajza könyvből. Kolera, éhezés, társadalmi helyzet és életképek, Kossuth Lajos, özvegyi sors, forradalom, harcok és egy kiemelkedő női attitűd. A napló nemcsak olvasmányos, hanem történelmi tényekre alapozva valóságos is a maga fiktív módján.

A Magyar Ápolók Napja, Kossuth Zsuzsanna születésnapja alkalmából szerepcserére került sor, dr. Balogh Zoltán a MESZK elnöke beszélget Berényi Anna írónővel:



## A mi világunk videósorozat és üzenete

Ismeri egyáltalán a társadalom a mi valós munkánkat, életünket? Hát nem... Ezért márciustól rendszeresen bemutatjuk különféle tagozatainkat, szakmai munkánkat. Ehhez nem profi színészeket kértünk fel, viszont profi szakdolgozók, egészségügyi dolgozók segítségével készítjük anyagainkat. Veletek. Mert kik vagyunk mi? Szakdolgozók. Műtösoők. Egészségügyisek. És egyben szülők, zenészek, hobbi és profi sportolók, festünk vagy írunk, vagy épp szülői értekezletre rohanunk, törlesztjük a hitelünket, támogatjuk a szüleinket, gourmet szakácsokat is lepipálunk a házi bundás kenyérrrel, miközben tanulunk a gyermekünkkel vagy tanítjuk a gyermekünket. A kórházban precízen az orvos kezébe adogatjuk az eszközöket, otthon pedig előfordul, hogy nem találjuk a fohagyományomót. Mert emberek vagyunk. – MESZK Facebook

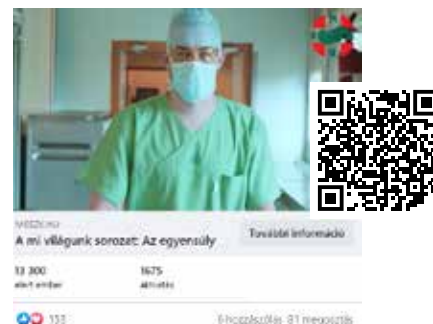
1. rész. Nagy Éva MESZK Műtőszolgálat tagozatvezető – Mi történik a műtőben?



2. rész. Nagy Éva MESZK Műtőszolgálat tagozatvezető – Legyél te is műtős!



3. rész. Bójte Attila műtős szakasszisztens – Az egyensúly



4. rész. Dr. Svéd Tamás főorvos, a Magyar Orvosi Kamara titkára és Vendel Márta mb. aneszteziológus vezető asszisztens – A csapatmunka ereje



5. rész. Dr. Svéd Tamás főorvos, és Vendel Márta – Az orvos és az asszisztencia/Különleges helyzetekben



6. rész. Csányi Katalin elnök – Magyar Műtősszisztens Társulás



# „Az érzés, hogy valakin a tudásommal segíteni tudok, az pénzben nem mérhető”

„Szerencsésnek érzem magam, hogy a munkám a hobbim is, és a mentőállomást, az esetkocsit a második otthonomnak érezhetem. A tudásomat, a tapasztalatomat és a munka szépségét szeretném mind több fiatalnak megmutatni, megtanítani” – így vall hivatásáról Buni Roland állomásvezető mentőtiszt, donorvizsgáló, főiskolai óraadó, a MESZK „Az év kiváló szakdolgozója” díjának különdíjasa.

**E**lismerő ajánlást adott számára az Országos Mentőszolgálat, az Országos Vérellátó Szolgálat, a Magyar Vöröskereszt, a Pécsi Tudományegyetem Egészségügyi Kara, a Pécsi Tudományegyetem Szigeti-Gyula János Egészségügyi Technikum és Szakképző Iskola is, talán ez is jól mutatja Buni Roland sokszínűségét, széles körű érdeklődését, amit ő maga talán szakmai sikere legfontosabb kulcsának tart. Nyitott a világra, a változásokra, hiszen a folyamatos megújulásban, fejlődésben ez járja át szakmai és az oktatói munkáját.

Gyermekkorában eszébe sem volt egészségügyi pályát választani, a csillogászat és a cukrászat jobban érdekelte, de szülei azt akarták, hogy orvos legyen. Végül egészségügyi szakiskolába jelentkezett, amit kezdetben cseppet sem élvezett. Az első évben nem is jósoltak neki sok évet az egészségügyi pályán, de aztán a második évben kapott egy olyan tanárt, aki mindent megváltoztatott.

## A mentőautózás az élete

„Tényleg nem gondoltam volna, hogy én az egészségügyben fogok dolgozni, ahogy azt sem, amit ma már szintén tudok: egy tanár meg tudja változtatni az ember jövőjét. Talán én is ezért tartom ennyire fontosnak, hogy átadjam mindazt, amit tanultam, tapasztaltam, hogy megmutassam ennek a hivatásnak a szépségét, izgalmát. A 23 éve tartó hospitális és prehospitális gyakorlatom alatt megismertem az egészségügy színtereit, az ápolástudomány

területeit és a sürgősségi ellátást” – kezdi a különdíjas. Buni Roland az iskola után, 1998-ban kezdett ápolóként dolgozni a kaposvári baleseti sebészeti osztályon. Főként az akut traumaellátás érdekelte, közben további ápolói képzést végzett. Munkáját a Kaposváron induló sürgősségi betegellátó centrumban folytatta, aminek akkori indulásánál a szervezésben is aktív szerep jutott, mellette mentőápolóként vonulni kezdett. Igényét érezte, hogy minél több kompetenciát szerezzen, ezért végezte el a mentőtiszt főiskolát, 2014-ben a mentőknél lévő részállását főállásúra cserélte. 2021-ben egyetemi diplomát szerzett egészségügyi tanár mesterképzésben.

„Gyermekkorom régi vágya, hogy mentőautóra üljek. Négy-öt éves lehettem, amikor egy férfiba villám csapott, aztán jött a rohammentő, én meg csak ámultam-bámultam, ahogy mindenféle színű drótokat aggatnak a betegre. Persze aztán gyorsan eltessékeltek onnan, de a kíváncsiságom sosem lankadt, mert ahányszor láttam a házunk előtt elhaladó piros lobogós szirénázó autót, tekertem utána biciklivel, ahogy csak bírtam. Ezek az élmények megmaradtak, bár éveket váratott magára, mire az Országos Mentőszolgálatnál megtalálhattam önmagam, ahol kiteljesedhetek egy olyan csapat tagjaként, akikre nagyon büszke vagyok. Munkaidőn kívül is összetartunk, nyertünk már fesztiválon főzőversenyt, rendszeresen szervezünk magunknak rekreációs programokat. Állomásunk idén a legmagasabb elismerésben, a Marcali városért díjban

részesült. Szeretek egy olyan közösség irányító tagja lenni, ahol a bajtársak és bajtársnok számára a mentőszolgálat nemcsak egy munkahelyet, hanem valóban a hivatást is jelenti.

