

## Rozhovor s osobnosťou mesiaca Mgr. Lenkou Brezničanovou

*Mgr. Lenka Brezničanová študovala na strednej zdravotníckej škole v Považskej Bystrici odbor zdravotnícky asistent. V štúdiu pokračovala na dennom bakalárskom štúdiu na Trnavskej univerzite v Trnave v odbore ošetrovatelstvo. Počas štúdia pracovala v priebehu letných prázdnin v rôznych ambulanciách (onkologická, interná, detská). Po ukončení štúdia začala pracovať na internom oddelení v Považskej Bystrici a zároveň externe študovala magisterské štúdium na Vysokej škole zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety v Bratislave v odbore ošetrovatelstvo. Neskôr dostala možnosť pracovať v diabetologicko-internej ambulancii, kde pracuje doteraz. Popri práci zároveň absolvovala certifikačnú pracovnú činnosť v odbore ošetrovateľská starostlivosť o diabetikov na SZU v Bratislave.*



## **Čo vás priviedlo k štúdiu na zdravotnej škole a k práci zdravotnej sestry? Bol to odjakživa váš sen?**

Spočiatku to môj sen nebol, skôr ma lákalo pedagogické štúdium. Ale keď sme na základnej škole preberali ľudské telo, boli tieto hodiny pre mňa veľmi zaujímavé a vždy som sa na ne tešila. A zároveň v tom čase môjmu otcovi diagnostikovali diabetes mellitus. A to už nebolo o čom rozmýšľať, cieľ bol jasný. Vedela som, že práca zdravotnej sestry je to pravé.

## **Pani Brezničanová, pomaly sa blíži koniec roku. Aký bol pre vás rok 2021?**

Tento rok, tak ako každý, je vždy v niečom výnimočný, iný. V tomto období, keď prevláda COVID-19, sa ukázal charakter mnohých ľudí, ukázalo sa, ako im záleží na vlastnom zdraví alebo na zdraví svojich blízkych, a to sa odrazilo aj v našej ambulancii. Verím, že postupne sa toto obdobie zlepší a ľudia budú vládnejší. Na pracoviskách sa bude pracovať pod menším stresom, bude menej zhonu a viac dobrej nálady.

## **Práca v diabetologickej ambulancii si vyžaduje nielen vysoké pracovné nasadenie, disciplínu, ale aj určité majstrovstvo. Ako zvládáte nápor pacientov, odbery, edukáciu a iné činnosti ambulancii, kde pracujete? Aké je vaše know-how?**

Pracujem v ambulancii, kde je naozaj veľa pacientov a ďalší neustále pribúdajú. U nás je presne stanovená organizácia práce, všetko si dopredu plánujeme, aby deň klapal ako hodinky. V ambulancii je tiež skvelá tímová spolupráca a v takomto prostredí sa pracuje veľmi dobre. A aj pacienti sú spokojní.

## **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?**

V prvom rade je dôležité nájsť si čas na pacienta, zamerať sa na dôkladnú edukáciu stravovania a zdravého životného štýlu. Do edukácie zapájame aj príbuzných. Edukácii pacientov sa venujeme hlavne v popoludňajších hodinách, keď je viac času a väčšina pacientov je vybavená. Komunikujem s pacientom citlivo a empaticky, aby dokázal prijať novú situáciu a vyrovnal sa s ňou.

## **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?**

Mojou najväčšou výzvou je môj otec, ktorý je aj našim pacientom. Práve on bol mojou motiváciou, ktorá ma poháňala vpred počas štúdia. Chcela som mu dopriať pocit, že aj keď je pacient na intenzifikovanom režime, dokáže viesť kvalitný život bez väčších obmedzení. Je to dôsledný pacient a pri liečbe spolupracuje tak, ako sa od pacienta vyžaduje. Aj keď musím priznať, že som naňho veľmi prísna.

## **Aj napriek vysokému pracovnému zaťaženiu vždy vítate pacientov s úsmevom. V čom spočíva tajomstvo vašej trpezlivosti, láskavosti a energie?**

Práca zdravotnej sestry je náročná hlavne po psychickej stránke. Stretávame sa dennodenne s rôznymi ľuďmi, ktorí nie sú vždy milí a ústretoví. Dôležité je pristupovať ku každému pacientovi individuálne, zodpovedne a empaticky. Veľmi povzbudzujúca je spätná väzba od pacientov, ktorým sa zdravotný stav zlepšil, dosiahli lepšie výsledky, sú vďační a spolupracujú. To je veľmi veľká motivácia v tomto náročnom a zároveň krásnom povolaní.

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

Mojím šťastím je moja rodina a môj pes. Mám rada chvíle, keď sme všetci spolu na chalupe v krásnom prostredí Manínskej tiesňavy. To je môj skutočný relax a dobitie bateriek na sto percent.

Ďakujeme vám za poskytnutie rozhovoru  
*Odborná redakcia DIA News*