

Rozhovor s osobnosťou mesiaca

Bc. Luciou Langovou

Bc. Lucia Langová vyštudovala strednú zdravotnícku školu v Prešove, odbor ošetrovateľstvo. Po skončení štúdia začala pracovať v centre sociálnych služieb VITA VITALIS na pozícii zdravotnej a neskôr staničnej sestry. Počas tohto obdobia sa rozhodla rozšíriť si svoje vedomosti štúdiom na fakulte zdravotníckych odborov Prešovskej univerzity v odbore ošetrovateľstvo, ktoré úspešne ukončila bakalárskou skúškou v roku



2007. Po 15 rokoch práce v DSS sa rozhodla pre novú životnú výzvu a zmenu pôsobiska. Novým pracoviskom sa pre ňu stalo súkromné zdravotnícke zariadenie MEDIKARD s. r. o. zamerané na prevenciu, diagnostiku a liečbu, kde pôsobí na pozícii vrchnej sestry až dodnes.

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

Od roku 2015 pracujem na Poliklinike Medikard s. r. o. v Prešove na pozícii zdravotná sestra a od roku 2019 ako vedúca sestra. Naša poliklinika zahŕňa viacero odborných ambulancií, a preto ju navštevuje široké spektrum pacientov z celého východného Slovenska. Naša poliklinika združuje viacero špecializácií od diabetológie, kardiológie

a endokrinológie cez angiológiu až po internú medicínu. V našich ambulanciách sa venujeme primárne dospelým pacientom.

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

Odhadujem, že vyše 40 % pacientov má tento problém, pričom výskyt tohto ochorenia sa s narastajúcim vekom u pacienta zvyšuje. Na našej poliklinike sa venujeme pacientom, u ktorých je vo veľkej miere diagnostikovaná hypercholesterolémia. Pri kontakte s pacientom sa snažíme jeho stratifikáciou zmierniť dopady či príznaky ateroskleroticky podmienených kardiovaskulárnych ochorení. Za hlavnou príčinou vzniku tohto ochorenia sú zväčša genetické faktory, prípadne môže ísť aj o získané ochorenie, na ktoré vo veľkej miere vplyvajú faktory ako zlá životospráva, málo aktívneho pohybu, fajčenie a stres. Našich pacientov sa preto snažíme efektívne nastaviť na liečbu tohto ochorenia.

Okrem ďalších povinností sa venujete 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?

Naša poliklinika je vyhľadávaná aj vďaka možnosti nastavenia pacientov na biologickú liečbu hypercholesterolémie, keď zlyhá konzervatívny postup pre výskyt nežiaducich účinkov alebo intolerancie.

Pri nastavení na liečbu sa počas mojej praxe občas stretávam s pacientami, ktorí sa skôr boja ihiel a celkovej subkutánnej samoaplikácie, preto prichádzajú radšej osobne do našej ambulancie, kde im aplikujeme liečivo priamo vopred zaškoleným odborným personálom. S negatívnym a odmietavým postojom pacienta som sa doteraz nestretla. Myslím, že dôkladnou edukáciou vieme u pacienta úplne potlačiť jeho odmietavé stanovisko.

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 nájsť v sebe motiváciu na zmenu prístupu k životu a zdraviu?

Každý jeden pacient je individuálny. Veľa z nich si uvedomuje dôsledky svojho konania, ale ako oni sami hovoria, nevedia sa prinútiť k zmene. Práve preto sa snažíme dôslednou edukáciou presvedčiť ich, aby chodili častejšie peši, konzumovali stravu bohatú na vlákninu, ovocie a zeleninu a masné ryby, vyhýbali sa nasýteným tukom, snažili sa o reguláciu telesnej hmotnosti, odvykali si od fajčenia a pravidelne cvičili. Často sa v ambulancii stretávam s tým, že pacienti veľmi oceňujú náš záujem poradiť im a pomôcť. Mnohí z nich, ak sa ocitnú v ohrození svojho života, skutočne zmenia svoj doterajší spôsob a prístup k životu, začnú sa viac hýbať, prestanú fajčiť a prejdú na zdravšiu stravu. S takto motivovaným pacientom je potom radosť pracovať.

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

Stáva sa pomerne často, že k nám prichádzajú pacienti s príznakmi akútneho kardiovaskulárneho ochorenia. Som veľmi rada, že sa počas mojej dlhoročnej praxe doteraz vždy podarilo pacienta v ambulancii stabilizovať až do príchodu RZP. Pacient často prichádza v sprievode rodinného príslušníka, ktorý citlivo vníma od začiatku náš postoj a ochotu či neochotu pomôcť. V čerstvej pamäti mám zážitok, keď sa nám podarilo zachrániť mamičku dvoch malých detí, ktoré nám pri príležitosti celoročných sviatkov nezabudnú poslať pohľadnicu. Takáto odozva nás vždy poteší a utvrdí, že sme na správnom mieste.

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?

Dovolím si tvrdiť, že práca v ambulancii je náročná, vyžaduje si plnú sústredenosť počas pracovného času a niekedy aj mimo neho. Preto sa po práci snažím venovať iným aktivitám. Veľmi rada sa po práci venujem vyšívaniu nástenných obrázkov, riešeniu krížoviek alebo si prečítam obľúbenú knihu. A aby som nezabudla, každý deň ma čaká náš psík, ktorý sa teší na dlhú prechádzku. Tá aj na mňa pôsobí veľmi upokojujúco.

Keby ste mali dať radu vašej mladšej kolegyni, ktorá práve začína pracovať s pacientmi s hypercholesterolémiou, aká by bola?

Moja rada bude veľmi jednoduchá. S každým pacientom treba pracovať individuálne a trpezlivo. Mali by sme mať v sebe rovnaký empatický prístup ku všetkým pacientom rôzneho vierovyznania, farby pleti či národnosti. Už pri prvom kontakte by sme mali odhadnúť, čo si k akému pacientovi môžeme dovoliť a ako ho dotlačiť – možno aj s humorom – k žadanému výsledku. Sestra je neoddeliteľnou súčasťou veľkého kolektívu zdravotníckych pracovníkov a je oporou pacientom v ambulancii. Kolegyňa by mala mať na zreteli, že každodennou náplňou jej práce je chrániť a upevňovať zdravie pacienta, pretože povolanie sestry nie je len profesiou, je to poslanie.

Ďakujeme vám za rozhovor

Odborná redakcia KARDIO News