

Kattanás

Amikor közel négy hónapja elkezdtem járni a képzésre, nem is sejtettem, hogy milyen ingoványos talajra tévedtem a saját gondolkodásomban...

Eleinte azt gondoltam, megkaptam a kulcsot ahhoz a titkos ládikához, amit feltárva majd az amúgy általam jónak vélt kommunikációm tökéletesre fejleszthetem. Ám ez nehezebbnek bizonyul, mint kezdetben sejtettem... és mind a mai napig hadi lábon állok vele... bár tudom, ez egy hosszú folyamat... de az is lehet, hogy ez utóbbi csak önszugesztio...☺

Az első órákat követően elkezdtem figyelni a saját kommunikációm és megdöbbenve tapasztaltam, hogy a képzésen hallottak szerint mennyire távol vagyok az általam eddig elképzelt és a magamtól elvárt szinttől. Csupa olyan negatív szugesztiokat adtam a betegeknek, amiket nem akartam, minden mondatomat nagy hallgatás előzte meg, mely alatt próbáltam kierőltetni magamból valami pozitív, de hiteles gondolatot. Ezek eredménye minden lett, csak az nem, amit szerettem volna. Megbénított a sok információ, amit kaptam, olvastam, a szorongás, hogy nem jól csinálom és az átütő siker hiánya, ha éppen átugrottam egy számomra említésre méltó akadályt.

Felötlött bennem a gondolat, hogy egyáltalán tanulható dolog-e ez a fajta kommunikáció például a betegellátásban? Persze van számos példa, melyből az ember kivehet, eltanulhat részeket, vagy szófordulatokat, de vajon hiteles tud-e maradni? Nem pont ettől nem lesz őszinte a kommunikáció? Számos olyan kollégám van, akik bár nyersen és sokak számára személytelenül beszélnek a pácienseikkel, de ha egy-egy helyzetben alkalmaznák az általam tanultakat, akkor megszűnnének önmaguk lenni és minden, amit mondanának, hiteltelenné válna. Ám az is igaz, hogy magam sem szeretnék a betegek közé tartozni... semmilyen szempontból... De nem lehet, hogy ez egy endogén valami, amit az ember vagy hoz magával (genetika, környezet vagy példa által) vagy felesleges is ezen erőlködni?

Milyen mértékben befolyásolja az eddig jól kommunikáló és az ezt éppen tanuló orvosokat az a hihetetlen feszültség az egészségügyben, ami egyre csak növekszik az utóbbi időben? Újabban nemhogy a betegekkel nem tudunk velünk egy szinten lévő emberhez méltóan beszélni, de még egymással sem. A fentről ránk rakott terhet és az ebből generálódott feszültséget úgy próbáljuk csökkenteni, hogy önmagunkból a lehető legkevesebbet tesszük bele a napi munkába, ezzel óvva azon részünket, amit még nem fertőzött meg a mai rendszer.

Az imént feltett kérdésekre még nem kaptam egyértelmű válaszokat, van sok pro és kontra is, de ami körvonalazódott az elmúlt hetekben az az, hogy a szavaknak igenis, hatalmas ereje van. A mindennapi gyakorlatban is bizonyosságot nyert, hogy a betegellátás egyik legfontosabb eleme a jó kommunikáció és a jó orvos-beteg kapcsolat. (Félve merem kijelenteni, hogy a szakmaiság másodlagos...) A betegek nagy részét nem az érdekli, hogy minden apró