## Hivatás, amiért érdemes élni

„Hihetetlen érzés, amikor egy sikeres újraélesztés után egy betegnek visszaadjuk az életésélyeit, aki számára egy ideig végleg megszűnni látszott a külvilág mindensége. Majd amikor legközelebb ismét a hordágyon fekszik előttem és tőlem kérdezi: Nem ismerik véletlenül a Buni Rolandot? Mire én csak annyit mondtam, hogy dehogy-nem, tudom, ki az. Erre a beteg arra kért, adjam át neki a háláját és köszönetét, mert ő és a csapata élesztette őt újra pár évvel ezelőtt. Vagy amikor egy szívbeteget kétszer hozunk vissza, egyszer a mentőben, majd két hónapra rá a sürgősségi ambulancián, ezek leírhatatlan pillanatok. Vagy az első mentős szülésünk. Az asszonynak még fájásai is alig voltak, majd váratlanul egyszer csak egy tolófájásból szinte »kirepült« a baba és ott lüktetett a kezemben az új élet, ez maga a csoda. Szeretem a szakmai kihívásokat, némelyik örökre bennem marad. Például, amikor egy 21 éves fiatal férfit életveszélyes állapotban, instabil mellkassal, aortapedéssel, kétoldali légmellel kellett átvinni Kaposvárról Pécsre, amit senki sem vállalt. Mivel az egyetlen túlélési esélye a mellkas- és érsebészeti műtét volt, így én vitális indikációval bevállaltam. Két és fél óra alatt tettük meg az amúgy

50 perces utat, elképesztő szakmai feladat volt, de végül a sérült odakerült a műtőasztalra. Az, hogy odaértünk vele, óriási csapatmunka volt. De persze vannak nehezebb perceink, hiszen sokszor látunk bele családok életébe, részesei vagyunk nemcsak örömeiknek, hanem a tragédiájuknak is. Volt, hogy nekem is elcsuklott a hangom, amikor egy háromgyerekes fiatal édesapa sikertelen újraélesztése után odaállt elé, átölelte a combom az ötéves fia és megköszönte, hogy megpróbáltuk megmenteni az apukáját...

## Ha újrakezdhetné, sem csinálna semmit másként

„Mindazok az események, megpróbáltatások, küzdelmek, sikerek juttattak el oda, ahol most állok. Szerencsés vagyok, hogy olyan szakmában dolgozhatom, amihez értek és azt még szeretem is csinálni. Mindemellett pedig az otthoni nyugalmat megteremtő és támogató családom nagy segítséget jelent. Feleségem is az egészségügyben dolgozik, az Országos Vérellátó Szolgálatnál, így tökéletesen ismeri, érti, mit jelent az, hogy hivatás. Egy lányom és két igen eleven 2,5 és 4 éves fiam mellett ismeretlen fogalom számomra az unatkozás. Minden szabadidőmet velük töltöm, rendszeresen járjuk a természetet, kerékpározunk, utazunk, kertészkedünk. A vérellátóban havi néhány alkalommal én is dolgozom donorvizsgálóként, az alkalmassági vizsgálatok mellett a vérgyűjtések szakmai felügyeletét is ellátom, de többször volt rá példa, hogy véradásokat szerveztem. Pályafutásom során mindvégig széles körű látásmód, érdeklődés, teherbírási, határozottság jellemzett. Szakmai hírnevem kialakításában az oktatói és tudományos tevékenységem, a precíz, magas szintű szakmai ellátás, a segítőkészség, a bajtársias és betegcentrikus látásmódom segített. Nemrégiben felkért állománycsoport szakmai felelős feladataim ellátása során úgy érzem,

hogy még jobban hozzájárulhatok a mentők jó hírnevének öregbítéséhez, szakmai és minőségügyi fejlesztéséhez. Mentőtisztként prioritást élvez a folyamatos szakmai fejlődésem, amelyet egy élethosszig való tanulás során tudok elérni, ami által a bajba jutott embertársaimnak minél magasabb szintű, kompetens ellátást tudok nyújtani” – folytatja a szakdolgozó, akinek fontos célja, hogy munkatársai számára példát mutasson, bizonyítsa, hogy kitartással, türelemmel, emberséggel igen is javítani lehet az egészségügyi szakdolgozók társadalmi megítélését. „Tanárként célom, hogy tanítványaim szakmai és kognitív fejlesztése mellett az egészségügy iránt érzett motivációt, hivatástudatot erősítsem és szemléletmódot, irányt mutassak számukra. Fontos elfogadnunk, hogy az egészségügy egy szolgáltató és segítségnyújtó szakterület. Már a pályám elején elkezdtem fiatalokkal foglalkozni, hamar oktatóápoló lettem. Részt vettem betegkísérők, asszisztensek, ápolók, sürgősségi szakápolók, mentőápolók képzésében, vizsgabizottsági tag lettem. Később a főiskolai képzésben a védőnői, szülésznői, laboranalitikus, képalkotó szakirányon is tanítani kezdtem. Emellett számos továbbképzésen, konferencián előadóként aktívan részt veszek, a tavalyi évben szakmai lektora voltam szociális és gyermekvédelmi szférában dolgozók számára készült elsősegélynyújtással foglalkozó könyvnek. A Magyar Vöröskereszt megyei elsősegélynyújtó versenyein eleinte önkéntes versenybíróként tevékenykedtem, majd kreatív ötletekkel, megtörtént események feldolgozásával a versenyeket látványos imitációkkal igyekeztem még élethűbbé tenni, így kértek fel néhány éve az országos versenyek szakmai vezetőjének. Volt olyan országos döntő, ahol olyan valóság-hű közterületi szituációt alkottunk, hogy arra sétáló járőrelő, látva az eseményt,

rendőrt hívott. Területi oktatási bizottsági elnökként feladatom többek között a szakmai kapcsolatok fejlesztése, valamint olyan továbbképzések, területi szakmai versenyek, rendezvények szervezése, amelyek nemcsak szakmai tartalommal bírnak, hanem a részt vevő szakdolgozók számára emlékezetes élményhatást váltanak ki. Próbálok mindig tartani a világ változásával, az új kihívásokkal, ehhez pedig kell, hogy kreatívak is legyünk. Adódik a kérdés, ennyi mindent hogyan is lehet egyszerre csinálni? Egyszerű a recept, meg kell fűszerezni az életet: tűzz magad elé célokat, csak előre nézz, azt csináld, amit szeretsz, és akkor élvezni fogod az életet, mert csak egyszer élünk. Most, életpályám bemutatásával ösztönző példaként szeretném bizonyítani, hogy az álmaink kitartással és akarattal igenis valósággá válhatnak” – fogalmazta meg hitvallását a különdíjas Buni Roland.

