

HIVATÁSUNK



Kitüntetés az áldozatos munkáért
– „Az Ápolás Hivatásért” díj
Sövényi Ferencné:
Az egészségügy
egy nagy kerítő

8. OLDAL



Díjazott
kiválóságok
2021-ben is

10. OLDAL



Beszámoló
a VIII. Szakdolgozói
Tudományos
Kongresszusról

14. OLDAL



Szerelem,
szomorúság,
Covid

26. OLDAL



Százéves
az inzulin

32. OLDAL



HIVATÁSUNK



Kitüntetés
az áldozatos munkáért
– „Az Ápolás Hivatásért” díj
Csetneki Julianna:
Boldog vagyok és büszke,
hogy szülésznőnek
vallhatom magam

..... 8. OLDAL



HIVATÁSUNK



Kitüntetés az áldozatos munkáért
– „Az Ápolás Hivatásért” díj
Nosza Magdolna:
Tényleg az ápolás
volt az életem

..... 5. OLDAL



Tartalom

INTERJÚ

Idén csönkig égtek a gyertyák az egészségügyben..... 2

MESZK AKTUÁLIS

Kitüntetés az áldozatos munkáért 4

Díjazott kiválóságok 2021-ben is.....10

••••• Hogyan kommunikáljunk a betegekkel a Covid-19-oltásról?.....12

Beszámoló a VIII. Szakdolgozói Tudományos Kongresszusról.....14

Beszámoló a XXIII. Országos Szakellátási és XVIII. Országos

Járóbeteg Szakdolgozói Konferenciáról..... 19

Életpályamodell-fejlesztés

a Pécsi Tudományegyetemmel együttműködve20

••••• MESZK Tagozati Nap 2021..... 22

Köszönet az idős szakdolgozóknak23

Hiába az ember annyi éves,

amennyi, a szíve valahogy nem annyi.....24

Szerelem, szomorúság, Covid.....26

••••• Zalai történetek Covid idején28

MINDANNYIUNK EGÉSZSÉGE

Örökölhető-e a művészi tehetség?.....30

BETEGSÉGÜZŐ TUDOMÁNY

Százéves az inzulin.....32

MÚLT ÉS JELEN

Nem a vírúson múlik, mikor végződik a pandémia.....34

SZELLEME ÉS KULTÚRA

••••• Fáraókat sújtó génhibák36

HULLÁMHOSSZ

Ahány ország – annyiféle karácsony.....38

Kamarai kedvezmények – éljen velük!.....40



Kedves Olvasó!

Az egészségügyi ellátórendszer ismételen rendkívüli évet tudhat a háta mögött. Ki lehet jelteni, hogy 2021-ben – az azt megelőző évhez képest – még nagyobb terhelés mellett lehetett csak elvégezni a szakmai feladatokat a betegellátás valamennyi területén. Olyan heteket, hónapokat éltek át, immár akár többször is az év során a szakdolgozók munkahelyükön – vagy éppen kirendelve más munkavégzési helyen –, amit még több évtizedes pályafutásuk során sohasem kellett megtapasztalniuk. A kihívásokkal teli járványügyi helyzet közepette, az új szolgálati jogviszony bevezetése, a munkaszervezési rend folyamatos változtatása és a kórházi struktúra átalakulása mellett kellett helytállni, érző és a hivatáshoz hű embernek maradni. Sokan mondtak köszönetet nekünk, de nem elegendő. Sokan és sokféle módon próbáltak segíteni a munka- és lelki terhek csökkentésében, de nem elegendő. Sokan gondolkodtak azon, hogy hogyan tudnak ellentételezést nyújtani ezen áldozatos munkáért, de ez tetteikben már sajnos kevésbé, vagy egyáltalán nem nyilvánult meg.

Tartsatok ki, mert gyermekeink, szüleink, hozzátartozóink is erre biztatnak! Ti vagytok a mindennapok legfőbb hősei, akik vállukon viszik a magyar egészségügyet és rendületlenül szolgálják a magyar betegeket, családokat az egészségügy vagy a szociális ellátás területén! Köszönjük!

A közelgő ünnepek alkalmából magam, az országos és a területi szervezetek elnökségeinek, valamint a szakmai tagozatvezetők nevében áldott karácsonyi ünnepeket és egy békésebb, kiszámíthatóbb, vírusoktól mentes új esztendőt 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, Mátészén 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: erteresites@lam.hu. Előfizetéssel kapcsolatos információ: terjesztes@lam.hu

©Hivatásunk 2021. 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.

Borítóterv és tipográfia: Balázs Ádám. Címlapfotó: Draskovics Ádám.

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

Terjeszti a Magyar Posta Zrt. Postacím: 1900 Budapest

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

ISSN 1787-8578

Idén csonkig égtek a gyertyák az egészségügyben

Eseménydús év áll a szakdolgozói társadalom és az őket képviselő Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara mögött. Balogh Zoltán elnököt ennek tükrében kérdeztük hivatásról, bizalomról, fásultságról, kiégettségről és reményre okot adó tervekről.

– A 2020-as év a szolgálati jogviszonyról szóló törvény körüli vitákkal, az egészségügy irányítási struktúrájának átszervezésével zárult. Milyen érzésekkel vágtak bele az idei évbe januárban?

– Reményekkel teli várakozással, és némi elkeseredéssel, hiszen bár tavaly decemberben kinevezték az Országos Kórházi Főigazgatóság (OKFŐ) új vezetőit, egyre tolódtott az új jogállási törvény körül kialakult feszült helyzet rendezése. Végül február közepén a MESZK által adott markáns helyzetkép nyomán elindult a kárenyhítés, és születtek olyan főigazgatói rendelkezések, amelyek részben orvosolták a legégetőbb problémákat, például, hogy az új jogviszony bevezetése nyomán egyetlen kollégánknak se legyen kevesebb a jövedelme, mint előző év decemberében.

– A közalkalmazotti státusz elvesztésével számos szerzett jogtól estek el a szakdolgozók, ebbe a körbe tartozott a jubileumi jutalmak kifizetése. Elégedettek a szolgálati elismerés december 1-jén módosított változatával?

– Február óta folyamatosan szorgalmaztuk a juttatás rendezését, ez a követelés a júliusi nagygyűlésünkön elfogadott 12 pontunk egyike volt, ám eredmény csak most, december elején született. A MESZK-hez március óta érkeztek a panaszok a jutalmak elmaradása miatt, hetente minimum 10-12 ilyen levelet „bontottunk fel”, de volt, hogy ennek a többszörösét. Habár továbbra is 25, 30, illetve 40 szolgálati év után kapnak jutalmat a dolgozók, korábban ebbe csak a közalkalmazotti

jogviszonyban eltöltött évek számíthattak bele. Az új szabályozás azonban lényegesen bővebb körrel számol, az egészségügyi dolgozó valamennyi korábbi jogviszonyát beleszámították. Így több ezer kolléga munkaviszonya meghaladta a juttatás kifizetésének idejét, és az új jogviszonyban már nem voltak jogosultak rá. A december eleji korrekciót jelentős eredménynek tartjuk.

– Úgy fogalmazott, reményteli várakozással vágtak bele ebbe az évbe, azonban ahhoz, hogy július végén demonstrálni hívják a kollégáikat, kellett-e indulatok. Düh, elkeseredettség?

– Tavasszal többször egyeztetünk az új törvény további finomításáról, de a készülő módosításokat nem láttunk. Nem kérdezték bennünket a javaslatainkról, és nem érkeztek válaszok azokra a jelzéseinkre sem, amelyeket a hozzánk tömegével érkező dolgozói megkeresések nyomán küldtünk több ízben a belügyminiszternek vagy az Emberi Erőforrások Minisztériumának. Miközben fontos lett volna, hogy abban az érzékeny helyzetben államtitkári szinten egyeztessünk, erre nem volt módunk.

– Volt-e számottevő eredménye a nyári, Hősök terei nagygyűlésnek?

– Utolsó esélyként tekintettünk a demonstrációra, amelyet a kamarai tagság felhatalmazásával szerveztünk meg, sok szakmai és szakszervezet is mellénk állt. A társadalmi és erkölcsi támogatást megkaptunk, ám ezt a döntéshozók részéről nem tapasztaltunk. Nem értjük, miért nem veszik

tudomásul, hogy szakdolgozó nélkül nem működik az egészségügy! 2021 úgy múlt el, hogy a kollégáink kaptak 10 nap szabadságot – már akik valóban megkapták. Óriási erkölcsi fájdalom ez azoknak, akik még ezt sem vehették igénybe, ráadásul az általunk szorgalmazott Covid-pótlékot sem sikerült egységesen bevezetni legalább a frontvonalban szolgálóknak, akik a járvány kezdetén teljesen védtelenül álltak a betegágyak mellett. Akkor oltás még nem volt, de védőfelszerelés is csak módjával, vagy silány minőségben. Sok értékes kollégától kellett végső búcsút vennünk az elmúlt másfél évben, akik egyébként még évekig dolgozhattak volna a betegek gyógyulásáért.

– Mi az oka annak, hogy a döntéshozók ennyire mellőzik a szakdolgozói társadalmat?

– Úgy érzem, a legfelsőbb állami vezetők nem kapnak világos képet a szakdolgozók valós helyzetéről, és nincsenek tisztában azzal a heroikus munkával, amit végeznek.

– A miniszterelnök a közszolgálati rádióban nemrég úgy fogalmazott, hogy bár nagy teher van/volt az orvosokon, ápolókon, de nem volt túl nagy, hiszen nem roppantak össze. A szakdolgozói társadalom is így érzi?

– Olyan nehéz helyzetek voltak és vannak, amilyeneket az elmúlt évtizedek alatt nem éltek meg a dolgozók. Soha nem tapasztalt mértékűnek érzik a kiszolgáltatottságot, különösen az a generáció, amelynek tagjai a rendszerváltás környékén kezdték a pályafutá-

sukat, amikor a hazai ápolásügy, a betegágy mellett végzett munka rangja és presztízse felívelőben volt. Ennek szöges ellentétét érzékelik a kollégáink és az ápolásvezetők. Még soha nem volt akkora szükség a szakdolgozói társadalom áldozatos munkájának anyagi és erkölcsi ellentételezésére, mint most. Ők most fuldokló, segítségért kiáltó emberek tömege, egy ilyen mondat pedig olyan, mintha még egy súlyt is kötnének a lábukra, hogy végképp ne maradhassanak a felszínen. Azt gondolom, a döntéshozók elképednének, ha látnák a túlmunka-elszámolások megdöbbentő számsorait, hogy valójában hány óra szolgálatot teljesítenek a szakdolgozók óriási munkaterheléssel, és hogy ebből mennyit fizetnek ki a munkáltatók.

– A MESZK követeléseai között szerepelt a januártól esedékes béremelés előrehozása, ami bár nem teljesült, ám Kásler Miklós, az emberi erőforrások minisztere nemrégiben úgy fogalmazott, hogy 2023-ra a kormány átfogó bérrendezésben gondolkodik. Mit tudnak erről?

– Arányaiban legalább a tavaly elindított orvosi béremelkedéshez kellene felzárkóztatni a szakdolgozói fizetéseket, különösen igaz ez a diplomás kollégáinkra, akik hat év felsőfokú képzést követően szereznek diplomát, mégis kevesebbet visznek haza, mint a nem orvosi diplomás klinikai szakpszichológusok vagy egészségügyben alkalmazott biológusok, vegyészek, akik az orvosi bértábla hatálya alá esnek. Közben a kormány is elismeri, hogy a jövő januártól esedékes 30 százalékos béremelés csak a 2018-as bérszinthez viszonyítva igaz, a mostani fizetésekhez képest csupán 21 százalékot jelent. Mindeközben bizonyos ellátási területeken a szakdolgozói kar 75 százaléka elmúlt 42 éves, alig jönnek a pályára a fiatalok. De mintha erről sem vennének tudomást.

– Mindeközben zajlik egy egészségügyi reform, alakul a struktúra a kórház- és az alapellátásban is. Mit tesz ehhez hozzá a MESZK?

– A fennállásunk 17 éve alatt már annyi helyzetjelentést és javaslatot kértek tőlünk, hogy lassan immunissá váltunk: ha nem lesz kézzel fogható eredménye a beadványainknak, akkor lakonikusan tudomásul vesszük, hogy megint az íróasztalfióknak dolgoztunk. Őszintén szólva szkeptikus vagyok.

– Idén sokat dolgozott a kamara a szakképzési törvényből adódó feladatok megvalósításán. Ebben volt sikerélmény?

– Hatalmas feladatot kaptunk, amikor a Magyar Kereskedelmi és Iparkamarától átvettük az egészségügyi szakdolgozói területen a duális szakképzési rendszer megszervezésének és működtetésének szakmai köztestületi feladatait. A szakfeladatok ellátására, koordinálására hoztuk létre a kamarán belül az Országos Szakképzési Központot. A járvány harmadik hullámában fuldokló kórházak vezetőit, szakoktatóit kellett a duális képzőhelyek kialakításával kapcsolatban informálni, a tanulókat motiválni. Mindeközben a közoktatásban home office-ban folyt a képzés, az érettségít és szakmai vizsgákat is eltérő módon szervezték. Ilyen környezetben kellett kialakítani az új, 2022-re szóló pályaválasztási kampányunkat, elkészíttetni a pályaválasztókat motiváló kisfilmjeinket, kiadványainkat. Csak remélni tudjuk, hogy a sok befektetett energia meg hozza a gyümölcsét, és ismét lesz jövője az egészségügyi szakképzésnek, és gyarapodni fog az egyre fogyó szakdolgozói család közössége. A 2021. évi beiskolázási számok mindenesetre biztatóak...

– Milyen tervekkel vág neki a kamara 2022-nek?

– A jövő év az országgyűlési választásokról szól. Februárban elkezdődik a számvetés a minisztériumokban,

az áprilisi szavazás után pedig a kormányalakítás köti le a döntéshozókat. Mint mindig, a MESZK most is ügyel arra, hogy ne tudják bevonni a pártpolitikai csatározásokba, így akciókat nem szervezünk, ellenben támogatjuk az ágazati szakszervezeteket az elvesztett jogaik visszaszerzésében, amelyeket az új jogállási törvény csonkított meg. Elköteleztettek vagyunk viszont abban, hogy egyeztetéseket kezdeményezzünk a bérfelülről, a kiemelt pótlékrendszer bevezetéséről, az ügyeleti díjakról és az ágazati Cafeteria-rendszerről. Várat még magára a szakdolgozói kompetenciák rendezése, valamint a korábban végzett szakképesítések elismertetése az új ágazati szakmajegyzékhez viszonyítva.

– Milyen hangulatban vágnak neki a szakdolgozók az új esztendőnek?

– Ez az év, ha lehet mondani, lelkiileg még inkább megviselte a kollégákat, mint a tavalyi, pozitív hozadéka alig volt. A vonatkozó jogszabálynak nincsen egyetlen sora, amely biztos jövőképet mutatna a szakdolgozói társadalomnak a kollektív szerződéshez vagy a közalkalmazotti törvényben foglaltakhoz képest. A járvány alatt nem volt egységes, központi útmutatás, az intézményekre bízta a járvány nyomán kialakult humánpolitikai helyzet kezelését. Magukra hagyták az ápolás vezetőket, sérült a velük való kommunikáció. Pedig az ápolásszakmai vezetés súlytalansága úgy a rendszer, mint intézmények szintjén érezhető károkat okoz. A kollégáink elfásultak és megkeseredtek az elmúlt másfél évben. A kiégés szinte mindenkit elér, és tudjuk, hogy a rossz „minőségű gyertyák” hamar csonkig égnek. Az egészségügyben pedig egyre inkább gyorsan ellobbanó gyertyák világítanak.

Tarcza Orsolya

Kitüntetés az áldozatos munkáért

A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK) Országos Elnöksége új díjat alapított. Az ötletet az adta, hogy az Egészségügyi Világszervezet (WHO) közgyűlése 2020-at az „Ápolók és szülésznők nemzetközi évének” nyilvánította Florence Nightingale születésének 200. évfordulójának tiszteletére. Florence Nightingale angol ápolónő volt, a modern nővérképzés, valamint a betegellátás reformjának elindítója.



„Az Ápolás Hivatásért” díj idén került először átadásra Siófokon, 2021. szeptember 2-án, a MESZK VIII. Szakdolgozói Tudományos Kongresszusán. Az elismerésben olyan dolgozók részesültek először, akik áldozatos szakmai munkájuk mellett részt vettek az oktatásban, segítették a jövő ápolóinak, szülésznőinek munkáját. Ezzel nemcsak a tudás továbbadásában működtek közre, hanem hozzájárultak az egészségügyi hivatás népszerűsítéséhez, megbecsüléséhez is. Ahogy a díjazottak, úgy a kitüntetéskor átadott díj sem mindennapi.

A talapzaton álló Florence Nightingale-t ábrázoló bronzszobor Szabó Virág szobrászművész munkája. A legendás ápolónőt korhű ruhában, kezében egy lámpással ábrázolja. A kitüntetés része egy kitűző is, amely ovális alakú, bronzból készült aranybevonattal. Mintázata szintén Florence Nightingale lámpását ábrázolja. Dr. Balogh Zoltán, a MESZK elnöke elmondta, hogy erre a díjra már nagy szükség volt. Az alapítók úgy gondolták, hogy a 2020-as évet is méltó módon kell megünnepelni és szükség van egy újabb országos elismerésre. Ezzel is rá kívánták irányítani a figyelmet arra, hogy a rangidős kollégák fontos pillérei a jelen egészségügyének, s akik áldozatos munkája nélkül a szakdolgozói nemzedékek nem lennének jelen a hazai egészségügyben. Évente három személy nyerheti el „Az Ápolás Hivatásért” díjat, két ápoló és egy további szakdolgozó. Idén a díjat Nosza Magdolna nyugalmazott főiskolai docens, Sövényi Ferencné nyugalmazott országos vezető ápoló és Csetneki Julianna nyugalmazott vezető szülésznő kapta.