szövődmény lehetőségéről felvilágosítottuk-e vagy, hogy mennyire lesz kellemetlen a műtét utáni időszak. Hanem hogy az orvosuk foglalkozik-e a számukra egyetlen és aktuálisan legnagyobb problémával. Hogy ott lesz-e, amikor kérdésük vagy kételyük van. Ott lesz-e, mikor a dolgok nem úgy alakulnak, ahogy eltervezték. Mert sokan ott vannak, de sokan nincsenek... és ezt nem hogy nem tanítják az egyetemen, még említés szintjén sem kerül szóba. Pedig ennél nagyobb felelősség a világon, mint mikor egy ember a kezébe teszi testét- lelkét, nem létezik. De mi csak a testről tanulunk, a lélekről nem. Sőt, sok helyen azzal nem is illendő foglalkozni. „A beteg nem plüss állat, nem simogatjuk, nem babusgatjuk, nekünk nem ez a dolgunk!”- mondják. Hogy vehetem a bátorságot ahhoz, hogy készületlenül, csak egy testet ismerve odaállok a betegágy vagy a műtőasztal mellé, azt mondom, hogy minden rendben lesz, pedig az ember igazi „motorjával” nem is foglalkoztam?! Ez sokkal nagyobb felelősség, mint amit én elbírok... és lehet, hogy egyszerűbb úgy tenni, ahogy sokan mások... csak annyira nyitom ki az érzékszerveimet, amennyire szükséges ahhoz, hogy a mindennapi munkámat el tudjam végezni...

Ilyen kérdések és kétségek közt kezdtem bontogatni a szárnyaimat nem is olyan rég, hisz eddig csak figyeltem. Számos példát hozhatnék, melyben kollégáim negatív szuggeszióit prezentálhatnám, de inkább hozok néhány ilyet is, olyat is a sajátjaimból.

Általában nagyon kevés időt tudok eltölteni a műtetre kerülő betegekkel, mert nagy többségük nem részletezett okok miatt az operáció előtti délutánon még nem fekszik bent a klinikán. Pedig általában nagyműtetre várnak, melyek előtt mindannyiunk érdeke az lenne, hogy hosszabban, több alkalommal tudjunk találkozni. Mivel ez nem megoldható, a műtét reggelén szoktam mindenkit körbe vizitálni, hogy ne a műtőajtóban találkozzunk először. Ezen vizitek alkalmával másra nincs idő, csak egy gyors bemutatkozásra, elmondom, hogy várhatóan mi és milyen sorrendben történik majd, ha van kérdésük az altatással kapcsolatban, azt átbeszéljük. Régen itt le is zártam a mondanivalómat, de újabban mindig megkérem a betegeket, hogy gondolják ki, miről szeretnének álmodni, melyet majd még az altatás előtt át is beszélünk. Egyelőre több ilyenre, melyet mindenkinél beépítettem volna, nem mertem vállalkozni☺ Korábban azt gondoltam az emberek fele megmosolyog majd ezért, de nem így történik. A legtöbben örülnek, hogy figyelmük más fókuszra kap, sőt kapnak valami feladatot, mely egy láthatatlan kapocs köztük között a műtét idejéig. A műtét végeztével, mikor már felébredtek, mindig megkérdem, hogy álmodtak-e és ha igen, mit - azonban a legtöbben nem emlékeznek. Viszont, azt vettem észre, hogy azokkal a betegekkel ellentétben, akik akutan „beesnek” a műtőbe, sokkal nyugodtabban alszanak, sokkal könnyebben vezethető a narkózisuk.

De mindjárt itt eszembe jut egy szép szösszenet a napi rutinból, melyet a lehető legrosszabbul oldottam meg, de biztos, hogy többet ilyet nem csinállok...

Gábor lányéksérv műtetre érkezett, melyről korábban nem konzultált aneszteziológussal. Első találkozásunkkor tekintettel fiatal korára, a műtét típusára és tökéletes leleteire, felajánlottam választási lehetőségként a spinális érzéstelenítést. Gábor azt mondta beszélt a sebész kollégával, aki szerint a műtét nem lesz egyszerű, ezért a kolléga javaslata alapján nem szeretné ezt a típusú érzéstelenítést – neki nem lett volna kifogása a spinál ellen. Nem akartam kétségbe vonni a beteg előtt a kolléga aneszteziológiai szaktudását, ezért abban maradtunk,