K. J. V.



## Mediterrán diéta, hosszabb élet?

Tizenegy évvel ezelőtt az Egyesült Nemzetek Nevelésügyi, Tudományos és Kulturális Szervezete, az UNESCO a mediterrán étrendet is a világörökség részévé nyilvánította. Az indoklásban annak megfogalmazói az étrend évezredes történelmi hagyományainak értékelése mellett nagy hangsúlyt fektettek többek között napjaink társadalmainak helytelen és emiatt ártalmas étkezési szokásaira, amelyek tömegek megbetegedését idézhetik elő. Továbbá figyelmeztettek, a klímaváltozás és a bolygó túlnépesedése miatt a világ élelmiszer-termelésében már napjainkban is meglévő és rövid időn belül a mostaninál sokkal erőteljesebben megjelenő negatív tendenciákra, a jelenlegi hibás táplálkozási szokások sürgős megváltoztatásának a szükségességére.

**A** világörökségi cím elnyerésének évfordulóján egy olasz kutatócsoport (Marialaura Bonaccio, Licia Iacoviello, Maria Benedetta, továbbá Donati és Giovanni de Gaetano) nagyobb embertömeg táplálkozási szokásait és azok hatásait vizsgálta. Eredményeiket a *European Journal of Clinical Nutrition* szaklapban publikálták. Tudományos dolgozatuk bevezetőjében megállapítják: a mediterrán étrend többet jelent annál, mint bizonyos egészséges ételek rendszeres fogyasztása. Ez az étrend olyan komplex rendszer, amely magában foglalja egy adott populáció elődeiktől örökölt étkezési szokásait, szokásaikat, hagyományait stb. Ebbe a rendszerbe beleértendők a generációkon át örök-

lődő készségek, az étellel kapcsolatos tudásanyag megőrzése, a különböző nyersanyagok feldolgozási módjainak az ismerete és mindezek egymásra gyakorolt kölcsönhatásai is. Általános jellemzője, hogy döntő többségében az aktuális évszaknak megfelelő, helyi alapanyagokat használják fel táplálékként, így ételeik nemcsak egészségesek, hanem környezetkímélők is.

### Nemcsak a kalória számít

A tanulmány kutatói szerint nagy hiba, hogy napjaink táplálkozástudományi elemzéseinek döntő többsége a fenti szempontokat jószerével figyelmen kívül hagyja, eredményeiket kizárólag

a vizsgált populáció/egyen által elfogyasztott élelmiszerek mennyiségére és kalóriatartalmára alapozzák. Ez a szemlélet számtalan fontos tényezővel egyáltalán nem foglalkozik, holott azoknak legalább akkora szerepük lehet az egyén egészségének fenntartásában, mint az általa elfogyasztott élelmiszerek mennyiségének. A kutatók figyelmeztetnek: a globális élelmiszeripari rendszerek produktumai világszerte olyan kihívások elé állítják a korábban kizárólag a saját, tradicionális táplálkozási elveik szerint élőket, amelyek a jövőben gyengíthetik teljes közösségük túlélési esélyeit. Elretentő példa lehet erre a bolygó földrajzi adottságai miatt korábban elzárta, nehezebben megközelíthető helyeken

## Tartós eredmény = életmódváltás

A mediterrán étrend kiválóan alkalmazható fogyókúrás diétaként is, ámde ettől nem várhatók olyan „csodaeredmények”, mint azoktól a módszerektől, amelyek, leginkább így tavasz táján, ígéreteikkel elárasztják a nyomtatott és elektronikus sajtót egyaránt. A mediterrán

táplálkozás nem kecsegtet rapid, akár heti 3-5 kilogrammos súlyvesztéssel, ehelyett lassabb ütemű, de egyenes mértékű, hosszú távra szóló valós testsúlycsökkenést jelez, amit nem követ a többi módszernél jelentkező jójóhatás. Az így elért karcsúság hosszú éveken keresztül

megtartható. Természetesen csak akkor, ha nem pánikszerű diétát tartunk bizonyos időn keresztül, aztán visszatérünk a régi, egészségtelen táplálkozásunkhoz, hanem a mediterrán étrend életünk részévé válik, vagyis gyökeres életmódváltás kell a látványos és tartós eredményekhez.

élő népcsoportok, akiknek tagjai az utóbbi évtizedek alatt bekövetkezett technikai fejlődésnek köszönhetően ma már szoros összeköttetésben állnak a külvilággal és annak termékeivel. Ennek a rovására írható, hogy az adott populáció tagjai között járványyszerűen terjed az elhízás, továbbá az azzal járó cukorbetegség, magas vérnyomás, szív- és érbetegségek. Ahhoz, hogy a mediterrán táplálkozás örökségét tovább tudjuk adni a minket követő generációknak, fontos volna visszatérni a gyökerekhez, mégpedig oly módon, hogy ötvözni kellene táplálkozásunkban a hagyományos étrend és a modern konyha leghasznosabb elemeit. Ebbe az új, egészségmegőrző táplálkozási rendbe természetesen nem férnek bele azok a nagyipari termékek, amelyeket ma előregyártott készételként árusítanak, és amelyeket különféle mesterséges anyagokkal (színezékekkel, tartósítószerekkel, ízfokozókkal) telezsúfolnak az eltarthatóság, a tetszetős, kívánatos küllem érdekében.

Lóránth Ida

## A változatosság helyett egyenmenü

A valódi mediterrán konyha, amely a dél-európai országokban őshonos, meglehetősen messze áll a magyar táplálkozási szokásoktól. Érdekes, hogy régen, még a világháborúk, majd a napjainkban is terjeszkedő globalizáció előtt a két táplálkozási mód, annak ellenére, hogy a konyhában felhasznált alapanyagok meglehetősen különböztek egymástól, mégis sokkal inkább hasonlítottak a másikkra, mint napjainkban. Megegyeztek például abban, hogy döntő többségében helyben termelt, az adott évszaknak megfelelő alapanyagokat használtak, feldolgozási technikájukat az elődeiktől örökölték, ételreceptjeik, fogyasztási szokásaik sok generáción keresztül egyáltalán nem, vagy csak nagyon lassan változtak. A régebbi gyakorlattal ellentétesen, napjainkra felgyorsultak a változások. Köszönhető ez a technika, a közlekedés, az információáramlás fejlődésének, felgyorsulásának. Eredményeként a korábban világszerte egymástól különböző táplálkozási és feldolgozási módszerek lassan, de kitartóan közelítenek egymáshoz, illetve feledésbe merülnek. Helyükbe lép a „globális egyenmenü”, ami olykor gyorséttermi vagy házhoz szállított késztermékekben, jóval drágább megjelenési formájában „fine dining”-ként jelenik meg. Ennek ellenére, hogy ezek az ételmiszer-feldolgozási/táplálkozási formák a két legtávolabbi ellenpólust jelenthetik, valahol mégiscsak hasonlítanak egymásra, mert a világ bármely pontján szinte ugyanazt, ugyanolyan tápanyagokat, alapanyagokat kínálnak fogyasztóiknak, még akkor is, ha azok minőségében nagy különbségek mutatkozhatnak. Ezzel pedig sérülhet a korábban meglévő változatosság, a táplálkozási formák és anyagok sokszínűsége. Végső soron pedig az egészséges táplálkozás iránti igény.

