

HIVATÁSUNK



Az év elhivatott fiatal
szakdolgozója 2019:
Miszory Erika
„Boldog vagyok, mert
azt csinálom, amit
gyerekként megálmodtam”

4. OLDAL

„Elemi ösztön,
hogy segítsünk
a betegeknek”



2. OLDAL

Látogatóban
Magyarország
egyetlen
kómacentrumában



7. OLDAL

A megkezdett úton
2019-ben is



14. OLDAL

Szaloncukor, a gyerekek
kedvence

30. OLDAL



A HIVATÁSUNK MAGAZIN OLYAN, MINT EGY JÓ ÁPOLÓ



Hiteles
Felkészült
Szimpatikus
Emberi
Szórakoztató
Edukatív
Megbízható

A HIVATÁSUNK 21 SZAKTERÜLET 100 000
SZAKDOLGOZÓJÁHOZ SZÓL NEGYEDÉVENTE.
LEGYEN MOSTANTÓL AZ ÖN LAPJA IS!



ELŐFIZETŐI SZELVÉNY

Név *

Intézmény (közületi előfizetés esetén)

Postai irányítószám * HU

Város/Község *

Utca és házszám *

E-mail cím *

* A csillaggal jelölt mezők kitöltése kötelező.

Csak online előfizetés

- ☐ Kamarai tag vagyok (900 HUF/év)
☐ Nem vagyok kamarai tag (1500HUF/év)
☐ Intézményi előfizető vagyok (1500HUF/év)

Print + online előfizetés

- ☐ Kamarai tag vagyok (1200 Ft/év)
☐ Nem vagyok kamarai tag (1900 Ft/év)
☐ Intézményi előfizető vagyok (1900 Ft/év)

Példányszám

Fizetés módja *

- ☐ csekket kérek
☐ Banki átutalással (kérjük a 10404089-40810913 számú számlára utalja át a kívánt összeget, a közlemény rovatban pedig jelezze nevét és az igényelt előfizetési csomagot)
☐ Számla alapján, átutalással (közületeknek)

Az ár a postai költséget is tartalmazza.

Kérjük, juttassa el ezt a szelvényt kiadónkba

email: terjesztes@lam.hu,

postai cím: 1539 Bp. Pf. 603., telefon: +36 1 316 4556).

Tartalom

INTERJÚ

„Elemi ösztön, hogy segítsünk a betegeknek” 2

AZ ÉV ELHIVATOTT FIATAL SZAKDOLGOZÓJA

„Boldog vagyok, mert azt csinálom,
amit gyerekként megálmodtam” 4

RIPORT

..... Látogatóban Magyarország egyetlen
kómacentrumában 7

MESZK AKTUÁLIS

Tudományos szakdolgozói kongresszus Siófokon 10

SzakMÁZZ! Budapest 11

„Igazi csapatmunka volt” 12

..... A megkezdett úton 2019-ben is 14

Konferenciát tartottak a szakmai kamarák 17

PÉLDAMUTATÓ FIATALJAINK

Szaktmák világbajnoksága Kazánban 18

MESZK TERÜLETI SZERVEZETEI

Régi-új elnök a budapesti területi szervezet élén 20

RÖLUNK MONDTÁK

..... „Mindent elkövetünk,
hogy lenyűgözzük a közönséget” 22

MINDANNYIUNK EGÉSZSÉGE

Nyilalló ízületek, fájó derék 24

MÚLT ÉS JELEN

Nincs vége a tbc elleni küzdelemnek! 26

SZELLEMEK ÉS KULTÚRA

..... Karácsonyi kedvenc a Diótörő 28

HULLÁMHOSSZ

Szaloncukor, a gyerekek kedvence 30

Kedves Olvasó!

Ismét mozgalmas esztendődt hagyunk magunk mögött: folyamatos szakmai egyeztetés zajlott az egészségügyért felelős államtitkársággal, ennek köszönhetően pedig előbbre került a szakdolgozók széles körét érintő bérfelzárkóztatási folyamat negyedik fázisa, amelyhez már a védőnők is csatlakoztak. A másik markáns terület a szakdolgozói életpályaprogram elemeinek kialakítása volt, ehhez az alapot az elmúlt években más szakmai szervezetekkel és a kollégiummal együtt kialakított koncepciók adták. Úgy érzem, hogy a kormányzat szakdolgozói kérdésekben továbbra is stratégiai szintű partnernek tekinti kamaránkat, ezért köztestületünk hatékonyan lép fel az emberi erőforrás helyzetének javítását szolgáló intézkedések meghozatala mellett.

Hagyományainkat folytatva szerveztük meg szakmai napjainkat, éves kongresszusunkat, az alapellátás és járóbeteg-szakellátás területén konferenciánkat, az országos szakmai versenyünket. Idén nemzetközi konferenciát is tartottunk a foglalkozás-egészségügy területén. Az év során számos kamarai elismerést adtunk át területi és országos szinten. Október végén lezárult a kamara által alapított országos díjak jelölése is. Idén immár hetedik alkalommal került sor „Az év elhivatott fiatal szakdolgozója” pályázatunk eredményének kihirdetésére. Mindezek mellett kiemelt feladatunk volt idén is a szakdolgozói pályát és az egészségügyi hivatást népszerűsítő országos kampányunk folytatása, amelyre új kampányfilmek és kiadványok készültek.

Köztestületünk valamennyi területi, tagozati és országos tisztségviselője, alkalmazott munkatársa, valamint a lapkiadásban közreműködő kollégák nevében: áldott, békés ünnepeket kívánok!

Dr. Balogh Zoltán

HIVATÁSUNK

Kiadja a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara. Alapítva 2006-ban.

Felelős kiadó és főszerkesztő: dr. Balogh Zoltán, a MESZK elnöke.

Szerkesztőbizottság: Babonits Tamásné, Mátésné Horváth Mónika

A magazint gondozza: LITERATURA MEDICA a LifeTime Media Kft. egészségügyi divíziója.

1021 Budapest, Hűvösvölgyi út 75/A. Postacím: 1539 Budapest, Pf. 603.

Telefon: +36 (1) 316-4556. E-mail: litmed@lam.hu

Felelős szerkesztő: Borda Tímea (borda.timea@lam.hu)

Hirdetésfelvétel: értékesites@lam.hu. **Előfizetéssel kapcsolatos információ:** terjesztes@lam.hu

©Hivatásunk 2019. Minden jog fenntartva. A lapban megjelent valamennyi írásos és képi anyag közlési joga a szerkesztőséget és a kiadót illeti. A megjelent anyagnak – vagy egy részének – bármely formában való másolásához, felhasználásához, ismételt megjelentetéséhez a szerkesztőség és a kiadó írásbeli hozzájárulása szükséges. A hirdetések tartalmáért a kiadó felelősséget nem vállal.

Borítótér és tipográfia: Sándor Zsolt. **Cimlapfotó:** Falus Kriszta. **Smink:** Hussini Henrietta.

Fotó: Draskovics Ádám. **Korrektor:** dr. Ácsné Tamás Éva

Terjeszti a Magyar Posta Zrt. Postacím: 1900 Budapest

Nyomdai kivitelezés: Pauker Nyomda, felelős vezető: Vértess Gábor ügyvezető igazgató

ISSN 1787-8578



Beszélgetés Müller Cecíliával

„Elemi ösztön, hogy segítsünk a betegeknek”

Számos aktuális feladata kapcsolja a Nemzeti Népegészségügyi Központot (NNK) a szakdolgozói társadalomhoz. Ezekről kérdeztük az immár egy esztendeje hivatalba lépett tisztii főorvost, Müller Cecíliát, aki korábban Fejér megyében látta el ezt a feladatot, azt megelőzően pedig maga is gyógyítóként dolgozott: háziorvosi praxisában látta el betegeit.

– Nyáron jelent meg az a jogszabály, amely kötelezővé teszi valamennyi, egészségügyben dolgozó számára a hepatitisz C-vírus- (HCV-) szűrést. Hogyan áll most ez a projekt?

– A jogszabály széles körben ismert, így sokan már el is végeztették a vizsgálatot, amelyet a munkáltató rendelhet el soron kívüli alkalmassági vizsgálat keretében, amely a foglalkozás-egészségügyi szolgáltatató feladata. Mentésülnek a kötelező szűrés alól azok, akiknél bármilyen más okból – például mert véradók –, az elmúlt egy évben történt szerológiai vizsgálat, és ennek eredményét bemutatják. A rendszerbe újonnan belépőknek alkalmazási feltétel lesz a negatív HCV-lelet.

– Egy kórházban, szakrendelőben ez viszonylag egyszerű feladatnak tűnik. Ki a felelőse a szűrésnek az alapellátásban vagy azok esetében, akik vállalkozóként dolgoznak?

– A védőnők munkáltatója jellemzően az önkormányzat, a praxisnővéreké a háziorvos, itt egyértelmű a helyzet. A vállalkozás keretében dolgozóknál a járási hivatalok népegészségügyi osztályai rendelik el a soron kívüli vizsgálatot.

– Mi történik azzal, aki vírushordozó-nak bizonyul?

– Elsőként egy megerősítő vizsgálat következik az NNK laboratóriumában, és

ha ez is hasonló eredményt hoz, a dolgozó nem végezhet bizonyos invazív beavatkozásokat, amíg a kezelése eredményesen le nem zárul. Szerencsére a HCV mára gyógyítható betegséggé vált, így az érintetteknek nem kell sokáig távol maradniuk ezektől a beavatkozásoktól.

– A betegek vagy a dolgozók biztonságára indikálta a kötelező szűrés bevezetését?

– Mindkettő, hiszen a vírushordozó látszólag hordozza a betegséget, esetleg úgy, hogy nem is gondol rá, a tünetek között jellemző fáradtságot esetleg betudja a túlterheltségnek. Mintegy 135 ezren dolgoznak jelenleg az egészségügyben, így ennek az átfogó programnak – a betegek és a kollégák védelme mellett – az infekciókontroll szempontjából is nagy a jelentősége.

– Hasonlóan a fertőzések megelőzését szolgálja az influenzaoztás. Az egészségügyben dolgozók idén is ingyenesen juthatnak a vakcinához?

– Nem is maga az influenzamegbetegedés, hanem annak szövődményei jelentik a valódi kockázatot, egy vérzéses tüdőgyulladás vagy központi idegrendszeri megbetegedés akár fatális kimenetelű is lehet. Nem kell fizetniük az oltásért a magas kockázati csoportba tartozóknak, akik egészségi állapotuknál fogva esendő.

Az egészségügyiek munkakörüknél fogva szintén kitétek a fertőzésnek, hiszen nagyon sok beteg forgolódik körülük, ezért valamennyi, betegellátásban dolgozó kollégánk számára is ingyenesen biztosított az oltás, így megakadályozható a fertőzés további terjedése. Bár elsősorban légúton terjedő betegségről beszélünk, de tudjuk, hogy kontakt módon is elkapható, ezért is különösen fontos a környezeti higiénia, a fokozott fertőtlenítés az influenzaszezonban.

– Milyen az oltási kedv a dolgozók körében?

– Igyekezünk javítani rajta, tájékoztatást adni az oltás fontosságáról. Kiemelt figyelmet fordítunk erre azokon a területeken, ahol immunhiányos vagy magas kockázatú betegeket kezelnek, mint például az intenzív, az onkológiai, infektológiai vagy neonatológiai osztályok.

– Mi lehet az oka, hogy kevesen élnek az ingyenes oltás lehetőségével?

– Talán, hogy nagyon erősnek, közziklának érezzük magunkat, és azt gondoljuk, hogy mi, akik gyógyítunk, nem kaphatjuk el a betegségeket. Bár az oltás valószínűleg az influenza három vírusa ellen nyújt specifikus védelmet, ugyanakkor megfigyelhető az is, hogy más felső légúti megbetegedést is nehezebben kap el az, akit beoltottak.

Én egyébként úgy érzem, egyfajta erkölcsi kötelességük is az egészségügyi és szociális ágazatban dolgozóknak, hogy felveszék az oltást, ezzel is védve a betegeiket. Az oltóanyag – ahogy az alapellátó praxisoknak – a foglalkozás-egészségügyi orvosoknak is rendelkezésére áll az intézményekben, így a kollégáinknak sehoá nem kell menniük: a munkahelyükön juthatnak hozzá az oltáshoz. Valamennyiüknek javasolom, hogy éljenek ezzel a térítésmentes lehetőséggel.

– Mára a döntéshozóktól a szakmai szervezetekig mindenki egyetért abban, hogy az ágazat legnagyobb problémája a munkaerőhiány. Az NNK is tapasztalja ezt?

– Az NNK ellenőrzései során vizsgálja az egészségügyi intézmények működési engedélyéhez szükséges tárgyi és szakmai környezeti feltételei mellett a szemé-



lyi feltételek meglétét is, így mi is tapasztaljuk, hogy helyenként elmarad a létszám a kívánatostól. Számunkra jogszabály írja elő ilyen esetekben a szükséges intézkedések megtételét. A hiányosságokon sokszor munkaszervezéssel lehet javítani, de a biztonságos betegellátás érdekében biztosítani kell az adott szervezeti egység számára előírt szükséges munkaerőt. A kormányzat a folyamatos, tervezett béremelésekkel, a munkakörülmények javításával igyekszik ezt a problémát orvosolni, aminek már eredményei is vannak.

– Az NNK a népegészségügyi program felelőse is. Több szerepre számíthatnak a szakdolgozók ezen a területen?

– Ha csak a védőnőket nézzük, az utóbbi években számos feladattal bővült a munkakörük, legyen szó a kora gyermekkori szűrésről vagy az olyan új, lakossági szolgáltatások bevezetéséről, mint például az általuk végezhető méhnyakszűrés. Míg korábban a fertőző betegségek álltak a népegészségügy fókuszában – ezek megelőzésében Magyarország kiemelkedően jól áll, elsősorban a kötelező oltási rendnek köszönhetően –, mára a nem fertőző krónikus betegségek léptek

a középpontba. Ez óhatatlanul magával hozta az egészségügyi feladatok és így a szakma átalakulását is. Mára a szakdolgozók professzionális, szakmaspecifikus szakemberekké váltak, egyre több tevékenységet végeznek orvosi irányítás mellett önállóan. De nemcsak az ellátás, a társadalmi elvárások is átalakultak, amihez úgyszintén alkalmazkodnunk kell.

– Erről személyes tapasztalatai is lehetnek, hiszen nem csak az államigazgatást ismeri jól: korábban háziorkosként dolgozott Fejér megyében. Mit gondol, miért vesztette el a népszerűségét az utóbbi évtizedekben az ápolói szakma?

– Az alapellátás talán speciális helyzetben van ebből a szempontból, hiszen egy (kis)településen személyes kapcsolatok alakulnak ki, az orvos, az ápoló azok között dolgozik, akikkel együtt él és naponta találkozik, közvetlen kapcsolatban van. Ez persze más szempontból akár nehézséget is jelent, de a régi körzetemben – amelyet egyébként a férjem vett át tőlem annak idején – még érezni az egészségügyiek iránti tiszteletet, megbecsülést, ami nyilvánvalóan abban gyökereszik, hogy tudják: számíthatnak rájuk. A két, praxisban dolgozó kolléganőm több

évtizede teljesít szolgálatot a körzetben, az ott élők meglégedésére.

A személyes, jó tapasztalataim mellett én is érzem az értékválságot az egészségügyben, elveszni látszik ennek a segítő szakmának a régi megbecsültsége, tekintélye. Bár jó, hogy sokkal közvetlenebbé vált a kapcsolat a betegekkel, akik így mernek kérdezni a gyógyításukkal kapcsolatban, de néha úgy érzem, mára „agyonjogászkodtuk” ezt a területet, és ez megrontotta a korábbi, őszinte légkört, ami lehetővé tette a bizalom alapuló gyógyítást és ápolást.

Nehéz, de „ragadós” hivatás ez. Például nálunk a családban a rokonaim példáját én, az enyémet a lányom követte, és lehet, hogy az unokám is erre a pályára lép. Szeretném elkerülni a közhelyeket, de hiszek abban, hogy annak ellenére, hogy ebben a mai világban, ahol mindent beárazunk, a kollégáink mégis azért választják hivatásukként a gyógyítást, ápolást, mert van bennük empátia a szenvedő, elesett ember iránt. Hiszem, hogy mi nemcsak azért dolgozunk, hogy megfizessenek bennünket, hanem mert elemi ösztönünk, hogy segítsük a betegeket.

Tarcza Orsolya

A close-up portrait of a woman with long, dark hair, smiling slightly. She is wearing a floral-patterned top and a thin necklace. The background is a solid dark grey.

AZ ÉV ELHIVATOTT
FIATAL SZAKDOLGOZÓJA

**„Boldog vagyok,
mert azt csinálom,
amit gyerekként
megálmodtam”**

Miszory Erika a Magyar Honvédség

Egészségügyi Központ Hévízi

Mozgásszervi Rehabilitációs

Intézetének gyógytornásza lett

Az év fiatal elhivatott szakdolgozója

2019-ben. De emellett sokkal több,

amit csinál. Szabadidejét is a

mozgásukban korlátozottak töltik ki,

segíti őket sporttal, szeretettel és

szakmai tudásával, amit folyamato-

san épít. Munkájával nemcsak

saját gyermekkori álmát,

de édesapjáét is

megvalósította.

„Azt hiszem, hogy az egészségügyi dolgozók körében nem egyedi az az eset, hogy gyermekként látjuk magunkat betegekkel foglalkozni és minden vágyunk segíteni, gyógyítani. Én ezt láttam már egészen kicsiként, hogy az én dolgom a betegekkel van, őket támogatni, gyógyítani szeretném. Persze akkor ez egy orvos képében jelent meg, pályaválasztóként így az orvosi egyetemre jelentkeztem, többször is. Az utamat kezdetben simának érezve rájöttem, hogy nemcsak, hogy görögös ez az út, de valamiért rengeteg pofont is tartogat. Édesapám javaslatára viszont közben a PTE Egészségtudományi Kar zalaegerszegi létesítményébe, gyógytornász szakirányra is beadtam a pályázatomat, ahová felvettek. És amikor a gyakorlati időszak alatt ott ültem a jelenlegi munkahelyemen, a hévízi Honvédkórházban, csak arra gondoltam, hogy ez a csodák palotája. És már tudtam, hogy az én munkám nem gyógyszerrel, operatív úton, hanem manuálisan gyógyítva, egy közelebbi viszonyt képviselve valósul meg az álmokképpen. Hamar rájöttem, hogy egy láthatatlan, segítő kéz oda vezetett, ahol lennem kell, és hogy a gyerekkori álmom beteljesült. A szakmai fejlődésembe vetett energia és a munka innentől kezdve nem egy kötelező feladat lett, hanem a hobbim” – kezdi bemutatkozását *Miszory Erika*, akinek, ahogy mondja, a betegek iránti szeretete kifogyhatatlan.