hogy beszéljek még egyszer a kezelőorvosával, hogy pontosan hogyan tervezi a műtéti megoldást, majd visszajövök és átbeszéljük a dolgot még egyszer. A kolléga állítása szerint Gábor nem akarta a spinális érzéstelenítést. Visszamentem Gáborhoz, elmondtam, hogy mit beszéltem X doktorral, átbeszéljük a spinál mozzanatait, előnyeit, hátrányait, valamint az általános altatást is. Az eddigi kavargások okán méltán izguló Gábor megnyugodott, beleegyezett a spinális érzéstelenítésbe, úgy váltunk el, hogy nemsokára a műtőben találkozunk. Fél óra múlva, belépve a műtőbe egy vadidegen beteg feküdt az asztalon altatásra várva... mint kiderült, Gábor műtétjét megcserélték egy másik beteggel. Gábort egy másik műtőbe vitték, az épület másik oldalán, ráadásul egy olyan kolléga érzéstelenítette, aki nem akart spinális érzéstelenítést alkalmazni, hanem elaltatta. Ha nagyon rohantam volna, valószínűleg tudtam volna még beszélni Gáborral, de annyira magam alatt voltam, egyrészt azért, mert rábeszéltem a spinálra, másrészt pedig megígértem, hogy ott leszek és nem voltam, hogy nem volt képem átmenni és elmagyarázni neki egy teljesen más forgatókönyvet, mikor már fekszik az asztalon... mindebben annyi „segítség” kaptam, hogy sürgettek az altatással, így nem is maradt lehetőségem a magyarázkodásra. Még belegondolni is rossz volt, mi játszódhatott le ezek után Gábor fejében. De úgy értesültem a műtét jól sikerült, Gábor két nap múlva hazament.

Volt még ilyen esetem sajnos – nem is egy. Hosszasan beszélgettem István bácsival egyik délután; másnapra volt kiírva hasnyálmirigy műtétre. Sokat kérdezett az altatásról, mesélt a családjáról, kitaláltuk, mi lesz a műtő előterében, mi történik, mikor megérkezik a műtőbe, stb... másnap intenzív osztályos hely hiányában a műtétje elmaradt. Még sokszor volt kiírva, majd még négy alkalom volt, mikor reggel derült ki, hogy elmarad aznap is a műtétje. Teljesen érthető okokból István bácsi nagyon lehangolt volt, egyszer-egyszer benéztem hozzá, engem is megrótt, hogy mennyi mindent ígértem és nem történt vele semmi. Próbáltam – több kevesebb sikerrel, mert annyira nehéz két perc alatt balanszírozni azt a sok rossz élménytel a hasonlattal vigasztalni, hogy a maraton futás 42 km-ének a célvonalához közelít, csak ilyen hosszú táv után az a pár méter is soknak tűnik, de mindjárt beér és itt lesz a műtét is, de láttam rajta, hogy igazán nem jutnak el hozzá a szavaim. Egy héttel később István bácsit megoperálták, nem engem jelöltek ki aneszteziológusának. Nála sem tudtam ott lenni a narkózis bevezetésénél, mert máshol altattam. Pedig biztos várt, és azokat a dolgokat várta, amiket megbeszélünk. És a félelmeit valószínűleg felerősítette mindez.

(Ezekben a helyzetekben az első gondolatom mindig az, hogy ha csupán tárgyilagosan elmondok – jelen esetben István bácsinak- mindent, ugyan a betegek szorongását nem csökkentem, de hamis illúziókat sem táplálok. Lehet, hogy utóbbi rosszabb módosult tudatállapotban...)

De sok pozitív élményem is van! Ahogy halad az idő, szépen gyarapodnak...☺

A legemlékezetesebb eset nemrég történt velem. Ezt sem úgy oldottam meg, ahogy a nagykönyvben le van írva, de ebből is sokat tanultam.

Egyik keddi napomon az utolsó előtti műtét közben szóltak, hogy a következő páciens nem a program szerint kiírt beteg, hanem egy akutan felvett fiatal medika (Lilla), akinek gyulladás miatt laparoscop-os cholecystectomy-ja lesz. Nagyon megörültem, mert gondoltam, kollégának nem lesz teljesen ismeretlen a szituáció, de az ezután következő eseményekre nem számítottam.