## Betegségkockázatot csökkenthet

A kutatások eredményei azt mutatják, hogy a mediterrán étrendnek a betartása súlyos, krónikus betegségek megjelenésének a kockázatát jelentős mértékben csökkentheti. Egy nemzetközi vizsgálat csaknem 13 ezer, mediterrán étrenddel táplálkozó egyént vizsgált meg. Harminchétféle vizsgálatot hajtottak végre rajtuk annak érdekében, hogy megbizonyosodjanak a mediterrán táplálkozás egészségmegőrző voltáról. Eredményeik szerint, amennyiben ezt a táplálkozási formát diétaszerűen, huzamosabb időn keresztül alkalmazzák, az azt fogyasztók általánosan magasabb életkor elérésére számíthatnak, körükben csökken a korai elhalálozások száma. A megfigyelések szerint

ritkábbá váltak a szív- és érrendszeri betegségek, kevesebb volt az infarktus és a szívkoszorúér-betegség. Továbbá csökkent a rák kockázata, javultak a gyulladós és anyagcsere-paraméterek. Kevesebb volt a cukorbeteg és a neurodegeneratív problémákkal küszködő, kisebb volt némely rákfajta általános előfordulásának a kockázata. Bizonyos helyspecifikus rákfajtáknál viszont a kutatók nem találtak összefüggést a mediterrán táplálkozás egészségőrző hatása és a rosszindulatú betegség megjelenésének a kockázata között. Ezek voltak: a húgyhólyag-, méhnyálkahártya-, petefészekrákok, illetve ugyanez a hatáshiány mutatkozott a magas LDL-koleszterin-szintnél is.



## Nagy fejlődés előtt áll az érsebészet

Az érsebészet, mint önálló gyógyítószakma, csak az 1950-es évektől létezik. Akkor vált ki a sebészetből. Ez alatt az alig több mint hét évtized alatt hatalmas fejlődést ért el. Ennek eredményeként mára számos, korábban halálos végűnek számító kórkép vált gyógyíthatóvá, a benne szenvedő ember pedig élet- és munkaképessé. Vajon milyen jövő előtt áll ez a dinamikusan fejlődő szakma?



Galenus

Dr. Ronald L. Dalman, az amerikai Stanford Egyetem klinikájának érsebészprofesszora és az egyetem oktatója 16 éven keresztül vezetett intézményükben egy érsebészeti programot, így meglehetősen széles körű ismeretekkel rendelkező szakmája jelenét és jövőjét illetően. Egy előadásának a bevezetőjében elmondta, hogy az érsebészet, ellentétben más gyógyítószakmákkal, mint például a szülészet-nőgyógyászat vagy az ortopédia, meglehetősen „befelé forduló” szakterület. Ami azt jelenti, hogy művelői lényegesen kevesebb tanulmányt, szakmai értekezést publikálnak és előadásaik száma is szerényebb, mint a „nyitottabb” szakterületeken dolgozóké. Ennek következtében viszonylag kevés információ kerül a szakmai körökön kívülre. Oka lehet, hogy az érsebészet meglehetősen sok kockázatot rejtő szakterület, művelői a

más gyógyítóágakban tevékenykedőknél talán jobban tartanak a műhibáktól és azok következményeitől, ezért zárkózottabbak a külvilág felé. Ami nemcsak a szakmai dolgozatok, a nagyközönségnek tartott előadások, médiában történő szereplések számát tartják másokhoz képest alacsonyabb szinten, hanem a jövőt illető terveket, a fejlődés irányának kijelölését, a várható változások hírét sem szívesen teszik közzé. Azokat inkább saját szakmai berkeiken belül szeretik tartani, és ott egymás közt megvitatni a lehetőségeket.

### Életmentő cél a vérzés megállítása volt

Az érsebészet eredeti célja egykor az volt, hogy a baleseti és hadi sérüléseknél felnyílt ereket és az emiatt keletkezett szűnni nem akaró vérzést valamilyen módon elállítsa és ezzel elkerülje a sebesült ember elvérzését. Ennek a törekvésnek az első írásos emléke ugyancsak régi: Sushrata indiai orvos sebészeti tankönyvében jelent meg i. e. 700 körül. A sebészet atyjaként emlegetett orvos az érsérülés kezelésére és a vérzés elállítására az erek kenderszálakkal való lekötését, illetve a sérülés kauterizációját (égetéssel történő bezárását) javasolta. Csaknem egy évezreddel később élt Galenus, római orvos, aki gladiátorsebészként tevékenykedett, ami bőséges információval szolgálhatott neki a sérült erek kezelésében. Ő ismerte fel

először azt a tényt, hogy különbség van a vénás és az artériás erek vérzése között, ezért máshogyan kell azokat kezelni. A vénás vérzést csillapítószerekkel próbálta elállítani, az artériást pedig vászon- vagy selyemfonalakkal lekötöni.

Az érgyógyászat és sebészet a külföldi klinikákon is az 1950-es évektől kezdett önálló szakmaként megjelenni, és ezzel párhuzamosan mind több új diagnosztikai és kezelési módszer, műtéti megoldás kínálkozott az érgyógyászatban. Sok új eljárás, technikai újdonság látott napvilágot. Közöttük több olyan is volt, amelyet a szakma el sem akart fogadni, és a szaksajtó is csak hosszú huzavona után volt hajlandó közölni a cikket, amely a merőben új, a régi, általánosan használt módszertől eltérő technikáról szólt. Sőt még az orvosi eszközöket előállító cégek is kezdetben elutasították az újdonság legyártását. Ilyen volt Amerikában az Oregoni Egyetemen dolgozó két kutató, Thomas Fogarty és Charles Dotter találmánya, az endoluminalis terápiás eszköz, ami egy újfajta katéter volt. Több mint egy év telt el, amíg a gyártók hajlandóvá váltak foglalkozni annak előállításával. Svédországban Sven-Ivas Seldinger 1952-ben a világon elsőként alkalmazta a perkután (bőrön át kivezetett) katéterezést, majd a módszer továbbfejlesztéseként a perkután transzhepatikus kolangiográfiát (bőrön keresztül végzett májbiopsziát).