Nosza Magdolna: Tényleg az ápolás volt az életem



Nosza Magdolna, vagy ahogy mindenki hívja, Magdi néni, határtalan kedvességgel és lelkesedéssel tud mesélni munkájáról, az ápolásról. Több

mint negyven éven keresztül szolgált a hazai ápolást. Nem olyan régen töltötte 82. életévét, de lelkesedése irigylésre méltó, jó példa lehet a fiatal generációknak. Pályafutását végzett ápolóként kezdte. Elsők között szerzett egészségügyi főiskolai oklevelet és később bekapcsolódott a szak-középiskolai szinten képzett ápolók képzésébe is. Angol nyelvtudásának és megszerzett további végzettségeinek köszönhetően kiemelt szerepet játszott a hazai ápolásügyi rendszer fejlesztésében. A Vas utcai kórház kórházvezető főnővéreként dolgozott, amikor felkérést kapott a Magyar Kórházszövetségen belül működő Ápolási Szekció kialakítására és vezetésére. A Magyar Ápolási Egyesület alapítója. Az ő szakmai irányításával indult el Magyarországon az első diplomásápoló-képzés az Orvostovábbképző Egyetem Egészségügyi Főiskolai Karán. Számos könyv, szakmai cikk kötődik nevéhez. Nagy szerepet töltött be az otthoni szakápolási rendszer megteremtésében is. Nyugdíjba vonulása előtt főiskolai docensként tevékenykedett.

A biológia szeretetével kezdődött minden

Magdi néni elmondása szerint véletlen alakult úgy, hogy ezt a hivatást választotta, de talán visszatekintve sorsszerűnek is nevezhető. Már gimnáziumi tanára is felfigyelt rá, hiszen nagyon szerette a biológiát. Oktatója azt javasolta, hogy menjen gyógypedagógusnak, de ahogy ő fogalmaz,



ehhez nem volt hangulata. Családja szerény körülmények között élt, és amikor eljutott hozzá a hír, hogy a Váci utcai Vámos Ilona Ápoló- és Szülésznőképző Iskola nyílt napot hirdet, akkor elment, így került be az iskolába. Itt minden ingyen volt, az étkezéstől a könyvekig. Ez nem okozott súlyos kiadásokat a családnak, édesanyjának, aki egyedül nevelte Magdolnát.

„Nem vettem rossz néven, hogyha követeltek”

Magdi néni számára hamar kiderült, hogy jól választott, szeretett ott tanulni és igyekezett is jól csinálni. Amikor kikerült az iskolapadból a kórházba, akkor érezte, hogy ez neki való. „Szívesen segítettem a betegeknek” – emlékszik vissza.

„Tényleg az ápolás volt az életem” – így vélekedik utólag pályafutásáról Magdolna. Bárkivel bármilyen helyzetben beszélget, mindig az ápolásnál kötnek ki, hiszen rengeteg történet, tapasztalat van a fejében. Úgy érzi, hogy munkahelyein is mindig megbecsülték, szeretettel gondol vissza ezekre az időkre.

Motiváció, ami ennyi éven át kitart

Az egészségügyben dolgozni nem könnyű, sokszor szükség van valamire, amiből erőt meríthetnek az ápolók. Magdi néni abban látja az évtizedekig tartó motivációjának, erejének titkát, hogy mindig segíteni akart a betegeknek, és ez soha nem szűnt meg.

Az első sikertörténet: egy kiscsirke gyógyulása

Bár Magdi néni gyerekként még nem sejtette, hogy egész élete az ápolásról fog szólni, mégis innen származik az

első gyógyítással kapcsolatos tapasztalata. „Nagyanyám földhöz akarta csapni, mert hasmenése volt a kiscsirkének” – meséli Magdolna, aki ekkor kilencéves volt. Könyörgött nagymamájának, hogy ne bántsa a csibét, majd ő meggyógyítja. Így is lett. Utólag jött csak rá, hogy akkor, ösztönösen a járványtan összes szabályát betartotta, elkülönítette, melegeztette, itatgatta az állatot.

Elismerés a ledolgozott évekért

„Nem is mertem gondolni arra, hogy bárkinek is eszébe jut értékelni azt a

munkát, amit én szívem szerint egész életemben csináltam, és jó szívvel” – így felel Magdi néni arra a kérdésre, hogy mire gondolt, amikor megtudta, hogy a díjazottak között szerepel. Jó érzéssel emlékezik arra, amikor betegként járt a Vas utcai kórházban, ahol régi kollégái kérelték, hogy menjen vissza dolgozni.

„A világ egyik legszebb szakterülete, szakmája az ápolás, ezt őszintén mondom.”

Magdi néni szerint akkor érdemes valakinek ezt a szakmát választani, ha sok örömet akar szerezni másnak és magának. Ha valaki így érez, akkor „jöjjön és csinálja”, hiszen nincsen nagyobb öröm annál, ha meggyógyul egy beteg.



Sövényi Ferencné: Az egészségügy egy nagy kerítő

Sövényi Ferencné, vagyis Klári néni S-neve kihagyhatatlan, ha a hazai ápolás ügyét vizsgáljuk. Országos vezető ápolóként hosszú éveken keresztül végezte munkáját lelkiismeretesen, amelyet gyakorlatiasság, letisztult látásmód jellemez. Klára széles hazai és nemzetközi kapcsolatokkal rendelkezett, ennek is köszönhetően részt vett a korszerű ápolási rendszerek bevezetésében, új ellátási formák meghonosításában, az ápolók és a szakdolgozók szervezeteinek kialakításában, és a szakmai köztestület megalakításában. Az ő nevéhez fűződik a hazai szakdolgozói nyilvántartási rendszer megteremtése, a szakképzési rendszer új alapokra helyezése. Szívügye a hazai ápolástörténeti források felkutatása, amellyel jelentős feladatot is vállalt.

Nem jutott be az orvosi egyetemre, de utólag nem bánja

Klára a tanyavilágban nőtt fel, onnan került be a szentesi gimnáziumba, ahol 1957-ben érettségizett. Ekkor jelentkezett az orvosi egyetemre. „Hála Istennek nem vettek fel, ennek én örülök” – mondja. Ezután jutott el hozzá a hír, hogy az Orvostovábbképző Intézet egészségügyi szakiskolája felvételt hirdet, bentlakással és egy kevés ösztöndíjjal. Mivel szegény családból származott és nagyon szeretett volna Budapestre menni, így jelentkezett. Itt tanult 1957–59-ig. Ezután került az Orvostovábbképző Intézetbe, ahol a gyakorlatát töltötte

ápolóként. Innen visszacsábították az iskolába szakoktatónak, és egészen 1975-ig ott dolgozott.

Minisztériumi évek

1975-ben megalakult az első egészségügyi főiskola, de ahogy Klára mondja, „akik ott dolgoztunk, nem illettünk bele”, így a minisztérium elhelyezte őket. Őt az Egészségügyi Minisztérium Gyógyító Ellátás Főosztályára helyezték át mint ápolót. Évtizedekig dolgozott itt, kormányzati ciklusokon átívelve egészen 2002-ig. Előadótól eljutott egészen a főosztályvezető pozícióig, az ápolási főosztály vezetője lett.

Úgy emlékezik vissza, hogy mindig kiállt az ápolásért, kollégái tudták, hogy ő az, aki mindig megmondja a véleményét, akkor is, ha ez másoknak nem tetszik. Amikor az ápolási főosztály létrejött, akkor az volt a cél, hogy az ápolás is, mint a medicina vagy pedagógia, kerüljön be a tudomány területére, hiszen a világon ott a helye. Ekkor sikerült elérni, hogy mindenhol az egyetemeken belül legyen ápolóképzés is.

„Ha valami van, azon lehet javítani, ha valami nincs, azért nagyon nehéz megküzdeni, hogy legyen”

Így vélekedik Klára arról, hogy bár néhány évtized a tudomány szempontjából nem sok, de mégis értékelni kell, hogy az ápolóképzés létezik. Ebben az időben alapították meg az Ápolási Egyesületet, a Szakdolgozói Kamarát, és sok-sok mindent, ami előtt volt, de változásra szorult, vagy egyáltalán nem is volt. Klára büszke arra, hogy mindennek részese lehetett.

Dolgos nyugdíjas évek

Amikor nyugdíjba ment, akkor elment az Egészségügyi Szakképző Tovább-

képző Intézetbe, ahová még a minisztériumi évek alatt kitelepítették a nyilvántartást. Ezzel a nyilvántartással kezdett el foglalkozni, „volt benne sok hiba, mérges is voltam magamra, hogy mért nem néztem meg előbb” – jegyzi meg. A gondosan javított nyilvántartás egy része átkerült a szakdolgozói kamarába, ahol szintén ledolgozott néhány évet Klári néni.

„Hogyan tovább, egészségügy?”

Klára most is szívén viseli az egészségügy helyzetét. Látja a bejegyzéseket a közösségi médiában és azt mondja, hogy ezek elszomorítják. „Úgy érzem, hogy sokkal többet kellene foglalkozni ezzel a területtel, hogy hogyan tovább, egészségügy?”

Klári nem mindig készült ápolónak, volt időszak, amikor erdőmérnök szeretett volna lenni. Az igazi hivatástudat, az ápolás szeretete azért alakult ki benne, mert a tanítás során jó mintákat látott, nem lehetett ez másként.

„Az egészségügy egy nagy kerítő”

Így fogalmaz. „Nem arra indultam, de ott kötöttem ki.” Ha most kellene elmennie valahova dolgozni, akkor csak olyan helyre menne, ahol az számít, hogy az ő két keze, szíve és feje ott van, hiszen ez a lényeg, ezután jönnek csak a modern gépek. „Ez is hozzátartozik, de nem annyira az ápolás lelke.”

Florence Nightingale, elismerés és a jövő ápolói

Klára nagyra értékeli a modern nővérképzés alapítóját, és úgy gondolja, nagyon nagy dolog, hogy a MESZK meg-



alapította „Az Ápolás Hivatásért” díjat. Úgy véli, hogy eddig senki nem hozott létre hasonlót.

Klári néni azt üzeni a pályaválasztás előtt álló fiataloknak, hogy azok válasszanak egészségügyi szakmát, akiket vonz a valahova tartozás érzése. Mert az egészségügy egyenlő azzal, hogy tartozunk valahova, egy közösségbe. Szerinte többnyire olyan fiatalok kerülnek egészségügyi területre, akik ezt a mintát látták a családban, vagy úgy érzik, hogy tartozni akarnak valahova. Egy dolgot azonban kiemel: „Ez egy eléggé felnőttek való hivatás, szakma. Meg kell érni rá.”



Csetneki Julianna: Boldog vagyok és büszke, hogy szülésznőnek vallhatom magam

minden évben megrendeznek. Fontos szerepe volt a főiskolai szintű szülésznőképzés hazai bevezetésének megteremtésében, 2004-ben Kossuth Zsuzsanna-emlékérmét kapott.

Határozott elképzeléssel a cél felé

Julianna a gimnázium negyedik évében határozta el, hogy szülésznő lesz. Jó tanuló volt, így osztályfőnöke szívesen vette volna, ha mindenképpen egyetemre megy. Többször behívta édesanyját, hogy meggyőzze a szülőket az egyetemről, de a gimnazista Julit nem lehetett eltántorítani terveitől. Úgy gondolja, azért a szülésznőszakmát választotta, mert valahogy érezte, hogy ez való neki, olyan természetes volt, belülről jött. Mindig szerette a gyerekeket, nagy családban nőtt fel, három testvére van. Édesanyja mindhármat otthon szülte, nem volt számára semmi ijesztő vagy furcsa a szülésben és a születésben.

Pályakezdő szülésznőként nagyon nagy lendülettel és boldogan dolgozott az Uzsoki Kórház szülészeti-nőgyógyászati osztályán, majd szülőszobáján is. 26 évesen már a Balassa János Kórház szülészeti főbábjára volt, amelyre jó érzéssel emlékezik vissza.

„Összetartó, családként dolgoztunk együtt a szülészorvosokkal és a gyermekápolókkal, az akkor még szokatlan csaldarab szülészeti ellátás elvei szerint.”

Később áthelyezéssel a Semmelweis Orvostudományi Egyetem I. Sz. Szülészeti és Nőgyógyászati Klinikájára került, ahol vezető szülésznőként dolgozott. Hatévnyi munka után felkérték arra, hogy pályázza meg az egyetemi vezető főnővér munkakört. „Ez egy csodás lehetőség volt, de egyben óriási áldozat is, hiszen emiatt részben el kellett, hogy búcsúzzak az aktív, napi szülésznői tevékenységektől” – gondol vissza erre az időszakra.

Már egészen korán, a húszas évei elején óraadóként dolgozott a Vas utcában zajló szülésznőképzésen. Nagyon elkötelezett volt az oktatás iránt, szerette csinálni. Ezt bizonyítja az is, hogy az Egészségügyi Főiskola intézetvezetői, szakoktatói, illetve diplomás ápolói szakán, nappali és levelező tagozaton is a szülészeti és nőgyógyászati szakápolástan óraadója volt. Egyetemi főnővéreként számos szakképzésnek az igazgatója lett, a szülésznők OKJ szakosító képzőjének is. Szakértőként és vizsgálóként évtizedeken keresztül aktívan részt vett képzési programok kidolgozásában és a vizsgáztatásban egyaránt. Hét éven keresztül a WHO Ápolási és Szülésznői Együttműködő Központ magyarországi igazgatói tisztségét töltötte be. Ahogy fogalmaz, hosszú harcot vívott azért, hogy a szülésznők képzése főiskolai szintre emelkedjen hazánkban is. Sokan mellé álltak az ügyben, így indult el a szülésznők főiskolai képzése Magyarországon.

Julianna szülésznőként indult el az Egészségügyi pályán, neve szorosan kötődik a Semmelweis Orvostudományi Egyetem Szülészeti Klinikájához, ahol több évtizeden keresztül előbb beosztott, majd vezető szülésznőként dolgozott. Kiemelt szerepe volt az Egészségügyi Világszervezet kollaborációs központjának elindításában. A Magyar Ápolási Egyesület Szülésznői Szekció és a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara alapító tagja. Már 32 éve, a mai napig részt vesz a Szülésznők, Védőnők és Gyermekápolók Országos Konferenciájának megszervezésében, amelyet

2004-ben az Ápolók Nemzetközi Napja rendezvényén kapta meg a Kosuth Zsuzsanna-emlékérmét, ami akkor váratlanul érte és meghatotta.

Újabb elismerés, amely szívhez szólt

Julianna az első díjra szeretettel emlékezik vissza, de úgy fogalmaz: „Életem legnagyobb meglepetése mégsem ezen a díjátadón ért, hanem amikor dr. Balogh Zoltán, a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara elnöke átadta az Ápolás Hivatásáért díjat. Természetesen tudom és úgy is értékelem, hogy mindkét ápolói/szülésznői kitüntetést nemcsak én kaptam, hanem az a magyar szülésznőké is!”

Egy szülésznő, akire mindig emlékezni fognak

Sok-sok család, gyermek története él Julianna fejében. Mindegyik szép emlék és számára a legmeghatóbb, hogy sokszor évek múlva is megismerik az utcán, a boltban, megszólítják, és újra köszönetet mondanak neki. Nevetve mesél arról, hogy olyan is előfordult már, hogy egy nála született gyermek 18. születésnapjára szeretnék volna meghívni. Többen vannak, akik egy szál virággal keresik fel hálájuk jeléül. Kedves emlékei közül kiemeli Baloghékat, ahol hat vagy hét gyermek született, már nem emlékszik pontosan. Minden gyermek nála született és még olyan fotója is van, ahol a három Balogh lány egyszerre szoptatja közel egykorú gyermekét.

Julianna most is szülésznőként tevékenykedik, segít, ahol tud. Rengeteg szülésfelkészítést csinál, fontosnak tartja, hogy az édesanyák már a szülés előtt megfelelő felkészítést kapjanak arról, hogy mi történik, ha megszületett a baba. Ennek kapcsán



döntött úgy, hogy megírja „Te is szoptass! Életre szóló ajándékod a szoptatás” című könyvét, amely hiánypótló ebben a témában. Büszkeséggel tölti el, hogy az összes egészségtudományi kar és a szakmai kollégiumok is befogadták a könyvet.

A szülésznőképzés jelenlegi helyzete

Julianna természetesen figyelemmel kíséri az oktatás jelenlegi helyzetét, a szülésznő képzésének, létszámadatainak és kompetenciájának alakulását. Azt látja, hogy sajnos évről évre, de különösen négy éve rohamosan csökken a szülészeten tevékenykedő szülésznők létszáma és a betöltetlen, üres állások száma. 2021 júniusi vizsgaidőszakban diplomát szerző szülésznők közül közel egyharmaduk nem helyezkedik el az ország

szülészetein. Vannak, akik továbbtanulnak, jó esetben egészségügyi szakmaterületen, de sokszor máshol. Akadnak olyanok is, akik pályaelhagyók lesznek.

„A szülésznői hivatást a legcsodálatosabbnak tekintem, amit emberi civilizáció valaha is létrehozott.”

Julianna szerint soha nem volt még olyan fontos, mint most, hogy megoldást találjunk azokra a problémákra, amelyeket a szülésznőséget gyakorlók is tapasztalnak. Úgy gondolja, hogy mindent meg kell tenni azért, hogy a helyzet javuljon, és bízik benne, hogy újra vonzóvá fog válni a pálya. A jövő szülésznőinek azt üzeni, hogy a születés minden alkalommal új, és minden alkalommal egy csoda, hiszen akkor válik családdá az apuka, anyuka és gyermekük, és ennél nincs több.

Treszkony Virág

Díjazott kiválóságok 2021-ben is

A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK) kitüntetési bizottsága idén is kiválasztotta az „Az év kiváló szakdolgozója” és „Az év kiváló szakdolgozói közössége” díjra felterjesztettek közül is a legkiválóbbakat. Emellett lezárult az „Az év elhivatott fiatal szakdolgozója” pályázat is, amelyet kamaránk a LifeTime Media Kft.-vel – magazinunk kiadójával – közösen hívott életre azzal a céllal, hogy az elhivatott, fiatal generációra is felhívják évről évre a figyelmet.

„Az év kiváló szakdolgozója”

„Az év kiváló szakdolgozója” díj nyertese kimagasló, kitartó munkájával, emberi magatartásával, megbízhatóságával vívta ki a szakmai köztestület tagságának elismerését. A MESZK Országos Elnökségének határozata értelmében 2021-ben a díjat az Országos Mozgásszervi Intézet – Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet ápolási igazgatója, *Emberné Heitler Andrea* kapta.

A bizottság indítványozására példamutató szakmai életútja és közösségépítő munkája elismeréséért „Az év kiváló szakdolgozója” díj különdíjában pedig az Országos Mentőszolgálat marcali mentőállomásának állomásvezető mentőtisztje, az állománycsoport szakmai felelőse, *Buni Roland* részesült.