„A szakmai tudásom bővítését folyamatosan úgy élem meg, hogy ne fordulhasson elő olyan eset, amit nem tudok megoldani. A kutatások, szereplések, előadások mind-mind lendületet adtak, hogy a mesterképzés, majd a doktori képzés felé terelődjön az utam. Eközben amióta az egészségügyben dolgozom, szerepet vállalok a MESZK-ben. Kezdetben, mint helyi, területi és országos küldött, majd vizsgabizottsági tag és már második éve a Területi Számvizsgáló Bizottság elnökeként is. Fontosnak tartom a kamarán belül a gyógytornászok, fizioterápiás asszisztensek és gyógymasszőrök képviselőtét, az információáramlás támogatását és azt is, hogy a kollégák mind több lehetőséghez jussanak a kamara kereteiben. Az oktatást is nagyon fontosnak tartom és azt, hogy

ebben szerepem legyen. Mert szeretném ezt, ami bennem van, továbbadni a fiataloknak. Évek óta a Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Zalaegerszegi Képzési Központ gyógytornász hallgatóinak gyakorlatvezetőjeként, 2019-től pedig elméleti oktatóként próbálom a jövő nemzedékének tudását fejleszteni, a konzulensi és opponensi feladatok mellett. A tudományos életbe is fontosnak tartottam, hogy bekapcsolódjak, ma már nagyon sok gyakorlati és szóbeli előadásom, publikálásom és elismerésem van” – folytatja a díjazott, aki szabadidejében sem tud elszakadni a hivatásától. „Szabadidőmben sem szakadok el a mozgástól, 2013 óta tartok – elsősorban preventív céllal – csoportos foglalkozásokat, valamint helyi sportrendezvényeken veszek részt előadóként vagy tanácsadóként. Rendszeres és aktív résztvevője vagyok szűrővizsgálatoknak és minden olyan rendezvénynek, amely a lakosság egészségfejlesztését célozza. A szakmám iránti hűségemet és a beteg emberek felé irányuló gondoskodást jelzi a szerepvállalásom az ország egyetlen sportfesztiválján, a Restart Fesztiválon. Bár kezdetben mint fitnessinstruktor kértek fel szereplésre, de a sérült emberek mellett kiállva, gondolataimnak hangot adva nyitott fülekre találtam a főszervezőknél, akik teret engedtek az elképzeléseimnek. Zalaegerszegen a fogyatékkal élők, de elsősorban a mozgássérültek sportolási le-

hetőségei korlátozottak, így büszke vagyok a szemléletformáló gondolatra, annak megvalósítására és a 2017 óta nagy népszerűségnek örvendő programoknak. Ez utóbbiak között minden évben szerepel szabadtéri csoportos gyógytorna, ahol megismertetjük a mozgássérültekkel az ízületvédelmi szabályokat és a kerekesszékesek számára is könnyen elvégezhető gyakorlatokat. Vannak életmód-előadások és az úgynevezett »Korlátok nélkül« futóverseny. Ezen a városi félmaratonon 2017-ben mutattam be a handbike-ot, a kerekesszékes elejére szerelhető kézi hajtású szerkezetet, amit ki is próbálhattak az itt élő mozgásukban korlátozottak, így megélhették a mozgás, a sport adta örömet. A látássérültek, autisták és egyéb fogyatékkal élők pedig egészséges, önkéntes kísérő társak segítségével indulhatnak évről évre a futóversenyen. 2019-ben a fesztivál legnagyobb részvételű versenyszáma volt ez a futóverseny, ami bizonyította számunkra, hogy nagyon is helye van ennek a programnak. A rendezvény sikerét támasztja alá a szervezők és a város összefogása is, amely minden évben támogat mozgássérülteket a sportolás felé vezető úton. Első alkalommal egy kerekesszékes fiatalembernek adományoztunk handbike-ot, hogy folytathassa a versenyszintű sportolást, míg a következő évben az újonnan induló és a megyében első ilyen sportot jelentő kerekesszé-

Az év elhivatott fiatal szakdolgozója, 2019

Lezárult „Az év elhivatott fiatal szakdolgozója, 2019” pályázat. A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara és a LifeTime Media Kft. – magazinunk kiadója – azzal a céllal hívták életre ezt a díjat, hogy a figyelmet az egészségügyi szakdolgozók tehetséges és elhivatott fiatal generációjára irányítsák. A pályázatra ismét szép számmal érkeztek jelölések, a szakmai zsűri az érvényes ajánlások közül, az elbírálási szempontok alapos mérlegelésével, idén *Miszory Erika* gyógytornásznak (Magyar Honvédség Egészségügyi Központ Hévízi Mozgásszervi Rehabilitációs Intézet) ítélte oda az elismerést. Az elbírálók idén, rendhagyó módon egy különdíjat is kiosztottak *Varga Levente* diplomás ápolónak (MH-EK Honvéd Kórház). A két díjazott mellett a két legtöbb voksot kapó jelölt:

– *Füredi Adrienn*, a Pest megyei Flór Ferenc Kórház szakápolója, és

– *Bognár Gellért*, a Markusovszky Egyetemi Oktató Kórház diplomás ápolója.

Példamutató szakmai életútjukról lapunk következő lapszámaiban olvashatnak majd.

kes vívás elindításához szereztünk be két, speciális vívószéket" – mesél Erika. És itt ért össze nemcsak a saját, hanem édesapja álma is, aki a Zalaegerszegi Vívóegylet alapítója, később sokáig elnöke volt. „Sokat gondolkodtam, hogy a mozgássérülteket miként tudnám bevonni a sportolásba. A csapatsport sokkal nehezebb, hiszen sok résztvevőt és feltételt igényel. És akkor jutott eszembe a vívás, ami ugyan édesapám élete, de valahogy én sosem kapcsolódtam bele. Felvettem neki a kerekesszékes vívás ötletét, amin ő nagyon megatódott. Bár korábban nem beszélt nekem róla, de mint kiderült, sokszor próbálkozott ő is ezzel, csak mindig falakba ütközött. Tavaly

belevágtunk, közösen. A sportban is tudom a gyógytornász szakmai tapasztalatomat, mint a sportrehabilitáció egyik eszközét alkalmazni. Három vívóedzővel hetente tartunk edzéseket, rendszeres rekreációs foglalkozásokat, csapatépítő tréningeket és tervben van vívóversenyek rendezése is. A klub jelenleg a legnagyobb létszámú kerekesszékes vívóval rendelkező csapat az országban. Én ugyan sosem voltam benne ebben a sportágban, de ma már látom, hogy mi az, ami édesapámat itt tartja" – mondja Erika, aki a Semmelweis Egyetem fizioterápia mesterképzését elvégezve most a Pécsi Tudományegyetem Egészségtudo-

mányi Doktori Iskola hallgatója. Reggel 6 órakor kel és este 8-9 előtt sosem végez. De mindig feltöltődve zárja a napot.

„Szerencsés vagyok, mert sok lehetőségem adódott, és én élni tudtam velük. Nem vagyok sem tehetségesebb, sem okosabb másnál, viszont a szorgalmam, a kitartásom, a küzdeni- és tenniakarásom mind hozzásegített ahhoz, hogy büszke lehessen az elmúlt 32 évmre. Tudom, hogy minden napommal, percemmel megpróbáltam valami jót tenni a világgal és ez boldoggá tesz engem is" – teszi még hozzá Az év fiatal elhivatott szakdolgozója.

Kun J. Viktória

CÍMLAP + 1 RECEPT:

Töltött padlizsán sült zöldségekkel, dióval, „sajtos” szósszal

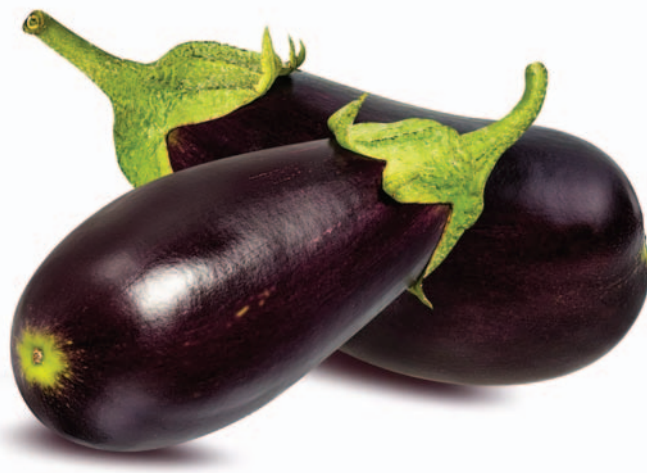
Erika vegetáriánus, receptje így egy hús nélküli egytálétel.

Hozzávalók

- 2 nagyobb padlizsán (kb. 4-500 g/db)

A töltelékhez:

- 1 cukkini (kb. 300 g)
- 2-3 fej barna csiperke
- 1 kápia paprika
- 3-4 aszalt paradicsom
- 50 g dióbél
- 3 gerezd fokhagyma
- 4-5 friss bazsalikomlevél
- 2 ek. kukoricadara
- 2-3 ek. olívaolaj



Egyéb hozzávalók:

- 50 g kesudió
- 150 g víz
- 1 kk. só
- ½ kk. őrölt paprika
- ½ kk. mustár
- ½ kk. miso paszta

Elkészítés: A padlizsánoknak vágd le a két végét, és hosszában felezd el! A belsejét egy kis késsel vágd körbe a héjától ujjnyi távolságra, majd vedd ki! Ezt kockázd fel és tedd félre! A padlizsánfeleket dörzsöld be sóval és tedd félre! Készítsd elő a töltelék hozzávalóit: A fokhagymát vágd minél apróbbra, a zöldségeket aprítsd kis kockákra! A diót áztasd forró vízbe (vagy előző éjjel hideg vízbe)! Az olívaolajon futtasd meg a fokhagymát, majd mehet rá a paprika. Hagyd egy kicsit megpirulni! Utána ugyanígy pirítsd le a kockákra vágott gombát, cukkinit és végül a padlizsánkockákat is. Keverd bele az apróra vágott aszalt paradicsomot és a friss bazsalikomot! Tedd a töltelékbe az apróra vágott áztatott diót is, sózd, borsozd, majd szórd rá a kukoricadarát. Vedd le a tűzről és fedd le, hogy még kicsit összeszokjanak az ízek. A szószhoz tegyél minden hozzávalót turmixgépbe és turmixold krémesre! A szósból tegyél félre néhány kanálnyit, majd forgasd össze a töltelékkel a többivel! A maradék szószot kanalazd a padlizsánok tetejére! A padlizsánfeleket tedd egy mély tepsibe és önts alá egy kevés vizet, majd takard le alufóliával! Süsd légkeveréses sütőben 40 percig, majd kapcsold grillre és pirítsd meg a tetejét!

Áttörni a csendet

Látogatóban Magyarország egyetlen kómacentrumában

Félhomályos kórterem. Az ágyban mozdulatlanul fekvő beteg, mellette könnyes arcú hozzátartozó; ébredésért imádkozik. Moccanó ujjak, rebbenő, majd felnyíló szemhéj. Futva érkező ápolók, orvosok, kiáltozás: Magához tért a kómából! Így történik ez szinte mindig. De csak a filmekben. A valóságban lábra állni kóma után ugyanis hosszú, kemény és küzdelmes munka. Ebben segítenek évente 70-80 agysérült betegnek az Országos Orvosi Rehabilitációs Intézetben.

Függőágyban, mozdulatlanul fekvő emberekre, sejtelmes homályra, lábujjhegyen járó, suttogva beszélő ápolókra számítottam, amikor beléptem az Agysérültek Rehabilitációs Osztályának kómacentrumába. Ehelyett falnyi üvegtáblákon szüremlett be a novemberi esőtől elhalványuló nappali fény a tágas terembe, az ablak előtt sorakozó ágyakban pedig nem mozdulatlan és néma betegek feküdtek. Nagyon is elevennek tűnt szinte mindegyikük.

Inger, újabb inger és még több inger – minden erről szól a hat éve működő osztályon, amelynek öt éve vezető ápolója Kuzmányi János, aki 17 évnyi aktív intenzív osztályos munkát és mellette 15 évnyi mentőzést hagyott hátra a rehabilitációért.

– Nem bánta meg? – faggatom csodálkozva a nyílt tekintetű fiatalembert, miközben elsétálunk kollégái mellett, akik éppen



Amikor megérkeznek hozzánk a betegek, egyoldalú a kommunikáció, de ahogy javul az állapotuk, már követnek bennünket a szemükkel, később olvasunk a szájukról vagy akár betűtáblával is tudunk kommunikálni velük – magyarázza Kuzmányi János, a részleg vezető ápolója

a keddenként szokásos teammegbeszélést tartják. – A mentés, az intenzív mégiscsak egy pörgősebb, izgalmasabb terület.

– Eleinte én is azt gondoltam, hogy számomra a rehabilitáció nem lesz kihívás, de gyorsan rájöttem, hogy itt, ahol ötvöződik az intenzív metodika a rehabilitációval, nemcsak azt látom, hogy sikerül valakinek az életét megmenteni, hanem azt is, ahogyan lábra áll.

Csak az kerül ide, akit rehabilitálni lehet

A kómarészleg nyolc ágyán mintegy 40 napot tölt el egy-egy beteg, akit ezt megelőzően az ország valamely kórházának aktív intenzív osztályán ápoltak – sorolja János, míg lépkedünk át a termen.

– Milyen fiatalok! – jegyzem meg végigpásztázva a sápatag arcokat. Kísérőmtől megtudom: a betegek átlagéletkora 40 év, hiszen a fiatal korosztály sokkal jobb eredménnyel rehabilitálható, mint az idősebbek. Traumás agysérültek, politraumatizált betegek, ischaemiás és vérzéses stroke-osok kerülnek ide. Elvértve akad egy-egy páciens tumor okozta agyi problémák miatt, a legkevesebb pedig a reanimálás következtében, oxigénhiányos állapotba kerülő beteg, mert a tapasztalatok azt mutatják, náluk a legkevesebb esély az eszmélésre.

– Azok a betegek kerülnek az intenzív osztályokról korai rehabilitációs részlegre, akiknek az állapota azt jósolja, hogy járóképessé, önállóvá tudnak válni, és visszavezethetők a társadalomba – magyarázza dr. Dénes Zoltán, az Agysérültek Rehabilitációs Osztályának vezető főorvosa. – Budapesten minden leendő páciensünkhöz kimegyünk és megvizsgáljuk őket, a vidéki kollégáinkkal pedig telefonon konzultálunk a betegekről.

– Mind habitusban, mind felkészültség tekintetében speciális ápolókra van szükség a részlegen – erősíti meg a felvetésemben megfogalmazódó gondolatomat a főorvos. – A korai részlegre életmentés után kerülnek be a betegek, ahol egy lassabb fejlődés tapasztalható náluk. Itt nem lehet gyors eredményeket elérni. Ugyanakkor a türelem mellett a súlyos betegek ellátásának minden fogását ismerniük kell az ápolóinknak, ami magas szintű szakmai tudást feltételez.

– Mi adjuk az intézet reanimációs teamjét is – tudom meg még Jánostól, amikor az egyik sarokban üresen árválkodó ágyról kérdezem.

Cél: egy másik tudatállapot

János húsz ápoló kollégával dolgozik együtt a részlegen, 12 órás műszakokban. Azonban a vezető ápoló azt mondja, a rehabilitációban kiemelkedő jelentősége van a teammunkának, amelyet orvos vezet, és a három



A függőágyat gyakran használja foglalkozásai során az osztály zeneterapeuta, így egyszerre érvényesül a hangok és a ringatás jótékony hatása

gyógytornással, a logopédussal, a pszichológussal és a zeneterapeutával válik teljessé.

– Sokan részmunkaidőben dolgoznak itt, amit először a kényszer szült, mert amikor átvettem az osztályt, csak így tudtam összehozni a kellő létszámban a munkatársakat – meséli János. – Azóta kiderült, hogy azok, akik havonta négy-öt alkalommal dolgoznak velünk, frissességet, lendületet hoznak a munkánkba, mert olyan változásokat, fejlődést is észrevesznek a betegeknél, amit az, aki nap mint nap látja őket, nem – lep meg a megállapítással. – Egyébként minden műszakban hárman teljesítenek szolgálatot, közülük legalább egy intenzív terápiás szakápoló.

A minimális tudatállapotú betegek – a kómások helyett ezt a kifejezést használják – speciális ápolást igényelnek. Mivel hosszú időt töltenek intenzív osztályon, a legkiválóbb gondoskodás ellenére is alultápláltak, multirezisztens kórokozókat hordozhatnak, és a legodafigyelvebb ápolás, kétóránkénti forgatás ellenére is kialakulhatnak náluk a felfekvések. Számos, speciális ápolási eszköz segít ennek megelőzésében, a multifunkciós, ágyak fotellá alakíthatók, de fel is állíthatják segítségükkel a betegeket.

Minden naponta végzett feladat és ápolási tevékenység azt célozza, hogy a betegeket kibillentsék abból a bizonyos minimális tudatállapotból, ezt szolgálja még a fény is, ami bezúdul az ablakokon. Igyekeznek a tracheo- és gastrostomával (PEG) érkezőket mihamarább visszaállítani a per os táplálásra, mert az íz, az ízelelés is egy újabb inger,

alkalmaznak hideg-meleg terápiát, és folyamatosan kommunikálnak a betegekkel, erre kérve a családtagokat is. Nincs „cicamosdatás”, naponta fürdetnek minden egyes beteget, az erre a célra kialakított, speciális helyiségben. Van még itt elkülönítő szoba, ha el kell különíteni páciensét a nosocomialis infekció vagy egyéb ok miatt.

