

Rozhovor s osobnosťou mesiaca

Mgr. Gabrielou Barillovou

Mgr. Gabriela Barillová sa narodila v Kežmarku. Po získaní stredného odborného vzdelania v odbore obchod a podnikanie na Dievčenskej odbornej škole Poprad-Veľká začala pracovať na rôznych pracovných pozíciách. Neskôr sa rozhodla pre rozšírenie vzdelania a večernou formou vyštudovala strednú zdravotnícku školu v Poprade. Začala pracovať ako zdravotnícky asistent v ambulancii u všeobecného lekára vo Svite. Vzdelanie si ďalej rozšírila o bakalárske štúdium na Vysokej škole zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety v Rožňave v odbore ošetrovatel'stvo, po ktorom pracovala ako sestra až do zániku ambulancie. Neskôr pracovala ako úseková sestra v zariadení pre seniorov v Kežmarku, odkiaľ prestúpila do ambulancie všeobecného lekára v Podolínci. Počas tejto práce absolvovala externé magisterské štúdium v odbore ošetrovatel'stvo na vysokej škole v Rožňave. Neskôr začala pracovať v diabetologickej ambulancii v Poprade, kde rozširuje svoje vedomosti formou seminárov alebo webinárov a spolupracuje s lekárom na klinických štúdiách.



Čo vás priviedlo k štúdiu na zdravotnej škole a k práci zdravotnej sestry?

Bol to odjakživa váš sen alebo vás inšpiroval nejaký vzor?

Stať sa sestrou nebolo mojím snom odjakživa. Počas práce pri masážnych lôžkach som sa vnútorne stotožnila s tým, že pomáhať ľuďom v ich bolestiach a ochoreniach by mohlo byť mojím povoláním. Preto som sa rozhodla pre štúdium ošetrovateľstva na strednej a neskôr aj na vysokej škole.

Čo je podľa vás najdôležitejšie v prístupe k pacientovi, ktorému bol práve diagnostikovaný diabetes, aby ste si získali jeho dôveru a motivovali ho k spolupráci?

Dôležitý je empatický prístup sestry k pacientovi. Ak si pacient uvedomí, že sestra má naozajstný záujem o riešenie jeho zdravotného problému a chce mu pomôcť, tak bude prístupnejší radám sestry a lekára. Ale len to nestačí. Bolo by ťažké získať si jeho dôveru, ak by musel čakať v čakárni niekoľko hodín, ak by sa stretol s problémami pri realizácii ošetrovateľských postupov, prípadne s nevraživým prístupom. Nekonfliktné vzťahy a harmónia medzi lekárom a sestrou prispievajú k priaznivému dojmu.

2

Diabetes mellitus je chronické celoživotné ochorenie. S vašimi pacientmi sa denne stretávate, ste svedkami ich životných príbehov. Ktorý pacient bol pre vás najväčšou výzvou?

Ťažko povedať, počas mojej praxe som sa nestretla s takým prípadom, ktorý by bol špeciálny z hľadiska výzvy. Je možné povedať, že výzvou je pre mňa každý pacient. Je ideálne, aby odchádzal z ambulancie spokojný s presvedčením, že len medikamentózna liečba nestačí, ale veľa k tomu musí spraviť aj on sám – „*spolu to dáme*“. Záleží mi na tom, aby mal každý pacient pocit, že je jeho zdravotný stav dôležitý, že nemusí mať strach a aby bol pochválený za každú maličkosť, ktorou prispieje k svojmu zdraviu.

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

Myslím si, že je to otázka povahy, istých vrodených dispozícií, pohľadu na svet, na život. S úsmevom mi ide práca ľahšie, deň je o to krajší, no ťažko na to vymyslieť nejaký manuál. Veľmi dôležitý je pocit zadosťučinenia, keď na konci dňa zatváram dvere ambulancie, hoci aj unavená.

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 zdravie?

Musím povedať, že po príchode domov som celkovo unavená a mentálne vyžmýkaná a tak je pre mňa dôležitý spánok, preto si hodinku-dve pospím. Vzhľadom na to, že mám dlhodobé problémy s chrbticou, asi polhodinu denne cvičím cviky odporúčané fyzioterapeutom, ku ktorému chodievam dvakrát mesačne. Snažím sa racionálne stravovať a chodievam na prechádzky so psíkom.

3

Keby ste mali dať radu mladšej kolegyni, ktorá iba začína pracovať v diabetologickej ambulancii, aká by bola?

Najdôležitejšia zo všetkého pri práci sestry v ambulancii je organizácia práce. Bez toho, aby si prácu dobre zorganizovala, nemôže byť zabezpečený chod ambulancie. Musí byť manuálne zručná, denne sa v ambulancii urobí niekoľko desiatok odberov krvi, musí vedieť komunikovať s pacientom (edukácie o životospráve, o obsluhu glukomerov, inzulínových pier, o aplikácii subkutánnych injekcií, o zavedení senzorov). A musí byť šikovná, pretože tento kolotoč je potrebné zvládnuť v určitom čase.

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

Najväčšou nabíjačkou bateriek sú pre mňa teplé letné dni, horúce slnko a voda. Je to čas, keď môžem tráviť čas so svojou rodinou pri bazéne, pri mori alebo grilovačkami na záhrade. O moje šťastie sa starajú aj tri mačky, ktoré podľa staroegyptskej mytológie odháňajú odo mňa všetkých zlých duchov a svojim pradením mi dodávajú pozitívnu energiu.

Ďakujeme vám za rozhovor

Odborná redakcia DIA News