„Az év kiváló szakdolgozói közössége”

„Az Év kiváló szakdolgozói közössége” díj alapításának célja, hogy elismerje a szakmai közösségek munkáját, akik emberi magatartásukkal, szakmai elkötelezettségükkel példaképül állíthatók, ezzel is növelve a szakma presztízsét. 2021-ben a díjat a Gottsegen György Országos Kardiovaszkuláris Intézet Felnőtt Kardiológiai Osztály Intenzív Terá-

piás Részlegének szakdolgozói (*Borbély Éva*, diplomás ápoló; *Wagensommer Virág*, intenzív szakápoló; *Török Izabella*, intenzív szakápoló; *Kárpáti Emília*, intenzív szakápoló; *Szkupeny Johanna*, diplomás ápoló/főnővérhelyettes; *Mezőfényi Lászlóné*, OKJ-ápoló; *Páviácsné Valet Tünde*, diplomás ápoló; *Szetei Zsuzsanna*, intenzív szakápoló; *Zima Annamária*, intenzív szakápoló; *Miskolczi Krisztina*, intenzív szakápoló; *Kálmán Erika*, intenzív szakápoló; *Floszmann Anna*, OKJ-ápoló; *Joó Bernadett*, diplomás ápoló; *Szász Ferenc*, OKJ-ápoló; *Búzás-Varga Piroska*, OKJ-ápoló; *Gere Andrea*, intenzív szakápoló; *Szabó Zsuzsanna*, OKJ-ápoló; *Dunai Dóra*, diplomás ápoló; *Kürtösné Tóth Johanna*, diplomás ápoló; *Tóth Viktória*, intenzív szakápoló; *Szabó Martin*, diplomás ápoló; *Lengyel Zsuzsa*, diplomás ápoló; *Nagyné Lőke Anna*, diplomás ápoló/főnővér) érdemelték ki.

„Az év kiváló szakdolgozói közössége” területi szervezet által támogatott különdíjai pedig a következők lettek: Fejér Megyei Szent György Egyetemi Oktató Kórház – Oltópont; Debreceni Egyetem Klinikai Központ Nagyerdei Campus Neurológiai Klinika, Intenzív osztály; Markhot Ferenc Oktatókórház és Rendelőintézet, Hospice osztály; Markusovszky Egyetemi Oktatókórház, Központi Anaesthesio-

lógiai és Intenzív Betegellátó osztály/Intenzív Betegellátó osztály részlege; Somogy Megyei Kaposi Mór Oktatókórház, Infektológiai osztály; Pest Megyei Flór Ferenc Kórház IV. Belgyógyászat Gasztroenterológiai osztály.

„Az év elhivatott fiatal szakdolgozója”

A MESZK és a LifeTime Media Kft. – magazinunk kiadója – azzal a céllal hívták életre „Az év elhivatott fiatal szakdolgozója” díjat, hogy a figyelmet az egészségügyi szakdolgozók tehetősége és elhivatott fiatal generációjára irányítsák. A pályázatra ismét szép számmal érkeztek jelölések, a szakmai zsűri az érvényes ajánlások közül, az elbírálási szempontok alapos mérlegelése után, a pályázat második fordulójában, a díj elnyerésére legérdemesebb öt pályázó közül végül *Tisóczki Evelinnek*, a kistarcsai Pest Megyei Flór Ferenc Kórház osztályvezető főnővérek ítélte oda az elismerést.

A járványügyi szabályok miatt a díjak átadására csak a jövő évben kerülhet sor.

A 2021. év kitüntetettjeiről magazinunk következő lapszámaiban olvashatnak majd.

Szívből gratulálunk, és jó egészséget kívánunk valamennyi díjazottnak!



„Az év kiváló szakdolgozója” díj
különdíjasa: Buni Roland



„Az év kiváló szakdolgozója”:
Emberné Heitler Andrea



Tisóczki Evelin, „Az Év elhivatott
fiatal szakdolgozója”

kiváló szakdolgozó
tevékenysége elismerésül
**AZ ÉV
KIVÁLÓ SZAKDOLGOZÓJA**
kitüntetéssel adományozza
Budapest, 2021. december 8.


Dr. Balogh Zoltán
elnök





Hogyan kommunikáljunk a betegekkel a Covid-19-oltásról?

„Empátia, bizalom, ítéletmentesség, hitelesség, őszinteség” – talán ezek voltak a kulcsszavai a WHO nemzetközi szakembereivel szervezett tréningnek, amellyel a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara akart segítséget adni a szakdolgozóinak a pandémia elleni védőoltás kommunikációjában. Ők ugyanis a kulcsszereplői annak, hogy mind többen vállalják a vakcinációt. Az ingyenes és kreditpontos képzésen, amely világszerte bizonyította sikerességét, olyan gyakorlati és elméleti tudást szerezhettek a személyesen vagy online résztvevők, amelyek a napi munkában adnak óriási segítséget.

„Hogyan kommunikáljunk a betegekkel a Covid-19-oltásról? Bizonyítékon alapuló útmutatás a betegekkel történő hatékony beszélgetésekhez a Covid-19-vakcina felvételének elősegítéséhez” meghívással hirdetett képzést az Egészségügyi Világszervezet (WHO) és a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK).

„Megtiszteltetés és kihívás számunkra, hogy az oltásokról kommunikáljunk. Az elmúlt hónapok bebizonyították, hogy ez nagyon fontos nemcsak abban, hogy az egészségügyben dolgozók munkáját könnyíti, de a gondozottjaikat, a lakosságot, a családtagjaikat, és magunkat, szakdolgozóinkat is megfelelően tájékoztassuk. Hogyan támogassuk őket abban is, hogy hogyan jussanak az oltáshoz. Az oltópontokon, de az ellátórendszerben is kellenek ahhoz, hogy mindenki megfelelő döntést hozzon. Egy ilyen tréningre már hónapok óta szükség lett volna, amint hallottuk a WHO-felhívást, azonnal léptünk, mert ma az egyik legégetőbb kérdés. Érzik a világban is, mekkora szerepe van, felelőssége az egészségügyi dolgozóknak, hogy hogyan támogassuk a lakosságot. Ehhez nemzetközi szakértőket hívtunk, ők adják át tapasztalataikat. A mai nap mérföldkö lehet abban, hogy kollégáinkat segítsük ebben és még jobb irányba haladjunk ezen a téren” – nyitotta meg az egynapos tréninget dr. Balogh Zoltán, a MESZK elnöke.

Szigeti Szabolcs, a WHO magyarországi irodájának megbízott igazgatója egy történelmi visszatekintéssel indította köszöntőbeszédét.

„Kisfaludi Stróbl Zsigmond szobrászművész, akit a Gellért-hegyre felállítandó Szabadság-szobor elkészítésével bíztak meg, egy fiatal, akkor az 527. hadikórházban műtősnőként dolgozó, egészségügyi dolgozót kért fel modelljének, akit 1945 októberében pillantott meg a Dózsa György és a Thököly út sarkán. Bár előtte már több színésznőt, és még a moszkvai operaház, a híres-neves Bolsoj primadonnáját is megnézte, a kor sztárjaival szemben az utcán kiszúrt ismeretlen vidéki magyar lányt találta a legalkalmasabb modellnek az új Magyarország szimbólumát formázó nőalakhoz. Egy szép testtartású, arányos termetű, tiszta tekintetű nőt álmodott meg a szoborcsoport fölé, akiből sugárzik a magyar nép megoltalmazására képes belső erő, és aki egyúttal az élet folytonosságának a megtestesítője is, mivel nő. Milyen fontosabb üzenete lehet annak, hogy a modellválasztást összekapcsolta a szabadsággal?” – kezdte Szigeti Szabolcs, aki szerint ennek ma is fontos üzenete van. „A járvánnyal különösen terhelt időszakban látjuk, hogy szakdolgozók nélkül akár a szabadságunk is végső veszélybe

kerülhet. Ehhez ember-, betegközpon-tú, minőségi ellátás kell, ennek megte-metése lehetetlen minőségi dolgozók nélkül. Ehhez mit kell most tennünk? Áttekinteni a kompetenciákat, bérem-lést adni, a folyamatos képzést bizto-sítani, mert csak így lehet egy olyan minőségi egészségügy, amely visszaál-líthatja a bizalmat, ami az oltásellenes-ség egyik mozgatója. Ha körbenézek a világban, megdöbbentő, hogy milyen alacsony az átoltottság, milyen ellenál-lás van az oltóanyagokkal szemben és sokszor mennyire nehéz áttörni ezeket a falakat, ebben a szakdolgozóknak kulcsszerepe van” – mondta köszöntő-beszédében a WHO magyarországi iro-dájának megbízott igazgatója.

Sideeka Narayan és Brett Craig, a WHO Európai Regionális Iroda védőol-tásokkal megelőzhető betegségek és immunizálással kapcsolatos (VPI) ta-nácsadói tartottak formabontó képzést a résztvevőknek, akik személyesen, il-letve online vettek részt.

Sideeka Narayan a vakcinák elfoga-dásával és keresletével kapcsolatban felelős az országokra szabott technikai segítségnyújtásért és projektmenedzs-mentért az egészségügyi dolgozók teljesítményének növelése érdekében dolgozik. Kiterjedt ápolói tapasztalat-tal rendelkezik az alapellátásban és az egészségügyi ellátásban, különösen tapasztalt az immunizálási szolgáltatá-sok nyújtásában és a motivációs inter-

júban az alapellátásban. Brett Craig tanácsadó a vakcinák elfogadásával és keresletével kapcsolatban több mint nyolc éves nemzetközi tapasztalattal rendelkezik a társadalomtudományi kutatások, nyomon követés és értékelés, valamint a beavatkozások végrehajtása területén. Jelenleg koordinátorként dolgozik az országokon belüli Covid-19 elleni védőoltás elfogadásának támogatásában és az ehhez kapcsolódó keresleti tevékenységekhez az európai régióban. Széles körben együttműködött az Egészségügyi Világszervezettel az oltások bevezetésében és az alapellátásban a páciensek tanácsadásában betöltött magatartási betekintési munkákon.

Míg alapvetően Sideeka tartotta az előadásokat, közben Brett visszajelzéseket adott, de mindketten négy alapvető dolgot emeltek ki az oltással kapcsolatos kommunikációban, ezek: a bizalomépítés, fontos beszélni a kockázatokról, felmérni a páciens szociális hátterét, hozzáállását, szándékát és elfogadni az ő gondolkodását. Partnerként kezeljük!

„Az egészségügyi dolgozóknak óriási a szerepe abban, hogy mind többeket győzzenek meg az oltás fontosságáról, az azonban nem mindegy, hogy ezt hogyan mondják el pácienseiknek, ehhez hatékony stratégia kell” – indította a képzést Sideeka Narayan, aki ezután részekre bontva mutatta be ennek a legalkalmasabb útját. Először is a lakosság körében tapasztalható aggodalmakat sorolta föl, amelynek tudatában lehet kommunikációs stratégiát építeni, mert ha ezeket ismerjük, akkor tudunk bizalmat építeni. Ez ugyanis a kulcs. Aki szakdolgozóként beadtja magának, az már hitelessé teszi a személyét, ettől a páciens is könnyebben dönt a vakcináció mellett, de nagyon fontos, hogy pontos tudása is legyen magáról az oltóanyag gyártásáról, a technológiájáról, hatásmechanizmusáról. Sideeka Narayan már az elején elmondta, mit is várhatnak a részt-

vevők a nap zárultával. Így nemcsak megismerik az egészségügyi dolgozó szerepének fontosságát, az oltás kockázatát, annak nyílt kommunikálásának szükségességét. Fel tudják mérni az oltások elfogadottságát, megértik a betegek ehhez kapcsolódó magatartását, az ahhoz való viszonyulásukat, a bizalmatlanságot, azok hátterét, az azzal kapcsolatos tényezőket, megérthetik az álláspontját és ennek megfelelően ki tudnak alakítani olyan strukturált kommunikációs stratégiát, amely ösztönözní tudja a vakcináció iránti bizalmat és elfogadottságot. Megfelelő tájékoztatót, információt és tudást átadni, így válaszolni a felmerülő aggályokra, az ösztönzést pedig rövid, hiteles, lényegre törő nyílt üzenetekkel segíthetik.

„Ha egy új oltás jelenik meg, ezzel szemben fenntartások fogalmazódnak meg. Nagyon nagy különbségek vannak országok, etnikai népcsoportok, korosztályok között is, hogy ki hogyan viszonyul az oltáshoz, a kérdéseiket az egészségügyi dolgozónak teszik fel, gyakran aggódnak a kockázatok és a veszélyek miatt, ezért van nagy lehetőség abban, hogy hogyan áll ehhez a kérdéshez. A vakcina iránti bizalom nagyon sokrétű, de ennek alapja nagyon fontos, amit meg kell erősíteni. Vannak, akik régóta nem bíznak az egészségügyben, ezért is fontos, hogy ezt a bizalmat, illetve az oltással szembeni bizalmat is visszaállítsuk, ehhez kellenek az információk. Időt hagyni a betegnek, hogy feltegye a kérdéseit, eloszlassuk a kétségeket. A kutatásaink szerint, ha az egészségügyi dolgozó ajánlja, sokkal inkább beadtja magának a beteg, főleg, ha ő maga is beoltatja magát és biztos a saját döntésében. A döntésben kulcsfontosságú, hogy hogyan látja a páciens magát a kockázatot, mind a betegség, mind a vakcináció tekintetében, van, aki az egyiket vagy a másikat, vagy mindkettőt annak tekinti. Nagyon nem mindegy, hogy hogyan kommunikáljuk a rizikókat. Pontos, hogy megértsék ezeket, milyen kockázatok, elő-

nyök és azok egyensúlyát, ehhez pedig tudásra van szüksége. Idézzünk ehhez evidenciaalapú vizsgálatokat, de beszélni kell ezekről, mert ez is a bizalmat erősíti. Az ön célja, hogy együttműködő párbeszédet alakítson ki. Amikor kockázatról beszélünk, ismernünk kell a kontextust, ami befolyásolja az oltási viselkedést. De vannak fő alapelvei ennek a kommunikációnak: fontos, hogy naprakész tudásunk legyen. Vegyük figyelembe, hogy mi az, amit már tud a beteg, az ő oktatási szintjéhez kell igazítani, hogy hogyan kommunikálunk, a szakvéleménye nagyon fontos, tartsa tiszteltben a véleménykülönbségeket, nem szabad ítélni, fel kell tárni a mögöttes okokat. Mind az előnyökről, mind a kockázatokról nyíltan és őszintén beszélnünk kell, fontos a betegközpontú megközelítés, legyen párbeszéd, partnerség, ösztönözzük, hogy kérdezzen” – néhány fontos gondolat Sideeka Narayantól, amellyel nyitotta a képzést, majd ezután a legapróbb részletekig végigvezette a Covid-19 kommunikációjának minden aspektusát, trükkjeit, lehetőségeit. Az előadások után kis csoportos szerepjátékokban próbálhatták ki a résztvevők a tanultakat, amit ezután ki is étékeltek az oktatók.

A tréninget követően dr. Balogh Zoltán mellett, hogy megköszönte a lehetőséget, biztosított minden szakdolgozó kollégát arról, hogy a kamara minden magyar nyelvű anyagot és információt, ahogy a képzésről készített videót is elérhetővé tesz, kiegészítve azokkal a linkekkel, amelyek segíteni tudják a kollégákat. Főként, hogy a harmadik oltás tömeges felvétele előtt állunk, amely újabb kihívásokat hozhat.

Kun J. Viktória

Kamaránk szakfolyóiratában, a Nővérben a témában megjelent szakmai anyag a következő linken megtekinthető:

<https://bit.ly/3pwbEo8>

Beszámoló a VIII. Szakdolgozói Tudományos Kongresszusról

Idén nyolcadik alkalommal 2021. szeptember 2–4. között, Siófokon szervezte meg háromnapos tudományos kongresszusát a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara, amelyen ötszáz egészségügyi szakdolgozó vett részt.



Idén is a siófoki Hotel Azúr szolgált a rendezvény helyszínül

Megszokott környezetben, a járványügyi intézkedések és előírások betartásával került összeállításra a kongresszus programja. A felkért szakmai előadók olyan témaköröket jelenítettek meg, amelyeket nagy érdeklődés kísért.

A kongresszus fővédnöke *prof. dr. Kásler Miklós*, emberierőforrás-miniszter, a kongresszus elnökségének tagjai *Kónya Anikó*, a Magyar Ápolási Igazgatók Egyesületének elnöke; *Pap-Szekeres Anita*, a szakmai kollégium ápolás és szülésznői szakdolgozói tagozatának elnöke; *dr. Balogh Zoltán*, a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara elnöke voltak.

Az ünnepi megnyitón *Mohai Gábor* művész Reményik Sándor Akarom című versével köszöntötte videós formában a kongresszuson résztvevőket.

MESZK szakmai elismerések

A kongresszus első napján, 2021. szeptember 2-án adták át a kamara szakmai kitüntéseit ünnepélyes díjátadó keretein belül. Az újonnan alapított „Az Ápolás Hivatásért” díj idén elsőként került átadásra.

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) közgyűlése 2020-at az „Ápolók és szülésznők nemzetközi évének” nyilvánította Florence Nightingale születésének 200. évfordulója tiszteletére. Az országos elnökség a bicentenárium alkalmából új díjat alapított. „Az Ápolás



Kónya Anikó, a Magyar Ápolási Igazgatók Egyesületének elnöke is üdvözölte az egybegyűlteket



Pap-Szekeres Anita, a szakmai kollégium ápolás és szülésznői szakdolgozóitagozatának elnöke a nyitóünnepségen



Átadásra várva sorakoznak a MESZK szakmai díjai

Hivatásért” elismerés idén került először átadásra, olyan kollégák számára, akik áldozatos szakmai munkájuk mellett részt vettek a jövő ápolóinak, szülésznőinek oktatásában, ezzel is elősegítve az egészségügyi hivatás népszerűsítését, megbecsülé-

sét. A kitüntetés alkalmával átadásra került Szabó Virág szobrászművész alkotása: talapzaton álló Florence Nightingale-t ábrázoló bronzszobor, korhű ruhában, kezében lámpással. Valamint egy kitűző, ami 3 cm átmérőjű, ovális

alakú, bronzból készült aranybevonattal, mintázata Florence Nightingale lámpását ábrázolja. A díjakat a MESZK elnöke, dr. Balogh Zoltán és a MESZK általános alelnöke, Babonits Tamásné, továbbá a Gránit Bank elnök-vezérigazgatója, Hegedüs Éva adta át az idei három kitüntetettnek: Nosza Magdolnának, Sövényi Ferencnének és Csetneki Juliannának. (Interjúinkat a három díjazottal lapunk 4–9. oldalán olvashatják – a szerk.).