Család nélkül nincs rehabilitáció

Ötven év körüli beteghez érkezik közben a gyógytornász, aki eddig ütemesen dobolt a lábával az ágy szélén. Most átmozgatják a tagjait, tetőtől talpig, az egyik ápoló segít a munkában, mert mint kiderül, itt mindenki mindenkinek segít, egyetlen célért küzdve: hogy mihamarább kikerüljön az osztályra a beteg. Nincs napi „órarend”, mindenkivel annyit foglalkoznak, amennyit az aktuális állapota megkíván a mielőbbi mobilizálás érdekében – tudom meg.

De nem a betegek ápolása, gondozása és rehabilitálása a legkeményebb feladat az osztályon, hanem a családtagok kezelése. Az intenzív osztályon még mindenki az életben maradásért imádkozik, és miután ez sikerült, az igazi gyászreakció itt, a kómarészlegen indul el, ahol szembesülnek azzal, hogy a hozzátartozójuk, akit akkor láttak utoljára, amikor makkegészségesen elindult szórakozni vagy éppen az iskolába, milyen állapotban van valójában. Ha igény van rá, az osztály klinikai szakpszichológusa, *Wagner*

Anna is foglalkozik velük. Az ápolók előre egyeztetett időpontban megmutatják nekik mindazt, amit a rehabilitáció során csinálnak, és megtanítják őket a különféle műfogásokra, mint például hogy hogyan tudják kiültetni a betegüket a toloszékbe.

– Család nélkül nincs rehabilitáció – veti közbe Kuzmányi János, aki azt is tapasztalta, hogy azok a betegek, akikhez naponta érkezik a család, sokkal motiváltabbak a gyógyulásban.

Más ez az osztály, más ez az ápolás

Sürgősségi osztályon dolgozik főállásban a kómacentrumban másfél éve részmunkaidős *Pattke Brigitta*, aki arról mesél, ez a munka visszaadja azt, amit az SBO-n nem kap meg.

– Kiegészíti egymást a két munka, itt látom azt is, hogy mi lesz azokkal a betegekkel, akiket a sürgősségin megmentünk. Ott ugyanis nincs mód arra, hogy kövessük a sorsukat. Más a környezet, családiasabb a hangulat, hozzászokunk a betegekhez, így jobban is tudunk nekik segíteni. Fantasztikus látni, ahogyan a súlyos sérülteknél elindul a felépülés folyamata, és nagyon jó érzés, hogy ezek a betegek meg fognak gyógyulni. Van idő az ápolásra, lelki támaszt nyújtunk a betegeknek, a családtagoknak, hozzátartozóknak – mondja Brigitta.

– Elosztjuk a betegeket, enyém a hátsó kettő – int páciensei felé *Oláh Anna* ápoló, az ágyak sorával szemben felállított központi pult mögül. Míg a kérdéseimre válaszként, fél szemét a nyolc beteg paramétereit folyamatosan követő képernyőn tartja. – Már megkapták a reggeli tápszerüket, gyógyszerüket, az ágy melletti monitorokon és a központon egyaránt figyelhetők az életfunkciók – mutat a színesen futó görbékre a három éve itt dolgozó fiatal lány, aki azt is elmeséli, kollégája javaslatára jelentkezett az osztályra. Nem tudta, mire érkezik ide, de ma már tudja, speciális bánásmódot igényelnek az itt fekvő páciensek, akiknek a többsége nem kommunikál, esetenként zavartak, így másként kell őket kezelni, mint a megszokott aktív vagy krónikus osztályokon.

– Szakmailag és emberileg is nagyon jó kollektíva verődött itt össze – veszi vissza

a szót Brigitta, és felötlenek bennem Kuzmányi János szavai, aki arról beszélt, hogy minden csapatépítő tréningnél hatékonyabb, hogy odafigyel a munkatársaira, ha látja, gondterheltek, vagy a kiégés jeleit tapasztalja, mindig van ideje rá, hogy félrevonulva elbeszélgessen a kollégáival.

– Saját bőrömon tapasztalom, hogy az elfásulástól is megvéd az, hogy ezen a két munkahelyen dolgozom – veszi vissza a szót Brigitta. – A sürgősségin nagyon könnyen kiégünk, ezt ellensúlyozza a kómarészlegen végzett munkám – teszi még hozzá.

Ahol még a főigazgató is ügyelt

– *Mikor volt utoljára a kómacentrumban?*

A kérdést már Cserháti Péternek, az OORI főigazgatójának teszem fel, aki arról beszél, a vegetatív állapot határán lévő betegek korai rehabilitációját végző osztály csak az OORI-ben van Magyarországon.

– Minden héten lemegyek oda, mert a mozgásképtelen gerincsérültjeink mellett ott vannak a legsúlyosabb betegeink – érkezik a válasz, majd azt is megtudom, az osztály hat évvel ezelőtti megnyitásakor a főigazgató maga is vállalt ott ügyeletet. A vegetatív betegek ellátásához a komoly szakterápiás háttér mellett nagy gyakorlatra van szükség, ugyanis a folyamatos szövődmény-elhárítás és esetenként az újraélesztés szükségessé teszi ezt. – Több évbe telt, míg az intenzív terápiás és a rehabilitációs csoport



Sógor Mónika gyógytornász érkezik a beteghez

összecsiszolódott és megtanult együtt dolgozni, mert ez a két szakterület messze volt egymástól – fejtegeti Cserháti Péter.

Míg a stroke-betegek aránya növekszik, a fiatal agysérülteké csökken, egyre gyakoribb, hogy 60–70 éves, újraélesztett szív-betegek fogadását kéri az OORI-tól a kórházak, akiknek a rehabilitációjára már nincs túl sok remény.

A kómacentrumból a 40 ágyas rehabilitációs részlegre kerülnek a gyógyulás útjára lépett betegek. Két évvel ezelőtt egy 20 ágyas, kiemelt ápolási osztályt csatoltak ide, ahová azok kerülnek, akiket a kómarészlegen nem tudnak még fogadni, vagy akiknél – a gondos előválogatás elle-

nére – nem sikerült eredményt elérni. Nekik addig biztosítanak helyet, amíg egy hosszú időre helyet biztosító ápolási intézmény fogadni tudja őket, vagy a család fel nem készül arra, maguk ápolják a betegüket.

– Mintegy 150–200 olyan súlyos agysérült van az országban, akiket otthon ápolnak. A laikus családtag megtanulja az intermittáló hólyagkatéterezést, a gyomorszonda kezelését, a sztóma leengedését, mondhatni, szubintenzív terápiát végez odahaza – meséli Cserháti Péter a tapasztalatokat. – Ezek a betegek jellemzően akkor kerülnek be a húszágyas ápolási részlegünkre, amikor például a beteg gondozója maga is egészségügyi ellátásra szorul. Az átmenetileg hozzánk érkező, egyébként otthon gondozott pácienseink jól tápláltak, nincs decubitusuk. Kiváló munkát végeznek a hozzátartozók.

A korai agyi sérültek osztályán, amit a köznyelv csak kómacentrunként emleget, megdöbbentő túléléseket is látnak időnként az ott dolgozók. Olyan betegeket állítanak talpra, akik tíz évvel ezelőtt nem élhették volna meg az eszmélést, mert valamely szövődmény miatt meghaltak volna. Aki most kerül az OORI ezen speciális rehabilitációs részlegére – ha nem is lesz matematikus vagy tornatanár –, jó eséllyel sokáig, viszonylagos egészségben élhet együtt a családjával.



Pattke Brigitta (jobbra) részmunkaidőben dolgozik a kómarészlegen, másik munkahelye a sürgősségi osztály

T. O.

Tudományos szakdolgozói kongresszus Siófokon

A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara 2019. szeptember 5-én hatodik alkalommal szervezte meg háromnapos, maximális továbbképzési pontértékkel bíró szakdolgozói tudományos kongresszusát Siófokon, amelyen közel 900 egészségügyi szakdolgozó vett részt.

A kongresszus fővédnökségét prof. dr. Kásler Miklós, az emberi erőforrások minisztere, védnökségét pedig prof. dr. Horváth Ildikó, az egészségügyi ellátásért felelős államtitkár vállalta fel.

A kongresszus megnyitója során beszédet mondott dr. Csányi Péter Endre, az Emberi Erőforrás Minisztériumának egészségügy szakmai irányításáért felelős helyettes államtitkára, dr. Gondos Miklós, az Állami Egészségügyi Ellátó Központ főigazgatója, Mészáros Magdolna, a Szakmai Kollégium Ápolási és Szülésznői (Szakdolgozói) Tagozat vezetője, a Magyar Kórházszövetség elnökségének tagja, valamint dr. Balogh Zoltán, a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK) elnöke.

A kongresszus nyitónapja ünnepi pillanatokra is alkalmat adott, hiszen az elmúlt évek hagyományainak megfelelően itt kerültek átadásra a kamara legfontosabb el-

ismerései: dr. Balogh Zoltán kamarai elnök és dr. Csányi Péter Endre az egészségügy szakmai irányításáért felelős helyettes államtitkára 21 szakdolgozónak adták át a 2006-ban alapított MESZK Szakmai Díjat, hét szakdolgozó MESZK-ért Díjban részesült, négyen pedig a MESZK Tagozatért Díjat kaptak.

A MESZK sajtónyilvános keretek között, a VI. Tudományos Kongresszus nyitónapján indította el a 2019/2020-as tanévben is tartó pályaválasztási kampányát, amellyel a szakdolgozói hivatást kívánja a társadalom széles rétegének, de elsősorban a pályaválasztás előtt állóknak, azok szüleinek és tanárainak bemutatni. A „Veled másokért II.” című rövidfilm az egészségügyi szakdolgozói pályát népszerűsíti, szereplői szakdolgozók, a velük készített hét kisfilm a kongresszus megnyitóján került bemutatásra. A filmek

megtekinthetők a YouTube-on, a MESZK csatornáján.

Az országos rendezvényen dr. Balogh Zoltán elnök és Cserni Tímea, a LifeTime Media ügyvezető igazgatója közösen adták át „Az egészségügyet választom” címmel középiskolások számára meghirdetett MESZK-pályázat nyertesének járó díjat. A győztes Baji Krisztina, a veszprémi Padányi Bíró Márton Római Katolikus Gimnázium, Egészségügyi Szakközépiskola tanulója lett.

A tudományos bizottsághoz beérkező közel 91 előadás közül, kettős, független értékelés után, 76 került beválogatásra a kongresszus programjába. Az előadások 13 tematikusan válogatott, párhuzamosan három helyszínen futó szekcióban kerültek megtartásra. A rendezvény keretét felkért előadókkal jegyzett plenáris ülések és bevezető előadások adták.

A rendezvény ideje alatt 194 szakdolgozónak volt lehetősége az országosan futó „Egészség egy életen át” kamionos szűrőprogram siófoki állomásán, a kongresszus alatt megszervezett vizsgálatokon részt venni.

A rendezvény varázslatos hangulatát a magyar tenger égszínkép látványa és még a nyarat idéző vízhőmérséklete tette élvezetesebbé. Az első napi gálavacsora sztárfellépője a Bon-Bon együttes koncertje mellett, a Kódex együttes zenéjére ropták a résztvevők. A második estén a filmcsillagok jegyében szólt a zene, ahol a talpalávalót Dj. Radnai és zenekara szolgáltatta.

A siófoki tudományos kongresszus díjazottjai



SzakMÁzz! Budapest

2019. október 8–9. között immár nyolcadik alkalommal, a Fővárosi Kormányhivatal szervezésében került megrendezésre a SzakMÁzz! Budapest pályaválasztási kiállítás a Hungexpo B pavilonjában, ahol a rendezvény mindkét napján képviseltette magát szervezetünk színvonalas bemutatókkal, személyes élmények közvetítésével.

A fiatalok több mint száz szakmát ismerhettek meg és próbálhattak ki. A kiállítással a szervezők segítséget szerettek volna nyújtani a főként 7. és 8. osztályos tanulóknak a szakmaválasztáshoz kapcsolódó információk megszerzésében és a megfelelő elképzelések kialakításában. A köztestületünk standját mindkét nap nagy érdeklődés övezte: gyakorolhatták a helyes újraélesztést, amelyet az egészségügyi hivatást gyakorló fiatal szakdolgozók segítettek elsajátítani. Lehetőségük nyílt továbbá megismerni a kézfertőtlenítés szabályait mind elméletben, mind a gyakorlatban is. Ezenkívül a Peter Cerny Alapítvány jóvoltából egy koraszülött-mentőautóba is benézhettek az érdeklődők.

A kiállítás alatt több ezer „Pályaválasztás 2019” és „Pályaválasztás 2020” kiadványt osztottunk szét a látogatók között, és a szerencsésebbek személyesen is találkozhattak a kamara kampányfilmjeiben és magazinjaiban szereplő fiatal szakdolgozókkal, akiktől bátran kérdezhettek. Az érdeklődők számára folyamatosan vetítettük a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK) által – az idei és tavalyi – megjelentetett egészségügyi hivatást népszerűsítő kampányfilmjeinket. Nagyon sokan érdeklődtek és csodálattal figyelték a különböző egészségügyi szakmaterületek bemutatását. A fiatal érdeklődőknek kamarai kvízt állítottunk össze, amelyet okostelefonnal is el tudtak érni. A szerencsések díjazásban részesültek. A szakkiallítás alatt a színpadon folyamatos műsorokkal népszerűsítették a szakmákat. Köztestületünket dr. Zacher Gábor főorvos képviselte, aki az egészségügyi hivatásról és annak szépségéről, illetve árnyoldalairól tartott érdekes előadást. Összességében elmondható, hogy a MESZK által felállított standot folyamatosan, nagy számban látogatták. Nagyon sok kérdés merült fel a beszélgetések során, és csak remélni tudjuk, hogy sikerült számos fiatalnak felkelteni az érdeklődését pályánk iránt. Ezúton is köszönjük a Magyar Honvédség Egészségügyi Központ támogatását, segítőink munkáját.



A helyes újraélesztés gyakorlása



Rendkívül fontos a kézfertőtlenítés



Betekintés egy koraszülött-mentőautóba

„Igazi csapatmunka volt” – ezzel lettek a Zala megyeiek a hivatás mesterei

A Zala megyei Szent Rafael Kórház „Rafael Angyalai” csapata nyerte el idén az „Ápolói hivatás mestere” címet. Vagyis ők találtattak a legjobbnak a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara országos szervezete idén tizedik alkalommal megrendezett szakmai versenyén, ahol 19 megye és Budapest legjobb csapata küzdött az elismerésért. Ahogy a megmérettetés után mondták: nagyon sokat gyakoroltak, készültek, de elsősorban a szervezettség és az összeszokottság hozta el a győzelmet.

„Óriási büszkeség nekünk ez a győzelem, de azt hiszem, hogy az egész kórház és a megye dicsősége” – mondta a verseny után *Dezse Krisztina*, a Zala megyei Szent Rafael Kórház I. Számú Belgyógyászati és Infektológiai Osztályának diplomás szakápolója, egyike a győztes négyesének. Azaz a Rafael Angyalai csapatának, amelynek tagja volt *Némethné Tóth Tímea*, *Bogár Rebeka*, szintén erről az osztályról és *Anfer Kristóf*, aki az intézmény septicus sebészeti és rehabilitációs osztályáról érkezett. Így négyen készültek hónapok óta a versenyre, miután júniusban megnyerték a megyei versenyt. Hármán nap mint nap együtt dolgoznak,

igaz, a műszakok miatt nem mindig egy időben, Kristóf pedig egy teljesen más osztályról csatlakozott hozzájuk. Mégis, igazi csapatként tudtak összedolgozni, ami a betegellátás szempontjából a legfontosabb. A kórházban a nyáron átadott skill laborban munka előtt és után gyakoroltak, átvették a lehetséges tesztkérdéseket. Kriszta és Kristóf most végeztek, egyikük friss főiskolai diplomás, másikuk szakképzésért tanult, így benne voltak az elméleti ismeretek sűrűjében. Tímea oktatóként a várható szakmai kérdésekben segített. Az ajánlott szakirodalmat felosztották egymás között, ahogy az anatómiai ismereteket is, megbeszélték, mi-

lyen gyakorlati feladat esetében ki lesz a teamleader, mert ez nagyon fontos a csapatmunkában.

„A megyei versenyen könnyebb, itt egy nagyon összetett és nehéz feladatot kaptunk. Először jött a sokk, mert ilyenekkel még nem találkoztunk. Egy zavart beteg leesett az ágyról, vélhetően combnyaktörést szenvedett, a fején nyílt sebbel. Nem volt időnk a pánikolásra, azonnal csapatként kezdtünk neki. Tudtuk, hogy ebben a feladatban Kristóf lesz a vezető és az ő irányítását követjük. Felállítottuk a prioritásokat és mindenkinek tennie kellett a dolgát idővesztés nélkül, dokumentálni mindent, megtalálni ismeretlen környezetben a szükséges eszközöket, közben figyelve arra, hogy a beteg sose maradjon egyedül. Mert itt a feladatunk kettős. Egyrészt hibátlanul ellátni a munkánkat, másrészt közben folyamatosan kapcsolatban lenni a beteggel is” – emlékszik vissza Krisztina a verseny talán legnehezebb részére. „Tudtunk készülni, leosztottuk egymás között a területeket, így mindenkinek megvolt az erőssége, igazi csapatként dolgoztunk össze. Tavaly is indultunk, akkor ötödikek lettünk. Idén sokkal összeszedettebbek, összeszokottabbak és felkészültebbek voltunk. Hiába dolgozunk a csapatból hárman egy osztályon, a műszakbeosztás miatt nem sokat vagyunk együtt, viszont azért ismerjük egymást és egymás munkáját is, de emellett kellett a mindennapok melletti gyakorlás is. Ahol nincs semmilyen külső tényező,



Elméleti teszttel indult idén is a megmérettetés



A betegágy mellett is helyt kellett állni



A csapatok bemutatkozása is vidám hangulatban telt



Az egyszerűnek tűnő feladat idén is megizzasztotta a versenyzőket

csak a feladatra koncentrálunk. Ehhez Kristóf is csatlakozott, így a skill laborban találtunk ki eseteket, amelyeket 'lepróbáltunk', így már némi rutint szerezünk a közös munkában" – tette még hozzá Krisztina, aki hat éve dolgozik az osztályon és már a gyakorlati idejében tudta: ide akar majd visszajönni. Összetartó és családi közösséget látott, ahol nem félnek egymástól kérdezni. Rafael Angyalai a győzelem óta folyamatosan kapják a visszajelzéseket. Betegek hívják őket telefonon, az utcán megállítják őket, hogy gratuláljanak. A kórházban a vándorkupa illusztris helyen van, pillanatnyilag a belgyógyászati osztályon, de hamarosan Kristóf osztályára költözik, hogy ő is részese lehessen a sikernek.



