

Rozhovor s osobnosťou mesiaca MUDr. Janou Horváth-Berčíkovou

MUDr. Jana Horváth-Berčíková je úspešnou absolventkou Lekárskej fakulty UK v Bratislave. Jej prvým pracoviskom sa stalo Interné oddelenie v Rimavskej Sobote, kde neskôr získala prvú atestáciu z internej medicíny. Potom prijala ponuku práce na internej klinike v Zlíne. Počas tohto obdobia získala špecializácie z diabetológie a z endokrinológie. Neskôr začala pracovať v endokrinologickej ambulancii nemocnice v Rimavskej Sobote a súčasne v diabetologickej ambulancii v Hnúšti. Pracuje aj v endokrinologickej ambulancii v Lučenci a zároveň v diabetologickej ambulancii v Hnúšti.



Vážená pani doktorka, čo vás priviedlo k medicíne a špeciálne k diabetológii?

Už od detstva som túžila byť lekárkou, nemala som žiadny záložný plán, ak by to s medicínou nevyšlo, a tak som tomu podriadilo všetko. Po atestácii z internej medicíny som zvažovala odbor kardiológia alebo diabetológia. Definitívne som sa rozhodla pre diabetológiu, keď som začala pracovať na internej klinike v Zlíne, kde má diabetológia dlhú tradíciu. Stala som sa súčasťou tímu ich diabetologického centra a som veľmi rada, že som mala možnosť pracovať a učiť sa práve tam. A keďže sme na klinike riešili aj veľa pacientov s endokrinnými ochoreniami, tak sa mi zdalo prirodzené doplniť si aj špecializáciu z endokrinológie.

Máte bohaté skúsenosti s liečbou diabetu. Čo osobne považujete za najdôležitejšie v liečbe pacienta s diabetom?

Myslím, že je veľmi dôležité, aby sa pacient vo veľkej miere sám podieľal na liečbe. Nestačí, že pacient bude užívať lieky, aplikovať si inzulín, dôležité je upraviť stravovacie návyky, zvýšiť pohybovú aktivitu, a to je častý problém. Diabetes nebolí, preto sa snažím pacientom vysvetľovať, prečo sú všetky liečebné úkony dôležité, aby sme dosiahli stanovené ciele a vyhli sa, respektíve oddialili komplikácie ochorenia.

Manažment diabetologickej ambulancie vyžaduje nielen vysoké pracovné nasadenie, disciplínu, ale aj určité majstrovstvo. Ako zvládáte nápor pacientov, odbery, edukáciu a iné činnosti vo vašej ambulancii? Aké je vaše *know-how*?

Pacientov s diabetom pribúda a naše ambulancie sú naozaj preťažené. Bez spolupráce so skúsenými sestrami, ktoré koordinujú chod ambulancie, objednávanie pacientov, realizujú odbery, edukujú pacientov, dokážu posúdiť, čo je potrebné riešiť akútne, by to nebolo možné zvládnuť.

Diabetológia zaznamenala za posledných desať rokov obrovský rozvoj. Ako by ste charakterizovali vaše možnosti dnes v porovnaní so situáciou pred desiatimi rokmi? Ako vidíte budúcnosť diabetológie? Prídu na trh lieky alebo technológie, ktoré vyliečia diabetes?

Pokrok v liečbe diabetu je za posledných desať rokov obrovský. V súčasnosti máme k dispozícii lieky, ktoré nielen upravujú glykémiu, ale aj znižujú hmotnosť pacientov a hlavne znižujú kardiovaskulárne riziká pacientov s diabetom, čo je rovnako dôležité v liečbe diabetu, a to je úžasné. Máme možnosť ušetriť pacientovi liečbu na mieru s ohľadom na jeho komorbidity, prípadne už prítomné komplikácie diabetu. A čo sa týka budúcnosti, veľký pokrok sme zaznamenali aj v nových technológiách, či už v monitoringu glykémií, inzulínových púmp, a tiež sa pravdepodobne dočkáme nových, ešte účinnejších liekov pre diabetikov 2. typu a takisto nových inzulínov. Ale stále platí, že sa musíme zamerať na prevenciu, včasnú diagnostiku a včasnú liečbu diabetu.

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?

Vždy ma teší, keď nielen ja ako lekár považujem liečbu za účinnú a úspešnú, ale hlavne to, ak je pacient spokojný, ak sám zaznamená zlepšenie svojho zdravotného stavu, či už je to zlepšenie laboratórnych výsledkov, redukcia hmotnosti, zlepšenie kvality života. Každý pacient je v tomto pre mňa výzva.

Práca lekára, diabetológa si vyžaduje veľké nasadenie a časovú vyťaženosť. Ako sa vám darí udržiavať si vnútorný pokoj a elán v každodennej práci?

Snažím sa mať optimistický pohľad, nepodliehať zlým náladám. Svoju prácu mám veľmi rada, ale tiež je pre mňa dôležité vypnúť a venovať sa mimo práce iným činnostiam. Rodina je v tomto ohľade pre mňa ten potrebný relax. Máme 8-ročnú dcéru, tak sa snažím venovať jej čo najviac času. Máme radi spoločné prechádzky s našimi dvoma psami, v lete výlety na bicykloch, plávanie, v zime korčuľujeme a lyžujeme. To je to, kde oddychujem a čerpám energiu.

Zároveň si rada pozriem dobrý film alebo seriál a veľmi amatérsky sa zaujímam o interiérový dizajn.

Pomaly sa blíži koniec roka. Ako by ste charakterizovali rok 2021 a čo by ste si priali pre seba, svojich blízkych, ale aj pre vašich kolegov, čitateľov Dia News do roka 2022?

Každý rok si prajem, aby ten nadchádzajúci bol lepší ako ten predchádzajúci. A to si prajem aj teraz. Tak ako pre seba, pre svojich blízkych, aj pre všetkých kolegov si prajem hlavne zdravie, optimizmus a energiu pri každodennej práci.

Ďakujeme vám za rozhovor.

Odborná redakcia DIA News