A nyitónap ünnepség lehetőséget adott arra is, hogy a 2020 decemberében elmaradt díjátadó gála kitüntetettjei is átvegyék elismeréseiket az „Év kiváló szakdolgozója” és az „Év kiváló szakdolgozója különdíj” kategóriákban.

Idén is 21 szakdolgozó vehette át a kamara legrégebben alapított MESZK szakmai díját, a helyi és területi szervezetek javaslata alapján. Az idei díjazottak: Lukács Miklós (Baranya megye), Martonné Bajnóczi Adrienn (Bács-Kiskun megye), Balogh Erika (Békés megye), Patakiné Kocsis Tünde (Borsod-Abaúj-Zemplén megye), Szinger Lászlóné (Budapest), Dékány Nóra (Csongrád-Csanád megye), Erdély-Franyó Anna (Fejér megye), Révész József (Győr-Moson-Sopron megye), Zólyomi Ágnes (Hajdú-Bihar megye), Kosteletzki Zsuzsanna (Heves megye), Bukorné Szőke Ildikó (Jász-Nagykun-Szolnok megye), Meizner Krisztina (Komárom-Esztergom megye), Tóthné Markó Erzsébet (Nógrád megye), Dér Ilona (Pest megye), Frankó Jánosné (Somogy megye), Gyimesi Gábor (Szabolcs-Szatmár-Bereg megye), Genczler Ádámné (Tolna megye), Kesztyűsné Soproni Szilvia (Vas megye), Marton Piroska Beáta (Veszprém megye), Váriné Andróczi Piroska (Zala megye), Deák Edit (Országos Szervezet Elnöksége).

A díjakat dr. Balogh Zoltán mellett a MESZK alapellátásért felelős alelnök, dr. Hirdi Henriett, továbbá a MESZK fekvőbeteg-ellátásért felelős alelnöke, Üveges Péterné adta át.



*Az újonnan alapított „Az Ápolás Hivatásért” díj büszke tulajdonosai:
Nosza Magdolna, Sövényi Ferencné és Csetneki Julianna*

A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara kitüntetést hozott létre azon tisztségviselői, ügyintéző szervei nem tisztségviselő tagjai, képvisleti szervei tagjai munkájának elismerésére, akik emberi magatartásukkal, szakmai elkötelezettségükkel példaképül állíthatók, valamint társadalmi érdekérvényesítő tevékenységükkel, helytállásukkal méltán vívták ki kollégáik és a társadalom elismerését, és ezzel növelték a szakdolgozói hivatás és a MESZK presztízsét. Ezen díj a MESZK-ért Díj nevet viseli, amelyet idén hat szakdolgozó (Székely Attiláné, Horváthné Laczkó Erika, Fodor Szilvia, Nagyné Szőke Erzsébet, Szabó Gyuláné és Milisitsné Tátrai Beatrix) vehetett át. A díjakat átadta dr. Balogh Zoltán elnök és a MESZK főtitkára, dr. Horváth Csilla.



„Az Ápolás Hivatásért” díj elismertjeinek járó Florence Nightingale-t ábrázoló bronzszobor Szabó Virág szobrászművész alkotása



Zelenyák Brigitta, a 2020-as „Év kiváló szakdolgozója” is itt vehette át elismerését



A kongresszus díjazottjai



A kongresszus kiemelt témája volt az új szolgálati jogviszony

A Tagozatért Díj, a szakmai és közösségépítő szakdolgozói tevékenység elismeréseként került átadásra, amelyet az ünnepségen öt különböző tagozatnál felterjesztett hat szakdolgozó vehetett át. 2021 díjazottjai: Varga Éva, Baloghné Fűrész Veronika, Rogus Piroska, Péter Erzsébet Rozália, Róka László és Banga Béla Erik. A díjakat dr. Balogh Zoltán és a MESZK járóbeteg-ellátásért felelős alelnöke, Szánti Istvánné adta át.

Tudomány és szakmaiság

A kongresszus kiemelt témája volt az új szolgálati jogviszony, amelyre elméleti és gyakorlati kérdéseivel foglalkozó neves jogi előadókat, valamint a Covid-19-pandémia epidemiológiai, immunológiai és ellátásszervezési kérdéseivel foglalkozó, a jó gyakorlatokat, technikákat bemutató szintén ismert orvos és szakdolgozó előadók kerültek felkérésre. A rendezvény kiemelkedő fórumnak ígérkezett a szakdolgozók körében tapasztalható poszttraumás stressz kapcsán. A kialakult élethelyzeteket, azok lelki feldolgozását e területen jártas szakpszichológus és ápolási szakemberek segítségével kerültek bemutatásra. A kongresszus utolsó napját a hagyományoknak megfelelően szakmai és kultúrtörténeti előadások zárták.

Sport és szórakozás

A kongresszus lassan hagyománygyá váló sportnapja egy rövid bemelegítéssel kezdődött, ahol az addig

ra összeverbuválódott csapatok már megkezdhatték a pontgyűjtést a „Jerusalema” tánc megtanulásával.



300 egészségügyi szakdolgozó, festői környezetben készül a táncra

A „Jerusalema” tánckihívás hazánkat is elérte. A dél-afrikai énekes dalával és táncával szerette volna bemutatni a boldogságot, azt, hogy az élet szép még a világjárvány idején is. Sok baráti társaság, munkahelyi közösség tanulta meg a lépéseket és töltötte fel videóit a közösségi oldalakra mások örömeire. Ehhez kapcsolódott szakdolgozói kamaránk közössége is, a kongresszus pedig lehetőséget teremtett e tánc bemutatására. A résztvevők az előzetesen megkapott táncvideóból tanulhatták meg a lépéseket, amelyeket még Siófokon gyakorolhattak, tökéletesíthettek.



A „Jerusalema” tánckihívás



A szakdolgozók kipróbálhatták magukat lövészetben...



...dartsban...



Az óriási élményt jelentő sárkányhajó



...ügyességi játékokban...



...és labdajátékokban is

Végül közel 300 egészségügyi szakdolgozó, festői környezetben, a Balaton partján teljesítette a „Jerusalema” tánckihívást egy jól összehangolt koreográfia keretében, amelyet a kellemes idő még felejthetlenebbé tett.

A csoportos sportprogramok a délutáni órákban kezdődtek. A részt vevő csapatok külön versenyszámokban, sorversenyen mérhették össze a tudásukat. A különböző állomásokon gyakorolhatták lövésztudásukat, dartsot dobhattak vagy az olimpiai ismereteket bővíthették egy totóval. A csapatoknak lehetőségük nyílt kipróbálni a sárkányhajózást is, amely sok örömet csalt az arcokra.

A sportnap dobogósa:

- 1. helyezett: Korona-tanúk, a MESZK Zala megyei terület szervezetének csapata.
- 2. helyezett (megosztva): Zöld Tagozat, a MESZK országos tagozatvezetőknek csapata és
- 2. helyezett (megosztva): Borsodi Angyalok, a MESZK Borsod-Abaúj-Zemplén megyei terület szervezetének csapata.

Kiváló teljesítményükhöz ezúton is gratulálunk!

Az első nap a gálavacsorával zárult, amelynek mottója a „Próbálg meg lazítani!” volt, ezzel is megteremtve a lehetőséget az igazi kikapcsolódásra. A

fenséges vacsorát követően megérkezett a sztárfellépő, a Pa-Dö-Dö zenekar, akik hamar megtalálták a közös hangot az egészségügyi szakdolgozókkal, és egy vidám hangulatú estét varázsoltak a résztvevők számára.

Köszönetnyilvánítás

Ezúton szeretnénk megköszönni a kongresszus előadóinak, támogatóinak, kiállítóinak, a területi szervezeteknek, a szakmai társszervezeteknek azt a támogatást, mely motiválta a szervezőbizottságot a minél színvonalasabb program megszervezésében.

Köszönjük a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara területi szervezeteinek, kórházi, intézményi alapítványoknak, egyesületeknek, hogy tagtársaink részvételét biztosították a kongresszuson!

Köszönjük az Országos Titkárság, az Országos Szakképzési Központ, valamint az Országos Hivatal valamennyi dolgozójának áldozatos munkáját. Nélkülük a rendezvény nem jöhetett volna létre!

Találkozunk jövőre is!

A „Jerusalema”
tánckihívást
megtekinthetik:



Beszámoló a XXIII. Országos Szakellátási és XVIII. Országos Járóbeteg Szakdolgozói Konferenciáról

2021. szeptember 15–17. között rendezték meg Balatonfüreden a XXIII. Országos Szakellátási és a XVIII. Országos Járóbeteg Szakdolgozói Konferenciát. A rendezvény már 15 éve, hagyományosan a MESZK, a MÁE és a Medicina 2000 Szakellátási Szövetség együttműködésével kerül megrendezésre.



Idén már személyes jelenléttel valósult meg a konferencia

Az előző évben a résztvevőknek a járvány miatt csak online formában volt lehetősége részt venni az eseményen, de idén, betartva a járványügyi intézkedéseket és előírásokat, személyes jelenléttel került megvalósításra a program. A konferencia mottója idén a „Járóbeteg-szakellátás: helytállás a járvány leküzdésében” volt. A rendezvényen összesen 316 fő vett részt, ebből 106 fő szakdolgozó volt.

A konferencián az alábbi témakörökben hallgathattak meg előadásokat a résztvevők:

- Résztvételünk az oltási programban.
- Újraindulás a Covid-19 harmadik hulláma után.
- A pandémia egészségügyi dolgozókra gyakorolt hatásának lehetséges kezelési módjai.
- Oltásellenesség és kezelése.
- A poszt-Covid-ellátás.

- Az egészségügyi szolgálati jogviszonnyal kapcsolatos tapasztalatok (béremelés, mobilitás, fluktuáció, nyugdíjasfoglalkoztatás, további jogviszonyok stb.).
- Változások a szakellátás finanszírozásában.

A korábbi évekhez hasonlóan a cél az volt, hogy az egészségpolitika neves szereplői kerüljenek meghívásra, akik releváns tapasztalatokkal bírnak, így a jelenlévőknek lehetősége nyílt beszélgetni, vitázni a szakellátásban dolgozók számára fontos témákról.

Idén az egészségügyi ágazat fontos szereplői sajnos nem képviseltették magukat a fórumon, így elmaradtak az érdemi egyeztetések.



„Járóbeteg-szakellátás: helytállás a járvány leküzdésében” volt a konferencia mottója

A rendezvény első napján globális ágazati, a második napon orvos-szakdolgozói, a harmadik napon menedzsment-előadásokat hallgathattak meg az esemény vendégei. Az utolsó napon



Kovács-Szabó Hajnalka, kardiológiai szakasszisztens átveszi a „Legjobb előadó” díjat Szánti Istvánné járóbeteg-ellátási alelnöktől

a prezentációk során a jó gyakorlatok bemutatása is megtörtént, amelyek minden szakellátásban dolgozó számára elérhetők.

A konferencián összesen 13 szakdolgozói előadás hangzott el.

A Medicina 2000 Szakellátási Szövetség és a MESZK által 2013-ban megalapított a „Legjobb előadó” díjat idén Kovács-Szabó Hajnalka, kardiológiai szakasszisztens (PTE Klinikai Központ) nyerte el, a „Covid-védőoltás jó gyakorlatának fejlődése a Pécsi Tudományegyetem Klinikai Központjában” című előadásával. Ezúton is gratulálunk!

Életpályamodell-fejlesztés a Pécsi Tudományegyetemmel együttműködve

A magas színvonalú egészségügyi ellátás megszervezése egyre komolyabb és összetettebb kihívások elé állítja az európai országokat, köztük hazánkat is. Szükséges az emberek betegségének megelőzése és helyreállítása érdekében a legkedvezőbb, gazdaságilag is fenntartható megoldásokat megtalálni, felhasználva a rendszerben lévő erőforrásokat és lehetőségeket. Ennek a komplex folyamatnak az egyik fontos eleme az alacsony ápolói létszám növelése, amelyhez elengedhetetlen az egészségügyi képzések közötti átjárhatóság kialakítása, a képzések átalakítása, a korszerű és innovatív oktatási technológiák bevezetése.

A 2019-ben megjelent „Javaslat Nemzeti Ápolásfejlesztési Stratégia Elemeire” című értekezés már bemutatta a szakma azon törekvését, miszerint *az egészségügyi ágazaton belüli átjárhatóságot – különös tekintettel a hiányszakmának számító ápolói képzésbe történő integrációt – megvalósíthatóvá kell tenni a szakképzésben és a felsőoktatásban egyaránt, valamint, hogy szükséges létrehozni egy, a nemzetközi mintáknak megfelelő képzett segédápolói képzést, (a tanulmány a képzett segédápolói képzés és az általános ápolók 2,5 éves, valamint a más egészségügyi BSc-képzésben végzettek kétéves BSc ápolói mintatantervének egy lehetséges változatát is magában foglalta, mint a fejlesztés kiindulási anyagát), amely a súlyosan munka-*

erőhiányos ágazatnak gyors enyhülést jelenthet rövid és hosszú távon egyaránt.

A tanulmánnyal összhangban, megítélásunk szerint, a felsőoktatás részéről kell meghatározni azokat a tantárgyakat, óraszámokat és személyi feltételeket, valamint a tananyag-tartalom és számonkérés mélységét, amelyek felsőoktatási intézmény által kontrollálható teljesíthetősége esetén beszámíthatók az ápoló- (BSc-) képzésbe. Amint az az elkészült anyagban is részletezésre kerül, a képzési szint különbségéből adódóan sem lehetséges az alapozó anatómiai és élettani, valamint a klinikum orvosi és szakápolási részének elméleti és demonstrációs termi részének beszámítása.

A fenti céloknak megfelelő törekvéseket szem előtt tartva, *dr. Oláh András* kezdeményezésére készült el a *GINOP-5.3.5-18-2019-00115* kódszámú, „A munkaerőhiány és az előregedő társadalom okozta, az egészségügyi intézményeket érintő foglalkoztatási válsághelyzetek megelőzése és kezelése az ápolóképzés szintjeinek és hatásköreinek fejlesztésével” című projekt (továbbiakban: projekt) szakmai tartalma. A projektet a Magyar Ápolási Egyesület konzorciumi formában valósítja meg a Pécsi Tudományegyetemmel.

A 21 hónapos megvalósítási időszak alatt *kidolgozásra és engedélyeztetésre került egy 450 órás képzett segédápoló szakmai programkövetelményre*

épülő képzési program. A projekt keretében pilot projektelemként Pécssett, illetve Hatvanban megvalósításra is került a képzés, amelynek eredményeként 44 fő kapott tanúsítványt. A képzés megvalósítását követően a pilot képzési folyamat értékelése is megtörtént. Az értékelés alapján elmondható, hogy az elmélet-gyakorlat aránya módosításra szorul, növelni szükséges a gyakorlat arányát, továbbá az elméleti ismeretek átadását egyszerűbbé és közérthetőbbé szükséges formálni. A képzési programban tehát módosítani szükséges a tananyagegységek megvalósítása során alkalmazott képzési módszereket és munkaformákat úgy, hogy azokban nagyobb hangsúllyal jelenjenek meg a gyakorlatközpontú elemek. A képzés segítheti többek közt az ápolói humánerőforrás-krízis megoldását, az alsóbb szinten beiskolázottak fokozatos felzárkóztatását, a betegállítás minőségének jelentős javítását, valamint a betegelégedettség növelését.

A projekt másik elemeként kidolgozásra került két szakmai anyag, amely az ápolóképzés rövidebb időtartam alatti elvégzését teszi lehetővé.

Egyrészről megvizsgálásra került, hogy a *szakképzésben folytatott általános ápoló okleveles technikus képzés beépítésére a felsőoktatási ápolás és betegellátás alapképzési szakápoló szakirányába – továbbiakban: Ápoló (BSc) – milyen alternatív lehetőségek állnak rendelkezésre.* Fontos leszögezni, hogy a részletes tantárgy-

leírások összehasonlítása nem lehet az ápoló- (BSc-) képzésbe való beszámítás alapja, hiszen számos tantárgy tantárgyleírása annak ellenére szinte teljesen azonos a középfokú és a BSc-szintű ápolóképzésben, hogy az ápoló- (BSc-) képzésben az adott téma lényegesen részletesebben, magasabb szinten kerül oktatásra és számonkérésre (még akkor is, ha a középfokú képzésben akár az ápoló- [BSc-] képzéshez viszonyítva az adott tantárgyhoz rendelt óraszámot lényegesen meghaladó óraszám tartozik).

Ezért az elkészült szakmai anyagban kompetencia-összehasonlítással és hatásköri lista megalkotásával került meghatározásra a szakképzésben megszerzett ismeretek elfogadhatósága, amely által az ápoló- (BSc-) képzés jelentősen lerövidülhetne azok számára, akik általános ápoló végzettséget szereztek.

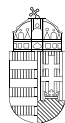
Ez a törekvés az ápolói életpálya-modell fejlesztése és az ITM által kidolgozott Szakképzés 4.0 alapelveivel összhangban a Pécsi Tudományegyetem képzésére optimalizálva került kidolgozásra. Ennek eredményeként a 8 féléves képzésre felvett hallgatók számára 3 félévnyi kredit kerülhetne elfogadásra, és így 5 félév alatt teljesíthetővé válna az ápoló- (BSc-) képzés. Fontos megjegyezni, hogy a jelenlegi jogszabályi környezet nem megfelelő, különös tekintettel az országosan egységes módon történő, beszámíthatóság megteremtésére csak különleges jogszabályi módosításokkal lenne lehetőség, amelyekre vonatkozóan a pályázati anyag részletes iránymutatást tartalmaz. A „rövidített” szakirány sikert érhet el a középfokú technikus végzettséggel rendelkező végzett diákoknak a felsőoktatás keretei között oktatott ápoló- (BSc-) képzésre történő vonzásában, amely az egészségügyi ellátórendszer érdekeit szolgálná.