### Merre tart a szakma?

Fentebb említett dr. Dalman, aki a befelé forduló, zárt érsebész szakmát említette



## Kísérleti ér pótlások a hazai klinikákon

Magyarországon az érsebészet, mint önálló szakma, a múlt század ötvenes éveinek első harmadában jelent meg. A budapesti Városmajori Klinikán, az Orvostovábbképző Intézetben, a Kórbonctani Intézetben, vidéken pedig a pécsi és a szegedi orvostudományi egyetemeken, 1954-ben pedig Debrecenben alakult meg egy-egy szakmai csoport, amely kifejezetten érsebészeti problémákkal és azok sebészeti megoldásainak a fejlesztésével foglalkozott.

Debrecenben *Bornemisza György*, a Kísérletes Sebészeti Intézet igazgatója sérült erek ideiglenes összekötéséhez kollódiummal bevont, peremes csövekkel kísérletezett. Magyarországon az elsők között használt természetes alapú műanyagokat a sebészetben. Elsőként hajtott végre érkonzerválási eljárást és ő szerzett Magyarországnak szervkonzerváló berendezést. Kísérleti műszert fejlesztett az érvarratok korrektebb elvégzéséhez. Kidolgozott egy módszert, amellyel a sérülések miatti érhiányokat pótolta.

egy előadásában, mintha ő maga is éppen ezen az úton járna: szakmai sajtóban megjelentetett publikációk helyett inkább a blogolást választotta. Saját blogjában az érsebészet várható fejlődési irányait taglalja. Milyen lesz az érsebészet úgy 25 év múlva? – teszi fel a nagy kérdést. Eddigi egyik legnagyobb eredményként az endovaszkuláris technika bevezetését jelölte meg, amely jelentősen csökkentette a betegek elhalálozási statisztikáját, meghosszabbította az életüket. Ezzel az eredménnyel a professzor szerint nem szabad megelégedni, mert tovább kell csiszolni a jelenlegi technikát. Mégpedig annak tartóssága irányába. Igaz, a mai technika már lényegesen tartósabb eredményt hoz, de távol van a tökéletestől. A ballon-angioplasztika például még mindig túlságosan sok érsérüléssel jár, amit aztán sztenttel kell stabi-

lizálnia a sebésznek. Ez pedig rontja a beavatkozás várt eredményeit. A professzor szerint az érfelületen helyileg alkalmazott gyógyszeres kezelés az átjárhatóság tekintetében még gyermekcipőben jár. Számos fejlesztésre szoruló tényező van, mint például az optimális, személyre szabott gyógyszerek megtalálása, a pontos dózis meghatározása stb. „A jövőben az aneurizmális és nagyérbetegségek kezelése is feltehetően alaposan megváltozik majd az elkövetkező évtizedben. Jó úton haladunk egy olyan időkeret felé, amiben elérhetjük az aorta teljes újraépítését a koszorúértől egészen a combcsontig. Óriási terület a kísérbetegségek gyógyítása is. A cukorbeteg, a dializált vesebetegek kezelésénél ennek a területnek életfontosságú jelentősége lehet.

H. A.



## Reményt kaptak a gyógyulásra

Az érsebészetben óriási előrelépést jelentett az endovaszkuláris (érfa-lon belüli) technikák megjelenése. A korábban, az esetek többségében halállal végződő érelzáródások és aneurizmák által sújtott betegek jelentős száma megmenthető. Mégpedig olyan minőségben, hogy szerencsés esetben egy rehabilitációs folyamat után ismét teljes életet élhet, visszaállhat a munkába, és ott folytathatja az életét, ahol a tragikus érkatasztrófa előtt abbahagyta. Ehhez persze számos kritériumnak teljesülnie kell. Mint például a beteg kritikus időn belüli szakintézménybe juttatása.

Az első perifériás sztentet 1987-ben, a németországi Freiburgban kapta meg egy beteg, ezt követően hamarosan már koszorúérben is alkalmazták a sztent eljárást. Az ezt kifejlesztő argentin feltalálópáros, *Julio Palmaz* és *Juan Parodi*, utóbbi tagja 1983-ban, párhuzamosan a sztent fejlesztésével egy protézis transfemorális beültetésének a technikáját is kidolgozta, amely az addig szinte minden esetben halálos aortaaneurizmák megszüntetését tette lehetővé. Ezt a protézist betegbe először 1990-ben ültették be.

# Furcsa betegségek és gyógymódok a középkorból

A több száz évvel ezelőtti járványos betegségek többségét ma leginkább már csak hírből ismerjük. Közöttük olyanok is vannak szép számmal, amelyek egykor tömeges megbetegedést és gyakran halált okoztak, napjainkban viszont csak a korabeli leírásokból tudjuk, hogy egyáltalán léteztek valamikor.



Jó néhány évszázaddal ezelőtt, a középkorban, a leggyakoribb gyógyítási terület a sebkezelés volt, ami nem csoda, hiszen akkoriban szinte folyamatos volt a fegyveres összecsapás, a kisebb-nagyobb területet érintő fegyveres csetepaté, háborúskodás. Ráadásul a települések lakóinak az alapvető higiénés feltételeket is nélkülözniük kellett. A városokban, falvakban nem volt szennyvízcsatornázás, szemétyűjtés, kártevőirtás. Ennek egyenes következményei voltak az időről időre megjelenő járványos beteg-

ségek és azok gyors elterjedése. Ezek közül a kórok közül soknak a 21. század embere már a nevét sem ismeri. Olyan betegségmegnevezésekkel találkozhat a korabeli irodalmi vagy gyógyítással foglalkozó könyvekben, amelyekről nem is sejti, hogy valójában mi lehetett.

## Furcsa tünetek – hatástalan gyógymód

A régi idők jellemző betegségeinek, az akkor élők általános egészségi állapotának és gyakori halálainak a felde-

rítésében nagy segítséget nyújtanak a régészeti ásatások területén megtalált csontleletek modern eszközökkel való vizsgálatai. A középkori csontvázleletek vizsgálatával a régészek pontosan meghatározhatják, hogy halálakor hány éves volt és mi volt a halál oka az egykor élt embernek. A mai Nagy-Britannia területén fellelt csontvázak vizsgálati eredményeinek az összesítésekor például megállapították, hogy a középkorban minden tizedik felnőtt közül csupán egy élte meg az ötvenedik életévét. Sokan már csecsemő- vagy kisgyermekkorban meghaltak. Leggyakoribb, sokszor halállal végződő járványos betegségek voltak a vérhas, a malária, a diftéria, az influenza, a tífusz, a himlő és a lepra. A rák és a különböző szívbetegségek viszont lényegesen ritkábban fordultak elő, mint például napjainkban.

