

Rozhovor s osobnosťou mesiaca Adriánou Kövérovou, dipl. s.

Adriána Kövérová sa narodila v Košiciach. Vyštudovala zdravotnícku školu v Košiciach, prvé štyri roky v odbore zdravotnícky asistent a následne tri roky nadstavbového štúdia ako všeobecná diplomovaná sestra. Hneď po skončení štúdia začala pracovať v diabetologickej ambulancii, kde pôsobí už 9 rokov. Venuje sa edukácii pacientov s diabetom, a to od zistenia ochorenia cez správnu liečbu, zdravú a vhodnú výživu až po povzbudenie v rôznych životných situáciách. Ako sama hovorí: „Keď prišla ponuka práce v ambulancii, rozhodla som sa hneď a verím, že na celý život. Moja práca ma naplňa a mám ju veľmi rada. V našej ambulancii sme veľmi dobrý kolektív, čo je tiež v práci nesmierne dôležité.“



Čo vás priviedlo k štúdiu na zdravotnej škole a k práci zdravotnej sestry? Bol to odjakživa váš sen, alebo vás inšpiroval nejaký vzor?

Už ako malá som sa hrávala na sestričku v nemocnici. Ošetrovala som všetky plyšové hračky, ktoré som mala. Pre štúdium na zdravotníckej škole som sa rozhodla nielen pre môj detský sen, ale aj preto, lebo

moja najstaršia sestra v mladom veku ochorela na cukrovku.

Venujete sa edukácii pacientov s diabetom. Čo je podľa vás najdôležitejšie v prístupe k pacientovi, ktorému bol práve diagnostikovaný diabetes, aby ste získali jeho dôveru a motivovali ho k spolupráci?

Práca s ľuďmi je veľmi náročná. Človek, ktorý sa rozhodol pracovať s ľuďmi, musí byť predovšetkým trpezlivý, milý a láskavý. Ja som sa naučila správať sa k ľuďom tak, akoby to bol niekto z mojej rodiny. Veľmi dôležitá je komunikácia s pacientom. Je dôležité, čo a ako povieť pacientovi, pretože nie každý pacient porozumie všetkému na prvý raz. K pacientovi treba pristupovať aj s úsmevom a ukázať mu, že sa na nás môže obrátiť v každej chvíli, keď to potrebuje.

Diabetes mellitus je chronické celoživotné ochorenie, s vašimi pacientmi sa stretávate dlhé roky, ste svedkami ich životných príbehov. Ktorý pacient bol pre vás najväčšou výzvou?

Každý z nás má svoj životný príbeh. Snažím sa, aj keď nie vždy je to časovo možné, si vypočuť pacienta, prípadne mu poradiť, ak sa dá. Je ťažké povedať, ktorý pacient bol pre mňa výzvou, pretože každý jeden pacient je iný, výnimočný a každý jeden pacient je jedinečná osobnosť. Každý má svoj osud, svoj život, svoje starosti, bolesti aj radosti. Kontakt s pacientom často funguje ako zrkadlo, ak sa naňho usmejete, tak vám ten úsmev prihrá naspäť. Ak už naozaj nemá síl na úsmev, aspoň odíde od nás s dobrým pocitom. Áno, v realite života sa vždy nájdu aj „nároční“ pacienti, ktorí nechcú čakať, chcú viac zdravotných pomôcok, ako im preplatí poisťovňa, ale ľudia a život je už taký, má veľa odtieňov a veľa farieb. Aspoň si potom dokážeme viac uvedomiť tie príjemné a krajšie stránky pri stretnutí s ľuďmi v našej práci.

Ako ovplyvnil COVID-19 starostlivosť o pacientov s diabetom v ambulancii, kde pracujete?

Samozrejme, aj v našej ambulancii ovplyvnil COVID-19 osobný kontakt s pacientom. U pacienta s diabetom je dôležitá edukácia a komunikácia. Naši pacienti počas pandémie chodia na odbery krvi a potom sa telefonicky informujú o výsledkoch a o ďalšom liečebnom postupe. Pacientov s neuspokojivou kompenzáciou a zhoršením ich výsledkov či zdravotného stavu voláme na osobnú návštevu. Titrácie dávok liekov, úpravy dávkovania inzulínu v pumpách realizujeme telemedicínsky. V prípade potreby liekov alebo zdravotnej pomôcky plne využívame elektronizáciu.

Pandémia COVID-19 urýchlila digitalizáciu spoločnosti. Aké nové spôsoby komunikácie s pacientom využívate v ambulancii, kde pracujete? Čo sa vám najviac osvedčilo - SMS, email, skype, whatsapp, iné?

Okrem telefonického kontaktu sa nám veľmi osvedčila e-mailová komunikácia a využívanie aplikácie skype pri používaní senzorov alebo inzulínových púmp.

Aj napriek vášmu vysokému pracovnému zaťaženiu venujete pacientom osobitný prístup a čas. V čom spočíva tajomstvo vašej trpezlivosti, láskavosti a energie?

Moje tajomstvo trpezlivosti, láskavosti a energie spočíva v milujúcej, chápavej a ústretovej rodine, v ktorej mám obrovskú oporu a podporu pri vykonávaní mojej práce. Veľkú zásluhu majú aj moje kolegyne a pani doktorka, s ktorou si veľmi dobre rozumiem a od ktorej som sa veľa naučila.

Máte nejaký vzor alebo motto, ktorým sa pri práci s pacientami riadite?

Motto, ktorým sa riadim nielen v práci, je: „Slovo má veľkú silu a dosah“.

Prezradte nám na záver niečo zo svojej životnej filozofie - čo vás naplňuje šťastím, ako relaxujete a kde dobíjate baterky?

Najväčším šťastím v mojom živote je moja rodina. Rada relaxujem v prírode a chodievam na prechádzky. Baterky mi dobíja dcérka Bibiánka, ktorá mi robí veľkú radosť.

*Ďakujeme vám za rozhovor
Odborná redakcia DIA News*