

Rozhovor s osobnosťou mesiaca Danou Špalkovou

Dana Špalková vyštudovala Strednú zdravotnícku školu v Žiline, odbor všeobecná sestra. Po ukončení štúdia začala pracovať na oddelení akútnej a intenzívnej medicíny u Milosrdných bratov v Bratislave. Po návrate z materskej dovolenky nastúpila na chirurgické oddelenie v Žiline a od roku 2008 pracuje v súkromnej kardiologickej ambulancii na poliklinike Medivasa v Žiline.



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

Pracujem v súkromnej kardiologickej ambulancii na Poliklinike Medivasa v Žiline už 15 rokov, z toho takmer 4 roky aj ako vrchná sestra.

Našu ambulanciu navštevuje široké spektrum pacientov. Čoraz častejšie vyhľadávajú našu pomoc pacienti mladší ako 30 rokov s veľmi vážnymi ochoreniami srdca.

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

Je pravda, že hypercholesterolémia je hlavnou príčinou ateroskleroticky podmienených kardiovaskulárnych ochorení. Myslím, že u 90 percent našich pacientov sa stretávame s týmto problémom. Jednou z hlavných príčin je súčasný životný štýl. Mnoho pacientov má sedavý spôsob života, zlú životosprávu a keď k tomu pridáme psychickú nepohodu, ktorá vládne súčasnému svetu, problém máme na svete.

Okrem ďalších povinností sa venujete aj 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?

2

Biologická liečba s PCSK9 inhibítormi má u pacientov dobrý ohlas. Neustály pokrok v medicíne, jednoduchá a pohodlná aplikácia injekčného pera v 300 mg verzii jedenkrát mesačne vytvára u pacientov pocit spokojnosti. Pravidelné odbery LDL-cholesterolu majú klesajúcu tendenciu, a to je výsledok dobrej liečby.

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?

Ku každému pacientovi musíme pristupovať individuálne. Určite by väčšina z nás chcela byť krásna, štíhla, zdravá a veľakrát nám to napriek snahe nie je dopriate. Ale sedieť a nadávať na celý svet, neurobiť nič pre svoje zdravie, to určite nepodporujem. Chválím každého obézneho pacienta, ktorému sa podarí schudnúť čo i len jeden-dva kilogramy. Je to cesta a ak sa po nej vydajú, dokážu výrazne zmeniť kvalitu svojho života.

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

Robím v kardiologickej ambulancii, kde sa ani ja, ani lekár nebojíme výziev. Preto sa mnohokrát staráme o pacientov s veľmi zložitým zdravotným stavom, z čoho vyplýva aj ťažká životná situácia. Nemám jedného konkrétneho pacienta, ktorý by mi priamo utkvел v pamäti. Ku každému sa snažím pristupovať bez rozdielu, snažím sa byť priateľská, spravodlivá, nápomocná a tak ich mám všetkých nielen v pamäti, ale aj v srdci.

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

Mám veľmi rada prírodu a pohyb. Každá forma turistiky ma nadchýna a vediem k tomu spolu s manželom naše dve deti. V zime bežkujem, chodím sa s manželom a so synom otužovať. V lete chodievam do práce na bicykli. Aj ja však mám obdobia v živote, keď nemám náladu na tieto krásne aktivity. Mnohokrát za to môže aj vyčerpanie z práce či bežného života.

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

Nedaj sa nikdy znechutiť prístupom jedného negatívne naladeného pacienta. Veď koľko spokojných pacientov odchádza denne z našej ambulancie? Môžem tvrdiť, že takmer všetci, hoci sa vždy nájde niekto, kto má chuť skúšať moje nervy a trpezlivosť.

A na záver moje obľúbené heslo, ktoré mám vyvesené aj na dverách ambulancie: Každá návšteva nám prináša radosť. Niektorá, keď príde, niektorá, keď odíde.

Ďakujeme za rozhovor

Odborná redakcia KARDIO News