KJV 2019 legjobbjai: Rafael Angyalai

A versenyzőknek számot kellett adniuk egyebek közt anatómiai, élettani, kórtani, ápolástudományi és ápolástörténeti ismereteikről, valamint gyakorlati feladatokat is megoldottak. A mesterségesen kialakított kórházi környezetben, a Semmelweis Egyetem által biztosított demonstrációs eszközökkel, „sérült” segítők közreműködésével újraélesztési feladatokat szimuláltak. Mindezen túl helyesen válaszoltak a szakdolgozói kamarával kapcsolatos kérdésekre, továbbá prezentációt tartottak lakóhelyükről és a kórházról. A bemutatkozás keretében hivatásukról alkotott gondolataikat is megosztották a zsűrivel, a többi versenyzővel, illetve a népes szurkolótáborral. A neves zsűriből álló szakmai grémium a Zala megyei Szent Rafael Kórház „Rafael Angyalai” csapatát találta idén a legjobbnak. Ők viselhetik egy éven keresztül az „Ápolói hivatás mestere” címet. A résztvevő 20 csapatból második helyezést ért el a Gróf Tisza István Kórház, Sürgősségi Betegellátó Osztály – Berettyóújfalu „Mesternégys” csapata, harmadik pedig a Szent Lázár Megyei Kórház – Salgótarján „Szívügyek” csapata lett.

A megkezdett úton 2019-ben is

Folytatódott a béremelés, előtérbe került a szakképzés

Tavalyi évértékelő, összefoglaló írásomban több olyan célt fogalmaztam meg, amelyek közül még kettő 2018 decemberében teljesült. Az Emberi Erőforrások Minisztériuma és a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK) stratégiai megállapodást kötött 2018. december elején, amelynek keretében köztestületünk hatékonyan kíván fellépni az emberi erőforrás helyzetének javítását szolgáló intézkedések kialakításában, valamint az egészségügyi ágazat működtetésével, fejlesztésével kapcsolatos kérdésekben. Elvárásként fogalmaztam meg azt a célt, hogy „folytatódjék a bérmegállapodás további három-négy évre megtervezett ciklusa”. E kívánság teljesülésére sem kellett sokáig várni.

Béremelés

A kormány 2018. decemberben fogadta el a szakdolgozói bérfelzárkóztatás 2019–2022 közötti folytatásáról szóló kormányhatározatot, majd a 2016-ban megkötött négylépcsős felzárkóztatás utolsó elemét, *a 8 százalékos alapilletmény-emelést* 2019. november 1-jéről július 1-jére *előrehozta*. Ugyancsak kiemelt eredménynek tartjuk, hogy közel hatévnyi egyeztetés után az alapellátásban közalkalmazottként tevékenykedő *védőnők is a szakdolgozói bértábla hatálya alá tartoznak*. Ugyanakkor a tavaszi hónapokban folytatott szoros egyeztetések ellenére sem sikerült elérni az új megállapodást, miszerint a további szakaszokban, 2020–2022 között, az emelés mértéke ne egy bázisévhez (2018. január 1. fizetési besoroláshoz), hanem a mindenkori utolsó alapilletmény emeléséhez legyen viszonyítva. Ennek ellenére elmondható, hogy további, jelentős emelésekre lehet számítani *2020-ban két lépcsőben (14 és 20%), illetve 2022. január 1-jén (30%)*.

Fontos elemnek tartjuk, hogy az ágazati szintű bérintézkedések valamennyi szakdolgozót – aki a közfinanszírozott ellátás valamely területén tevékenykedik – érintsenek. Továbbra is finanszírozási intézkedéseket és garanciális elemeket várunk az alapellátásban és az otthoni szakápolás területén foglalkoztatott szakdolgozók bérhelyzetének megoldására.

Köztestületünk kitart azon korábbi álláspontja mellett, hogy *az egészségügyi ága-*

zatban a szakdolgozói béremelést a mindenkori garantált alapilletményhez viszonyított szorzórendszer bevezetésével lehet értékállóan kialakítani és fenntartani. Ennek megvalósítását a második bérfelzárkóztatási szakasz utolsó fázisa, azaz 2022. január 1-jét követően kellene megvalósítani. Ezáltal garantálható lenne, hogy a szakdolgozói bértábla kezdő besorolási illetménye (B1/C1) jelentősebb eltérést mutasson a mindenkori garantált bérminimumhoz viszonyítva.

Kiemelten kezdeményezzük továbbá az egészségügyi ágazat vezetőinél, hogy az (ágazati) kollektív szerződés hatálya alatt foglalkoztatott szakdolgozók körében, az immár három évvel ezelőtt aláírt megállapodás elemeinek betartására és betartatására kiemelt figyelmet fordítsanak, különös tekintettel a pihenőidőre vonatkozó szabályokra, valamint a műszakváltáshoz kapcsolódó munkaidő ellentételezésére.

Életpályamodell

Kamaránk örömmel vett részt a 2019. tavaszi egyeztetéseken, ahol ismét előtérbe került a szakdolgozói életpálya kérdésköre, hiszen az alapilletmények rendezése mellett az egészségügyi pályára vonzást és megtartást kulcskérdésnek tekintjük, csakúgy, mint szakmaterületünk vonzóvá tételét és az itt dolgozók szakmai, anyagi és életkörülményeiket befolyásoló tényezők áttekintését és olyan intézkedések megho-

zatalát, amellyel kiszámíthatóvá lehet tenni az e területen foglalkoztatottak helyzetét, megbecsültségét. A kamara országos elnöksége számos konkrét javaslatot készített és nyújtott be a kormány elé kerülő életpálya-koncepció kialakítása során. Kiemelt figyelemmel kezeltük a szakdolgozói illetménypótlék rendszerének átalakításával kapcsolatos elképzeléseinket, valamint a szakdolgozók családbarát munkahelyének kérdését. A folyamatos fizikai és pszichés hatás, az állandó stresszállapot felborítja az egész család ritmusát, az elvárható normális családi működést. Ezt a terhet szükséges csökkenteni és az ellentételezést életpályamodellben szükséges rögzíteni. A számos javaslat közül néhányat szeretnék megosztani, amelynek összeállításában az országos elnökség kiemelten vett részt: 1. Az illetményalap 150%-kal történő emelését javasoltuk. 2. A meglévő pótlékkategóriák és érintett munkavállalói körök bővítését javasoltuk. 3. Kamatmentes lakásvásárlási hitel kialakítását javasoltuk. 4. Új lakhatási támogatás, közösségi közlekedés támogatását javasoltuk. 5. Az iskolai szünetekben kedvezményes táboroztatási lehetőségek kialakítását (például az egészségügyi intézmények pályázhasznának táboroztatási lehetőségekre), valamint szakdolgozói családok részére nyújtott kedvezményes üdülési lehetőségek bevezetését javasoltuk. 6. Jogszabályban rögzített rugalmas munkaidő biztosítását kezdeményeztük a gyermek 14 éves koráig.

Szakmai minimumfeltételek

Idén ismét előtérbe került az egészségügyi szolgáltatások nyújtásához szükséges szakmai minimumfeltételekről szóló rendelkezések átalakítása, amelyre nagy szükség lenne, a felülvizsgálat indokolt. A szakdolgozói szakképesítések kategorizálása jelenleg nem követi a szakképzési rendszer változását: az új szakképesítések nem szerepelnek benne. A szükséges ápolói létszám elsősorban az ápoló/beteg aránnyal kerül definiálásra, ami meghatározza, hogy az egyes műszakban egy ápolóra mennyi beteg ellátása jut. Az arányok kiszámításához szükséges lenne a súlyossági kategóriák szerinti produktív ápolási időt is megadni, vagyis azt, hogy 24 óra leforgása alatt egy páciens ellátására mennyi időt kell fordítani, kizárva például az oktatásra, adminisztrációra fordított időt. A betegek súlyosságának megfelelő ápolói létszám-kalkulációval egy dinamikus, az ellátási szükségleteket jobban figyelembe vevő rendszert lehet bevezetni. Javasoltuk, hogy a minimumrendelet módosítása már most tartalmazza, hogy a különböző végzettségű szakdolgozók (kiemelten az ápolók) létszámát a jelenlegi szintről – türelmi idővel – 2022-ig, 2026-ig és 2030-ig milyen mértékben szükséges emelni. Ezáltal tervezhetővé válik az egyes szakemberek képzési szükséglete, így pedig célirányos képzési és motivációs programokkal lehet elősegíteni a szakemberek utánpótlását. (Sőt elejét lehet venni a keresettebb képzési területek esetében a túlképzésnek is.) Mindemellett kiemelten kell kezelni a folyamatos munkarendben foglalkoztatott, elsősorban a kórházi fekvőbeteg-ellátásban előforduló műszakváltások során keletkező időt, és ennek emberierőforrás-igényét is.

Szakképzés

Prioritásnak tekintjük továbbra is a szakmai képzés és továbbképzés fejlesztését, hiszen kamarai törvényünk és egyéb jogszabályok okán a kamara aktív részese a szakképzésnek. Ez azt jelenti, hogy a kamara delegálja a vizsgabizottságok két-két tagját, vagyis évente 1600–1800 kollégánk vesz részt a szakmai vizsgákon – évente 8–900 vizsgaszituációban – a szakképzés és a felnőttoktatás rendszerében. Ez egyben nagymértékű rálátást biz-



A MESZK kampányfilmjéből

tosít számunkra, érzékeljük, hogy milyen az elméleti és a gyakorlati képzés minősége, és évről évre folyamatosan detektáljuk, hogy hol vannak neuralgikus pontok. Ennek alapján juttatjuk el jelzéseinket és javaslatainkat a döntéshozók felé, majd egyeztetést folytatunk velük arról, hogy hol van szükség beavatkozásra. Idén ismét központi témává vált a szakképzés átalakítása, újraformálása. A szakmaiság magas fokú képviselésével, hiteles kommunikációval, de számos esetben nagy aggodalommal és kitartó szívóssággal veszünk részt az egyeztetéseken – már ahova egyáltalán meghívnak bennünket.

Kiemelten fontos ágazati prioritásnak tartjuk, hogy az ápolóképzés alapjai és előmeneteli rendszere harmonizáljon az Európai Unió szabályaival, valamint azt is, hogy a nemzetstratégiai szempontból kiemelten kezelendő területek iskolarendszerű képzési rendszerben maradhassanak és a szakképesítések minősége ne romoljon tovább. Amennyiben nem tartható be az EU-direktíva az ápolóképzés vonatkozásában a Szakképzés 4.0 keretében, úgy azt az egészségügyi ágazat és a kamara részéről is a legmagasabb fórumokon jelezni kell, és a problémára megoldást kell mindenképp találni. *A közfeladatokat ellátó egészségügyi szakemberek képzéséért – az állami szerepvállalást és felelősséget szem előtt tartó – javaslatokat és koncepciókat kell hozni annak érdekében, hogy megfelelő számú és képzettségű szakember álljon rendelkezésre a magyar közfinanszírozott egészségügyben!* Az írás készítése során fogadta el az Országgyűlés az új szakképzési törvényt, amelynek hatására az egészségügyi szakképzés teljes át-

alakulása várható. E folyamatban kiemelt szerepet kíván köztestületünk vállalni, az előbb felsorolt prioritások mentén.

Utánpótlás

Az elmúlt évben megkezdett egészségügyi hivatást népszerűsítő országos kampányunkat 2019-ben is tovább folytattuk. Újabb, az egészségügyi hivatást népszerűsítő kampányfilmek készültek el, amelyek bemutatását ismét az iskolai tanév kezdetére időzíttük, azzal a céllal, hogy a 2019/2020-as tanévben a most még iskolapadban ülő, pályaválasztás előtt álló fiataloknak, a következő generációnak megmutassák a szakdolgozói, kiemelten az ápolói munka érdekes és izgalmas világát. A szereplők – mind a tavalyi, mind pedig az ideai filmekben – egészségügyi szakdolgozók, akik valós munkakörnyezetükben, valódi hivatásukat játsszák el. A filmek olyan betegek történeteit mutatják be, akik az egészségügyi szakemberek heroikus, odaadó munkájának köszönhetik életüket, életkedvüket és életminőségüket. A honlapokon és a közösségi felületeken megjelenő filmeknél túl nyomtatott kiadvánnyal is megjelentünk szeptember első napjaiban. Ezzel elsősorban a szülők és az általános és középiskolai tanárok ismereteit szeretnénk bővíteni az egészségügyi szakképzés rendszerről, az egészségtudományi felsőoktatásban rejlő további lehetőségeket is bemutatva. Mindezeket hivatalos folyóiratunk, a Hivatásunk Pályaválasztás 2020 címen megjelenő különszámainkban adtuk közre 25 000 példányban. Népszerűsítő programunk eddig kialakított papíralapú és elektronikus produktumainak felhasználásával, és

1. táblázat. A MESZK 2019. évi szabadon választott kontakt továbbképzései

A program neve	Helyszín	Időpont	Pontérték	Résztvevők száma
VIII. Különleges szakmai nap a nők jegyében	Budapest	2019. március 2.	20	801
Tagozati napok 2019.	Budapest	2019. március 28–29.	18	430
VII. Foglalkozás-egészségügyi ápolói napok (VII. FONEU önálló magyar nyelvű szekciójaként)	Budapest	2019. április 24–26.	20	28
Középpontban a pitvarfibrilláció, első országos pácienstagoló	Budapest	2019. május 17.	19	95
MESZK Egészségügyi Szakdolgozók III. Alapellátási Konferenciája	Pécs	2019. május 24–25.	20	82
II. Országos Sürgősségi Konferencia Egészségügyi Szakdolgozóknak	Budapest	2019. május 31.	20	393
MESZK VI. Szakdolgozói Tudományos Kongresszus	Siófok	2019. szeptember 5–7.	20	803
XVI. Országos Járóbeteg Szakdolgozói Kongresszus	Balatonfüred	2019. szeptember 11–13.	20	82
X. Országos Szakmai Verseny	Budapest	2019. október 11.	20	80
III. Országos Járóbeteg Szakdolgozói Tudományos Nap	Budapest	2019. október 18.	20	287

2. táblázat. A MESZK 2019. évi elektronikus továbbképzései

E-továbbképzés neve	Pontérték	Sikeres vizsgázók száma
Diabétesz kezelése és táplálkozási vonatkozásai	19	697
Újraélesztés újragondolva	16	4385
Aktualitások a védőoltások rendszerében	20	3427
Nővérszakmai tudományos továbbképzés III-IV.	20	149

a területi szervezetek bevonásával indítottuk el az egészségügyi pályát népszerűsítő kampányunk csúcsát jelentő aktivitásainkat is.

Az EMMI oktatásért felelős államtitkárának, valamint a Klebelsberg Központ vezetőjének engedélyével területi és fővárosi szinten elindult az a mozgalom, ami az általános iskolák 7–8., valamint középiskolások 11–13. osztályos tanulóinak helyi, intézményi szinten próbál iránymutatást adni az egészségügyi szakképzés és az egészségtudományi felsőoktatás rendszerében, pozitív példákkal bemutatva az egészségügyi hivatás emberi oldalát, sajátosság jellemzőit. Kampányunkkal szeretnénk azokat a diákokat motiválni és az egészségügy felé terelni, akik a segítő hivatást gyakorlóakra jellemző magatartásjegyekkel rendelkeznek és érzékenyek a szakmaterület iránt. Pályaválasztási órákon, napokon, szakmák éjszakáján, nyílt iskolai napokon, kórházi bemutatókon jelenünk meg segítve a helyi szervezők munkáját. A film készítői és a köz-

testületünk vezetői biznak abban, hogy a toborzófilmek és a pályaválasztást segítő papíralapú és elektronikus kiadványaink megérintik a következő generációt, és kedvet csinálnak ahhoz, hogy mind többen válasszák majd ezt az egész személyiséget kívánó és megérintő, segítő szakmát, fantasztikus hivatást.

Rendezvényeink

A szakmai érdekképviseleti feladatok mellett az idei esztendőben is sikerrel szerveztük meg azokat az országos rendezvényeinket, amelyeket az elmúlt nyolc-tíz évben indítottunk el. Szakmai tudományos napokon, konferenciákon, kongresszuson közel tizenkétezer kollégának biztosítottuk a szakmai fejlődéséhez tartozó továbbképzési pontértéket (1. és 2. táblázat). A magyar szakdolgozókat számos nemzetközi fórumon, konferencián is képviseltük.

2019 az egészségügyben működő kamarák, így a MESZK számára is a választásokról

szól. Az elmúlt hetekben, hónapokban megkezdődtek a szervezeti megújulások. A folyamat először a helyi szervezeteink küldöttjeinek választásával indult: szakdolgozói területen 97 helyi szervezet működik, ezeket 20 területi szervezet fogja össze. Szeptember végén befejeződtek területi szinten is a kamarai tisztségviselők választásai, majd október végén a tagozatvezetők és helyetteseik megválasztása zajlott az országos szintű tagozati választmányi gyűlések keretében. Az alulról építkező folyamat december elején az országos szervezet tisztségviselőinek megújításával fejeződik be.

A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara alapító elnökeként, 16 évvel az első köztestületünket létrehozó kamarai törvény elfogadása után magam és az országos szervezet valamennyi tisztségviselő munkatársa nevében szeretném megköszönni a tagság és a szervezet eddigi tisztségviselőinek bizalmát, támogatását, amellyel szolgálhattuk közösségünket. Köszönöm mindazon partnerszervezeteknek és a főhatósági vezetőknek az együttműködést, akikkel a másfél évtized során rendszeres munkakapcsolatban alakítottuk a hazai egészségügyet, és merték vállalni, hogy a szakdolgozói kérdésekben mellénk álltak, sőt maguk is azonosultak törekvéseinkkel.

Dr. Balogh Zoltán
elnök

Konferenciát tartottak a szakmai kamarák

A Magyar Szakmai Kamarák Szövetsége 12 szakmai köztestületet tömörítő szervezet, amely közel 300 000 munkavállalót képvisel. A szövetség 15 évvel ezelőtt, 2004 tavaszán alakult, a soros elnökségét 2011–2012 után 2019-ben ismét a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara elnöke látja el.