Ugyanakkor súlyos kockázatként merült fel időközben, hogy az általánosápoló-képzés programtervét a szakképző intézményeknek nem kell betartaniuk (azaz elhagyhatók a tantárgyak, félévek között átcsoportosíthatók, óraszámok módosíthatók, az oktatóval szembeni elvárások figyelmen kívül hagyhatók), valamint a szakmai vizsga lebonyolításával kapcsolatban is kockázatok merülnek fel.

A pályázat keretében elkészült másik szakmai anyagban az került megvizsgálásra, hogy *a korábban ápolás betegellátás alapszakon végzett nem ápoló szakemberek (dietetikus, ergoterapeuta, gyógytornász-fizioterapeuta, mentőtiszt, szülésznő) az oklevélszerzést követően ápolói oklevelet kívánnak szerezni, akkor az előzetesen megszerzett egészségügyi ismereteik miként számíthatók be az ápoló- (BSc-) képzésbe.* A fejlesztés során két út körvonalazódott ennek a megvaló-

sítására, amely egyrészt szakirányú továbbképzés formájában teljesíthető, másrészt a kreditfogadtatási rendszernek köszönhetően kreditbefogadás kapcsán is megvalósulhat, ennek részletekbe menő, kompetenciaszintű összehasonlítása valósult meg a tanulmány elkészítésével, valamint részletes jogi aspektusvizsgálat történt a jelenleg érvényben lévő szabályozások mentén. A PTE ápoló- (BSc-) képzésére optimalizált fejlesztés a kreditismerttetési folyamat eredményeként két év alatt elérhetővé kívánja tenni ezen szakemberek számára az ápolói (BSc) végzettség megszerzését, és lehetőséget kíván nyújtani a szakmai tanulmányok kiterjesztett hatáskörű ápoló mesterszakon történő továbbvitelére, ezen törekvések támogatják az ápolói életpálya-modell fejlesztését. A projekt megvalósítása esetén az ápolás oktatásával és kutatásával foglalkozó szakemberek képzése is fejlődik.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

MESZK Tagozati Nap 2021

Izgalmas előadássorozaton vehettek részt mindazok, akik 2021. november 12-én az „Ezerarcú kapcsolat” – Szakmai kapcsolatrendszerek az egészségügyi ellátás folyamataiban címmel szervezett szabadon választott továbbképzésünkön a Lurdy Házban személyesen megjelentek.



Dr. Balogh Zoltán bevezető előadására megtelt a terem

A járvány miatti ellenőrzési szabályokat szigorúan betartva, a Covid oltási igazolvány bemutatása és testhőmérséklet-mérés utáni regisztráción közel 300-an jelentkeztek be résztvevőként az eseményre.

A rendezvény a résztvevő kollégák, valamint a szociális területen dolgozó munkatársak köszöntőjével kezdődött, majd a tematikának megfelelően dr. Balogh Zoltán elnök nyújtott tájékoztatást a köztestület szakmai kapcsolatrendszerei témában. A további előadók minden esetben a MESZK Szakmai Tagozatainak országos vezetői, vezető helyettesei voltak.

A délelőtti órákban 9 előadó, a szendvicsebédet követően 11 vezető tisztségviselő lépett a pulpitusra. Az esemény végén felvételről egy karanténban lévő kollégánk előadását hallgathattuk meg.

A szünetekben a 2021. évben készült pályaválasztási kampányunk rövidfilmjeit elsőként tekintették meg a szakmai nap látogatói.

A betegekkel, a hozzátartozókkal való kommunikáció, a jog- és szabályszerű tájékoztatás, az empatikus párbeszéd éppen annyira része volt az összefoglalóknak, mint a szülés folyamatai, a baba-szülő kapcsolat kialakulása, a mentális betegségek, valamint a műtéti eljárások, technikák ismertetése. A mentésben és a sürgősségi ellátásban részt vevők előadásai, a felnőtt ápolás tagozat vezetőjének szenvedélyes felszólalását a hallgatóság hangos tetszésnyilvánítással fogadta.



Kapcsoljuk az SBO-t címmel Banga Béla Erik, a MESZK Sürgősségi Betegellátási Szakmai Tagozatvezetője tartott előadást



Dobák Zita, a MESZK Dietetikai Szakmai Tagozatvezetője a dietetikusok ezer arcát mutatta be

Jó hír azoknak, akik nem tudtak részt venni a pontszerző kamarai napon (19 pont), hogy a jövő év elején ezek az előadások online is elérhetőek lesznek a további érdeklődők számára. Akik pedig a tartalmára, a hangulatára kíváncsiak az eseménynek, megtekinthetik honlapunkon és Facebook oldalunkon egy összefoglaló videófilmben.

Az előadások témáját és a prezentaló előadókat ide kattintva tekintheti meg: <https://bit.ly/3pENPKG>

MESZK Kommunikáció

Köszönet az idős szakdolgozóknak

Az ENSZ közgyűlése 1991-ben október 1-jét az idősök világnapjává nyilvánította. A világnapról a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK) sem feledkezett meg, egy családi hangulatú ünnepség keretében köszöntötték az idős szakdolgozókat.



Az üzenetek
megtekinthetők online:



„Tudjuk, minden szakterületen szükség van az idősebb kollégák tapasztalataira, tudásukra, gyakorlatukra, a szakmai titkaikra, a bölcsességükre, amiktől könnyebben vállalható a jövő generációk számára hivatásunk összes nehézsége.” Ezzel a gondolattal nyitotta meg *dr. Balogh Zoltán*, a MESZK elnöke az idősök világnapja alkalmából rendezett ünnepséget. A világnap harmincadik évfordulóját ünnepli idén, a magyar egészségügyben pedig nagyon sokan dolgoznak, akiknek ezen a napon köszönetet kell mondani.

Idősök napja a MESZK-nél

„...tudjuk, hogy akárhogy is változik a világ, fejlődik az orvostudomány, a technika, egyvalami nem változik, az ápolás és betegellátás alapfogalma és feladata.” Hangzott el a videoüzenetben, amelyben minden idős szakdolgozót köszöntött a MESZK elnöke, a szűk körben megtartott ünnepségen pedig ott volt *Nosza Magdolna*, *Sövényi Ferencé* és *Kahlichné dr. Simon Márta*.

Magdi néni és Klára ápolónőként tevékenykedtek hosszú ideig, Márta pedig védőnőként. A három jelen lévő hölgynek egy csokor virággal mondtak köszönetet, Balogh Zoltán pedig hozzátette, hogy rajtuk keresztül szeretne az idősök világnapja alkalmából jó egészséget kívánni az összes idős szakdolgozó munkatársnak.

A jó hangulat kortalan

A megnyitót egy kötetlen beszélgetés követte, ahol mindenki szívesen hallgatta a köszöntött hölgyek régi történeteit. Az ünnepségen kiderült, hogy Magdi néni születésnapja alkalmából is lehet köszönteni, hiszen éppen betöltötte 82. évét, és ha már nem volt titok a kor, a másik két köszöntött hölgy is elárulta, hogy ők is pont ebben az évben járnak, vagyis mindhárman 82 évesek. Ez megalapozta a későbbi beszélgetések jó hangulatát.

Régen más volt

Sok-sok kedves történetet mesélt Magdolna, Klára és Márta. Szó volt arról, hogy mennyi minden más volt, hogyan változott meg az ápolók, védőnők megítélése mostanra, és hogyan kellene még fejlődni, épülni. Mindhárman olyan részletesen meséltek el régi történeteket, hogy valószínűleg mindenki

arra gondolt, hogyan emlékezhetnek mindenre, hiszen olyan régen volt. Mosolyra itt is adtak okot, ugyanis hamar kiderült, hogy mindhármuknak van egy története, amiben az ágytál az egyik főszereplő. Komoly témák is előkerültek, ahol, ha addig nem lett volna egyértelmű, kiderült, hogy ők mindhárman a munkájuknak szentelték életüket.

Üzenet a jövő dolgozóinak

A rendezvény végén a három hölgy üzenetet is küldött a jövő egészségügyi dolgozóinak. Magdi néni legfontosabb üzenete az volt, hogy az ápolást fejleszteni kell, nem szabad halogatni, hiszen sok múlik rajta. Klára szerint sajnálatos, hogy ez a szakma sosem volt kiemelt terület és még ma sem tartozik oda, pedig olyan tudásérték van az ápolókban, amit nem szabad elfelejtenünk. „Tessék tudomásul venni, hogy egy ápoló a lelke a kórháznak” – tette hozzá. Márta azt üzent a védőnőknek, hogy amikor a családokhoz mennek látogatásra, akkor ne féljenek kérdezni a szülőktől, hiszen adhatnak ötleteket, szóban segítséget. A leendő védőnőknek pedig azt üzent, hogy „bátran jöjjenek”. Külön kiemelte, hogy nagyon büszke arra, hogy kilencvenfős az első évfolyam, hiszen évek óta nem volt ilyen magas a részvételi arány.

T. V.

Hiába az ember annyi éves, amennyi, a szíve valahogy nem annyi

Kahlichné dr. Simon Márta professzor asszony életútja sokat elárul arról, hogy milyen elhivatott szakmájában, hiszen sokat tett az egészségügyért, a szakdolgozók képzéséért és szakmai fejlődésükért, 2008-ban pedig a MESZK felterjesztése alapján, a Magyar Köztársaság érdemkeresztjével is megjutalmazták. Pályáját körzeti védőnőként kezdte, hosszú éveken át segítette a családok, a várandós édesanyák, újszülöttek és csecsemők gondozását.

Körzeti védőnőből tanár

Márta a szentesi gimnáziumban tanult, majd az érettségi után nem vették fel az orvosi egyetemre, így terelődött élete a védőnői pályára. A szentesi kórházban dolgozott labor-asszisztensként és rendelői asszisztensként a sebészetben. Úgy gondolta, hogy a következő évben újra jelentkeznek majd az orvosira. Mielőtt ez megtörténhetett volna, egy barátnője mesélt neki arról, hogy védőnőképzést indítanak Szegeden. Édesanyja buzdította őket, hogy jelentkezzenek, „azt mondta, hogy ez egy olyan szép szakma, próbáljuk meg” – emlékezik vissza Márta. Így került be 1958 februárjában a Szegedi Állami Védőnőképző Iskolába.

A kétéves képzés után, 1960 márciusától elindult a védőnői pályafutása, ekkor a szolnoki járásban dolgozott. Nyolc évet töltött itt körzeti védőnőként. Ezután váltás következett, ugyanis Márta beadta jelentkezését a Budapesti Védőnőképző meghirdetett oktatói állására. Ebben támogatta őt a Szolnok megyei vezető védőnő is, hiszen Mártának már ekkor is sok tanítványa volt. Az állást megnyerte,

így lett oktató, tanár, aki a mai napig, 82 évesen is tanít. 1960-ban diplomázott, így Márta már gyémántdiplomával büszkélkedhet. Ez a díszoklevél azoknak jár, akik legalább 50 évvel korábban szerezték meg felsőfokú végzettségüket.

Nem volt megállás, Márta tanárból egyetemi adjunktus lett

1975-ben létrejött Magyarországon az egészségügyi felsőoktatás, többek között a védőnőképzés is. Ekkor Mártának el kellett végeznie egy szakoktatói tanfolyamot, hogy a főiskolán taníthasson. Itt nem állt meg a továbbképzése, ugyanis kiderült, hogy ez nem lesz elég ahhoz, hogy oktatóként dolgozzon, egyetemi diplomára van szükség. Férje mindig támogatta, ekkor azt tanácsolta neki: „Próbáljuk meg, ha van kedved hozzá.”

„Megpróbáltam, mert szerettem a tanítást és nem akartam más pályára menni” – így emlékezik vissza. Elvégezte a pedagógiai szakot és egyetemi diplomát szerzett. Nem sokkal ezután történt, hogy a Szegedi Védőnőképző

igazgatónője, Szél Éva professzor asszony azt mondta neki, hogy érdemes lenne a diplomamunkáját továbbvinni egyetemi doktori képzésre. A professzor asszony meggyőzte őt, megvédte a kisdoktori címet, így feljebb lépett a ranglétrán, elnyerte az adjunktusi beosztást is, sőt diplomáját summa cum laude dicsérettel vehette át. Márta ekkorra szerezte meg második nyelvvizsgáját is, amire így emlékezik: „A Rigó utcában ott ültem a fiatalok körében, amikor behívtak szóbeli vizsgára és megkérdezték, hogy a néninek a lánya vagy a fia fog vizsgázni. Nem, mondtam, hogy én fogok vizsgázni.”

Életen át tartó tanulás

A professzor asszony újabb kihívás elé állította Mártát. Megemlítette neki, hogy kandidátúrát kellene készíteni a diplomadolgozatából. Csak azért ment bele a feladatba, mert kiderült, hogy a summa cum laude diplomájának köszönhetően nem kellett kandidátusi vizsgát tennie. Dr. Szél Éva már korábban megjósolta, hogy Mártából tanszékvezető lesz, ez be is teljesült a vizsga után.

„Így lettem tanszékvezető az Egészségügyi Főiskolai Kar Családgondozási Módszertani Tanszékén.”

Hét évig dolgozott tanszékvezetőként, majd kora miatt távozott erről a posztról. Ma is óraadó tanárként dolgozik, védőnőszakma-történetet tanít. Szerencsésnek érzi magát, hiszen a tanszékvezető utódai mindig felkérlik, hogy tanítsa ezt a tárgyat, ő pedig erre azt mondja: „Amíg én élek, mozgok és működik az agyam, hát miért ne!”

Emlékszoba

Márta szereti a történelmet, a történelmi regényeket, azt mondja, hogy történészagya van. Nem véletlen, hogy írt egy könyvet, amely „A védőnői hivatás története” címet viseli. 2015-ben adták ki és több mint húsz év munkája látható, olvasható benne. Rengeteget kutatott, olvasott Márta azért, hogy ez a könyv létrejöhessen.

„A mai napig is találok olyat, amit nem tudtam, vagy nem derült rá fény, és akkor az mindig beleszövődik.”

Kahlichné dr. Simon Márta nagyon sokat tanult élete során és nagyon sokat tett szakmájáért, a jövő gondozásáért, azonban még most is vannak nagy tervei, amelyeket mindenképpen szeretne megvalósítani. Az egyik ilyen terv egy emlékszoba létrehozása. Egy szoba, amit meg lehetne tölteni a védőnők múltjával. Korabeli eszközök, ruhák, diplomák. Otthon már gondosan összegyűjtötte a tárgyakat, amelyeket ide szán.

Jó tanács a jövő védőnőinek

Régen, amikor felvételi vizsga kellett a védőnőképzéshez, akkor a legtöbben azért választották ezt a szakmát, mert szerettek gyerekekkel foglalkozni – meséli Márta.



„Mindig elmondom, amikor indulunk, hogy arra nagyon gondoljanak, az egy dolog, hogy szeretik a kisbabákat, gyerekeket, aranyosak, szépek, de nekik nem tudjuk azt mondani, hogy mit egyen, hogyan neveljék. Fel nőttekkel kell foglalkozni, emberekkel kell kommunikálni, ezt kell megtalálni ebben a hivatásban, hogy hogyan tud kapcsolatot teremteni bárkivel, nemcsak az anyukával, hanem a család egészével.”

Márta szerint nehéz a helyzet, mert manapság rengeteg információt lehet találni a médiában, segíteni kell a szülőknek, hogy a megfelelő tudást hasznosítsák. „Emberekkel való foglalkozás ez a szakma, arról szól, hogyan tudod a saját szakmai ismereted átadni, hogy meg is fogadja. Akkor tud a hivatás kiteljesedni, ha tudjuk, hogyan közelítsünk a másik emberhez. Nem könnyű.” Sok olyan eset volt Márta életében munkája során, amikor nehéz helyzetbe került, de mindig megoldotta.

Visszaemlékezik egy esetre még pályafutásának elejéről, 1962-ből, amikor az éjszaka közepén zörgött kapujukon egy anyuka a faluból, akinek a gyermeke sírt, lázas volt és görcsölt. Az orvos nem abban a faluban lakott, ezért hívták őt. Édesapja elkísérte Mártát a beteg gyermekhez. A kisbabának negyvenfokos láza volt, meg kellett oldani a lázcsillapítást, amíg kiért a mentő. Sikertörténet a lázat levinni, a gyermeket kórházba szállították.

„Úgy örültem, hogy azt a babát én megmentettem.”

Márta életútja példaértékű. A tanulni akarás, a tudás továbbadásának megvalósítása, az erő, amivel véghez vitte, amit eltervezett, kiváló példa lehet, nemcsak a jövő védőnőinek, hanem bárkinek, aki úgy érzi, hogy nehézségekkel kell szembenézni.

Treszkony V.

Szerelem, szomorúság, Covid

Egy könyv, amit, ha elolvassunk, szinte biztos, hogy ez a három szó lesz, amelyek körül gondolataink forognak majd. Nagy Mónika Kísértetek álarcban című könyve a legnehezebb időszakban íródott, és a Covid-regény alcímet viseli. Ez nem véletlen, hiszen a történet középpontjában az életünkbe hirtelen berobbant vírus van, köré épül minden szál, azonban nem csak erről szól.

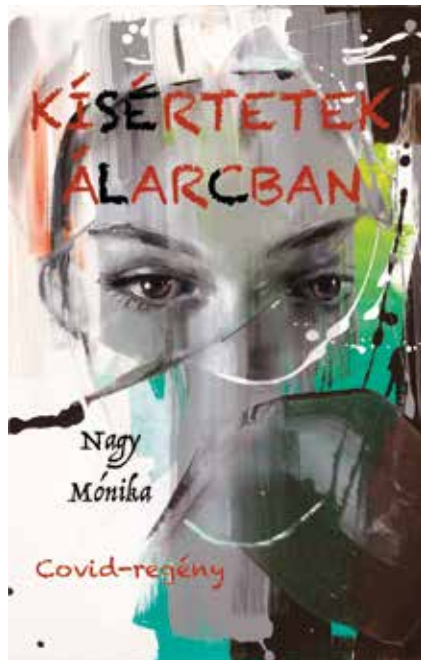


A regény szerzője, Nagy Mónika
Fotó: Bánhalmi Norbert

Hogyan születik egy könyv a koronavírusról az ellene folytatott legnagyobb küzdelem idején?

