

# Ha az én gyerekelem lenne...

Avagy a stressz megöli az empátiát?

Pintér Éva, Poharalec Istvánné, Király Ágnes dr.

Szegedi Tudományegyetem ÁOK AIT  
Gyermecklinikai részleg

***Tisztelt Elnökség!***

***Tisztelt hallgatóság! Kedves kollégák!***

***Azt hiszem, kevés olyan ellátási terület van hazánkban jelenleg, ami ilyen megtépzott és ezernyi sebből vérző lenne, mint az egészségügy. Akik ilyen keserves, méltatlan viszonyok mellett is lelkiismeretesen, felkészülten és szeretettel végzik munkájukat, talán erre születtek!?***

***A kis- és nagyobb gyermekekkel való foglalatosság még az egészségügyön belül is külön kategória. Számtalan felnőtt gyógyításban dolgozó kollégától hallottam, hogy bizony gyerekkórházban sosem dolgozna, mert annyira sajnálja őket!!***



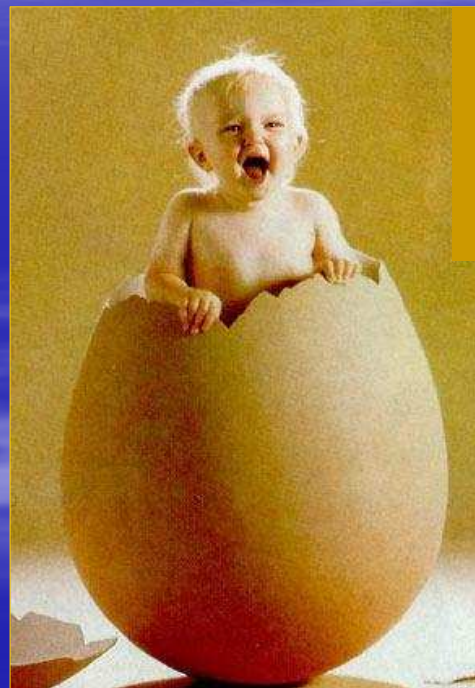
*Mi is sajnáljuk őket?? Azt hiszem, nem ez a legjobb kifejezés, hiszen a gyógyításban nem sajnálni kell a gyermeket, hanem maximális empátiával kell viselkedni irányában. A kiskorú betegcsoport teljesen speciális terület.*

# Védtelemek

*Bizonyos életkor alatt még  
panaszkodni sem tudnak.*

**VÉDTELENEK.**

*Nekünk vannak kiszolgáltatva:  
a felnőtteknek, a gyógyítóknak.*



*Akármilyen szép lehet egy kórház berendezése, lehetnek kedvesek az ott dolgozók, a gyermek mindenképp stresszként éli meg a bentartózkodást.*

**Fokozott pszichés terhelés**





*Gondoljunk csak bele: **nincs**  
kórház „szuri” nélkül!*

*Különösen igaz ez a sebészeti  
beavatkozásokra, mert akkor a  
vérvétel és a premedikáció is sajnos  
többszöri szúrással terheli a kis  
betegeket.*



***Együttérzünk velük?? CSAK egy „szúnyogcsípés”!  
Van még energiánk játékosan, babanyelven szólni  
hozzájuk? Van időnk, hogy a lelkükre beszéljünk?***

*Van energiánk?? Hiszen mennyi-  
mennyi helyen kell megfelelnünk!*

*Az egészségügyi dolgozók zöme **NŐ**.*

*Ez önmagában véve sem egyszerű,  
hiszen egyszerre vagyunk feleségek,  
anyák, házvezetőnők, anyagbeszerzők,  
ügyintézők, kollégák és beosztottak.*







*A létbizonytalanság, az anyagi megbecsülés hiánya, a rohanó életmód, a folyamatos stresszhatások egyre feszültebbé, netán fásulttá, kiégetté tehetnek bennünket.*

**A GYERMEK NEM EGY MUNKADARAB!**



A „nem fáj az, csak úgy érzed” semmiképp sem jó felfogás.

Ha kénytelenek vagyunk fájdalmat okozni, arra gondoljunk:

...és ha az én gyerekem lenne????...

...Esetleg a testvérem gyereke lenne?

...Netán saját magam?!

Aki valaha betegként is volt már kórházban, saját bőrén is tapasztalhatta, hogy **nem mindegy**: én szúrok, vagy engem szúrnak?!