Még tartott az előző műtét, mikor az asszisztensem szólt, Lilla szülei a műtő előtt várakoznak és sürgősen szeretnének velem beszélni. Először mindjárt az jutott eszembe, talán valami történt Lillával vagy van valami olyan dolog, amit a szülei négy szemközt akarnak nekem elmondani, így hát megkértem egy éppen szabadon lévő aneszteziológus kollégát, hogy helyettesítsen pár percre, amíg kimegyek Lilla szüleihez. Kiléptem az ajtón, a padon ült egy középkorú nő és férfi, akik nem is vették észre, hogy feljűk tartok. Amikor odaértem, velük szembe fordulva, kezemet nyújtva bemutatkoztam:

- Jó napot kívánok! Horváth Alexandra vagyok, aneszteziológus, én fogom altatni Lillát. Gondolom Önök a szülei.

Kéznyújtásomra mindketten reagáltak, felálltak, egyenként bemutatkoztak, de többet nem szóltak.

- A kollégám jelezte, hogy sürgősen szeretnének beszélni velem.

És ekkor, az édesanya, nem várt agresszióval:

- Igen. Szerettünk volna találkozni egy orvossal, mert eddig senki nem beszélt velünk. Lilla nem először van itt és reggel óta is eltelt már pár óra, de senki nem jött oda hozzánk bemutatkozni. Mondja, ki a lányom kezelőorvosa? Nem illene nekünk bemutatkozni? Szégyellhetnék magukat!! Mégiscsak műtétje lesz! Laparoszkóposan fogják operálni? Hány portos műtétet terveznek nála? Maga intubálni fogja? A karján belilult a branül mellett a bőr! Egyébként is, minek tanulnak maguk kommunikációt az egyetemen????

Hát, ez volt az a szituáció, aminél úgy éreztem magam, mint anatómia szigorlaton - már csorgott is a hátamon a víz... Az édesapa ránk sem mert nézni, sőt körülbelül fél méteres távolságba hátrált tőlünk.

Utólag gondolkodtam rajta, hogy hány féle képpen lehetett volna megoldani ezt a helyzetet.

1) A műtőben reggel óta az foglalkoztatta a személyzetet, hogy mennyire nem vagyunk megbecsülve sem anyagilag, sem emberileg. Még ha az ember nem is osztja maradéktalanul ezt a véleményt, annyi hozadéka biztos van, hogy ilyen szituációban azonnal ez jut eszébe és ennek megfelelően reagál:

-Asszonyom! Ön szólt nekem, hogy sürgősen látni akar, melyre én azonnal ki is jöttem. Gondolja, hogy én tudom, hogy ki a kezelőorvos, azok után, hogy nekem is most szóltak, hogy az Ön lányát kell következőnek elaltatnom? Mit gondol nekem ez egyszerű? Nem is ismerem sem Önt, sem a lányát! És egyébként is, hogy veszi a bátorságot, hogy engem kioktasson olyan dologgal kapcsolatban, amihez semmi közöm?...

Nyilvánvaló, hogy ez lett volna a legrosszabb felelet.

2) Ha lett volna annyi lélekjelenlétem, hogy ezt abban a pillanatban higgadtan végig gondoljam valószínűleg megkértem volna, hogy foglaljon helyet, mellé ültem volna, és elmondtam volna, hogy:

-Kedves Marika. Szólíthatom így? Én az aneszteziológus vagyok. Tudomásom szerint eddig X doktor foglalkozott Lillával, de bizonyára a sok teendő mellett nem tudott Önöknek bemutatkozni. Biztos vagyok benne, hogy Lillával mindent megbeszéltek, ami a betegségére és az aktuális állapotára vonatkozik, és ha Lillának kérdése támadt, azt is fel tudta tenni. Ugyanúgy, ahogy eddig, vigyázunk Lillára a műtét alatt is és utána is. Bár sokak számára úgy tűnhet külső szemmel, hogy nem jut elég idő a pácienseinkre, mi folyamatosan

kommunikálunk egymással és azért vagyunk ennyien, hogy több oldalról és több szemmel tudjuk Lillát segíteni a gyógyulás folyamatában. Higgye el, hogy jó kezekben van és mindent megteszünk, hogy Lilla a lehető lehamarabb ismét az egészséges, fiatal medikák életét élhesse...