Mónika 2019 elejétől dolgozott intenzív osztályon gyógytornásként, a legnehezebb időkben azonban ő is segédápolóként küzdött a betegekért szintén az intenzíven. A vírus előtt mindenkinek megvolt a maga feladata a saját munkakörében, egyértelműek voltak a szerepek, a koronavírus idején azonban felborult a megszokott rendszer és az összes dolgozónak alkalmazkodnia kellett a kialakult, de ismeretlen helyzethez. Gyerekkora óta szereti az irodalmat, érdeklődik az írás iránt. Munkája példamutató, nemcsak a vírus elleni harcban, hanem a hétköznapiakban is. Három gyermek édesanyja, így amikor segédápolóként besegített az intenzív osztályon, akkor pontos napirendet kellett kidolgoznia, ebben sokat segített neki férje, aki kérdés nélkül támogatta őt. Éjszakai mű-

szakokat vállalt, hogy nappal gyermekeivel lehessen. Ebben az időszakban született meg a könyv.



Testközelből élte át, hogy milyen volt a betegek életéért küzdeni. Édesanyák, családapák, nagymamák, nagypapák, kollégák. Emberek, akik kórházba ke-

rültek, majd kétségek között, a családjuktól távol küzdöttek, hogy túléljenek. A hírekből hallhattuk a számokat, az elrettentő adatokat, de ez talán kicsit személytelennek tűnt. A számok mögött emberi sorsok, történetek bújtak meg. Róluk szeretett volna írni Mónika, emléket állítani nekik. Megragadni valamit, ami értékes, emberi és őszinte. A regény címe is a betegekre utal; az álarc egy NIV-maszk, a beteg arcára szorosan rögzített műanyag maszk, amely semmilyen értelemben nem kényelmes. A betegek mégis hordták, együttműködtek, mert meg akartak gyógyulni. Minden intenzív osztályra kerülő covidos betegnek csodálatos a kitar-tása és az ereje.

Szerette volna, ha az egészségügyi dolgozók munkáját is jobban megismerik az emberek, és az „olvasó szemével” belülről látják azt. Így a regény szereplői által kicsit közelebb kerülhet az olvasó a valósághoz, ahol nemcsak számokat és adatokat lehet látni, hanem érzések, gondolatok vannak jelen, és a rengeteg küzdelem, amit az egészségügyi dolgozók és a betegek folytattak. Intenzív osztályon a járvány legnehezebb hónapjaiban besegítettek átvezényelt kollégák,

hallgatók, részt vettek a munkában nemcsak az orvosok és ápolók, hanem a gyógytornászok, röntgenasszisztensek, aneszteziológus asszisztensek, takarítók, és még sokan „kívülről”, mert szükség volt az összefogásra. Az ellátás itt különleges és komplex, a páciensek az osztályon altatva, relaxálva vannak, nincsenek maguknál. Ilyenkor is törekedni kell arra, hogy a beteg megkapja a tiszteletet és a méltóságot. Ehhez a dolgozók részéről nemcsak a szakértelem a fontos, hanem, hogy megtanulják a megfelelő nonverbális kommunikációt – meséli Mónika.

Öt emberi történet, egy közös pont

A könyv nem napló, hanem szépirodalmi mű. Négy főszereplő életét ismerhetjük meg, akik éltek minden napjaikat. Dolgozni járnak, unokára vigyáznak, utaznak, majd mindent megzavar a Covid. Irina, Benjamin,

Ines és Aiden sorsa egy ponton találkozik. Irina ápolónőként dolgozik az intenzív osztályon, egyedül neve-li kislányát, aki a mindene. Szereti a munkáját, jól bánik a betegekkel, a betegek is kedvelik őt. Szerelmem nélkül egy történet sem az igazi, így természetesen Irina is keresi a boldogságát. A szerelmi szál biztosan elgondolkodtatja az olvasót arról, hogy mi az igazi boldogság, hogyan lehet mindig továbbmenni. Benjamin fejezetein keresztül betekintést nyerhetünk egy fiatal orvos napjaiba a nehéz időszakban és az is kiderül, hogy a vírus bárkit elérhet, az orvosokat sem védi egy láthatatlan pajzs. Ines és Aiden szemüvegén keresztül pedig a betegek szemszögéből láthatjuk a világot. A kiszolgáltatottságot, gyengeséget, gyógyulni akarást. Mónika szeretne volna a hétköznapi nehézségeket is bemutatni, ezért a mellékszálakon keresztül részesei lehetünk azoknak a nehézségeknek, amiket például a vendéglátóegységek dolgozói éltek meg.



Indul a műszak

Kitalált karakterek és valóság

Bár Mónika mindegyik karaktere fiktív, több valós személy ihletett egy-egy szereplőt, összegyúrta egy új, önálló alakká azokat a betegeket, akik leginkább a szívéhez nőttek, és azokat a kollégákat, akiket legjobban szeretett. A könyvet valós események, saját benyomások ihlették, és a szakdolgozók felé is egy „köszönet”. A személyes történeteken kívül ismerős helyzetekkel is találkozhatunk a könyvet olvasva, amelyek mostanra már szinte természetesek, de akkor teljesen idegenek voltak. Mikor mindenhol figyelni kell a maszkra, hol kell, hol nem, bezárt játszótérek, távolságtartásra figyelmeztető táblák. A soha véget nem érő tél.

Aki elolvassa, másként gondolkodik majd a vírusról

Olyan érzés olvasni a könyvet, mint ha ott lennénk a kórteremben, ápolóként, orvosként, betegként. Szinte érzi az ember a nehéz légzést, ahogy olvassa a betegek küzdelmeit, elnehezedik a mellkas, összeszorul a szív. A könyvet nehéz műfaj szerint besorolni, hiszen regény, de annál több. Találunk benne orvosi kifejezéseket, amelyekhez magyarázatot is kapunk. Gyorsan magával ragadja az embert a történet, kíváncsivá teszi, hogy mi fog történni a szereplőkkel, és ami biztos, hogy meglepő fordulat is várható. A történet nem vidám, sok helyen nyomasztó, de értékes. Kinek kellene elolvasni? Annak, aki átesett a víruson, annak, aki még nem, akinek ismerőse, rokona élte meg a betegséget, aki fél tőle, aki nem fél tőle, aki olvasna egy rendhagyó regényt. Egyszóval mindenkinek. Mindenki más-más szemszögéből veheti át a könyvből azt az üzenetet, amire szüksége van.

T. V.

Zalai történetek Covid idején

A 2020 decemberében a világra szabadult Covid-19-járványnak még napjainkban is foglyai vagyunk. Új és újabb vírusvariánsok jelennek meg, a pandémia már bejárta a világ szinte összes országát és visszavisszatér, mindig valamelyest megváltozva, és újabb fenyegető, kísérő tüneteket hoz magával. A járvány eddigi élményeiről, tapasztalatairól a Zala megyei szakdolgozók írtak rövidebb-hosszabb, személyes hangú beszámolókat, amelyek közül a legsikerültebbeket egy könyvecskében gyűjtötték össze.

A világstatisztika szerint napjainkban ötmilliónál több áldozata van bolygónk a járványnak, és negyedmilliárdnál többen estek át a fertőzésen. A pandémia negyedik hullámánál tartunk, de egyre gyakrabban emlegetik a hozzáértők az ötödik lehetséges eljövételt is. A járvány, hasonlóan a többi országhoz, a magyar egészségügyet is érzékenyen érintette. A kórházakba került súlyos eseteknél nemcsak a betegek, az egészségügyi személyzet, az orvosok, szakdolgozók és mindenki, aki a gyógyításukon fáradozott, szenvedett. Fizikailag, pszichésen egyaránt.

Kiírták magukból a szorongást

A járvány első, második és harmadik hullámának válságos napjaira emlékszik vissza írásában az a tizenhárom szakdolgozó, gyógytornász, boncmester és több más szakterületen tevékenykedő kórházi dolgozó, akik részesei voltak a Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara Zala Megyei Területi Szervezete elnöksége által kiírt irodalmi pályázatnak. *Tóthné Földő Gyöngyi*, a pályázatot kiíró területi szervezet elnöke érdeklődésünkre elmondta: a területi szervezet elnökségének többcélú volt a szándéka. Egyrészt szerettük volna, hogy a pályázó kollégák írásaiból, első kézből, hiteles forrásból tájékozódhassanak az érdeklődők, megismerkedve a járvány helyi történéseivel, a gyógyítószemélyzet

munkájával, a betegek életéért folytatott küzdelmével, másrészt szerettük volna az írás kedvező mentálhigiénés hatását is kihasználni és általa rekreációs segítséget nyújtani a sok negatív, megrázó élménytől terhelt dolgozóknak. Közismert, tudományosan is igazolt tény, hogy mind az írás, mind az olvasás segíthet a traumatikus élmények feldolgozásában, így nemcsak a pályázók, hanem az írásaikat olvasók is részesülhetnek a bennük felhalmozódott feszültségek feloldásában. Szerettük volna, hogy munkatársaink bátran írjanak a járvány miatt őket nyomasztó félelmekről, a napi munka közben adódó kisebb-nagyobb akadályokról, a betegek gyógyításában tapasztalt apróbb, jelentősebb sikereikről, a rájuk nehezedő terhek fizikai és lelki hatásairól, egyéni megküzdési stratégiájukról. Ezekből az élményekből készült írásokból született a „Történetek a frontvonalról, Covid-19” című pályázatunk, illetve a később szerkesztett könyvecskénk.

A holnap nem lesz olyan, mint a tegnapi volt

A pályázatok beérkezése után világosan látszott, hogy minden írás más és más, vagyis minden szerzőt egymástól különböző módon és mértékben érintettek a Covid-járvány történései. Az írásokban, a szerzőknél egyetlen közös pont volt: kivétel nélkül mindannyian életükben, szakmai pá-

lyafutásuk során most szembesültek először ilyen tömeges, sokszor tragikus kimenetelű világjárvány tényével és következményeivel. A pályázatra érkező írásokat bíráló bizottságban, azokat nagy érdeklődéssel és örömmel olvastuk és ekkor született meg az ötlet, hogy közülük a legsikerültebbeket kössük csokorba és adjuk ki együtt könyvként. Mi, bizottsági tagok kivétel nélkül mindannyian azt éreztük, hogy közzé kell tenni kollégáink gondolatait, másokkal is meg kell osztani a tapasztalataikat. Éreztük, hogy beszélni kell az átélt élményekről, mert ez segít azok feldolgozásában – ennyit a pályázat történetéről. Folytatásként Földő Gyöngyi még hozzátette: „A hétköznapijaink és a jövőnk szakmai tekintetben sem lesz már soha többé olyan, mint volt. Bebizonyosodott viszont, hogy mi mindenre képes az egészségügyi szakdolgozók elhivatottsága, elkötelezettsége, tenni akarása, munkája. Nagy szeretettel osztjuk meg az általunk kiadott könyvben az olvasókkal ezeket a történeteket, amelyek szerzői közül esetleg nem mindenki rendelkezik irodalmi jártassággal, de az írások mindegyike eredeti és hiteles, emellett nagyon személyes tudósítás a frontvonalról.”

Keretes írásainkban történettöredékeket osztunk meg, amelyekben a saját élményeiket osztják meg a szerzők a könyv olvasóival. – A szerk.

L. I.

Néha úrrá lesz a tehetetlenség érzése

Miszory Erika Viktória gyógytornász számára kezdetben felzaklató, bizonytalanságot keltő élményéről, a dolgozók átvezényléséről ír. Elmondja, ameddig csak beszéltek annak lehetőségéről a kollégák, szinte elképzelni sem tudta, hogy rajongva szeretett szakmáját ott hagyja és egy olyan területen dolgozzon, amit szinte nem is ismert. Aztán a valóság, a szükség átírta a találgatásokat és feltételezéseket. Megjött az utasítás: közel 100 kollégájával együtt Erika segédápoló lett egy, az otthonától 200 kilométerre lévő covidos betegeket gyógyító kórházban. Betegápoló munkája elvégzéséhez nagyon gyorsan meg kellett tanuljon szondát, fecskendőt kezelni, etetni, itatni, tisztán tartani a beteg, magatehetetlen testet. Gyorsan ment a tanulás, de az osztályon előforduló halálesete-

ken nehezen tudta túltenni magát. Képtelen volt tudomásul venni, hogy vannak menthetetlen esetek, letargia, a tehetetlenség érzése vett rajta erőt. Segítségére sietett egyik ápolónő kollégája, aki azt mondta hivatásuk gyakorlóinak, vagyis „nekünk itt arra kell törekednünk, hogy a beteg utolsó óráit szebbé tegyük”.

Nagyfi Eszter nővérként szintén átvezényelték osztályával együtt a sebészetre. Leírja, hogy kezdetben migrénes fejfájása, „gyomoridege” volt, folyton idegeskedett. Önmagának feltette a kérdést: vajon erre a munkára lelkileg, testileg, szakmai tudásban felkészült-e, emberileg bírja-e a megpróbáltatásokat? Nagyon megviselte, hogy az utasítás szerint a betegekkel a lehető legkevesebbet kommunikálhatott, pedig nekik ő jelentette az egyetlen kapcsolatot a külvilággal.

Hallgatói élmények

Szabó Dalma szülésznő hallgató-társaival az önkéntes szűrésben vett részt, így emlékezik meg a munkájukról:

„Örülök, hogy segíthettem, még ha csak ilyen keveset is. Felnézek azokra az emberekre, akikkel az elmúlt napokban dolgoztam. Szeretném megköszönni a lehetőséget. Érzem, hogy van értelme a munkának, amit végzek, és hasznos tagja vagyok a társadalomnak. Ez egy nagyon jó tanulási lehetőség a későbbi munkámra nézve.”

„Harc” a patológián

Sziráczkai Erika a boncmester szemével látta az eseményeket és azt írta le: „Ismerős arcok, nemrég intézték a hozzátartozójuk temetését. Pár hete voltak itt. Most, sajnos, a másik szülő! Emlékszel rájuk és másokra is, akik már ismerősként, sírva kérnek lelki támogatást! Sokszor velük könnyezel, érzed a fájdalmukat. Átkozott vírus, elvett szülőket, gyermekeket, házastársakat! Mindenkinek nehéz ez a helyzet. Elegend van abból, hogy téged szidnak, veled bánnak úgy, ahogy meg sem érdemled. Fenyegetnek, hogy feljelentenek, mert pont én ülök velük szemben utoljára. Én vagyok a rossz, mert nem úgy van, ahogy ők elképzelték a dolgokat. De akármennyire is nehéz ez nekünk, sokszor bele-

gondolnunk is rossz a másik fél helyzetébe. Legbelül együttérzel velük, mert eszedbe jut, hogy ez fordítva is megtörténhetne. A halál mindig az élőknek a legnehezebb, de az élet megy tovább, mindig van kiért, kikért tovább élni, tovább csinálni.”

Preiner Ildikó többek között a munkatársak segítségéről, az összetartás erejéről ír: „Az egymásra utaltság nagyon megmutatkozott munkatársaim között, ami egyben meg is erősítette kis csapatunkat. Nem ropantak össze a nagy pszichés és fizikai megterhelés alatt, lelkileg is tudták tartani magukat. A bizonytalanság ott mutatkozott meg leginkább, hogy nem tudták, mivel van dolguk, nem láttak még ilyen betegeket.”

Örökölhető-e a művészi tehetség?

Az orvostudomány mai ismeretei szerint körülbelül ötezer, de lehet, hogy annál is több különböző emberi betegség van, amelynek hátterében bizonyíthatóan kimutatható a genetikai eredet – állapítja meg az Enciklopedia Britannica orvostudományra vonatkozó fejezete.

A DNS bármely módosulása egy vagy több fehérje hibás másolását eredményezi, amely később a normálistól eltérő, némely esetben végzetes változást hozhat létre. A nagy mutációk, amelyek együtt járnak a kromoszóma szerkezet- és számváltozásával, szerencsére, meglehetősen ritkák, mert jelenlétük már magzatkorban összeegyeztethetetlen az élettel, ezért maga a fejlődési rendellenesség szakítja meg a terhességet.

Hibás genetikai másolat, ártalmas életmód

Számos olyan kórkép/egyéni genetikai eltérés létezik, amely egy adott személy szervezetében nem magát a betegség jelenlétét, hanem az arra való hajlam megnövekedett kockázatát jelzi. Ezek a betegségek leggyakrabban családon belül, generációról generációra öröklődnek. Némely betegségnél egy-egy generáció kimarad, majd a következőnél ismét feltűnik a kórkép, mint például az olykor halálos kimenetelű családi álmatlanságnál. Ahol például a nagypapa ebben szenvedett, de a fia nem mutatta a betegség jeleit, az unokája viszont igen. Megjegyzendő persze, hogy a családi eredetű örökletes betegségeknek bizonyos esetekben nem, vagy nemcsak a hibás mutációk okozzák az adott kórkép megjelenését, hanem a családra jellemző ártalmas életmódbeli szokások, mint például az italozás, a dohányzás, az egészségtelen táplálkozás vagy a környezeti ártal-

mak, az egyre romló levegőtisztaság, a káros anyagok jelenléte vagy éppen a sugárzás ártalmait.

Családi halmozódás generációkon át

A családok többségében vannak olyan apróbb-nagyobb testi deformitások vagy viselkedésbeli/pszichés eltérések, amelyek generációkon át megmutatkoznak egy-egy korosztály valame-

lyik, esetleg több tagján. Ilyenek például a lábfej bütykösödésre való hajlama, a dupla vakbél vagy a korai kopaszodás megjelenése. Továbbá az életkorral összefüggő maculadegeneráció, vagy az időskori Alzheimer-kór, a 2-es típusú diabétesz előfordulásának a nagyobb kockázata. De ide sorolhatók a különféle fóbiák, intoleranciák átlagosnál gyakoribb családi megjelenése is. Habár nem betegség, csupán tudományos érdekesség, hogy nagy tömegben (csaknem 200 ezer emberen) végzett kutatás szerint örökletes családi vonás

Családi ajándék az ikerterhességre?

