

Rozhovor s osobnosťou mesiaca

Bc. Miroslavou Farkašovou

Bc. Miroslava Farkašová sa narodila v Topoľčanoch. Základnú školu absolvovala v rodnej obci v Krušovciach. Strednú zdravotnícku školu sv. Vincenta de Paul navštevovala v Topoľčanoch. Po úspešnom ukončení strednej školy pracovala ako setra na internom oddelení v Partizánskom, neskôr v ortopedickej ambulancii a posledných desať rokov pracuje ako sestra v diabetologickej ambulancii s MUDr. Luciou Bilikovou. Popri práci v diabetologickej ambulancii si rozšírila svoje vedomosti a získala bakalársky titul v oblasti sociálnej práce. Okrem práce v diabetologickej ambulancii vypomáha aj na internom oddelení. Je matkou dvoch detí, dvadsaťpäťročného mládenca a desaťročného dievčatka, ktoré sú zmyslom jej života.



1

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

Bol to odjakživa váš sen alebo vás inšpiroval nejaký vzor?

Možno je to klišé, ale práca sestry bola mojím snom. Ako dieťa som bývala dosť chorľavá a opakovane hospitalizovaná, stále sa okolo nás pacientov vrteli sestričky. Obdivovala som každý ich krok či slovo. Boli pre mňa ako anjeli bez krídel. Tak som zatúžila byť jedným z nich. Cieľavedome som išla za svojím snom a nebanujem.

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?

Myslím, že v prvom rade je to ľudskosť, pokoj, určitá dávka profesionality a tiež aj troška humoru. Ani jeden pacient nechce diabetes. Mnohokrát sú zaskočení, lebo si mysleli, že ich sa takéto ochorenie netýka. A, žiaľ, týka. Vždy na začiatku je to pre nich naozaj veľa informácií a povedzme si úprimne, majú zo všetkého „guláš“. Preto sa snažím byť k nim čo najempatickejšia a úsmevom prelomím ľady. Pacientov učíme žiť s ich ochorením ako takým, a to chce čas. Mnohokrát sa prídu poradiť, čo so stravou či aplikáciou inzulínu alebo manipuláciou s glukomerom. Vedia, že si vždy nájdeme pre nich čas a spolu si všetko prejdeme.

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

Najväčšou výzvou je pre mňa svojím spôsobom každý pacient, keďže sme jedineční, a to je na tom krásne. Vždy ma dojímajú ich príbehy, prežívam s nim radosť aj bolesť. Najviac obdivujem tých, ktorí majú popri cukrovke aj onkologické ochorenie. Dokážu to prijať s obdivuhodnou pokorou a bojovať do posledných síl. Tým dávajú silu a motiváciu aj mne. A úprimne mi je ľúto, keď svoj boj s onkologickým ochorením prehrajú.

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

Mám úžasnú a veľmi múdru pani doktorku, s ktorou si rozumiem a mám ju rada. Spolu sme si v ambulancii vytvorili akési zázemie a preto mám dobrú pôdu na prácu. Veľmi veľa

ma naučila a učí. Aj ja som občas unavená, ubolená a niekedy aj mrzutá, no keď ráno otvorím dvere našej čakárne, vždy si spomeniem, že som tu pre nich, našich pacientov. Každý deň prinesie niečo pekné, pre čo sa oplatí usmiať. Už len to, že sme sa zobudili v zdraví, je dôvod na úsmev. Žijeme v nepokojnom svete, preto musíme robiť všetko pre to, aby sme si ho urobili krajším.

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?

Úprimne musím povedať, že do obdobia COVID-19 som veľké zázraky so sebou nerobila. No potom prišiel zlom a odvtedy chodím do fitka, behám alebo sa venujem rýchlej chôdzi. Upravila som si aj životosprávu, snažím sa variť zdravšie. Do jedálneho lístka zaradujem viac zeleniny, rýb a pod. Milujem turistiku a prírodu ako takú. V diabetologickej ambulancii som sa naučila ozaj veľa, ako aj to, že zdravie máme len jedno a je nesmierne cenné, preto si ho treba chrániť.

3

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

Len jednu radu? Hm, je to ťažké... Asi to, aby na sebe stále pracovala, vzdelávala sa, aby nezabudla, prečo študovala za zdravotnú sestru a že s úsmevom a ľudským prístupom roztopí každý ľad.

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

Nemám životnú filozofiu, žijem každý deň naplno. Som matka dvoch detí, manželka, a to ma robí šťastnou. Nie je nič lepšie ako naše spoločné večery pri spoločenských hrách.

Baterky mi dobíja dobrá kniha, príroda, turistika, ale aj moja práca. Hlavne keď vás niekto chytí za ruku, pozrie do očí a úprimne povie: Ďakujem.

Ďakujeme vám za rozhovor

Odborná redakcia DIA News