De nem volt ennyi lélekjelenlétem, és ami azt illeti folyamatosan az járt a fejemben, hogy ott hagytam a műtőben azt a beteget, akinek még az altatás előtt megígértem, hogy végig mellette leszek. Éppen ezért csak annyit tudtam kinyögni:

- Kedves Marika! Nagyon sajnálom, hogy eddig nem tudott senkivel beszélni. Természetesen fogok szólni Lilla kezelőorvosának, hogy amint tud, jöjjön ide Önökhöz, de amennyiben nem az altatással kapcsolatban szeretnének velem konzultálni, nekem vissza kell mennem a műtőbe, mert még tart egy műtét.

Kérdés és kommentár hiányában megfutamodtam és visszamentem a műtőbe.

Teljesen fel voltam dúlva, kavargtak bennem az érzések. Miért rajtam vezeti le a feszültséget valaki, akivel még életemben sem találkoztam? Miért nem tudtam abban a pillanatban a megfelelő választ a „támadására”? Miért most kellett kimennem, amikor nem is tudtam igazán odafigyelni rá? És tényleg, miért is járok erre a képzésre, ha nem tudom kezelni ezeket a helyzeteket? ...

Nem hagyott nyugodni ez a dolog és az adott körülmények között nem tudtam volna Lillát nyugodt szívvel bevinni a műtőbe. Így, mikor az aktuális műtét véget ért, s miután a beteget kivittük az ébredő szobába, összeszedtem minden bátorságomat (tényleg így volt, mert nagyon féltem; nagyon agresszív hangnemet ütött meg a hölgy) és visszamentem. Nem is hagytam, hogy rám támadjon, én kezdeményeztem:

- Kedves Marika! Először is ne haragudjon, hogy az imént vissza kellett mennem és nem volt időnk átbeszélni mindent, amit szeretett volna. Tudom, hogy nagyon aggódnak és most már azt is tudom, hogy nem minden aszerint alakult, ahogy elképzelték. Lilla az egyetlen lányuk? (nem tudom ezt miért így kérdeztem, de szerencsére igen volt a válasz) Mert nekem is csak egy lányom van, és ha neki valami baja lenne, valószínűleg én is nagyon félnék egy műtétől.

És innentől már nem tudtam folytatni, mert az édesanya elsírta magát, leroskadt a padra és elmesélte, hogy Lilla koraszülöttként jött a világra, melynek következtében agyvérzést kapott. Hosszú időt töltöttek kórházban, és bár meggyógyult és semmilyen későbbi betegsége nem volt, ők mégis kicsit burokban nevelték és teszik ezt ma is. Marika bocsánatot kért a viselkedéséért, a hangnemért és a továbbiakban – természetesen miután megbeszéltünk mindent és megnyugodott- teljesen ránk bízta Lillát. A műtét jól sikerült, mindenki nagyon elégedett volt mind az ellátással, mind a kommunikációval.

Azt hiszem ez volt az a pont, amikor ráébredtem, hogy ez egy *kattanás*. Valahol az idegpályáim legmélyén végérvényesen létrejött vagy megváltozott egy szinapszis, ami okán minden ilyen helyzetben az fog eszembe jutni, hogy a sérültek, a betegek, a haldoklók, a hozzátartozók, a szülőnők, stb.. mind módosult tudatállapotban vannak. Mászt érzékelnek, mászt gondolnak, és máshogy reagálnak. Bármi is történik, nem hagyhatom ezt figyelmen kívül. Az imént vázolt eset is mutatja, hogy érdemes ezt észrevenni és ezzel foglalkozni.

Jó a betegnek, a hozzátartozónak, ezáltal az orvosoknak, a műtős személyzetnek, az osztályos nővérnek, a beteghordónak és nem utolsó sorban nekem.

Sokat tanultam magamról is ez alatt a néhány hónap alatt. Nagyon jó érzéssel tölt el, hogy ez még csak a kezdet... Távolság a cél, de rajta vagyok az úton. Egyelőre nekem ennyi elég.

Köszönöm!