A kutatók sokáig nem voltak azonos állásponton az ikerterhességek családi, genetikai eredetéről. Mára abban már megegyeztek, hogy a kétpetéjű ikreknél bizonyosan szerepe lehet fogantatásuknál a családi genetikának, az egypetéjűek esetében viszont még vizsgálódnak és vitatkoznak. Azt már tényként ismerik el, hogy bizonyos rasszoknál lényegesen gyakoribb az ikerszülés, mint más népcsoportoknál. Az afro-amerikaiak és afrikaiak körében sokkal gyakoribb, mint az európaiaknál vagy az észak-amerikaiaknál. Legritkébb az ikerterhesség a latin-amerikai származásúak között. A kutatók azt is kiderítették, hogy a 25 év alatti anyáknál sokkal ritkább az ikerterhesség, mint a náluk idősebbeknél. Míg náluk 2 százalékos az ikrek előfordulási esélye, addig az idősebb, 35–39 éveseknél 5 százalék körüli a gyakoriságuk, a 40 év felettiekénél pedig 7 százalék. Érdekes, de az okát nem tudják még, hogy miért, az a tény is, hogy az átlagosnál magasabb, illetve súlyosabb (30-nál nagyobb testtömegindexű) anyáknak nagyobb esélye van az ikerterhességre. Szintúgy nagyobb az esély az ikrekre, ha a fogamzásgátló tabletta szedése után rövidesen teherbe esnek. Növelheti az esélyt a teherbe esés előtt szedett nagyobb mennyiségű multivitamin és folsav is.

lehet például az is, hogy valaki korán vagy későn kelő-e, vagyis bagoly- vagy pacsirtatermészetű. Ugyanúgy, mint a sírásra való hajlam is. Vannak családok, amelyek tagjai közül többen is erőteljes érzelmi beállítottságúak, ami azt jelenti, hogy az átlagnál sokkal könnyebben sírják el magukat,

de hosszan és hangosan nevetnek, ha örömről van. Velük ellentétesek az úgynevezett „fapofa” családok, ahol a többség arcán semmilyen változás nem észlelhető akkor sem, ha például valamilyen erőteljes érzelmi hatás alá kerülnek.

L. I.

A tehetség is öröklődik?

Pszichológiai kutatásokkal foglalkozó tudósok hosszú évek óta vizsgálják az emberi kreativitás és a vele rokon művészi tehetség eredetét, örökölhetőségét. Külön vizsgálják azt is, hogy családirag örökölhető-e a művészi tehetség, vagy ez a különleges képesség véletlenszerűen bukkan fel egy-egy, több művészt is adó rokonság körében. Egy magyar kutató (*Kéri Szabolcs*, SE Pszichiátriai Klinika) évekkel ezelőtt azt vizsgálta, hogy generációkon keresztül miért maradnak fenn a génállományban olyan súlyos mentális zavarok, amelyeknek bizonyíthatóan genetikai alapja van? Ennek a hibás génnek, az evolúciós folyamatban ki kellett volna már régen hullania a rendszerből. A kutató nemcsak kérdést tett fel, a választ is megtalálta: ugyanezen ártalmas mutációk némelyike rendkívül pozitív tulajdonság hordozója is. Ott található az emberi kreativitás képességét működtető gének is. Feltételezését a gyakorlati vizsgálatok eredményei is igazolták: Ha valamelyik általa vizsgált páciensnél specifikus polimorfizmust vagy mutációt tesztelt, amely a pszichózis fokozott kockázatát jelentette, az ilyen mutációval rendelkező személy az átlagosnál lényegesen kreatívabb gondolkodású volt. A teszt során ezek a személyek mindannyian rendkívül magas pontszámokat értek el az eredetiség, a gondolkodás rugalmassága és a verbális fogékonyság területén. Kéretől függetlenül, egy amerikai idegtudós pszichiáter, *Nancy Andreasen* hasonló eredményre jutott. Az általa vizsgált, súlyos depresszióban és egyéb mentális betegségben szenvedő pácienseknél bebizonyosodott a családi halmozódás, és ezzel együtt a magas minőségű kreativitás megjelenése is. *Francis Galton*, angol polihisztor, Charles Darwin unokatestvére mindezt már a 19. században megállapította: „Meglepett, hogy milyen gyakran jelenik meg az örültség vagy az idiotizmus a kivételesen jó képességű férfiak közeli rokonai között” – állapította meg, habár még nem vont le ebből a kijelentéséből semmi olyasmit, amit napjaink tudományos munkatársai már megtehettek.



Az irodalmi tehetség gyakrabban öröklődik

A közelmúltban az amerikai Yale Egyetem pszichológusai, *Mei Tan* és *Elena Grigorenko* folytatták az elődök kutatását és pár lépéssel előbbre jutottak. Ők nemcsak a kreatív tehetség mögött meghúzódó tényezőket vizsgálták, hanem az adott személy képességének milyenségét is. Az írói képesség vizsgálatához Grigorenko a kreatív írás mutatóinak családi halmozódásából és öröklődésének vizsgálatából próbált kiindulni. 511 orosz anyanyelvű gyermekből, 489 anyából és 326 apából állt a vizsgálati minta. Figyelembe vették a kognitív képességek (folyékony és kikristályosodott intelligencia) és a családi környezet hozzájárulását is. Az eredmények a kreatív írásban szerény, de statisztikailag szignifikáns családi szerepet és örökölhetőséget mutatnak még akkor is, ha más kognitív és környezeti tényezőket is hozzáadtak a modellhez. A vizsgálatok összegzésében megjegyzik: bizonyossá vált, hogy a kreatív írói tehetség családon belül gyakran öröklődik és több családtagot is érinthet. Ellentétben más művészeti ágakkal, ahol nagyon ritka, hogy azonos tehetségű leszármazottak legyenek, például a Cranach vagy Bach család, de sokkal ritkábban, mint az irodalomban.

Százéves az inzulin

Idén, éppen ebben az év végi periódusban ünnepelhetjük az inzulin „születésnapját”. 1921-ben, pontosan száz éve Frederick Banting arra készült, hogy a világon elsőként hamarosan beadja az általa és kis csapata által előállított inzulint egy 14 éves diabéteszes fiúnak.

A cukorbetegség szinte végigkíséri az emberiség történelmét, de nagyon hosszú időn keresztül szedte áldozatait, mert nem találtak kezelésére hatásos gyógymódot. Az első írásos feljegyzést egy csaknem háromezer éves egyiptomi papirusz rejtí, időszámításunk előtt 1552-ből. A harmadik dinasztia idején élt Hesy-Ra nevű orvos jegyezte le, mint az akkor még teljesen ismeretlen betegség egyik legfőbb tünetét a nagyon gyakori vizelést. Ettől, az első „diagnózistól” több mint ezer évnek kellett eltelnie ahhoz, hogy szintén Egyiptomban, de már az Újbirodalom idején, egy másik orvos, Apollonius összefüggést találjon a táplálkozás, az anyagcsere és a normálisnál lényegesen nagyobb mennyiségű folyadékfogyasztás kényszere között. Ő volt az, aki először használ-

ta a cukorbetegség elnevezést. E két időben egymástól ugyancsak távoli orvosi megállapításon kívül más nem történt a betegség okainak feltárása és esetleges gyógyítása érdekében, a diabéteszesek előbb-utóbb belehal- tak az őket kínozó kórba.

„Elhízottak” és „soványak” betegsége

A nagy felfedezésig, amely aztán pár évtized alatt elvezetett a megoldásig, vagyis a diabétesz kezelési módjának a feltalálásáig és gyakorlati alkalmazásáig, 1869-ig várnia kellett a világnak. *Paul Langerhans*, berlini medikus ebben az évben fedezte fel az emberi szervezet hasnyálmirigyének sejtszigeteit, amelyeket később róla neveztek el. Ekkor persze még nem tudta, hogy ezek a szí-

getek mire valók, milyen funkciót tölthetnek be az emésztőrendszerben. Felfedezése így is hatalmas előrelépésnek számított az akkor még halálos betegség kezelési lehetőségeinek a kutatásában. Pár év múlva két francia kutató – *Apollinaire Bouchardat* és *Etienne Lancereaux* – már azt is megállapították, hogy a diabétesznek kétféle változata, a diabetes gras (elhízottak betegsége) és a diabetes maigre (soványak diabétesze) létezik. Felfedezésük ma is helytálló, csupán az elnevezés változott: 1-es és 2-es típusú diabéteszre.

Sikeres állatkísérletek

1920-ban *Frederick Banting* kanadai sebésznek korszakalkotó ötlete támadt: úgy vélte, hogy a diabétesz kezeléséhez a Langerhans-szigetek ál-

Új kezelési irányelvek IDDM-betegeknek

A világ gazdaságilag fejlettebb régióiban évről évre nő a diabéteszrel diagnosztizált gyerekek száma. Hazánkban az elmúlt három évtizedben megháromszorozódott az IDDM (1-es típusú diabéteszes) betegek létszáma: évente 250-300 új esetet regisztrálnak a hat éven aluliak között. A 15 évnél fiatalabbak közül minden hatszázadik gyermek érintett általa. A gyerekeknél alkalmazott terápiák már ma is lehetőséget kínálnak arra, hogy egészséges kortársaikhoz hasonlóan teljes életet élhessenek. Magyarországon ebben nagy segítséget jelent az EMMI által kiadott, kifejezetten a gyermekkori diabétesz tárgyában összeállított új, részletekre is kiterjedő szakmai protokoll. A diabéteszes gyermekek korszerű kezelésének meghatározásánál az irányelvek többek között fontos tényezőként említik az érintettek rendszeres vércukor-önellenőrzését, továbbá

a közeledő hypoglykaemiás roham előjeleinek a felismerését, hogy minél korábban megelőzhessék annak kialakulását. A modern diabéteszterápiában nagy hangsúlyt kap a betegség késői szövődésményei elleni küzdelem, azok hatékony megelőzése. Ennek modern eszköze a folyamatos, hosszú távra szóló anyagcserekontroll, a rendszeres egészségügyi szűréseken való részvétel. Az irányelvek között célként jelenik meg a betegségben érintett gyermekek oktatásának a szüksége is, hiszen nekik, gyakran a korukat meghaladó fejlettségi szinten kell a saját betegségük jelzéseit felismerniük és döntenieük azok megszüntetésének a módjáról (például önálló vércukormérés, értékek jelentésének ismerete, annak megítélése, hogy a szokásostól eltérő vércukorérték rá nézve milyen veszéllyel járhat, azonali segítségért kihez fordulhat stb.).

tal termelt anyagot – inzulint – kellene izolálni és felhasználni a betegek kezelésénél. A kutatók közül akkoriban már többen gyanították, hogy a hasnyálmirigynek alapvető szerepe lehet a szervezet vércukorszintjének szabályozásában, de arra egyedül Banting gondolt, hogy mi lehet az a bizonyos anyag és hogyan lehetne elkülöníteni azt a betegek kezeléséhez. Annak ellenére, hogy néhány tudóstársa ezt a számukra akkor még teljesen ismeretlen anyagot már régebben elnevezte inzulinnak, rajta kívül senki sem tudta, az hol található és hogyan hasznosítható. Ötlete gyakorlati megvalósításában Banting is elakadt, mert az inzulin elkülönítését a hasnyálmirigyben termelődő tripszin enzim akadályozta. Ezt az akadályt a torontói egyetem professzorával, *JJR Macleod* professzorral közösen sikerült megoldaniuk.

1921 végén izolálták az inzulint és állatkísérletekben való sikeres felhasználással bizonyították a vércukorszint csökkentését előidéző hatását.

Fiatal fiú kapta az első inzulint

Pár hét múlva, 1922 januárjában elvégezték az első, emberen végzett klinikai tesztet. Egy tizennégy éves cukorbeteg fiú, Leonard Thompson volt az alanya, akinek állapota az inzulin hatására erőteljesen javult. Időközben Banting és Macleod összeeszegetek, mert előbbi úgy sejtette, hogy kollégája egyedül magának szeretné kisajátítani az általa kitalált ötletet. A vélt ötletlopási ügy miatt Banting el sem utazott az Amerikai Orvosok Társaságának konferenciájára, ahol

bejelentették a diabétesz inzulinnal való kezelésének korszakalkotó ötletét. Így ellenlábását, Macleodot ünnepelte a teljes orvostársadalom, mint feltalálót. Szerencséjére, a Nobel-díj Bizottság az 1923-as orvostudományi díjat megosztva ítélte oda Bantingnak és Macleodnak, így végül elégtételt kapott a sértett feltaláló.

L. I.

Lemondtak a szabadalmi jogról

Annak ellenére, hogy az első inzulin-teszt alanya, Leonard Thompson állapota jelentősen javult, további finomításra volt szüksége a diabéteszeseknek beadandó anyagnak. A fiú ugyanis súlyos allergiás reakciókat mutatott a nem megfelelően tisztított anyagtól. Ebben a munkában Bantinget, a neki, a korábbi állatkísérletekben is részt vállaló *Charles Best* (Macleod asszisztense) segítette. További segítségük volt *James Bertram Collip*, aki kifejlesztett egy eljárást kifejezetten az inzulin tisztítására. 1922. május végén a Torontói Egyetem és a Lilly licencszerződést írt alá az inzulin gyártásáról az Egyesült Államokban, Mexikóban, Kubában, valamint Közép- és Dél-Amerikában. A szerződő felek megállapodtak abban, hogy a Lilly minden gyártási fejlesztést megoszt a Torontói Egyetemmel annak biztosítása érdekében, hogy a jövőbeni engedélyesek a legmagasabb minőségű inzulint állítsák elő, és hogy minden engedélyesnek jogdíjat kell fizetnie az egyetem részére az inzulin eladásáért. Egy év múlva Bantingnek, Bestnek és Collipnek odaítélték az amerikai szabadalom jogát, amit ők visszaadtak a Torontói Egyetemnek.

Gyógyítható lesz a diabétesz?

A diabéteszes esetek száma világszerte közelít a félmilliárdhoz, ami sokkal nagyobb szám, mint a daganatos betegeké vagy a fertőző kóroktól szenvedőké. A cukorbetegséget már negyven éve a WHO járványos kórnak tekintette, amely tipikus civilizációs betegség és évről évre többeket támad meg. Éppen ezért a világ kutatói intenzíven dolgoznak az inzulinkezelésnél hatékonyabb és főként komfortosabb módszerek kidolgozásán. Az is megtörténhet, hogy sikerül esetleg a beteg végleges gyógyításának módjára is rátalálni. A diabétesz már ma is alkalmazott és a közeljövőben várható kezelési módjai közül néhány:

1-es típusú diabétesznél sejterápia alkalmazása, a hiányzó inzulintermelő sejtek pótlása. Donoroktól származó hasnyálmirigyszigetek vagy májsejtek átültetése. Téta-sejt-pótló terápia. Francia kutatók szintén az 1-es típusú diabéteszhez olyan vakcina kidolgozásával foglalkoznak, amely arra serkenti az immunrendszert, hogy csökkentse az autoimmun betegségben szerepet játszó fehérje termelését. Mesterséges hasnyálmirigy kifejlesztése.

2-es típusú diabétesznél az inzulintermelés serkentése. Japán kutatók egy másik gyógyszer III. fázisú kipróbálásánál tartanak. Cél a hasnyálmirigy, a máj és az izmok vércukorszint-tartalmának együttes csökkentése. Zsírszövetcsökkentés antitestekkel. Mikrobiom összetételének optimalizálása, sokféleségének növelése. Mikrocsipek, nanorobotok és még sokféle, ma még elképzelhetetlennek tűnő kezelési forma.



MÚLT ÉS JELEN

Nem a víruson múlik, mikor végződik a pandémia

Lassan két éve, hogy bolygónk lakosságának jelentős többsége kénytelen együtt élni és esetenként megküzdeni a Covid-járvánnyal. Ma már világszerte sokan kérdezik: vajon meddig kell még a régi életünket hanyagolnunk és a pandémia diktálta szűkebb korlátok között élnünk?

Ha a fenti kérdésre konkrét dátumot nem is ad, de a trendeket megmutathatja és azokra magyarázatot is adhat a pittsburghi egyetem két fiatal kutatójának, *Webel Mari* betegségek kutatásával foglalkozó orvos-történésznek és *Megan Culler Freeman* virológusnak nem régen publikált tanulmánya. Abban, a szerzők magyarázata szerint, „óvatos” összehasonlítást próbálnak tenni az 1918-19-es H1N1 típusú influenza (spanyolnátha) és a száz évvel későbbi Covid-19-járvány egyes elemei, jelenségei között.

Hasonló, de nem egyforma a két járvány

Vizsgálták például, hogy az akkori és mai hatóságok milyen erőfeszítésekkel próbálták megfékezni a járvány terjedését, továbbá keresték a közös vonásokat, hasonlóságokat a két pandémiás periódus nem gyógyszerészeti beavatkozásai között. Közös tényezőként említik például a kutatók az iskolák és némely közintézmény bezárását, továbbá a közösségi terekben az emberek közötti lehető legnagyobb távolság betartásának az elrendelését. Kisebb-nagyobb településeken világszerte maszkviselés és karantén

elrendelésével is próbálkoztak. A száz évvel ezelőtti járvány ugyanúgy világszerte „hullámokban” támadott, mint a Covid-19. A megfertőzöttek és az elhalálozottak száma akkor három alkalommal mutatott extrém magasságot, ezzel szemben mi már a negyedik hullámmal küszködünk és ki tudja, lesz-e még ötödik, hatodik, x-edik is.

A kutatók szerint a két járvány között, a virológiai különbségeken kívül, más eltérések is fellelhetők, így nem vonhatók közöttük egymást teljesen fedő párhuzamok. Napjainkban sokaknak az a véleménye, hogy a Covid-19-járvány egy természetes válasz a globalizált világ mindennapos kihívásaira. A felgyorsult közlekedésre, az óriási tömegeket megmozgató nemzetközi turizmusra, az árucikkek gyors és szabad áramlására, a bolygó túlnépesedésére, a klímaváltozásra stb. Azt viszont már sokkal kevesebben veszik figyelembe, hogy hasonló következményekkel járt, noha látszólag teljesen más jellegű történések folytatásaként terjedt el rendkívül gyorsan egykor a spanyolnátha is. Száz évvel ezelőtt nem a turizmus, hanem a háború, a frontok vonulása mozgató hatalmas tömegeket és velük együtt a kórokozókat, nagy távolságokra. Mindezt az akkori adatok is

alátámasztják: az 1918 őszen megjelenő, rendkívül sok halálos áldozatot követelő második hullám számokkal bizonyíthatóan először a vasúti és tengeri útvonalak mentén terjedt rohamosan, majd onnan sugárszerűen, kifelé irányulva terjedt tovább, hatalmas területeket nagyon gyorsan megfertőzve.