A Magyar Szakmai Kamarák Szövetsége 2019. szeptember 24–25-én rendezte meg – hagyományteremtő jelleggel – I. Konferenciáját, Gárdonyiban. A kétnapos programot megtisztelte jelenlétével és előadásával az Innovációs és Technológiai Minisztérium szakképzésért és felnőttképzésért felelős helyettes államtitkára, Pölöskei Gáborné is, aki az új szakképzési törvény kialakításának időszakában előadást tartott a szaktárca elképzeléseiről, koncepcióiról. Különösen fontos és aktuális téma volt a Magyar Szakmai Kamarák Szövetségének és a szakképzési területért felelős tárca együttműködésének lehetőségeiről gondolatokat cserélni.

A remek hangulatú és konstruktív megbeszélésnek központi eleme volt a szakmai kamarák működése során már bevált jó gyakor-



Balról jobbra: dr. Hankó Zoltán, dr. Hajnóczi Péter, dr. Nagy Gyula, dr. Bánáti János, dr. Gáts Andrea, dr. Balogh Zoltán, dr. Éger István, dr. Fialka György, dr. Gönczi Gábor, dr. Tarcali Gábor

latok bemutatása – különös tekintettel a közfeladatok ellátására, az érdekképviseleti és hatósági jogkörökre, a kamarai vállalkozások, szolgáltatások kérdésére, valamint a jó gyakorlatok sorában a továbbképzések szervezésének sajátosságaira, az egyes rendszerek bemutatására, a köztestületi marketing és kommunikációs kérdéskörökre. Külön szekcióban foglalkoztunk a 2019. december 17-ére tervezett Szakmai Kamarák Napja Jubileumi Ülés előkészítésével. E napon ünnepélyes ke-

reték között kívánjuk bemutatni a szakmai kamarák államtól átvállalt feladatait, szakmai érdekképviseleti tevékenységünk eredményeit, valamint a hivatásrendi kamarák tagóságának nyújtott szolgáltatások körét.

A Magyar Szakmai Kamarák Szövetségéről bővebb információkat az alábbi linken talál: <https://szakmaikamarak.hu>

BZ



Budapesten üléseznek Európa vezető ápolói

A genfi székhelyű Egészségügyi Világszervezet 72. Egészségügyi Világgyűlése úgy határozott, hogy 2020 az ápolók és a szülésznők nemzetközi éve lesz. A történelem során először a világ nemzetei egyesülnek annak érdekében, hogy megünnepeljék azokat az előnyöket, amelyeket az ápolók és a szülésznők nyújtanak a világ lakosságának egészsége érdekében. Méltó módon el kell ismerni az ápolók központi szerepét a betegek biz-

tonságában és a minőségi egészségügyi ellátásban. Az egész év arra fókuszál, hogy kiemeljük szakmánk óriási áldozatait és hozzájárulásait a lakosság életében, és biztosítjuk, hogy munkánk problémáival hatékonyan foglalkozzunk.

Az Európai Ápolók Tanácsa (ECN) – amelynek tagja a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara is – 2019. december 2-án, Budapesten megrendezett közgyűlésén – számos kérdés mellett – napirendi pontra tűzte a nemzetközi év feladatait is. Külön pontban kell az egyes tagországok képviselőinek tájékoztatás adni arról, hogy hogyan fogják megszervezni az egyes nemzetek, köztük Magyarország is a 2020. évi ünnepséget, valamint megvizsgálják, hogy az ENC hogyan járulhat hozzá ezen ünnepséghez és hogyan emelhető az ápolás imázsa világszerte. Az európai ápolásszakmai szövetség közgyűléséről a Hivatásunk következő számában részletes tájékoztatást adunk.

dr. Balogh Zoltán, dr. Papp Katalin

Szalmák világbaajnoksága Kazánban

Orosz Nikolett, az Orosházi Kórház ápolója a 6. helyen végzett és Kiválósági érmet szerzett Oroszországban, a WorldSkills Kazan 2019 versenyen, a szalmák világbaajnokságán. A szalmában eddig ez lett a legjobb eredmény. Az ápolás és gondozás kategóriában összesen 19 induló volt, köztük olyanok is, akik már korábban indultak ilyen versenyen. Egyikük tavaly nyert Európa-bajnokságot, és volt olyan is, akinek nála jóval több kórházi gyakorlata van. Őket is sikerült leköröznie. Ez nem egy hétköznapi verseny, amit jelez, hogy 63 országból, 1354 fiatal, 56 szalmában mérte össze tudását. A magyar csapat 22 szalmában 24 versenyzőt indított. A több hónapos intenzív felkészülés önmagában kemény kihívás volt, a nyomás pedig csak fokozódott a versenyen.



A versenyen színészek játszották a beteg szerepét, velük kellett foglalkozni a helyben megkapott feladat alapján – mindezt angolul. Minden feladatra 40 percet kaptak, ami önmagában nem kevés, hiszen a kórházi munka során szinte soha nem töltenek egyszerre 40 percet valaki mellett. De ott azért más a tempó. A versenyen egyszerre csak egy beteget látnak el és folyamatosan, jól felépítve kell kivitelezniük 5–10 elrendelést. Ezt fejben sokszor nehéz előre megtervezni. A valóságban nincsenek a betegágy mellett bámészkodók, a versenyen viszont rengetegen néztek, zajong-

tak, a zsűri pedig árgus szemekkel figyelt minden mozdulatot, mondatot. Ám így sem zökkenhetett ki, mert meg kellett felelnie a betegnek, a pontozási rendszernek, a szakértőknek, magának és nem utolsósorban az érdeklődőknek. Az elmúlt egy évben a felkészülés és a verseny is sokat adott neki. Azt mondja, rengeteget tanult elméletben és gyakorlatban, amit hasznosítani tud majd a munkában. De nem csak az ápolói hivatásban lépett előre. Sokkal nyugodtabban és logikusabban tudja átgondolni az adott feladatot a beteg mellett. Bátrabb lett, ha úgy adódik, mer segítséget kérni,

határozottabbá vált, jobban ki tud állni az elképzelései mellett és hatékonyabban tud érvelni.

– *Honnan értesültél a megmérettetésről?*

– 2018-ban a Békéscsabai Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Kollégiuma tanulójaként értesültem a versenyfelhívásról, amelyet az akkori tanárim ajánlottak figyelmembe. A versenyfelhívást a Magyar Kereskedelmi és Iparkamara (MKIK) jelenteti meg az adott versenyszám szakmai támogatójával – jelen esetben az Állami Egészségügyi Ellátó Központ (ÁEEK) – egyeztetett feltételek alapján.

– *Mik voltak a kinti tapasztalatok, hogyan zajlott a verseny és miként készültél rá?*

– Szerencsés vagyok, hogy megmérhettem magam egy nemzetközi mezőnyben, azonban ezt nagyon szigorú előkészületek tették lehetővé. A versenyt megelőzően az ország legjobb szakembereinek irányítása mellett egy nagyjából hat hónapos intenzív, célzott szakmai felkészítésen vettem részt előre elkészített ütemterv alapján, továbbá az ÁEEK Szakképzés Fejlesztési Főosztályáról a korábbi versenytapasztalatok megosztása történt. Ennek során gyakorlatot töltöttem az ország különböző intézményeiben (MH EK Honvédkórház, Orosházi Kórház, Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet, Magyar Hospice Alapítvány). Az egészségügy, azon belül az ápolás nagyon széles tudományterület, így minden, verseny szempontjából releváns témakörben az adott terület gyakorlott, elismert képviselői segítettek az elméleti és gyakorlati tudásom mélyítésében. A négynapos versenyen élethű, valós munkahelyzetet imitáló szituációkat kellett megoldani, amelyeket imitátorok segítségével valósítottak meg.

– *Miért téged jelöltek? Volt előtte egy előválogatás?*

– Az Állami Egészségügyi Ellátó Központ, illetve a Magyar Kereskedelmi és Iparkamara által szervezett többfordulós válogatóversenyen vettem részt, ahonnan – a szakmai zsűri döntése alapján – 1. helyezettként kvalifikáltam magam a „szakmák világbajnokságára”. A Magyar Kereskedelmi és Iparkamara 2014 óta indít versenyzőt Ápolás és gondozás kategóriában a nemzetközi versenyeken, amelynek szakmai háttérét az Állami Egészségügyi Ellátó Központ biztosítja. Közvetlen felkészítőm Fehér Zsuzsanna volt, aki elsősorban szakértőként és sokszor kiváló barátként segített. A kórház vezetése és a felkészítésben részt vevő osztályok orvosi és ápolói csapata minden lehetőséget megadtak, hogy minél több eset mellett ott lehessenek, így tanuljak, tapasztalatot szerezzek.

Greksza Lászlóné ápolási igazgató a felkészülés szervezésében, míg Birkás Ti-

borné, Bacsrné Brandt Judit, Kovácsné Héjja Etelka és Váriné Kása Edina minden tudásukat átadva segítették Nikolettet. Ahhoz, hogy valaki versenyzővé váljon, a kiemelkedő szakmai ismeretekeken túl, elengedhetetlen a határozottság, jó kommunikációs készség, érzelmi kiegyensúlyozottság, a csapatmunkára való képesség, illetve a magabiztos angol nyelvtudás.

– *Hogyan kerültél a pályára?*

– Mindig vágytam rá, hogy emberek között legyek, segíthessek nekik, ezért már egész fiatalon tudtam, hogy milyen területen szeretnék tevékenykedni, így 14 évesen a békéscsabai egészségügyi szakiskolában kezdtem a középiskolai tanulmányaimat. 2018 októbere óta pedig az Orosházi Kórház Sürgősségi Betegellátó Osztályán dolgozom.

– *Mit tartasz a legfontosabbnak a pályádon?*

– Számomra az egyik legfontosabb a fejlődésre, tanulásra való törekvés, ugyanis ebben látom a haladást, illetve az elfogadás fontossága a napi munkavégzés során. Véleményem szerint ebben a szakmában csak a megfelelően képzett, elkötelezett, a munkáját valóban hivatásként végző egészségügyi szakdolgozók tudnak minőségi munkát végezni.

– *Mik voltak az első meghatározó élményeid?*

– A szakmai gyakorlatok során mind pozitív, mind negatív élményeket szereztem. Egy-egy kedves mosoly, dicséret, nyitottság vagy akár egy sikertörténet nagyon motiválóan, támogatón tud hatni egy tanulóra. A negatív tapasztalatok rossz érzéseket keltenek, amik megmaradnak, kétségeket keltenek, azonban meg kell tanulni ezeket a konfliktushelyzeteket jól kezelni.

– *Milyen a munkád, hogy néz ki egy napod?*

– Mivel sürgősségi osztályon dolgozom, így nem igazán van napi rutinunk. Legtöbbször a beteganyag minősége és mennyisége határozza meg a feladatainkat.

– *Mit gondolsz a magyar egészségügyről, illetve a fiatalok ebben betöltött szerepéről?*

– Meg kell tanulnunk jól használni az erőforrásainkat. Véleményem szerint nagy szükség van a jól képzett, fiatal munkavállalókra, akik látják az egészségügyi szakmában rejlő lehetőségeket és képesek ebben a közegben dolgozni.

– *Mit hozott neked ez a szereplés és mik a terveid?*

– Rengeteg tapasztalatot gyűjtöttem a gyakorlatok, illetve a verseny során – ezeket szeretném itthon kamatoztatni majd. Olyan szakembereket, cégeket, szakmai területek neves képviselőit ismerhettem meg, akik jelentősen befolyásolhatják további szakmai tevékenységemet, előmeneteletemet. Kiválósági éremmel tértem haza, ami annyit jelent, hogy a világ legjobbjai között is sikerült kiemelkedően teljesítenem. Jelenleg dolgozom, illetve folytatom az ápolóképzést, a gyulai Gál Ferenc Főiskolán tanulok. A későbbiekben szeretnék oktatni.

– *Van-e a hivatásod kapcsán valamilyen gondolatod, amit mindig szem előtt tartasz, amikor végzed a munkádat?*

– Az emberi méltóság, tisztelet és a jóindulat bármennyire is nehéz világban élünk, de számomra alapvető a minden-napi munkavégzés során.

– *Mit üzensz a pályatársaidnak?*

– Mindig járjunk nyitott szemmel és igyekezzünk kihasználni a rendelkezésre álló lehetőségeket!

– *Nehéz a hivatással összeegyeztetni a magánéletet?*

– 20 éves Békés megyei lány vagyok, a párommal Orosházán élek. Mezőhegyesen nevelkedtem, és a szüleimmel, húgommal, nagyszüleimmel nagyon közeli a kapcsolatom. Középiskolába Békéscsabára jártam. Jelenleg a gyulai Gál Ferenc Főiskola I. éves ápolóhallgatója vagyok. Már több mint egy éve dolgozom az Orosházi Kórház Sürgősségi Betegellátó Osztályán. Szabadidőmben a Magyar Vöröskereszt önkénteseként tevékenykedem, legutóbb Ausztriában vettem részt egy nemzetközi katasztrófavédelmi gyakorlaton. A hosszú napok után szeretek finom teát inni, illetve új hobbim a szanaszeánszokon való részvétel.

K. J. V.

Régi-új elnök a budapesti területi szervezet élén

Megalakulásától 2011-ig vezette a MESZK Budapesti Területi Szervezetét dr. Istókné dr. Puskás Andrea, aki – bár az elmúlt években is a hivatásrendnél tevékenykedett – idén ismét vállalta a területi elnöki pozícióra szóló jelöltséget, és bizalmat szavaztak neki a kollégák. Terveiről beszélt a Hivatásunknak.



A MESZK megalakulása óta folyamatosan dolgozik a kamarában, azon belül a budapesti szervezetben Puskás Andrea, aki azt meséli, második kisfia megszületése után nem tudta vállalni a fővárosi szervezet vezetését. Bár erről a pozícióról akkor lemondott, a kamarai munkát nem hagyta abba, a számvizsgáló bizottság elnökeként, majd a területi titkárság vezetőjeként aktívan részt vett a szervezet munkájában. Mint mondja, nagy előny ez a folyamatosság, hiszen „minden dossziének ismeri a helyét”.

– Sokan és erősen kérleltek, hogy vállalam ismét az elnökséget, számos jelölést kaptam, és magam is úgy éreztem, hogy jó lenne, ha új lendületet kapna a budapesti szervezet – válaszolja a miérteket firtató kérdésekre Andrea. – Minden szerveződés életében vannak fellendülő időszakok, ám az állandósuló feladatok az évek során automatizmusokat eredményeznek, és ilyenkor jön el a frissítés ideje – fogalmaz a régi-új elnök. A váltás már csak azért is szükségessé vált, mert a budapesti szervezet munkáját az elmúlt nyolc évben irányító Záray Gyuláné bejelentette, hogy elfáradt, és szeretné átadni a stafétát. – Marikát nem engedjük el, alapítványunk vezetőjeként a jövőben is velünk dolgozik majd – szögezte le Andrea, aki nagy tervekkel vág neki a jövőnek.

– Ahogyan a kamarai, úgy az elnöki munkámban is előnyt jelent, hogy diplomás ápolóként egészségügyi szakjogászi

végzettséggel is rendelkezem, hiszen kamarai tisztségviselőként részt kell vennem az egészségpolitikai döntések véleményezésében, így gyakran találkozunk jogszabálytervezetekkel, amelyekre szakmai szemmel is rá tudok tekinteni.

– A hivatásrendi munka mellett párhuzamosan egy szakrendelő jogászáként is dolgoztam, így volt alkalmam mediálni, facilitálni, különféle tréningeket tartani, ezeket a tapasztalataimat is szeretném most elnökként a szervezet javára kamatoztatni – kezd a jövőbeni tervei összegzésébe Andrea, azonban hozzáteszi, az egészségügyben szerzett tapasztalatai is segítik abban, hogy sikeresen fogja össze és újítsa meg a szervezeti munkát.

– Évtizedes, szoros kapcsolatot ápolok a kollégákkal, ismerem a betegágy mellett dolgozók mindennapi nehézségeit és örömeit, így nyitott vagyok a problémáik iránt – meséli tapasztalatait, amelyekre szakápolóként először a Szent Imre kórház pszichiátriáján, majd a Semmelweis Egyetem Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinikájának szívsebészeti intenzív osztályán tett szert. Később ugyancsak a klinika kardiológijának főnövére, majd az intézmény ápolási igazgatója lett. – Nem jelent hátrányt, hogy pontosan ismerem az intézmények működését, az egészségügyi ellátórendszer felépítését, a döntési mechanizmusokat és lehetőségeket. Mindez együttesen nagyobb, átfogóbb rendszerszemléletet ad.

Az oktatás színvonala meghatározza a szakma presztízsét

Bár a kamarai törvény behatárolja a hivatásrend munkáját, ugyanakkor a MESZK szervezeti és működési szabályzata meglehetősen tág mozgásteret biztosít a területi szervezetek számára – vélekedik Andrea, aki ez utóbbi lehetőséget kihasználva szeretne kilépni a „tagdíjbeszedő hatóság” szerepköréből, és megmutatni a budapesti tagságnak, hogy mi mindent kínál a kamara.

– Kiemelten szeretnénk foglalkozni a szakdolgozók oktatásával és az utánpótlás-szervezéssel. Számos továbbképzési program és projekt fut jelenleg is a szervezetünkönél, most ezeknek szeretnénk új lendületet adni. Sokkal több feladatra számíthat a jövőben az oktatási bizottságunk, hiszen pályaaorientációs képzéseket és börséket szeretnénk rendezni, ami napi szintű munkát kíván a grémium tagjaitól – válaszolja fel a változásokat Andrea, ugyanakkor megjegyzi azt is, hogy javítani kell az egészségügyi képzés minőségén. Mint mondja, néhány évtizede még csak a nagyon jó tanulók juthattak be az egészségügyi szakközépiskolákba, ám amikor bevezették a két-három éves képzéseket, az egy-két éves, ellenőrizetlen OKJ-s tanfolyamokat, alacsonyabb lett a



szakmai színvonal, és ez erősen hatott a hivatás presztízsére is.