A még ma is ismert, bár szerencsénkre már csak ritkán támadó fentebb említett járványos kórképeken kívül számos olyat is megemlítenek a korabeli leírások, amelyekről olykor még napjaink kutatói sem tudják pontosan, hogy milyen betegséget jelenthet. Ilyenek például a táncoló pestis, a görvénykór vagy skrofula, a bizserkór, a Szent Antal tüze, a franciakór, a vízimanó-kór vagy angol izzadáskór.

## Forróvérű pestistánc

A táncoló pestistól szenvedők ugyan csak furcsa tüneteket produkáltak: az első eseteket 1518 nyarán Strasbourg-

## A négy elem és az egészség

A középkori orvoslást, a kórházi gyógyítómunkát, annak kezdetleges szabályait a katolikus egyház ellenőrizte. Az egyház vezetőinek álláspontja az volt, hogy a betegségeket a Mindenható küldi az emberiségre, mégpedig azért, mert ezekkel torolja meg a bűnösök ártó cselekedeteit. A betegségek egyetlen hatásos gyógymódja pedig nem más, mint az imádság, az ájtatos életmód, a bűnök kerülése. Az istenfélő, alázatos életvitel ajánlása mellett az egyház lelkesen támogatta a középkori orvoslás egyik nagy tévedésének, a négy humor elméletnek gyógyításra alkalmazott használatát is. Ez a hibás elképzelés az ókori görög orvos, Hippokratész elmélete volt, aki egy kortárs filozófus okoskodását átvéve azt állította, hogy az emberi test négy alpanyagból (humorokból) áll. Ezek pedig a levegő, a tűz, a víz és a föld. Amikor a négy elem elveszíti egyensúlyát, az betegséget jelent. Szerinte nagyon fontos, hogy ezek az elemek mindig egyensúlyban legyenek, a mennyiségük a testben soha ne változzon, mert az arányok eltolódása megtámadja az egységet és az emberi szervezeten elhatalmasodik a betegség.



## Gyógymódok a középkorból

Mivel a középkori orvosok nem ismerték az emberi test felépítését, alapvető működéseit, továbbá a betegségek valódi okozóit, a megfelelő gyógymódokról sem lehetett sok, valódi gyógyításra alkalmas elképzelésük sem. Így „gyógyítótevékenységük” leginkább a kuruzslással állhatott rokonságban. A „gyermekek vonaglások rohamainak” kezelésére például a következőket javasolták: „Végy egy élő galamb hátsóját, jól erősítsd azt fel a gyermek fenekére. A menekülni igyekvő madár kivonja a rohamot a gyermekből. Előbb-utóbb legyengül és elpusztul. Ekkor hozz egy másik madarat és ismételd meg az eljárást egészen addig, ameddig a gyermek rohamai meg nem szűnnek.” Másik orvosi leírás még hajmeresztőbb tanácsot ad: galamb helyett mérges kígyót ajánl felerősíteni a beteg gyerek testére.



ban jegyezték fel. A történet szerint egy asszony, látszólag minden ok nélkül, táncra perdült a város főutcáján és képtelen volt abbahagyni. Némely leírás szerint négy nap, négy éjszaka egyfolytában ropta, közben egyre több városlakó csatlakozott hozzá. Tánc közben páran szívroham vagy agyvérzés miatt kidőltek a sorból és meghaltak, másokkal a végkimerülés végzett, a többség mégsem hagyta abba a táncot. A halált hozó tánc városról városra terjedt. A kor orvosai értetlenül álltak a jelenség előtt. Az asztrológusok, az okkult tudományokban hívők bezzeg bőven találtak rá okot: volt, aki természetfeletti eredetet vélt felfedezni, mások a „rossz” bolygóállásban látták az okát. Az orvosok megpróbálták valamilyen realisabb érveléssel indokolni. Nem sok sikerrel. Közülük némelyek úgy mondták, a beteg testben „felforrósodik a vér”, ezt igyekszik hűteni a folya-

matos táncsal. A „pestistánc” pontos okait nemcsak a korabeli orvosok, hanem a mai kutatók sem tudják megnevezni, bár gyanítják, hogy köze lehet a kenyérsütéshez használt, anyarozszal fertőzött lisztnek. A mérgező, rozson élősködő gombák által termelt hallucinogén anyag táncra készítette a „fertőzötteket”. Mások a tömegpszichózisban látták a jelenség okát, amihez hozzájárulhatott az akkoriban gyakori éhínség és a más betegségek miatt kialakult fokozott stresszállapot is. A pestistánchoz hasonló tüneteket produkáló vitustánc vagy nyavalyatörés is ismert kórkép volt akkoriban, azt viszont már gyermekkorban megfigyelték. Az akkori orvosok a tüneteket „szervi idegbajként” aposztrofálták, jellemző megnyilvánulása volt a fej és a felsőtest gyors, ismétlődő, akarattól független, irányíthatatlan rángása.

L. I.



## Gyógyító talizmánok

A 11-12. századtól csaknem a felvilágosodás korának kezdetéig Angliában és Franciaországban az emberek többsége erőteljesen hitt abban, hogy királyuk kezének puszta érintése meggyógyítja a beteget, mert az uralkodók érintésének varázsereje van. A „gyógyító” érintéssel a király a test beteg területét simította végig, közben a francia király szent szavakat mormolt, az angol átszellemülten imádkozott. A rítus végén egy aranyérmét akasztottak a beteg nyakába. Ez az ajándék – ha a királyi érintéstől a beteg életben maradt, esetleg fel is gyógyult – további élete során talizmánként szolgált, amelyhez háláláig ragaszkodott.

Hidegkuti Alexa

## Miért lesz némelyekből oltástagadó?

Geneviève Beaulieu-Pelletier, a montreali Université du Québec klinikai pszichológia professzora 2021 szeptemberében megjelent tanulmányában elemzi a Covid-19-járvány hatására megjelent új jelenséget, az oltásellenességet, amely világszerte tömeges mozgalmakat indított útjára. Közülük nem egy rendkívül erőszakos módon próbál vélt igazának érvényt szerezni. A pszichológus tanulmányában a kiváltó okokat, azok eredetét elemzi.

