

## Rozhovor s osobnosťou mesiaca Janou Lukačikovou

Jana Lukačiková pochádza, žije a pracuje v malom mestečku Medzilaborce. Navštevovala základnú školu Komenského v Medzilaborciach, strednú školu absolvovala vo Svidníku. Po ukončení štúdia začala pracovať v lekárni, kde sa po 13 rokoch rozhodla pre zmenu a prijala ponuku práce v interne a kardiologickej ambulancii MUDr. Hrabovčínovej. V ambulancii pracuje vyše päť rokov a ako sama hovorí, prácu s ľuďmi by nemenila. Je vydatá a má dvoch synov vo veku 23 a 11 rokov.



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

Som zo zdravotníckej rodiny a už od malička som sa pohybovala v mne dôverne známom prostredí. Moja matka pracovala ako zdravotná sestra a neskôr ako záchranárka. Snívala som o tom, že aj ja raz budem pomáhať ľuďom a pracovať v zdravotníctve. V tom čase sa

mi veľmi páčili uniformy sestričiek. No a keď prišla otázka, akú strednú školu si vyberiem a ktorým smerom sa chcem v živote uberať, tak som ani na chvíľu nezaváhala. Som veľmi rada, že to tak doteraz je.

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?

Najdôležitejšie v prístupe k pacientom je byť milý, ústretový a keď treba, tak veci aj viackrát vysvetliť. Viete, kým je človek zdravý, alebo má „len“ zvýšený cholesterol, tak to veľmi riešiť nechce, alebo sa bojí brať lieky. Mne v edukácii pomáha to, že ja sama sa liečim na familiárnu hypercholesterolémiu – tabletkami a aj injekciami. A výsledky sú výborné.

2

Ak sa pacienti pýtajú, alebo si s niečím nevedia rady, prípadne im niekto zle poradil, tak vedia, že aj ja zápasím s ochorením a určite sa im budem snažiť dobre poradiť. Často im priamo vysvetlím, aké sú prínosy a s čím môžu v liečbe rátať.

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

Je to paradox, ale najväčšou výzvou bol pre mňa môj známy – kamarát, ktorý v tom čase prekonal infarkt myokardu. Keď ho od obvodného lekára dovezli doslova na vozíku pred dvere našej ambulancie, rýchlo sme mu zmerali EKG a pani doktorka mi v tom momente povedala, aby som volala záchranárov s vrtuľníkom. Srdce mi bilo ostošesť a po prvýkrát

som sa veľmi bála. Vrtuľník rýchlo priletel a kamaráta hneď transportovali do kardiocentra v Prešove.

O pár dní sa nám sám ozval, že je ako-tak v poriadku, bola to obrovská úľava. Po prepustení sme ho sledovali, robíme tak dodnes a sme veľmi radi, ako sa mu dobre darí.

Ako sa vám darí aj napriek vysokému pracovnému zaťaženiu pacientov vždy vítať s úsmevom? V čom spočíva tajomstvo vašej trpezlivosti, láskavosti a energie?

Priznám sa, že to nie je vždy ľahké. Niektorí pacienti sú špecifickí a niekedy aj veľmi nároční, ale sme skvelý a zohratý kolektív: pani doktorka Tánička, kolegyňa Želka, moja maličkosť a šéf Laco. Rozumieme si navzájom a čo je dôležité, vždy stojíme pri sebe.

---

3

Zároveň som kresťanka, a tak sa snažím byť každému nápomocná a vidieť v ňom hlavne to dobré. A aj v ťažkej situácii hľadať pozitívum, vieru a nádej.

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?

Kým som nepracovala v kardiologickej ambulancii, tak som to príliš neriešila, ale denne sa stretávať s toľkými ľuďmi s kardiovaskulárnymi problémami, NCMP, nadváhou, obezitou, diabetom a inými zdravotným problémami, to ma presvedčilo, že treba začať ihneď a urobiť pre svoje zdravie viac a bez výhovoriek. Preto aktívne cvičím, venujem sa rýchlej chôdzi a aj čo sa týka jedálneho lístka, tak sa snažím žiť zdravo.

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

Pre mňa ja obrovským šťastím moja skvelá rodina, manžel, ktorý je tu stále pre mňa, synovia a naša vzájomná láska. Relaxujem pri cvičení a stretnutiach s rodinou a priateľmi a baterky dobíjam v kaplnke presvätej Bohorodičky Krásnobrodскеj.

*Ďakujeme vám za rozhovor*

*Odborná redakcia KARDIO News*