– A budapesti irodánk égisze alatt egy olyan központ létrehozásán gondolkodunk, ami a budapesti szakképző intézetek napi problémáin tud segíteni. Az elképzelés apropóját az adta, hogy idén augusztusban négy fővárosi egészségügyi köznevelési intézmény került a Semmelweis Egyetemhez, ezekben az iskolákban nappali rendszerű és felnőttoktatási formában is tanulhatnak a diákok. Úgy gondoljuk, hogy a kamara, az egészségügyi intézmények és a szakképző helyek együttműködésével érhetjük el, hogy legyen a hivatásunkban utánpótlás, ugyanakkor a kórházak és rendelők képesek legyenek megtartani a dolgozókat – mesél terveiről az új elnök, aki szerint Budapesten nagy problémát jelent a fluktuáció.

– Sok az intézmény, a kollégák egy-két buszmegállónyira találnak másik egészség-

ségügyi szolgáltatót, ahol el tudnak helyezkedni. A fővárosban sokkal nagyobb kihívást jelentenek más ágazatok, amelyek elszívják a munkaerőt nemcsak a kórházakból, hanem az egészségügyből is. Ez egyrészt bérkérdés, másrészt azonban generálja az elvándorlást, ha a szervezeten belül nem jó az általános hangulat, ha nem figyelnek oda a dolgozók munkakörülményeire, ha nem megfelelő a munkaszervezés vagy nem biztosítottak a gyógyítás, ápolás személyi és tárgyi feltételei. Ma már nem evidencia, hogy az egészségügyi dolgozók a pályára lépéstől nyugdíjig ugyanott dolgoznak, ezért az intézmények gondolkodásában is meg kell jelennie a versenyszemléletnek – mondja Andrea.

Ennek érdekében sokkal szorosabb együttműködésre törekednek majd a budapesti kórházak és szakrendelők ápolási igazgatóival, a feladat oroszlánrésze Vá-

mosi Ágnesre, az új fekvőbeteg-ellátásért felelős alelnökre hárul majd. A Péterfy Kórház Manninger Jenő Országos Traumatológiai Intézet fiatal ápolásvezetője új szemléletet és lendületet hozhat a területi szervezet munkájába – reméli az elnök.

Utolérni a tagságot

Projektfelelősként Andrea tervezte azokat az animációs kisfilmeket, amelyeken keresztül azt igyekeztek bemutatni, hogyan épül fel a kamara, melyek a tevékenységei. Az elnök szerint ehhez hasonló kommunikációs technikákkal kell utolérni a tagságot, és tájékoztatni őket arról, hogy milyen szolgáltatásokat nyújtanak, amelyeken keresztül a kötelező tagdíj többszörösét kaphatják vissza a kollégák.

Ebben nincs egyszerű dolga a fővárosi területi szervezetnek, hiszen 30 756 tagot kell elérnie mintegy 2500 intézményben. A magas taglétszám megmutatkozik az ügyintézésben is, évente mintegy 5700 ügyet kezel az iroda. Bár tíz helyi szervezet működik a fővárosban, ezek közül jó néhányban a taglétszám annyit tesz ki, mint egy kisebb megye teljes tagságáé.

– Idén ismét találkozhatnak majd a budapesti kollégáink a kihelyezett ügyintézővel, amelynek korábban is volt hagyománya. Ilyenkor a központi iroda két munkatársa kitelepül egy-egy intézménybe, és helyben segít az ügyintézésben, problémamegoldásban a tagjainknak. Ez nemcsak a tagok kiszolgálása miatt fontos, hanem azért is, hogy láttassuk magunkat, ezáltal is közelebb kerülve a tagságunkhoz.

Azonban Andreának meggyőződése az is, hogy önismereti tréningekkel fejleszteni kell az egészségügyi szakdolgozók önismeretét és önbecsülését. Ha ők maguk nem hiszik el, hogy jók, addig a társadalom megbecsülését és tiszteletét sem tudják kivívni. A kollégák túlnyomó többsége első osztályú munkát végez, szereti a szakmáját, alázattal viszonyul a hivatásához, ám ezt nem sikerül megmutatni a kívülállóknak. Meg kell találni azokat a technikákat, amelyekkel ezen változtatni lehet.

S. L.

„Mindent elkövetünk, hogy lenyűgözzük a közönséget”

Vadkerti Imre (Kormorán) éneke, zenéje egybeforrott a kamara elmúlt négy évével. 2015. május 12-én a Kormorán zenéjére vonultak az egészségügyi szakdolgozók – a „Ki szívét osztja szét, ő lesz a remény” című dal azon napon himnusszá vált. 2015. július 1-jén az Országház előtt szervezett MESZK nagygyűlés záróakkordja is egy élő Kormorán koncert volt. Vadkerti Imre számos Lurdy házban tartott szakmai továbbképző nap vendéglőadója volt, megkönnyeztette az országos szakmai verseny résztvevőit és a családi sportnapunk csapatait is. Idén decemberben a MESZK hagyományos évzáró díjátadó gáláját A három királyok produkció, Vadkerti Imre, Derzsi György és Kovács Koppány műsora teszi emlékezetessé. A közös munkáról beszélgettünk Vadkerti Imrével.

– *Hogyan találtak egymásra így hárman?*

– Nagyon régóta ismerjük egymást, mindegyikünk követte a többiek munkáit, időnként keresztezték is egymást az útjaink. Gyurival kezdtünk el közösen zenélni, majd Koppány is csatlakozott hozzánk.

– *Mi köti össze önöket?*

– Fiatal korunkban ismertük meg egymást, régóta tartó barátság a miénk. A közös munka, a színpad és főként a zene, ami erősíti egyébként is jó kapcsolatunkat. Ugyanakkor a magánéleti és a művészbáratságon túl meg kell említeni, hogy összeköt felvidéki, határon túli magyarságunk, identitásunk is. Mind a hárman elkötelezettek vagyunk a felvidéki magyarság sorsát illetően.

– *Kinek mi az erőssége a csapatban?*

– Gyuri nagyon jó szervező, ő teremti meg a turnék hátterét, és ő készíti a zenei alapokat. Koppány a marketing terén vállal feladatokat, ő grafikus is, így a honlapot, a reklámanyagokat ő készíti. Én a fellépésekhez szükséges kapcsolattartást vállaltam magamra.

– *Hogyan jött létre A három királyok?*

– Korábban is előfordult már, hogy egy rendezvényen mindhárman felléptünk, de akkor külön-külön hívtak minket. 2015-

ben Nagyszarván került sor az első közös koncertünkre, és akkor merült fel az ötlet, hogy legyen a formációnak neve is. Koppány ajánlotta viccből, hogy legyünk háromkirályok. Ez egy kicsit szokatlan, mehökkentő. A műsorban szerepel József Attila Betlehemi királyok című megzenésített verse, de érezhető, hogy nem mi vagyunk a betlehemi királyok. Az első fellépés nagyon sikeres volt, ezért elkezdtünk saját szervezésben turnézni, kultúrházakat béreltünk, majd egyre több helyre kaptunk meghívást, sőt Kanadába is elvittük a műsort.

– *Milyen volt a fogadtatás Kanadában és Amerikában?*

– Óriási élmény volt a kinti turné, meghatározó volt, ahogy fogadtak minket. A kinti magyar közösség szervezte a turnét, magyarházakban és templomokban léptünk fel. Azóta is folyamatosan invitálnak, hogy menjünk ismét, és nem tudunk ennek ellenállni, persze nem is akartunk, így februárban ismét indulunk az Egyesült Államokba és Kanadába. Nagyon jó átélteni a kinti közönség szeretetét, és érdekes látni, hogy nemcsak magyarok kíváncsiak a koncertjeinkre, hanem amerikaiak, kanadaiak is eljönnek. Úgy tűnik, hogy a zene erős kapocs az emberek között.

– *A MESZK rendezvényére karácsonyi műsorral készülnek. Miért ezeket a dalokat választották?*

– Amikor összeállítottuk a műsort, beletettük néhány kedvencünket, és mindenki válogatott a saját műsoraiból karácsonyi időszakhoz köthető és a hazaszeretetről szóló szerzeményeket is. Már korábban is léptem fel a kamara rendezvényén, mindig nagyon jó volt a hangulat, kedves a fogadtatás. Igyekszünk meghitt, adventi hangulatot teremteni. Mindent elkövetünk, hogy lenyűgözzük a közönséget, és egy jó hangulatú délelőttöt tölthessünk el együtt, sok szép dallal.

Vadkerti Imre Révkomáromban született, Gútán volt általános iskolás, majd Érsekújváron végezte a középiskolát. Már gyermekkorában fontos volt számára a zene és a színház, először zenekarokkal énekelt, majd létrehozta az Alfarock együttest, később, 1998-ban pedig a Friends zenekart. 1993-ban a Komáromi Jókai Színházban a Mária evangéliuma rockoperában játszotta Gábiel arkangyal szerepét. Alapítója volt a Kis-Duna Menti Rocksínháznak, és tagja az Érsekújvári Rockszínpadnak.

A szélesebb közönség 2007-ben ismerte meg nevét, amikor feltűnt a Magyar Televízió Társulat című műsorában, és Koppányt alakította a 25 éves jubileumi István, a király rockopera előadásában.

Ezt követően a Pécsi Nemzeti Színház előadásában, a Leányvásárban Tom Migglist alakította. A komáromi Magyar Lovas Színházban játszik 2010 óta, a Trója, a Honfoglalás, Az utolsó betyár, a János vitéz és a Kincsem rockoperában láthatta a közönség.

A Kormorán zenekar szólóénekes 2011 óta, de emellett is vannak önálló műsora, fellép zenész barátaival, a megzenésített verseket előadó Vadkerti–Zsapka–Sipos trióval, a V-Band együttesel is. 2014 júniusában megjelent első szólóalbuma, amelynek címe: Sólýomszárnyán.

Több díjjal is elismerték teljesítményét, 2013-ban elnyerte a Felvidéken élő és tevékenykedő magyar zenészek szakmai elismerését, a Harmónia Magyar Zenei Díjat szólóénekes kategóriában, majd 2016-ban újra Harmónia díjat vehetett át, a Vadkerti–Zsapka–Sipos trióval, megzenésített vers műfajban. 2017-ben pedig Magyarország



kormánya Külhoni Magyarságért díjat adományozott számára.

A felvidéki Gútán él családjával, feleségével és három gyermekével, szabadidejét is a zene tölti ki.

Derzsi György nagyszarvai származású, első fellépései a gellei Flash zenekar énekeseként voltak. Kamaszként iskolai rendezvényeken lépett fel paródiákkal, de jobban érdekelte a rockzenekar, amit a barátjával alapított. Nagy hatással volt rá a Jézus Krisztus szupersztár rockopera, egyre több musicalt, rockoperát hallgatott. Ez az élmény indította a színház felé, 1993-ban jelentkezett a zselízi rockfesztiválra, ahol első ízben mérsékelt sikerrel szerepelt, ám a következő évben már szólóénekesként indult, ahol a Jézus Krisztus szupersztár egyik betétdalával az I. helyezett lett, amelynek hatására felvették a Komáromi Jókai Színházba, ahol a Mária evangéliuma rockopera Jézus szerepét játszhatta el. Ezek után a győri konzervatóriumba, majd a Győri Nemzeti Színházba is felvették. Később elvégezte a Színház- és Filmművészeti Főiskolát, 2001–2002 között a Budapesti Operettszínház tagja volt, majd játszott a Komáromi Jókai Színházban és a Győri Nemzeti Színházban. 2007-ben szerepelt a Társulat című te-

hetségkutató műsorban. Később a Komáromi Magyar Lovas Színház színész-rendezője, zenei vezetője lett, majd megírta első zenés darabját Kincsem címmel, amelyet a komáromi Magyar Lovas Színházban láthatott a közönség. Zeneszerzőként jegyzi a Vörös Rébék című zenés játékot, amelyet 2017-ben mutattak be Tatán, és azóta már Budapesten, illetve Erdélyben is láthatta a közönség. Zenés monodramáit, mint a Szerelmem Sárdy és a Lehár-estjét kedveli a közönség. Legújabb zenei megnyilatkozása a Derzsi György és a Gipsy Projekt, amely formáció régi slágereket ad elő, bárhangulatot idézve, hegedű-, nagybőgő- és gitárkísérettel.

Jelenleg Budapesttől nem messze él, de sűrűn látogatja szülőfaluját, Nagyszarvát is. Szabadidejében zenét szerez, két kislányával időzik, de ha ideje engedi, lovagolni is szeret.

Kovács Koppány Egerben született, majd 1988-ban édesapjával és bátyjával Somorjára költözött. Óvodás kora óta érdekli a zene. Édesapja tagja volt a Felnémeti Pávkör citerazenekarának, Koppány is ezzel a hangszerrel ismerkedett négyéves korában. Gyermekkorában több hangszeren tanult játszani, és a néptánc szintén meghatározó

volt számára. Végül a gitár mellett tette le a voksát, a '90-es évek közepén pedig megalkult a Rómeó Vérzik zenekar, amely a mai napig népszerű, egyre több budapesti fellépést, sőt már amerikai meghívást is maguk mögött tudhat a zenekar.

A kétezres években kezdődtek színházi felkérései, a Felvidéki Rocksínpad és az Érsekújvári Rocksínpad után a komáromi Magyar Lovas Színházhoz került, amelynek ma is tagja. Láthatta a közönség többek között A hét vezér című darabban.

Több elismeréssel is büszkélkedhet, a Rómeó Vérzik zenekar több alkalommal kapott Harmónia díjat, az Év dala címet, és maga a csapat is részesült A legjobb zenekar díjban.

Feleségével és két lányával Felvidéken, Nagyszarván él, hobbija a zene, a lovaglás. Már több éve szervezője és aktív résztvevője a nagyszarvai lovas táboroknak, amit gyermekek részére tartanak. A *Somorja és Vidéke* lap menedzsere, aktív politikai szerepvállalása ismert, és a somorjai Csemadok elnöke is. Bízunk abban, hogy Csemadok-elnökként talán még többet tud majd a somorjai magyar kultúráért tenni.

Bródi Emília



MINDANNYIUNK EGÉSZSÉGE

Nyilálló ízületek, fájó derék

Az őszi párás,
nedves időjárás,
a téli fagyok
és különösen
az egymást
gyakran váltó
időjárási frontok
az azokra
érzékenyek
ízületeit nagyon
megviselhetik.

Míg régebben leginkább az idősebb korosztály tagjai panaszkodtak az említett esetekben ízületi fájdalmakra, ma már az egészen fiatalok között is szép számmal akadnak térd-, váll- vagy derékfájdalmaktól szenvedők. Oka megváltozott életmódunk, az ülő és egy helyben álló munkák, a motorizáció és a háztartásokban a kényelmet szolgáló technikai újdonságok. Mindezek hozzásegítik az embereket a mozgásszegény életmódhoz, ami pedig kifejezetten káros az ízületeknek.

Tipikus téli tünetek

A fájdalmak leggyakrabban a reggeli felkelésnél figyelmeztetnek, a végtagok, a csípő- és deréktájon. Eredetük lehet gyulladásos és kopásos egyaránt. Némelyeknél a különféle vírusfertőzések (például influenza vagy egyéb, magas lázzal járó betegség) is erős ízületi fájdalmakkal járnak. A panaszok általában mindenkinél mások, és az intenzitásuk is változó. Van, aki csak reggelenként, felkeléskor érzékeli a „berozsdásodott” ízületeket, a panaszok a mozgás hatására elmúlnak. Mások egész nap kínlódnak az ízületi fájdalmaktól.

Azok, akik különösen hideg időben, télen tapasztalják ízületi fájdalmaik felerősödését, többségükben valamilyen



Fájdalmas ínhüvelygyulladás

Napjaink egyik leggyorsabban terjedő ízületi nyavalyája az ínhüvelygyulladás, amellyel azok, akiknek mindennapi munkaeszköze a számítógép, életük során bizonyára már legalább egy-két alkalommal találkoztak. Enyhébb panaszoknál elegendő a fájó kézfejek, a csukló néhány napos kímélete, esetleg borogatása. Tartósabb panaszok esetén viszont nem kerülhető el a szakorvos felkeresése, mert előfordulhat, hogy a gyulladás okozója nem az ízület folyamatos és ismétlődő mechanikai terhelése (egérhasználat, gépelés), hanem valamilyen fertőzés.

Ez utóbbi valamilyen sérülés (szálka, tűszúrás, kertészkedés közben történő töviszúrások stb.) következményei. A szövetek közé kerülő kórokozók gennyes ínhüvelygyulladást okozhatnak. A fertőzéses változattal mielőbb szakorvost kell felkeresni, mert fennáll a veszélye, hogy a kéz maradandó károsodást szenvedhet, valamelyik ujj elveszítheti funkcióját. Az antibiotikumos kezelés mellett az orvos általában egy apróbb műtét végrehajtását is javasolja a gyógyulás érdekében.

kopásos elváltozástól szenvednek, esetleg a kritikus területen gyulladás támadta meg az ízületet. A fájdalom mértéke változó, mindenkinél más. Rosszabb esetben a beteg ízület és környéke megduzzad, a páciens forrónak érzi az adott területet és mozgásában korlátozottá válik. Ez a fajta ízületi probléma különösen az alsó végtagok nagyízületeit, a térdet, a comb- és csípőtájékot érinti. Gyakran gerinctájékra is kisugárzik a szűnni nem akaró fájdalom. A fájdalom intenzitása és az egymást követő időjárási frontok között lehet összefüggés, ezt a témával foglalkozó kutatók állapították meg. A panaszokat és a fájdalmat az arra érzékenyeknél fokozhatja a változásokkal járó légnyomáskülönbség is, továbbá negatív hatása lehet a hidegnek és a nedvességnek.

Hiába fáj, mozogni kell!

Aki valamilyen ízületi betegséggel, illetve az azzal járó fájdalmakkal bajlódik, általában kerüli a mozgást és inkább fekvő helyzetben, lehetőleg mozdulatlanul várja állapota jobbra fordulását. Annak érdekében legfeljebb különböző fájdalomcsillapító gyógyszereket vesz be, esetleg gyógykrémekkel kenegeti a fájó testtáját. A reumatológusok szerint ez a legrossz-



Segítenek a gyógynövények

A különféle ízületi panaszok, gyulladások fájdalmas tünetei enyhíthetők néhány gyógynövény segítségével is. Súlyosabb esetben természetesen nem hanyagolható el a klasszikus gyógyszerek igénybevétele sem.