„Klinikai pszichológusként eddig főként személyiség-, szorongás- és hangulatzavaroktól szenvedő felnőttekkel foglalkoztam, így a járvány kezdete óta az »első sorból« tapasztalhatom meg a hozzám fordulóknak szorongásait, frusztrációját, nyugtalanságát” – jegyzi meg bevezetőjében a professzor. Az említett pszichés tünetek tömeges megjelenésének okait vizsgálva megállapítható, hogy az oltás elfogadásának a megtagadása mögött igen összetett érzelmi skála fedezhető fel, amely minden egyes ember viselkedését és döntését másként befolyásolhatja.

### Több tényező az ellenállás elindítója

Azt, hogy vannak személyek, kisebb népcsoportok, akik általában ellenzik az oltásokat, eddig is tudtuk és tudomásul vettük, hogy vallási vagy egyéb (például a modern orvoslás minden formáját, így az oltásokat is mereven elutasító) okok miatt nem hajlandók beoltatni magukat, rosszabb esetben az egész családjukat. A lakosság nagy többsége viszont megszokta, hogy gyermekkor óta megkapja a védőoltásokat (némely országban kötelezően, másutt ajánlott módon), így a Covid-19-járvány előtt nem volt tömeges kifogás az oltások ellen. Éppen ezért, a mostani járvány idején sokakat meglepett az a sok ember által tanúsított ellenállás, amely az új vakcinákkal szemben megnyilvánult. A pszicho-

lógus szerint több tényező állhat az ellenállás hátterében. Ezek közül rendkívül fontos a tömegeket érintő információhiány, illetve a félreértések/árhírek gyors terjedése. Továbbá a különféle hírforrásokban nyilatkozó pandémiás szakértők egymásnak gyakran ellentmondó állításai, ami érthető, hiszen nekik is új, ismeretlen, a korábbi járványoktól sokban eltérő betegséggel kellett szembenéznük és arról közerthetően nyilatkozniuk. Kézenfekvő, hogy különböztek a vélemények, mert sok mindent még maguk a nyilatkozók sem értettek. Az általuk elmondottaktól elbizonytalanodó nézők, olvasók, hallgatók nem kaptak konkrét, egyértelmű választ arra, hogy miért szükséges feltétlen beoltatniuk magukat, és milyen következményekkel járhat annak az elmaradása.

### Zavaros téveszmék a közösségi térben

A megfelelő tartalmú, célirányos információ hiányán kívül egyéb okok is lehetnek az oltás beadatásának megtagadása hátterében. Ilyen például az indokolatlan szorongás, félelem az injekciós tűtől, az általa okozott képzelt fájdalomtól. Ennek a hibás viselkedésnek eredője lehet például egy gyermekkoros rossz kórházi élmény. Ugyanilyen téves félelmi reakció alakulhat ki a vakcina lehetséges mellékhatásaitól. Ezt a szorongást erőteljesen felerősítheti a közösségi média,



### Bizalomhiány fűti az ellenállást

A labilis érzelmvilágú, általában bizonytalan, kétkedő habitusú, erősen döntésképtelen személyek közül sokan a hivatalos szakértők által megfogalmazott vélemény helyett inkább a családjuk, a rokonságuk, a baráti körük tagjaira hallgatnak, mondanak bármit, bennük megbízhatnak. Amennyiben az általuk kedvelt személyek oltásellenesek, ők is azok lesznek. Az oltás elfogadása szempontjából fontos tényező lehet a világszerte megmutatókozó közbizalom hiánya is. Sokan nem a járvány elleni beoltást ellenzik, hanem az azt ajánlókat (kormányok, egészségipar, egészségügyi hatóságok stb.) nem bíznak. Úgy gondolják, sokszor becsapták már őket és embertársaikat, miért éppen most akarnának jót nekik.



## Szorongásból együttműködés

A betegségtől való szorongás, az egymásnak ellentmondó információk, a rémhírek és különösen az oltási igazolványok kiadásával járó, megkülönböztető helyzet némelyeket különös pszichés állapotba hozott. A korábbi szorongás, kétkedés átcsapott az oltott embercsoportok gyűlöletébe. Mivel oltási igazolvány híján néhány területen hátrányt szenvedhetnek (például nagy létszámú rendezvények, különböző szolgáltatások látogatási tilalma stb.), úgy gondolják, hogy ezért az igazolvánnyal rendelkező oltottakat kell hibáztatni, miattuk kerültek hátrányba az oltatlanok. Ez pedig éppen elegendő ok a gyűlölködéésre, amely az amúgy is labilis érzelmi állapotban lévő társadalmakat két részre szakítja. A különféle szigorító rendelkezések hatására ez a szakadék egyre csak mélyül. Az érzelmi reakció persze érthető, hiszen az embernél, mint társas lénynél, a valamitől való távoltartás kirekesztést, elutasítást jelent és ez némelyeket különösen érzékenyen érint. Úgy érzik, a társadalom kiteszítettjai lettek.

### Megingathatatlan oltáshívők

A hazai Társadalomtudományi Kutatóközpont egy gyorsjelentés erejéig szintén foglalkozik az oltásellenesség problémájával. Az *Oltottak és oltatlanok. Egy új társadalmi törésvonal nyomában* címet viselő értekezés szerzői (Bene Márton, Dobos Gábor és Tóth Tamás) tanulmányukban többek között megállapítják: az oltásellenesek körében végzett kutatás szerint sem az iskolai végzettség, sem az anyagi helyzet, de még a lakóhely típusa, illetve a politikai pártpreferencia sem mutat szignifikáns különbséget az oltottak táboráéval. A társadalmi pozíció szerint is minimális a véleménykülönbség, ami az életkornál kicsivel jobban megmutatkozik. Látványosabb a különbség az információikat kizárólag a Facebook-ról szerző, illetve a történelemsokról tágabb körből (például írott és elektronikus sajtó, nemzetközi szakirodalom olvasása vagy szakmai előadások meghallgatása stb.) informálódók. Egyetlen társadalmi csoport tagjai tartoznak az erőteljesen megingathatatlan oltáshívők közé: azoknak a családoknak a tagjai, akik elveszítették egy vagy több közeli rokonukat a Covid-fertőzés következtében.

ahol boldog-boldogtalan kifejtheti téveszméit (amelyek akár butaságból, akár rosszindulatból erednek), és azokkal másokat elriaszthat. Emlékezzünk vissza: a magyar kibertérben is milyen rettentő dolgok keringtek, a chipbeültetéstől az emberi génállományba való erőszakos beavatkozásig, vagy a túlnépesedett bolygó lakóinak, „háttérhatalmak” által való gyéritése végett elrendelt „szimpla” mérgezésig. Ha nem sikerült volna az oltás beadásakor várható „rémségeknek” elriasztania a bizonytalanokat,

akkor jöhetett a vakcinák hosszú távú „hatásainak” az emlegetése. Ezek között a „legszilidabbak” a női meddőség és a férfiak impotenciája volt.

