Rozhovor s osobnosťou mesiaca

Zuzanou Gálovou

Zuzana Gálová sa narodila v Banskej Bystrici, zhodou okolností v nemocnici, kde sa momentálne nachádza SUSCCH. Po základnej škole začala študovať na Strednej zdravotníckej škole (SZŠ) v Banskej Bystrici – odbor všeobecná sestra. Po maturite nastúpila do nepretržitej prevádzky na oddelenie traumatológie, kde pracovala 9 rokov. Po návrate z materskej dovolenky nastúpila do SUSCCH, kde pracuje doteraz.

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

Nebol to môj sen byť zdravotnou sestrou, vždy som chcela byť učiteľkou v materskej škole, ale škola bola mimo Banskej Bystrice. Moja mamina ma nahovorila, aby som išla na SZŠ, odbor detská sestra, že budem môcť robiť v jasliach. A tak bolo rozhodnuté. Išla som na prijímacie pohovory a prijali ma. Škola ma úplne nadchla, aj keď prvý ročník bol náročný, ale zlom prišiel v druhom ročníku, keď sme začali chodiť na prax do nemocnice. Vtedy som zistila, že škola, do ktorej chodím, bude mojím poslaním a zamestnaním. Čiže môžem ďakovať mamine, že ma takto nasmerovala.

Venujete sa edukácii pacientov s kardiovaskulárnymi ochoreniami. Čo je podľa vás najdôležitejšie v prístupe k pacientovi, ktorý prekonal kardiovaskulárnu príhodu a má potvrdenú hypercholesterolémiu, aby ste si získali jeho dôveru a motivovali ho k spolupráci?

Každý pacient je individuálny, preto sa nedá ku každému pristupovať rovnako. Niekomu stačí povedať: Máte zvýšené hodnoty parametrov v krvi. Pacient nerieši, naordinovanú liečbu prijme a užíva, chodí na pravidelné odbery krvi a na kontroly. Potom sú pacienti, ktorí majú obavy, možno ani sami nevedia, z čoho, len niečo od niekoho počuli (napr. čítali na internete o nežiaducich účinkoch niektorých liekov). Potom sú takí, ktorí si myslia, že na nich ideme niečo experimentálne skúšať. Určite je veľmi dôležitá dôvera sestra – pacient. Keď je dôvera, pacient ľahšie prijíma naše rady a spolupráca je jednoduchšia.

Kardiovaskulárne ochorenia sa často manifestujú dramaticky, ste svedkami životných príbehov vašich pacientov. Ktorý pacient bol pre vás najväčšou výzvou?

Bolo ich veľmi veľa, ale jeden mi ostane v spomienkach navždy. Nedávno bol na plánovanej kontrole a aj

sme spolu spomínali, ako k nám prvýkrát prišiel. Šlo o muža v produktívnom veku, pracujúceho do momentu, keď k nám prišiel na urgentný príjem, ktorý bol niekedy súčasťou našej ambulancie, bez vážnejších ťažkostí. Išiel z pracovnej cesty a nejako zvláštne sa cítil, nemal typické príznaky infarktu myokardu (IM). Vôbec nevyzeral, že by mu niečo bolo, usmieval sa, prišiel autom, ktoré sám šoféroval. Učili sme sa v škole o príznakoch IM, ale tento pán sa tomu úplne vymykal. Preto sme mu natočili EKG a odvtedy už z lôžka nevstal. Mal totiž zmeny na EKG, ktoré poukazovali na IM, preto sme mu napichli žilu, podali lekárom naordinovanú základnú terapiu pri IM, kontaktovali naše pracovisko intervenčnej kardiológie, kam bol pacient prevezený. Urobili mu koronarografiu, pri ktorej našli upchatú cievu. Tú mu pomocou katétra spriechodnili, a tým zachránili život. Pán chodí na pravidelné kontroly, dodržiava naordinovanú terapiu aj režimové opatrenia a každý polrok sa stretávame.

Je o vás známe, že ste vynikajúco zorganizovaná a napriek vysokému pracovnému zaťaženiu vždy vítate pacientov s úsmevom. V čom spočíva tajomstvo vašej trpezlivosti, láskavosti a energie?

Moja práca je pre mňa poslaním. Každý deň sa snažím byť dobre naladená, lebo aj ja mám rada, keď sa na mňa ľudia usmievajú, pekne sa pozdravia, poprajú pekný deň. Veď úsmev a pekné slovo je niekedy viac ako päť tabletiek. A keď vám pacient povie: „Sestrička, ďakujem za váš úsmev, ide z vás pozitívna energia“, potom ste ako slniečko. Dobre sa to počúva a hlavne nás to nič nestojí.

Denne sa stretávate s pacientmi, ktorí začali myslieť na svoje zdravie príliš neskoro. Dovoľte nám preto osobnú otázku, ako si udržiavate kondíciu a čo robíte pre svoje srdce?

Snažím sa stravovať striedmo, cvičím, behám, chodím sa otužovať – kúpať do studenej vody.

Prezraďte nám na záver niečo zo svojej životnej filozofie. Čo vás napĺňa šťastím, ako relaxujete a kde dobíjate baterky?

Milujem život, milujem svoju rodinu, moje deti, mojich psov a moje mačky. Baterky dopĺňam v prírode na túrach, pri prechádzkach s mojimi psami. A každé ráno sa poďakujem, že som sa zobudila.

Ďakujeme vám za rozhovor
Odborná redakcia KARDIO News

Páčil sa Vám rozhovor?

Stiahnuť rozhovor