Erőteljes gyulladáscsökkentő hatása van a gyömbérnek, amelyet legpraktikusabb illóolaj formájában használni. 10 csepp gyömbérolajat összekeverünk egy evőkanál olíva- vagy kókuszolajjal és ezt masszírozzuk be a fájó ízületbe. A kurkuma szintén gyulladáscsökkentő hatású. Akár étrend-kiegészítő formában szedhető, de teaként is fogyasztható. Az édesgyökér szintén gyulladáscsökkentő és a fájdalmat is enyhítheti. A növény szárított porából teát főzve, naponta két alkalommal érdemes fogyasztani. A fahéj szintén gyulladás- és fájdalomcsökkentő, ráadásul antioxidáns is, a belőle főzött tea a leghatásosabb. A csalántea enyhén vízhajtó hatású, így a szervezetből a méreganyagok távozását serkenti, továbbá csont- és izületerősítő hatása van. Szintén teaként fogyasztandó. Akárcsak a nyírfakéreg, amely fájdalomcsökkentő hatású.

szabb, amit a beteg tehet. Az ízületeknek ugyanis, bármennyire is fájnak, elengedhetetlen szükségük van a mozgásra, mert a táplálékot szállító ízületi folyadék csak így juthat el a kritikus területekre. A kíméletes terhelés – például egy könnyű séta – javítja az adott ízület anyagcseréjét és általa enyhülhet a fájdalom is. A szauna, a meleg fürdő javítja a vérellá-

tást, könnyíti a beteg állapotán. Ezek a felsorolt fájdalomnyhító eljárások természetesen csak pillanatnyi megkönnyebbülést hoznak, a panaszokkal ajánlott mielőbb felkeresni az orvost, hogy kiderüljön, mi lehet a valódi oka az ízületi problémáknak.

L. I.

Izomerősítő torna az ízület támasza

Aki ülőmunkát végez, gyakrabban panaszkozhat a csípőízületeire, hiszen a nap nagy részében ugyanazokat a pontokat terheli és ugyanazok a területek nélkülözik az egészséges keringéshez szükséges mozgást. A panaszok megelőzésére a gyógytornászok otthon végezhető, könnyű, csípőerősítő gyakorlatokat ajánlanak. Ezek a gyakorlatok az ízületek körüli izmokat edzik, erősítik, így tehermentesíthetik az ízületeket. A csípőerősítő gyakorlatokat érdemes térdelő- és hasonlók is kiegészíteni. A végtagoknál hasonló a helyzet, mint a medence esetében: az ízületek ugyan nem erősíthetők, de az azokat körülvevő izmok igen. Ezzel pedig biztos támaszt adhatunk a sérülékeny ízületeinknek.





MÚLT ÉS JELEN

Nincs vége a tbc elleni küzdelemnek!

Bár a tuberkulózis már a történelmi korokban is többségében halálos kimenetelű betegségként volt ismert, hosszú évszázadoknak kellett eltelnie ahhoz, hogy a gyógyítás tudományának képviselői egyáltalán felismerjék, valójában mi okozza a betegséget, a korábbi kuruzsló módszerek helyett mi lehet a kezeléséhez eredményesen használható gyógyszer, és hogyan lehetne megelőzni magát a betegséget.

A Vöröskereszt 1919-es kampánybélyege

Utóbbi kérdés, vagyis a megelőzés talán a legfontosabb mind az ellátás, mind a páciensek szempontjából. Nemcsak Európában, hanem némi késéssel Magyarországon is az iparosodással és a városok népének robbanásszerű gyarapodásával egyre több lett a tbc-fertőzött beteg. Számuk a XX. század elejére már annyira nőtt, hogy a tuberkulózist kontinensszerte morbus Hungaricus-ként (gyar betegségg) emlegették.

Tömegesen szedte áldozatait a fertőzés

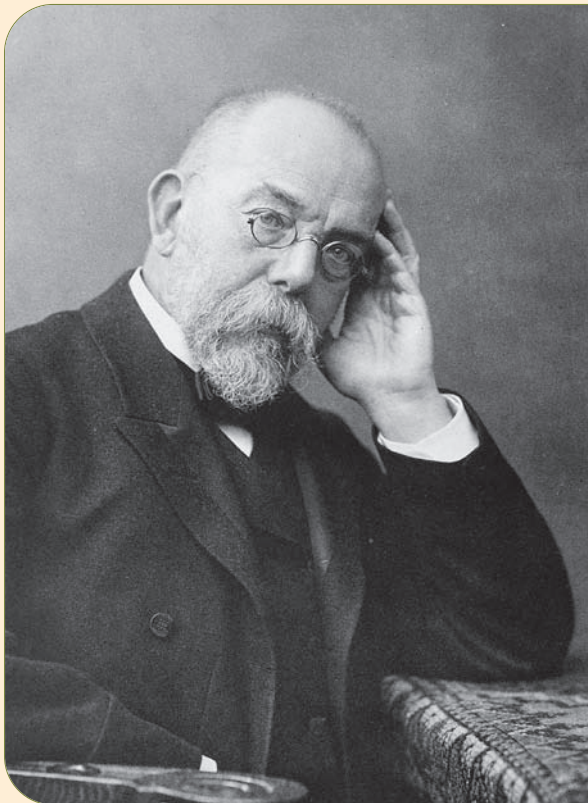
A változáshoz, a tömeges fertőződés továbbterjedéséhez, illetve megelőzéséhez, valamint a fertőzöttek sikeres gyógyításához sok mindenre szükség volt. Attól az alapvető feltételtől kezdve, hogy az orvosok felismerjék a betegség okát és okozóját egészen addig, hogy meg tudják akadályozni a fertőző gócek terjedését, illetve azok kialakulását. Mindehhez elengedhetetlen volt például a mikroszkóp feltalálása, a kórokozó baktérium és az

ellene alkalmazható oltóanyag felfedezése, nem utolsósorban pedig a betegség megelőzésében és kezelésében egyaránt fontos szerephez jutó diagnosztikai eszköz, a röntgengép feltalálása. A tbc legyőzésében alapvető szerepe volt még annak, hogy bevezették a csecsemők védőoltását, és megelőzőként országos szűrőhálózatot hoztak létre. E küzdelmes folyamat véghezviteléhez és a gyógyítás szolgáltatába állításához, általános elterjesztéséhez közel 4-500 évre volt szüksége az emberiségnek, a mikroszkóp feltalálásától a szűrőhálózat megvalósulásáig. Addig pedig világszerte milliók lettek a tbc áldozatai.

Higiénia és megelőzés

Az 1933-ban megjelenő *Magyar Népegészségügyi Szemle* egyik orvos szerzője már világosan felismerte és rámutatott a kór elleni teendőkre: „A napjainkban immár óriási terjedelmű tuberkulózisiradalom tanúsága szerint két ponton lehet a gümőkór terjedése elleni védekezést

leginkább prophylactice megfogni: egyik a népek egészségügyi ismeretekkel való ellátása, másik a fertőzés forrásainak lehető megszüntetése.” Több tanulmányra és vizsgálatra hivatkozva megállapította, hogy a tuberkulózis terjedésének egyik legáltalánosabb okozója a szegénység, a nyomor és az ezzel járó hiányos testi és környezeti higiénia. Általános orvosi tapasztalatként említi, hogy azokon a településeken (különösen apró falvakban és tanyákon), ahol egyszer felüti fejét a fertőzés, hamarosan gócpontok alakulnak ki és szinte kiirthatatlan lesz a kórokozó, amely korra és nemre való tekintet nélkül folyamatosan szedi áldozatait. A szerző szerint egy 1931-es orvoskongresszuson elhangzott adatok szerint a gümőkóros gyerekeket vizsgálva megállapították, hogy például a román királyság területén élő gyerekeknek kísérleti jelleggel beadott tuberkulin védőoltás a szegény sorsúaknál 75,6 százalékos, a jó módban élőkénél 48,7 százalékos arányban mutatott pozitív reakciót, ami arra utalt, hogy az érintett gyerekek szerve-



Koch, a bakteriológia atyja

Robert Koch német orvost tartják a bakteriológia atyjának, mert ő ismerte fel a lépfene, a kolera és a tüdővész kórokozóit. Munkásságáért 1905-ben Nobel-díjat kapott. Nemcsak felfedezte a tbc kórokozóját, hanem megkísérelte annak ellenszerét is kidolgozni. Bakteriumentenyészetből általa tuberkulinoknak nevezett preparátumokat készített, ám ezek hatástalannak bizonyultak. Az első sikeres védőoltást 1906-ban Albert és Camille Guérin alkalmazta, és nevükből jött a BCG (bacillus Calmette–Guérin) –oltás neve is. Emberi használata 1921-ben kezdődött Franciaországban, de széleskörűen csak a második világháború után Amerikában, Angliában és Németországban terjedt el. Napjainkban globálisan sok millió csecsemőt oltanak be a tbc elleni védekezésül. A gyógyszer-rezisztencia kialakulásában erőteljes szerepe van az aktív tbc-s betegek helytelen, illetve elhagyott gyógyszeresedésének, a gyógyszerek rossz alkalmazásának, az elhanyagolt terápiának. Az is fontos tényező, hogy a tbc-s fertőzés által sújtottak többsége rossz anyagi körülmények között él, a gyógyszereik viszont évről évre drágábbak lesznek. Amerikai dollárban számolva a fertőzés hagyományos gyógyszeres kezelése havonta körülbelül 20 dollárba kerül, a multirezisztens eseteknek a gyógyszerköltsége pedig meghaladja az ötezer dollárt. Ezt az összeget nagyon sokan nem tudják kifizetni.

zete korábban már találkozott tbc-fertőzéssel. Párizs egészségügyi térképét vizsgálva, arra az eredményre jutott a tanulmány szerzője, hogy a tbc-s gócok ugyanott voltak, ahol a térképen a szegénynegyedek helyezkedtek el.

Tömeges szűrés – kevesebb beteg

Magyarországon az 1920-as évek elején kezdték megnyitni a tüdőgondozókat. Többségében a járási székhelyeken üzemeltek és alapvető feladatuk volt, hogy a területükön orvosi rendelőkben fellelhető, illetve a járáson belül „mozgó” röntgenkészülékeket a lakosság szolgálatába állítsák. Megszervezték az alkalmankénti tömeges vizsgálatokat. Az akkori alkalmazott meglehetősen egyszerű (és sugárzás szempontjából nem éppen veszélytelen) készülékek felvételeket még nem tudtak készíteni a páciensekről. A diagnózist az orvos helyben, a vizsgálat alkalmával volt kénytelen

felállítani, így nagymértékben függött az ilyen irányú tudásától és tapasztalatától a végeredmény. Az első ernyőkép-állomásokat Budapesten, Miskolcon és Szolnokon nyitották meg. Az intenzív, egész országra kiterjedő, már felvételeket is produkáló berendezésekkel végzett szűrővizsgálatok igazán csak az 1950-es évek elején indultak el. Az akkori statisztikák szerint 1954-ben összesen 857 808 személy vett részt ernyőképszűrésen. Közülük tízezer vizsgálatból 646 új fertőzöttet találtak. 1979-re

a szűrésen megjelentek létszáma már hétmilliónál több volt. Közülük összesen 2438 új beteget regisztráltak új fertőzöttként. 2003-ban, a minden felnőttkorúra kötelező szűrővizsgálat utolsó évében alig többen, mint 3,5 millióan vettek részt a vizsgálaton, összesen 1016 újonnan felfedezett esetet találtak. 1950-ben az országosan nyilvántartott tbc-s esetek száma 45 757, 2003-ban pedig 2745 fő volt.

H. A.

Ismét támad a kór

Az ezredforduló táján világszerte megjelent a tbc egy rendkívül veszélyes módosult kórokozója, a multirezisztens baktérium. Az Egészségügyi Világszervezet statisztikája szerint ez a fertőzés roppant veszélyes változata ma már a tbc-ben érintett betegek 5 százalékát támadta meg. A szervezet becslése szerint 2008-ban világszerte körülbelül 450 ezer esetet regisztráltak. Halálozási arányuk 30 százalék felett van. A multirezisztens esetek leggyakrabban Kínában, Indiában és Oroszország északnyugati részén fordulnak elő, de további, több mint ötven országból is jelentettek ilyen eseteket.

Karácsonyi kedvenc a Diótörő

A világ nagyvárosaiban, ahol zenés nagy- vagy balettszínház működik, szinte biztos, hogy év vége felé másorra tűzik a Diótörő című balettet. Ennek világszerte évszázados hagyománya van. Igaz, hogy meglehetősen régen, 1892 karácsonya körül mutatták be Csajkovszkij utolsó színpadi művét a szentpétervári cári udvari színházban, és azóta már számtalan változata napvilágot látott, a báb-színházi játéktól a pantomimig, a musicaltől a jégrevüig, mégis az örök kedvenc csak az eredeti balettváltozat maradt.

A kik gyerekként valaha Budapesten éltek, többségük még ma is nosztalgiával emlékszik arra, amikor karácsony valamelyik ünnepnapján a felnőttekkel elmehetett az Operaházba, hogy megnézzék a Diótörőt. Ez hagyomány volt, és az is maradt hosszú évtizedek óta. Ma ugyanúgy műsoron van karácsonykor és az év vége felé többször is a Diótörő, mint nagyanyáink, dédanyáink idejében volt. A mesebalett olyannyira népszerű még napjainkban is, hogy a karácsonyi előadásokra már ősz elején elfogynak a színházjegyek.



A zeneszerző nem bízott a sikerben

Vajon mi lehet a Diótörő titka, hogy több mint száz éven át képes volt megőrizni, sőt folyamatosan növelni a népszerűségét, és a világ balettirodalmának egyik leőbbet játszott darabjává válni? A csodálatos, ígöző zene, a csillogó, gyönyörű díszletek, kosztümök, vagy a látványos, művészi koreográfia? Sosem derült ki, talán mindegyik hatása együttesen. Pedig nem valami fényesen indult egykor a darab karrierje. Az eredeti irodalmi alap E. T. A. Hoffmann karácsonyi műve, a Diótörő és Egérkirály meglehetősen horrorisztikusra sikeredett, így teljesen alkalmatlan volt a gyerekek szórakoztatására. Hoffmann történetét Alexander Dumas tette könnyeden meseszerűvé, és ez a változat akadt a szentpétervári udvari balett igazgatójának a kezébe. Megtetszett neki és elhatározta, hogy színpadra állítja a történetet. A Dumas-féle változatot a színház táncosa, Marius Petipa, aki egyben koreográfus is volt, balettszínpadra dolgozta át. A bravúros szólók és duettek mellé látványos táncbetéteket is tervezett a tánckar közreműködésével, és csodálatos díszleteket, csillogó, százféle színben pompázó meseszerű ruhákat álmodott a színpadra. Míg Petipa álmodozott, a színház megbízta Pjotr Csajkovszkijt, a balettenéiről híres mestert, hogy zené-

sítse meg a Diótörő meséjét. Csajkovszkij nem túlzottan lelkesedett a munkáért, mert elolvasva a szövegkönyvet, úgy gondolta, a látvány, a grandiózus díszletek, a táncvari forgatag elfordítja majd a nézők figyelmét az ő művéről, a zenéről, háttérbe szorítja azt, így mint szerző, aligha arathat tomboló sikert. Aggodalmait persze nem igazolódtak, az idő bebizonyította: minden elem csak hozzátesz a néző élményéhez és szerethetőbbé teszi a darabot. Csajkovszkij romantikus zenéje amúgy önmagában is varázslatos és számos újítást rejt magában. A mester nem habozott táncképeit népzenei elemeket is bátran felhasználni, vagy a kor divatos társas táncát, a keringőt is beengedni a mesejáték színpadára. Arra roppant büszke volt, hogy balettenében ő volt az, aki szerzőként első ízben alkalmazta a kor új hangszerét, a cselesztát, ami egy zongorához hasonló, annál valamivel lágyabb hangzású zeneszerszám. A Diótörő muzsikájának a népszerűsége máig töretlen és napjainkban is gyakran felcsendül filmek kísérő zenéjeként vagy éppen telefontcsengőhangként.

65 évig változatlanul, de sikeresen

A szentpétervári ősbemutató a Mariinszkij Színházban volt és eredetileg gyerekek táncolták. Egyetlen kivétel volt, a fősze-



A Diótörő az Újvilágot is meghódította

Csajkovszkij balettje Amerikát is meghódította. Ahhoz persze idő kellett, hogy eljusson minden nagyvárosba, amelynek balettelőadásokat is színre vivő teátruma volt. Így történhetett meg, hogy New Yorkban az első Diótörő előadást csupán 1954-ben láthatta a nagyközönség. Azóta viszont rekordokat döntenek az előadásszámok. Az eredeti előadás a Balanchine-féle koreográfián alapult és azóta a városban már karácsonyi tradíciónak számít az előadás meglátogatása. A New York-i Balett évente minimum ötven Diótörő előadást tart, ez a kezdetek óta több mint kétezer színre lépés. Évente hozzávetőleg százezren nézik meg a balettet a városban. A színpalak mögött minden előadáson 60-an dolgoznak, ők foglalkoznak a díszletekkel és a világítással. A táncosok az előadás alatt 150 jelmezt viselnek, a színpad világításához csaknem ezer lámpát használnak, a zenekarban 70-en muzsikálnak.

regi László valamelyest változtatott a koreográfián, de az alapok megmaradtak. 2015-ben történt meg a nagy felújítás. Wayne Eagling és Solymos Tamás a Magyar Nemzeti Balett igazgatója alaposan átdolgozták a régi darabot. Látványában modernizálódott, a hagyományos vászondíszleteket masszívabbra cserélték, a kosztümöket az azokat viselő szereplők karakterjegyeivel látták el, a táncok pedig technikásabbak, nehezebben kivitelezhetőek lettek. A korábbi három felvonást kettőbe sűrítették. Az alkotók célja az volt, hogy minél több táncot, sok látványelemet építsenek be az előadásba, amelyet ne szakítsanak meg a felvonások közötti szünetek.

Hidegkuti Alexa

replő, Marika álmában megelevenedő szerelmes pár, vagyis ő maga és Diótörő herceg. Ez utóbbi két szerepet felnőttekre osztották. A többi felnőtt táncos 1919-ben került bele a cselekménybe a szöveggönyv felújítása alkalmával.