Az oltásnak ellenállók külön csoportját alkotják a „macsó viselkedésű” egyének, akik azt feltételezik magukról, hogy olyan erős fizikai és szellemi állapotban léteznek, amely képes ellenállni egy vírusfertőzésnek. Szuper erős immunrendszerük pedig könnyedén legyőzi a Covid-támadást is. Ennek a csoportnak a tagjai – ellentétben más téveszméket tápláló csoportokéval –

tisztában vannak a betegség mivoltával, a járvány veszélyeivel, csak úgy gondolják, ők sérthetetlenek. „Egészséges vagyok, sosem voltam beteg, a ritka erős immunrendszerem megvéd engem a Covidtól is” – ámítják magukat és a környezetüket. Szép számmal vannak olyanok, akik az új vakcináktól tartanak, mert álláspontjuk szerint ilyen rövid idő alatt nem lehetett hatékony, ugyanakkor ártalmatlan oltóanyagot kikísérletezni és legyártani. Ezért inkább elkerülik az oltást.

L.I.

# Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja

2010 – 2020 – 2030

[www.egeszsegprogram.eu](http://www.egeszsegprogram.eu)



Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja  
2010 – 2020 – 2030

NÉPEGÉSZSÉGÜGYI PREVENCIÓN MAGYARORSZÁGON

— FÓKUSZBAN A MEGELŐZÉS —  
**GYERMEKEK - FIATALOK  
CSALÁDOK ÉVE**

76 SZAKMAI SZERVEZET ÖSSZEFOGÁSA

2020-2025

SZÉCHENYI 2020



## FOLYTATÓDIK A NÉPEGÉSZSÉGÜGYI PREVENCIÓN MAGYARORSZÁGON – ÚTON VAN A SEGÍTSÉG, GÖRDÜLŐ EGÉSZSÉGÜGY

Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogram 2010-2020-2030 (MÁESZ) hazánk legnagyobb humanitárius formában működő egészségvédelmi programja, mely a lakosság részére ingyenesen biztosítja a szűrővizsgálatok elvégzését új korszerű vizsgálati eszközökkel. A több mint egy évtizede zajló kezdeményezés 76 szakmai szervezet összefogásával sikeresen teljesítette a kitűzött célokat. Országosan 2214 helyszínen volt jelen, több mint 643 000 állampolgár ingyenes részvételét tette lehetővé. A program ezen időszakban 20 454 órát fordított prevencióra, 1 450 000 Egészség Könyvet adott ki, 524 528 információs prevenció csomagot biztosított a családok részére. A megvalósításban több mint 20 000 szakember vett részt országosan és a közel 8 millió elvégzett vizsgálat mellett több mint 18 millió a lakosság által kitöltött rizikó felmérési kérdőívet dolgozott fel, egységes adatkezelési rendszerben. A Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramja 2020-2025 időszakában a gyermekekre, fiatalokra, családokra fókuszál a „Fókuszban a megelőzés, Gyermek – Fiatalok – Családok Événél” keretében.

A Magyarországra érkező, a háború elől menekülő Ukrán és kárpátaljai családok részére humanitárius formában ingyenes egészségügyi szolgáltatást, szűrővizsgálatokkal egybekötött tanácsadást biztosít a Magyarország átfogó egészségügyi szűrőprogramja.

Ezúton is szeretnénk megköszönni az egészségügyi szakdolgozók áldozatos munkáját, mely hozzájárul a magyar lakosság egészségi állapotának javulásához. Ne feledjük, a szűrővizsgálat életet menthet.

## **CSATLAKOZZ HOZZÁNK!** **VÁRUNK TÉGED IS, SEGÍTSÜNK KÖZÖSEN CSALÁDOK EZREINEK!**



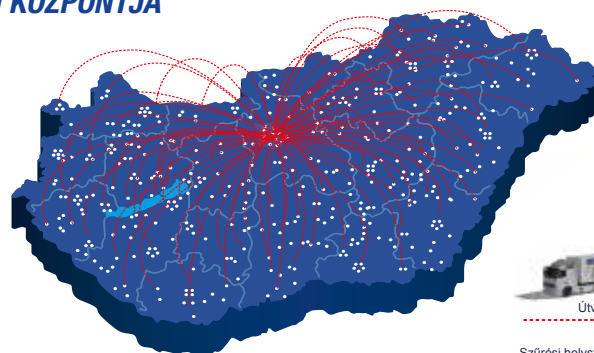
✓ **MAGYARORSZÁG LEGNAGYOBB MOBILDIAGNOSZTIKAI KÖZPONTJA**

✓ **ÚJ KORSZERŰ VIZGÁLATI ESZKÖZÖK,  
ÚJ TECHNOLÓGIÁK MEGISMERÉSE, ALKALMAZÁSA**

✓ **SZAKMAI ELISMERÉSEK ÉS TOVÁBBKÉPZÉSEK**

✓ **JÓ CSAPATSZELLEM, ÉRDEKES FELADAT ÉS KIHÍVÁS**

✓ **CSATLAKOZZ HOZZÁNK TE IS, VÁRUNK...**



Útvonal

Szűrési helyszínek és napok  
○

### **TOVÁBBI INFORMÁCIÓ:**

*A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara országos szervezeténél.*



# eLitMed.hu egészségügyi szakportál



eLitMed.hu  
A GYÓGYÍTÁS MŰVÉSZETE



Új megjelenéssel  
és kibővült szolgáltatásokkal  
várjuk Önt!

- Közel 10 000 teljes cikket tartalmazó adatbázis.
- Mobilon és tableten is könnyen elérhető.
- Cikkeinket terápiás területenkénti válogatásban is olvashatja.
- A böngészési eredményeit tárolhatja.
- Cikk, közlemények idézését segítő funkció támogatja tudományos, kutatói munkáját.



Az elitmed.hu hiteles, megalapozott, hasznos és naprakész szakmai információkat publikál a gyógyító-megelőző munkáról, a magas színvonalú gyógyításról, a társtudományokról, a kultúráról és művészetről.

Regisztrációt követően a portál tartalma minden orvostudomány iránt érdeklődő számára ingyenesen érhető el.

Az Ön véleménye is nagyon fontos számunkra!  
Köszönjük, ha észrevételeit, javaslatait, gondolatait megosztja velünk az [elitmed@lam.hu](mailto:elitmed@lam.hu) e-mail címen.