**Nem fog fájni!!!!!!**



***Mindennapi nehézségeink, a stressz ellenére is képzeljük magunkat ugyanolyan kiszolgáltatottnak és ijedtnak, mint ahogy egy kicsi, beteg gyerek érzi magát! Törekednünk kell arra, hogy a lehető legkevesebb fájdalmat okozzuk.***

***A premedikáció csak akkor éri el igazán a célját, ha fájdalommentes gyógyszerbeadási formát választunk.***

***Csak nagy vonalakban szeretném megemlíteni a lehetséges premedikációs módokat:***

## ▪ *Intravénás premedikáció:*

### 1. Vénás premedikáció:

*Az egynapos sebészet keretén belül a reggel érkező gyermeknek, ha némi rábeszélés után sikerül vénát biztosítanunk, egyazon szúrásból vehetjük le a szükséges vért a laborvizsgálatokra és helyezhetünk be vénás kanült a későbbi premedikáció beadása, majd az azt követő gyógyszerelés céljára.*

# Fájdalmas

- **Eszközigényes**
- **Nem mindig jár sikerrel**
- **Együttműködést kíván a betegtől**
- **Nagy gyakorlatot igényel**
- **Fokozott pszichés terhelés**



## 2. Intramuszkuláris premedikáció:

Ez is igen „fájós” beavatkozás. A vénázásra nem rávehető gyermekeknél alkalmazzuk.

*Korszerűtlen módszer.*

E két most említett előkészítés fokozott pszichés megterhelést jelent a gyermekeknek.

## ▪ *Intramuszkuláris premedikáció:*

# Fájdalmas

- Gyakorlatot kíván
- Szövődményei lehetnek
- Fokozott pszichés terhelés

## ▪ ***Egyéb premedikációs lehetőségek:***

### ***3. Perorális premedikáció:***

***Korszerű, kíméletes módszer, de a hatásbeállítás időigényes, emiatt csak nyugodt, szervezett műtéti program esetén sikeres. (Ezek hiányában ezirányú korábbi próbálkozásaink nem váltották be a hozzájuk fűzött reményeket.)***

### ***4. Rektális premedikáció:***

***Több helyen alkalmazzák, de az említett okok miatt nálunk ez sem vált be.***

### ***5. Nyálkahártya felszínen (intranazálisan, szublingválisan) alkalmazható premedikáció:***

***Ezek az eljárások bár kevesebb megterhelést rónak a betegre, hatásuk azonban bizonytalan, hatásbeállításuk lassú.***

Régi arany szabály, hogy: "nincs altatás véna nélkül"!, de bizonyos esetekben, megfelelő körülmények között segítségül hívhatjuk az **inhalációs anesztetikumokat** – elsősorban a szevofluránt – még vénaszúrás előtt, s ezt akár már az előkészítő kórteremben is alkalmazhatjuk.

A beteg heves tiltakozása, sírása nagyon megnehezíti a vénabiztosítást, ezzel saját szervezetét fokozott stressz-állapotba is hozza (és persze a miénket is!). 1-2 perces 4-6 tf%-os **Sevorane** belélegeztetéssel ezek a reakciók jól kezelhetők.

(Egyes helyeken még illatos arcmaszkokat is használnak, ezáltal is kellemesebbé téve az elalvást.)

## ▪ Inhalációs indukció:

# Nem fáj!

- Premedikáció nem szükséges
- Fájdalommentes vénaszúrás
- Intubáláshoz is alkalmazható

## *Inhalációs indukció*



## *Inhalációs indukció*





## *Inhalációs indukció*





*A legfontosabb dolog az, hogy törekedjünk minél kevesebb fájdalmat okozni a gyerekeknek, mert ezzel a saját magunkra gyakorolt stresszhatást is csökkentjük.*



**Pszichés előkészítés**



***Nem lehetünk tökéletesek, mégis annak ellenére, hogy emberhiánnyal küzd az egészségügy (bár legtöbbször szerint éppen „eggyel” vagyunk többen, mint kéne!), azt merem mondani, hogy akiben nincs elég együttérzés a betegek iránt, aki csak muszájból végzi a munkáját, az menjen inkább műkörömépítőnek. Nem hagyhatjuk, hogy kiöljék belőlünk az **EMPÁTIÁT** hétköznapi nehézségeink!***

***Kedves kollégák!***

***Ha munkahelyünkön nincs még mód szupervíziós csoportok létrehozására, segítő beszélgetésekre, akkor magunk próbálkozzunk némi stresszoldással!***





*Jön a tavasz!*





***Sétáljunk egy jót a friss levegőn!***







***Itt a környéken azonnal lehet gyakorolni!***



***Meg itt is, mindenütt!***



A photograph of a tulip field with red and yellow flowers. The text is overlaid on the image.

**Legyen szép napod!**

***Együttérző, könnyebb napokat kívánva:***

***köszönöm a figyelmet!***