A magyar közönség a Diótörővel 1927. december 21-én ismerkedhetett meg, ekkor volt az itteni ősbemutatója a Magyar Királyi Operaházban. A balettet Brada Endre állította színpadra, aki maga is táncos volt, mi több, őt jegyzi a hazai balett-történelem, mint első, valódi férfi szólistát. Addig a férfi szerepeket is nők táncolták az Operaházban. A darabot 1929-ben felújították, de erről az előadásról semmilyen doku-

mentum nem maradt meg, mivel a II. világháború idején az operaházi archívum egy része, közte az ominózus felújítás részletei is, teljesen elpusztult. Második, azóta is tartó virágzását és sikerszériáját a Diótörő a magyar színpadon 1950 után kezdte. Abban az évben mutatták be az új feldolgozást, majd több ezer előadást élt meg az évek folyamán. Azt a koreográfiát Vaszilij Vajnonen orosz koreográfus alkotta meg és évtizedeken keresztül ezt táncolták az Opera színpadán. A díszletek, a kosztümök, amelyeket a zseniális tervező, Oláh Gusztáv álmodott színpadra, sem változtak 65 éven keresztül. Generációk nőttek fel ezen az előadáson. Igaz, 1994-ben Se-

Marcipán, karamell, mézeskalács

A Diótörő ősbemutatójához Petipa balettmester és koreográfus készítette a díszletterveket. Neki a karácsonyról rengeteg édesség, marcipán, karamell, mézeskalács és színes cukorhegyek jutottak az eszébe, ezekkel díszítette fel a színpadot. Alekszandr Gorszkij 1919-ben alakított egy keveset a történeten, nála jelentek meg először, mint érzelmi „édesség”, a szerelmesek, Mária és Diótörő herceg. Ő volt az, aki a gyerek szereplők mellé sok felnőtt táncost is színpadra vitt. Újabb átalakítás következett 1934-ben. Vajnonen, a Mariinszkij Színház koreográfusa a zenének adott nagyobb teret, a darabban olykor alárendelte a táncot a zenei mondanivalónak. Ebben a változatban később olyan világhírű táncosok léptek fel, mint Rudolf Nurejev vagy George Balanchine. Mindketten később a világ számos színházában koreografálták a Diótörőt. Nurejev például a milánói Scalában.



HULLÁMHOSSZ

Szaloncukor, a gyerekek kedvence

Az év végi ünnepek legszebb díszét, a karácsonyfát sokan elképzelni sem tudják szaloncukor nélkül. A közhiedelem szerint ez a különleges édesség is hungarikum, hiszen a világon egyedülként nálunk terjedt el használata a karácsonyfa díszítéséhez.

További bizonyítékként hozzátesszük: a világ számos országában nem is ismerik a szaloncukrot, csupán a magyarul lakta területeken kerül belőle a karácsonyfára. Ott is leginkább akkor, ha itthonról küldenek belőle a távolban élő rokonságnak.

Papillote mester szerelmetes inasa

Természetesen a magyar eredet, mint sok minden más esetében is, leginkább féligazság lehet, hiszen magát az alapanyagot, a fondant cukrot a franciák találták ki, még a XIV-XV. században.

Ráadásul nem is cukrászok vagy szakácsok a feltalálói, hanem patikusok, akik hosszú ideig féltve őrizték a cukorkészítés titkát. Hatalmas üstökben főzték, pihentették, megint főzték a cukrot, mígnem a folyamat végére egy gyurmához hasonló masszát kaptak, amit aztán golyókká vagy tömzsi rudacskákká gyúrtak. Eredetileg gyógyászati célt szolgáltak a cukorkák. Főzés közben a fortyogó szirupba lenzsákba tömött gyógyfüvet lógattak, így annak hatóanyaga beleszivárgott a végermekbe. Sokféle nyavalyára használták a fül- és torokfájástól a szél- és hasfájásig.

Bár a patikusok szigorúan őrizték a fondantkészítés titkát, az egy idő után mégis eljutott a cukrászokhoz. Ők persze változtattak az eredeti receptúrán és elhagyták az erőteljesen illatozó gyógyfüveket, inkább a lágyabb, kellemesebb narancs-, vanília-, citrom-, kókusz-, csokoládéaromát tartották előnyösnek. A különleges csemege hamar elterjedt a francia királyi udvarban és a főúri szalonokban. A franciák úgy tudják, hogy egy hajdani cukrász, Papillote úr inasa lehetett, ha nem is tudatosan, csak véletlenül, a szaloncukor kitalálója. A fiú a műhelyben gyártott fondantcukorkákat méretüknél valamivel na-



Zavarba ejtően nagy választék

A két világháború elszegényedést hozott, így a szaloncukorgyártók is megérezték a fogyasztók erőteljes takarékoskodását. Hosszú évekre visszaesett a termelés. Sokan a vásárolt késztermék helyett otthon próbáltak barkácsolni valamilyen szaloncukorféleséget. Kisebb-nagyobb sikerrel. Többségében kockacukrot csomagoltak a sztanióval átfogott selyempapírba. Sokan meg sem ették, hanem eltették a következő karácsonyra. Voltak, akik a cukor helyett inkább otthon sült kekszekkel, néhány almával, dióval díszítették a fájukat.

A gyártásban a fellendülést az ötvenes évek hozták. A második világháborút követően egymás után nyitották meg a hazai csokoládégyárakat, amelyek már szeptembertől ráálltak a szaloncukor gyártására. A régi, egyszerű cukorkákat felváltották a csokoládéval bevontak, a zselés, karamelles, pisztáciás és ki tudja még, milyen változatok. Ma körülbelül kétszázféle szaloncukor kapható az üzletekben.

Gépesített csokigyár

A karácsonyfára akasztható cukorkákat kezdetben csupán a leggazdagabb előkelőségek engedhették meg maguknak. Pár év elteltével azonban egyre nagyobb lett iránta a kereslet, így olcsóbb áron már a városi polgárság is hozzájuthatott a különlegességhez. A nagy népszerűség azonban azzal járt, hogy az egyre növekvő igényeket a kézművesműhelyek képtelenek voltak kielégíteni. Ezen a hiányon enyhített a Magyarországra betelepülő Stühmer Frigyes hamburgi cukrászmester, aki a kiegyezés táján egy cukrászüzemet alapított Pesten, a Szentkirályi utcában. Modern gőzgépekkel szerelte fel, így sokszorosát termelhetette a csokoládéknak és cukorkáknak, köztük a szaloncukornak is, mint előtte a kis kézműves cukrászüzemek tették.

Örök kedvenc a zselés szaloncukor

A megszámlálhatatlan ízesítésű, fajtájú, gyárban előállított szaloncukrok közül sokaknak – talán a gyerekkor iránti nosztalgiából – éppen a nem annyira kifinomult ízvilágú, olykor ragacsos, de a gyerekekre emlékeztető zselés szaloncukor a kedvence. Nem túlságosan bonyolult az otthoni elkészítése sem. Csupán idő, türelem és kedv, energia kell hozzá.

A zselés szaloncukor hozzávalói (három jégkockatartó megtöltéséhez):

- ◆ 1 csomag 12 grammos zselatin
- ◆ 3 evőkanál cukor
- ◆ 2 dl befőtt leve, vagy gyümölcs frissen kifacsart leve

Elkészítése: A zselét a tasakon lévő leírás szerint kell elkészíteni. A tasak tartalmát cukorral elkeverni, a befőttelével felengedni, fahéjjal, karácsonyi fűszerkeverékkel ízesíteni. Egy percre a tűzhelyen forralni. Onnan levéve az előkészített jégkockatartókba önteni. Amíg hűl, elkészíthető a csokimáz.

Hozzávaló (szintén a három jégkockatálcányi mennyiséghez):

- ◆ 2 db 100 grammos tortabevonó csoki
- ◆ 3–4 evőkanál napraforgó olaj

Elkészítése: Vízgőz felett egy edényben a csoki megolvasztandó, majd hozzá kell önteni az olajat. Amikor folyékony, csomómentes a csokimassza, le kell venni a tűzhelyről és megforgatni benne a villára/hurkapálcikára tűzött, időközben kihűlt és megkeményedett zselédarabokat. Sütőrácsra le kell csepegtetni, ha megdermedt, jöhet a csomagolás.

gyobb, díszes selyempapírba csomagolta, a papír lelógó két végét egy csavarintással összecsiszponttette, és ollóval bevagdosta.

Elcsent cukorkából szívbeli üzenet

A csomag belsejébe pedig szerelmes üzeneteket írt a szomszéd lányának. A cukorkákat esténként átdobálta a kerítésen, hogy reggel a lány azokat megtalálja. A cukorkészlet alapos megdézsmálására hamar rájött a mester, és inasát rövid úton kipenderítette a műhelyéből. Ötletét azonban megtartotta, csak a szerelmes üzenetek helyett vicces, humoros mon-

dásokat, idézeteket csomagolt a cukorkákba. Az így „kibélelt” cukorkák népszerűsége rendkívül tartósra bizonyult, hiszen még ma is létezik az a francia édesség, amelynek papírja valamilyen vicces mondást rejt. Napjaink édességyárában erre szakosodott, külön bizottság dönti el, hogy az adott szezonban mi legyen a humor tárgya. Ezt a csomagolt cukorkát a franciák ma is papillote-nek hívják.

Papillote mester cukorkáihoz hasonló édességeket először német nyelvterületen, a reformkor tájékán kezdtek a gyümölcsök, tobozok és sütemények közé az ünnepi fenyőfákra aggatni. Ez a szokás hozzánk a XIX. század közepe-vége felé érkezett el. Egyesek szerint német közve-

títéssel, mások szerint viszont egyenesen Franciaországból jött az újdonság. Ma már nem tudni, melyik állítás lehet a valódi. Az viszont tény, hogy 1891-ben Hegyesi József, a magát „magyar-francia szakács és vállalkozó”-nak tituláló mester már tizenkétféle ízesítésű szaloncukor receptjét írta le, amelyeket házi cukrásztáiban karácsony táján árusított. Hegyesi mester gazdag, század végi kínálatánál valamivel szerényebb, persze már a század közepén is közkezen forgott Magyarországon. Jókai Mór például szaloncukorkedliként emlegette néhány írásában az egyre díszesebb csomagolásba rejtett karácsonyi édességet.

L. I.

Kossuth Zsuzsanna regényes életrajza

I dőről időre újra kell mesélni a történelmünket. Megváltozik a nyelv, alakulnak az értékeink, új szempontjaink és kérdéseink lesznek. Hogyan lett például a tizenkilencedik század progresszív gondolatából, a hazaszeretetből mára egy populista kolbász-töltelék? A reformkor és az 1848-as forradalom idején jól megfértek egymás mellett a nemzeti érzés kiteljesedése és az emberi jogokért vívott harc. Kossuth Zsuzsanna fordulatokkal teli életén keresztül járhatjuk végig ezt a kort. Közel vagyunk a tűzhöz, hiszen bátyja mindig háttérrel, fényt vagy árnyékot adott életének. Kossuth Lajost húga szemével látjuk: hős, de öntörvényű, önző, hiú és esendő hős. Kossuth Zsuzsanna okos, tehetséges, tettvágytól fűtött nő volt, akinek a képességeit és lehetőségeit erősen korlátozták kora szabályai. Élettörténete a politika fordulatai nélkül is megindító és lebilincselő. Benne van korának minden akkor szokásos tragédiája és küzdelme. Kivételes személyiség volt, és kivételes a kor, amelyben élt. Átélt kolerát, árvizet, szegénységet



A könyv előzetes sajtóbemutatóján, a martonvásári helyi Beethoven Emlékmúzeumban: Berényi Anna, a könyv szerzője (balra) és Kégl Anikó, az esemény moderátora

és boldogságot, több születést és még több halált, forradalmat, szabadságharcot, menekülést és börtönt, valamint tucatnyi újrakezdést. Százhetven éve a világon elsőként szervezett meg egy teljes országra kiterjedő hadikórházi ellátást. Ha valaki számára ismerős a neve, emiatt emlékezik rá. Pedig nem ez volt az egyetlen kiváló, említésre méltó, tiszteletet érdemlő cselekedete, miközben persze neki is voltak hibái, gyarlóságai és tévedései. Mindenki azt olvas bele ebbe a regénybe, amit akar: egy küzdelmes élet történetét, a női sors nehézségeinek leltárát vagy a nemzeti politika egyéni sorsokban megvalósuló lenyomatát.

Berényi Anna író könyve a Noran Libro Kft. gondozásában 2019. november 25-én jelent meg.



Terítéken az ápolóképzés

Az Európa Unió 28 tagországának közel hatvan miniszteriális, regisztrációs, oktatási és szakmai szervezeti ápolásvezetője tanácskozott Brüsszelben, 2019. november 12-én.

Az Európai Bizottság és a Spark Jogi Hálózat által összehívott „Az általános ápolók minimális harmonizált képzése az EU-ban – ideje frissíteni?” című munkaértekezlete igen aktuális kérdéseket vetett fel a résztvevők számára. A megbeszélés alapját a 2005/36/EC Az Európai Parlament és Tanács 2005. szeptember 7-én az ápolók szakképzésének elismerésével foglalkozó direktívája adta, amely már 2013-ban módosításra került (DIR55), de a szakma fejlődése, különös tekintettel az ápolási munkát segítő digitális fejlődés, új információk és dokumentációs eszközpark, új alapokra helyezik a képzés során minimálisan elsajátítandó tudását és képességét az ápoló tanulóknak-hallgatóknak. A téma soha nem volt ennyire aktuális a hazai nézőpontból szemlélve, tekintettel arra, hogy a magyar Országgyűlés az elmúlt hetekben hagyta jóvá az új, módosított Országos Képzési Jegyzéket, valamint november végén kerül kihirdetésre az új szakképzési törvény, ami teljesen új alapokra helyezi az egészségügyi szakképzés, így az ápolóképzés rendszerét is. Hazánkat dr. Balogh Zoltán, a MESZK elnöke, tanszékvezető főiskolai tanár képviselte egy tízperces előadással és több hozzászólással. A szakmai köztestület kiemelten fontos ágazati prioritásnak tartja, hogy az ápolóképzés alapjai és előmeneteli rendszere harmonizáljon az Európai Unió szabályaival, valamint a nemzetstratégiai szempontból kiemelten kezelendő területek iskolarendszerű képzési rendszerben maradjanak és a szakképzések minősége ne romoljon tovább.

B. Z.



2020. január 1-ig minden magánorvosnak és -fogorvosnak is csatlakoznia kell az Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Térhez

Hamarosan tovább bővül az Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Teret (EESZT) használó intézmények köre: 2020. január 1-ig minden magánorvosnak és -fogorvosnak csatlakoznia kell és legkésőbb 2020. június 1-től hiánytalanul adatot kell szolgáltatnia az EESZT-be. Az egészségügyi felhő hatékony és azonnali információcserét tesz lehetővé a köz- és magánorvosok között, ennek köszönhetően átláthatóbbá válik az egészségügyi rendszer, így biztosítva a betegek legmagasabb szintű ellátását.

Az Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Teret (EESZT) 2017. november 1-i indulása óta mintegy 10 ezer egészségügyi szolgáltató használja: több mint 26 ezer orvos és csaknem 13 ezer gyógyszerértékesítő dolgozó. Naponta átlagosan 250 ezer ellátási eseményt, 200 ezer betegdokumentumot és 800 ezer receptet rögzítenek. 2019 márciusa óta pedig az EESZT-n keresztül az ország mind a 73 sürgősségi osztályán is mérhetővé váltak a működési és triázsolási folyamatok.

Első körben a háziorvosi szolgálatok, a járó- és fekvőbeteg-ellátó intézmények és a gyógyszerárak csatlakoztak, majd 2018. november 1-ig be kellett kapcsolódniuk azon magánszolgáltatóknak is, akiknek jogszabály alapján a Központi Implantátumregiszterbe és a Nemzeti Csípő- és Térdízületi Endoprotézis Beültetés Regiszterbe jelentési kötelezettségük van. Az EESZT-t használó intézmények köre hamarosan tovább bővül: 2020. január 1-ig minden magán magánorvosi,- és fogorvosi praxissal rendelkező szolgáltatónak el kell végeznie a csatlakozással kapcsolatos teendőit és legkésőbb 2020. június 1-től adatot kell szolgáltatnia az EESZT-be. Ezzel teljessé válik az ország lefedettsége, a csatlakozott egészségügyi szolgáltatók száma pedig 25 ezerre nő.

A Szolgáltatási Térhez csatlakozott egészségügyi szolgáltatók kötelesek a kezelések adatait és a kapcsolódó dokumentumokat továbbítani az EESZT-be, az ellátás során felírt vényeket pedig az EESZT-n keresztül megrendelni. Mivel a csatlakozott szolgáltatónál dolgozó orvos a beteg ellátásakor a páciens kezelőorvosává válik, az ellátott egészségügyi profilját is ki kell töltenie.

Az EESZT-hez való csatlakozás egyaránt fontos az ellátottak és az ellátók számára, hiszen az adatszolgáltatással teljesebbé válnak a betegekről szóló információk, a szolgáltatók pedig is a korábbinál részletesebb és pontosabb információhoz juthat a páciens egyéb betegségeiről, gyógyszerérzékenységeiről, korábbi ellátásairól.

(Szponzorált tartalom)

HITELES | SOKSZÍNŰ | ÉRDEKES

Legyen Ön is
rendszeres olvasónk!



Az ápolói szakma a 21. században az eddiginél korszerűbb, magas képzettséget igénylő, sokrétű hivatássá vált. A MESZK folyóirata és magazinja ebben segíti a szakdolgozókat nap mint nap.

NŐVÉR FOLYÓIRAT

- 30 év tapasztalat az ápolástudomány szolgálatában
- Továbbképzési pontszerzési lehetőség
- Folyamatos tudományos tartalom naprakészen
- Aktuális tudományos publicisztikai trendek, tallózás külföldi szaklapokból
- Világos, dinamikus szerkezet, letisztult, jól olvasható megjelenés, színes külső

Előfizetéssel kapcsolatban érdeklődjön itt: nover@meszk.hu

HIVATÁSUNK MAGAZIN

- Szakmapolitikai kérdések köztestületi és ágazatirányítási nézőpontból
- Példaértékű szakmai életutak bemutatása
- Sztárinterjúk ismert személyiségek egészségügyben szerzett tapasztalatairól
- Tagozati beszámolók, területi szervezetek bemutatása, érdekességek
- Társasági magazin szakdolgozóknak szakdolgozóktól

Előfizetéssel kapcsolatban érdeklődjön itt: terjesztes@lam.hu

