

Rozhovor s osobnosťou mesiaca Katarínou Frenkovou

Katarína Frenková sa narodila v malej dedinke na Záhorí. Po ukončení základnej školy študovala na Strednej zdravotnej škole v Bratislave. Po štúdiu nastúpila do Detskej fakultnej nemocnice v Bratislave na oddelenie detského kardiocentra. Potom pracovala v domove sociálnych služieb v Plaveckom Podhradí a od roku 2012 pracuje v kardiologickej ambulancii nemocnice v Malackách.



1

Predstavíte našim čitateľom ambulanciu, v ktorej pracujete a spektrum pacientov, čo sa týka spádu, veku a problémov, pre ktoré k vám prichádzajú?

V kardiologickej ambulancii v nemocnici v Malackách pracujem už vyše 10 rokov. Do našej ambulancie prichádzajú pacienti od 18 rokov z celého okresu. Ich ochorenia často súvisia s vysokým krvným tlakom. Ďalej sú to pacienti, ktorí absolvovali operácie srdca, ale najmä pacienti po infarktoch myokardu.

Hypercholesterolémia je hlavnou príčinou ateroskleroticky podmienených kardiovaskulárnych ochorení. Vedeli by ste odhadnúť, u koľkých percent pacientov sa stretávate s týmto problémom?

Odhadom ide o 80 percent našich pacientov, pretože u každého vyšetreného pacienta robíme lipidový profil.

Venujete sa edukácii pacientov, ktorí začínajú biologickú liečbu PCSK9 inhibítormi. Vážia si pacienti, že majú prístup k takejto modernej a účinnej liečbe, či sa stretávate aj s odmietavým postojom? A ako hodnotia pacienti liečbu po čase?

Edukácii pacientov, ktorí začínajú liečbu inhibítormi PCSK9, sa venujem už mnoho rokov. Samozrejme, pri liečbe vysvetľujem pacientom, aké dôležité je dodržiavať diétu. Pacienti si vážia náš osobitý prístup, možnosť zaškolenia pri podávaní injekcií, ako i informovanosť o výsledkoch liečby a vyzdvihnutie injekcií. Uvedomujú si, že je to nová moderná liečba, ktorá im pomáha predchádzať opätovnému infarktu myokardu a umožňuje dosahovať cieľové hodnoty LDL-cholesterolu. Nemajú vedľajšie účinky, ktoré sa u nich objavovali pri užívaní statínov.

No a ako hodnotia liečbu pacienti? Tí sú s liečbou veľmi spokojní, pretože dosahujú oveľa lepšie výsledky hladín LDL-cholesterolu. Vďaka tomu sú aj motivovanejší, pretože sú v liečbe úspešní. Za roky možnosti podávania tejto liečby sme sa v ambulancii stretli len s minimom pacientov, ktorí by liečbu odmietli. V drvivej väčšine skôr šlo o strach z podávania injekcií.

Kardiovaskulárne ochorenia patria medzi civilizačné ochorenia, na rozvoji ktorých sa podieľajú aj ovplyvniteľné rizikové faktory. Aký je váš názor na obéznych pacientov, ktorí navyše fajčia, majú sedavý spôsob života a nedokážu v sebe nájsť motiváciu na zmenu prístupu k životu a zdraviu? V dnešnej uponáhľanej dobe je obéznych mnoho mladých, ale, žiaľ, hlavne detí. Je mi veľmi smutno, keď to vidím a hovorím si, že ak to dieťa nezmení prístup, tak skončí u nás v ambulancii... Sčasti za to u detí môžu hlavne ich rodičia, pretože nie sú deťom príkladom. Nemajú čas na šport, pohybovú aktivitu a hlavne vyváženú stravu.

Neuvedomujú si, že tento vzorec správania si do života zoberie aj ich dieťa a bude sa mu veľmi ťažko meniť to, čo má zaužívané.

U dospelých je to v drvivej väčšine spôsobené stresom – veľa práce, povinností a málo pohybu. Často sa stretávame s názorom, že teraz toho mám veľa, nemám čas na šport a ani na seba, no a potom si uvedomia, že treba zatiahnuť ručnú brzdu – ale až vtedy, keď už je príliš neskoro.

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

Spomínam si na jeden veľmi náročný prípad. Bol to dokonca náš rodinný priateľ. Mladý 28-ročný chalan prišiel za mnou do ambulancie, že sa necíti dobre. Mal bolesti na hrudníku. Po EKG, echokardiografii a odberoch sa zistil infarkt myokardu. Hneď ho hospitalizovali v našej nemocnici na oddelení JIS, kde mu bola podaná liečba a na druhý deň ho previezli na vyšetrenie koronarografiou do NÚSCH v Bratislave. Našťastie sa nepotvrdil rozsiahly infarkt. V jeho prípade to bolo so šťastným koncom a dokonca si z toho zobral ponaučenie, pretože prehodnotil svoj život, prestal fajčiť, začal viac športovať a hlavne zmenil životný štýl.

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 jesť vyváženú a kvalitnú stravu. Rada bicyklujem, mám veľmi rada turistiku a hlavne mám milujúcu rodinu, preto pri mojich aktivitách nikdy nemám núdzu o dobrých tréningových partnerov.

Keby ste mali dať radu vašej mladšej kolegyni, ktorá práve začína pracovať v kardiologickej ambulancii, aká by bola?

Dôležité je aj pri vysokom pracovnom vyťažení nezabúdať, že s úsmevom sa dá vždy všetko zvládnuť. Ku každému pacientovi treba pristupovať individuálne. Pri ťažkých životných príbehoch našich pacientov je potrebné pacientov vypočuť a niekedy aj poradiť. A nepodceniť kvalitnú edukáciu pacientov.

Ďakujeme za rozhovor

Odborná redakcia KARDIO News