Egy év alatt kifejlődő világjárvány

A világháború miatt elrendelt katonai mozgósítások roppant kedvező terepet kínáltak az influenzavírus szaporodásához és gyors terjedéséhez. Háborús gócpontok voltak Európában, Afrikában, Nyugat-Ázsiában egyaránt, Amerikából pedig óriási csapatszállító hajókkal hozták ezekre a területekre a fiatal katonákat, akik előbb-utóbb (ha megélték) visszatértek otthonaikba és gyakran magukkal vitték a kórokozókat is. Minden bizonnyal ezek a folyamatok katalizálták a vírus terjedését, és a gyakori halált hozó mutáció kifejlődését. Így érthető, hogy egy év sem kellett ahhoz, hogy 1918 őszen már világszerte arasson a járványhalál. A második hullámot már a következő

év elején egy harmadik követte, ám ez nem volt annyira virulens és lényegesen kevesebb áldozatot is követelt. Ezután, a kívülállók szemével nézve, kissé furcsa dolog történt: a pandémia rövid idő alatt minden előre látható előjel nélkül alábbhagyott, majd szinte teljesen eltűnt. Igaz, később, még 1940-ben is telenként újra meg újra megjelent, de ekkorra már legyengült és lényegesen kevesebb áldozatot szedett, és a korábbinál sokkal kisebb populációt fertőzött meg. A virológusok szerint az 1919-es, részleges eltűnés azzal magyarázható, hogy addigra, egy röpke év leforgása alatt a kórokozó olyan sok embert megfertőzött, hogy azok vagy belehaltak a betegségbe, vagy immunissá váltak. Az életben maradtak között, a fertőzésen átesettek nagy létszáma miatt, kialakult a nyájimmunitás.

Másképpen működik a két vírus

A virológusok figyelmeztetnek: ne reménykedjünk abban, hogy ez a folyamat a Sars-CoV-2 kórokozónál is lejátszódik és bekövetkezik ugyanaz, mint a spanyolnáthánál. Mármint, hogy egy idő után a vírus támadása alábbhagy és eltűnik a fertőzés. Ennek oka az, hogy hiába mindkettő RNS-alapú vírus, a működésük eltérő. Az influenza kórokozója gyorsabban és véletlenszerűen változik, a Covid-vírus vele ellentétben viszonylag lassabb ütemben, és kiküszöbölve a véletlen mutációkat szaporodik. Ezt a tényt bizonyítják azok az Amerikai Egyesült Államok laboratóriumaiban tárolt szekvenciák, amelyekből a kutatók kimutatták, hogy a 2019 decemberében a kínai Wuhanból elindult SARS-CoV-2-nek a genomjában kevesebb mint 10 mutáció található 30 ezer lehetséges helyen, miközben a vírus számos generációja, az egyes járványhullámok alkalmával már több-

ször körbejárta a Földet. Ez igazolja azt, hogy lényegesen kevesebb hibás génmásolatot készít, mint az influenza vírusa. Utóbbi 6,5-szer több hibát ejt replikációs ciklusonként. A SARS-CoV-2 viszonylagos genetikai stabilitása pedig azt jelenti, hogy a jövőben bekövetkező fertőzés-csúcsokat nem a vírus erőteljes mutálódása okozza

majd, hanem azokban leginkább az emberi tényezők játszanak majd jelentősebb szerepet. Ilyenek például az oltásmegtagadás, a szigorító intézkedések politikai és egyéb okokból való halogatása, fejletlen országok oltóanyaghoz jutásának nehézségei stb.

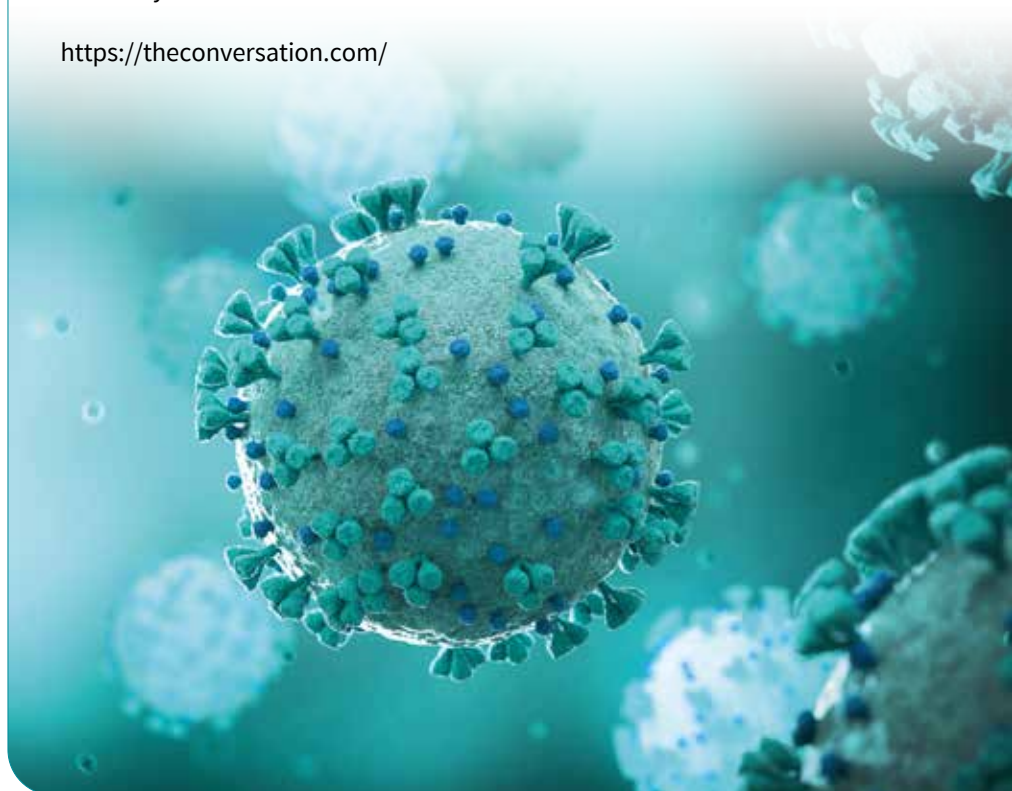
Hidegkuthy Alexa

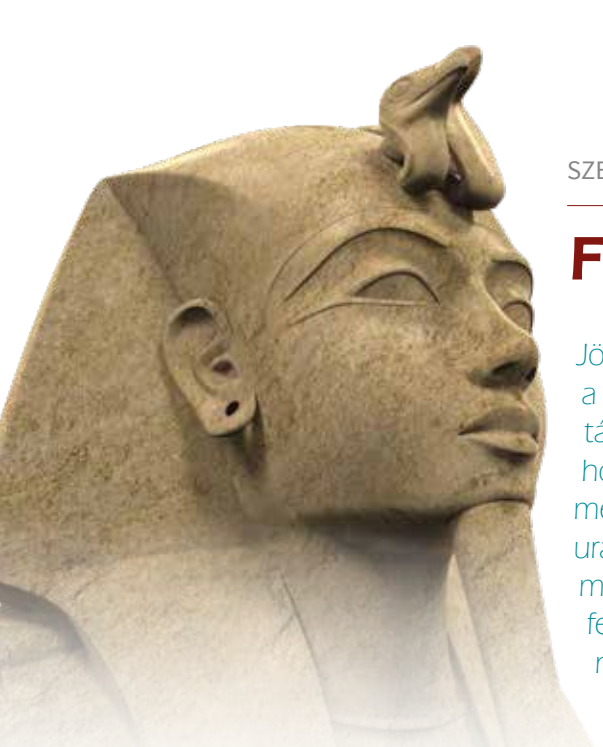
A járványok számokban

Orvostörténészek óvatos becslései szerint a spanyolnátha világszerte körülbelül 50 millió ember halálát okozta. Csak az Egyesült Államokban két év alatt (1918-20) 675 ezren haltak bele a fertőzésbe. Egy 1918-as grafikon szerint a fertőzés által legveszélyeztetettebb korosztályok a 0-1 éves csecsemők, a 25-34 éves fiatalok és a 75 év feletti idősök voltak.

Magazinunk lapzártájának időpontjában, 2021. december 6-án, a rendelkezésre álló információk szerint a Covid-fertőzések száma világszerte csaknem 266 millió, ebből eddig körülbelül 5,27 millió haláleset történt. A bolygó összes lakója közül teljes körű beoltottsággal rendelkezik: 42,7 százalék (3,33 milliárd fő). Magyarország 1 157 658 fertőzött esetet jelentett, az elhunytak száma 35 611 fő.

<https://theconversation.com/>





Fáraókat sújtó génhibák

Jövőre lesz száz éve, hogy Howard Carter brit régész Egyiptomban, a Királyok völgyében megtalálta Tutanhamon fáraó sírjának bejáratát, ami egy sok évig tartó feltárómunkához, leletmentéshez és még hosszabb ideig tartó tudományos vizsgálatokhoz vezetett. Utóbbi még ma is tart, habár a lényegét, hogy a fiatal, csaknem gyermek uralkodó halálát vajon mi okozhatta, csak tíz évvel ezelőtt tudták meghatározni. Köszönhetően a tudomány és a technika rohamos fejlődésének, a DNS- és CT-vizsgálatok véglegesen pontot tettek a nagy kérdés megfejtésére.

Tutanhamon apja a vallásreform, fővárosköltöztető Ehnatonnak és valamelyik lánytestvérének a fia volt, vagyis közvetlen vérrokonok házasságából született, körülbelül 3300 évvel ezelőtt. A sírkamrája falán megmaradt rajzok és feliratok alapján a fiú már kilencévesen átvette apja uralkodói címét és azzal együtt a hatalmat is, de csupán tíz évig lehetett a birodalom fáraója, mert 19 évesen meghalt. Ő annak ellenére vált híressé és világszerte közismertté, hogy röpké tízéves uralkodása alatt szinte semmi lényegeset nem tett. A halála után viszont ő lett (a csodaszép mellszobráról ismert Nofretete mellett) a legismertebb egyiptomi fáraó. Szerencséje volt, mert a több kamrából álló sziklasíriját a sírrablók csupán egy alkalommal, röviddel a temetése után keresték fel, és akkor sem jutottak el a legtöbb kincset és a fáraó múmiáját rejtő kamrákhoz. Ezt a rablási kísérletet követően a sír bejáratát sziklaomlás torlaszolta el, és feledésbe merült a temetkezés helye. A kincsek a fáraó múmiájával együtt háborítatlanul a mélyben hevertek mindaddig, ameddig lord Carter el nem kezdte a régészeti feltárást.

Aranymaszk alatt betört koponya

A fáraó nyughelye, a gránitfedelű, homokkő szarkofágban elhelyezett hármaskoporsó legbelső darabja, a színaranyból készített, világszerte a legismertebb. Ennek a fej- és vállrészén nyugszik az a csodálatosan kidolgozott, művészi arcmaszk, amely Tutanhamont ábrázolja. Aki látja, azt hinné, ez az ifjú uralkodó csak egy délceg, méltóságteljes uralkodói jelenség lehetett. Ezt gondolták a sírt feltáró régészek is. Hamarosan elindult a találgatás: egy ilyen uralkodói termetű férfi

vajon miért halt meg 19 évesen? Meggyilkolták, baleset érte vagy valamilyen rejtélyes kór ölte meg? A találgatások tovább bonyolódtek, amikor a kutatók meglátták a múmia koponyájának tarkórészén tátongó nagy lyukat. Többen azt gondolták, ez világosan igazolja a gyilkosság tényét. Jóval később persze kiderült, hogy a sérülést a mumifikálást végzők ejtették a koponyán, így kizárható a gyilkosság. Amikor a régészek ráakadtak olyan feliratokra és képekre, amelyek a fáraó kocsiverseny iránti rajongásáról emlékeztek meg, némelyek úgy vélték, egy versenybaleset lehetett a korai halál oka.

H. A.

Isteni származás kell az uralkodáshoz

Az Egyiptomi Birodalomban általánosan elfogadott volt az uralkodó családoknál a rokonházasság. Célja nyilvánvalóan a hatalom megtartása volt. Magyarázatul pedig azt hirdették, hogy a fáraó köztudottan isteni származású, így házastársával is csupán isteni származású nőt vehet maga mellé. Ilyen nőket pedig csak a saját családján belül talál. Ettől az önző elvtől pedig az idő múlásával egyre több rendellenességgel született utód látta meg a napvilágot. Tutanhamonnak nem volt elég gondja a saját fogyatékoságával, még tetézte a bajokat és feleségül vette a saját húgát, aki szült is neki egymás után két kislányt, akik halva jöttek a világra. A csecsemőmúmiákat apjuk mellett helyezték örök nyugalomra.



Malária volt a tettes

Évtizedeken keresztül csak találgatták az okokat, de konkrét bizonyítékra és magyarázatra senki sem akadt. Ehhez a technika fejlődésére, új kutatási módszerek és eszközök megjelenésére volt szükség. Tíz évvel ezelőtt aztán megtört a jég: DNS- és CT-vizsgálatot végeztek a múmián. Ezeknek az eredményei szerint Tutanhamon fáraó többféle születési rendellenességtől szenvedett. Nyitott szájpadrólása, nyúlajka, dongalába volt. Nagyon nehezen, leginkább bottal járt és nagy fájdalmai lehettek. Arról feljegyzést is találtak, hogy a vadászatokon ülve lőtte ki az íjvesszőt, mert állva nem tudta megtartani sem a saját testét, sem a fegyvert. Halála előtt a sípcsontját is eltörte, ami elfertőződött. Feltehetően ez is közrejátszott a végzetében. A vizsgálatok megállapították, hogy a korai halált valószínűleg maláriafertőzés okozta. Az eredendően gyenge test, a folyton betegeskedő szervezet nem tudott megbirkózni a kórral.

Apáról fiúra szálló rendellenességek

Az amerikai Yale Egyetem orvosi lapjában, a *Yale Medicine Magazine*-ban jelent meg Irwin Braver professzor tanulmánya, amely az egyiptomi uralkodó családok rokonházasságának következményeként megjelenő deformitásokat tárgyalja. A tanulmány egy része éppen Echnatonról, Tutanhamon apjáról szól, akit a professzor „vicces külsejű” fáraóként emleget. A tudós a korabeli ábrázolások alapján a fáraót androgün megjelenésűként jellemzi, aki széles csípővel, hosszúkas fejjel, mandulaszemekkel, szögletes állkapocccsal és nőies mellekkel rendelkezett. Az uralkodót mutató képek alapján a professzor genetikai rendellenességek jelenlétére gyanakodott. Több kollégájával is konzultált és mindannyian úgy vélték, öröklött családi rendellenességek sorát látják a képeken. Véleményük szerint vagy az aromatáz enzim rendellenes működése miatt alakultak ki a szemmel látható testi defektusok, vagy a koponyavarratok idő előtti záródása (sagittalis craniosynostosis) miatt. Harmadik lehetőségként egy hibás génmutációt említettek, amely az egyiptomi 18. dinasztia tagjainak a rendellenes koponyaformájáért és az endokrin problémákért egyaránt felelős lehet. A végső eredményt csak a DNS-elemzés eredménye mondhatná ki, de az Echnatontól származó DNS-minták beszerzésének kísérlete nem járt sikerrel.



Ahány ország – annyiféle karácsony

Európa, Észak-Amerika országaiban lakók többsége megünnepli a karácsonyt, hiszen ők is ezt tették valamikor, mert sok száz évvel ezelőtt szinte mindannyian egy vallási családhoz, a keresztényekhez tartoztak. A karácsony pedig egykor kifejezetten keresztény ünnep volt. A kezdetek óta persze nagyon változott a világ, a karácsonyból – vallási és társadalmi hovatartozástól függetlenül – családi ünnep lett, amely az ajándékozásról, a rokonok találkozásáról, az év közben ritkán látott barátokkal, családtagokkal való beszélgetésekről szól. Ettől azért még nem vált amolyan „egyenünnepké”, minden országban megvan a maga sajátossága, különlegessége.



A britek lakta területeken karácsony éjjelén a Mikulás, vagyis Santa Claus, sorra járja az ajándékvárók házait. A gyerekek ajándékügyben neki írnak levelet, amit aztán a kandalló párkányára, az apróbb ajándékok, leginkább édességek befogadására szintén oda akasztott színes, hímzett karácsonyi zoknik szomszédságába tesznek. A levél mellé egy pohár tejet és aprósüteményt, kekszet, esetleg zabkását raknak, hogy a hosszú úton elfáradt, megéhezett Santa Claus azt elfogyaszthassa. A nagyobb, terjedelmes ajándékok a karácsonyfa alá kerülnek, amelyeket csak karácsony első napjának (Christmas Day) reggelén kaphatnak meg a gyerekek. Az igazi brit karácsony elmaradhatatlan kelléke a Cracker,

amely csomagolásában leginkább egy hatalmas nagy szaloncukorra hasonlít, de a belseje nem bonbont vagy csokoládét rejt, hanem papírkoronát, egy rövid vicc leírását és egy apró, személyes ajándékot. Amikor kinyitják, nagyot pukkan, mint egy felfújott papírzacskó.

Modern kori brit hagyomány, hogy az ünnep első napján délután háromkor minden család meghallgatja a királynő beszédét. Először V. György olvasa fel 1932-ben a Kipling (Dzsungel könyve) által írt karácsonyi beszédet a BBC rádióban. A karácsonyi beszéd tradíciója azóta sosem szakadt meg, még a második világháborúban sem, azzal a különbséggel, hogy ma már a tévé képernyőjéről köszönti országa lakóit II. Erzsébet királynő.

Donald kacsa kalandjai karácsonykor

A skandinávok még ma is vitatkoznak azon, hogy valójában hol lakik a Mikulás. A svédek, a finnek, a dánok, újabban még a grönlandiak és az izlandiak is mind azt állítják, természetesen az ő földjükön lakik a nagyszakállú. A leginkább elterjedt vélemény szerint a Mikulás Lappföldön, vagyis Finnországban lakik.

Az északiak karácsonyi szokásaiban vannak ugyan különbségek, de nem számottevők. A skandináv karácsony egyik legfontosabb velejárója a csillagdekoráció, amely bárhol, bármilyen mennyiségben, színben és formában megjelenhet. Az üzletekben, kirakatokban, sőt a lakások ablakaiban is már október közepén kigyulladnak a csillagfények. Lényeg, hogy a dísz lehetőleg erősen világítson, hozzon minél több fényt a téli, skandináv szürkéségbe, sötét éjszakába. Mivel Svédország és szomszédai fenyőerdőkben bővelkednek, arra felé kevésbé divatos a műfenyő állítása. A városiak a piacokon szebbnél szebb fák közül válogathatnak, a vidékiek pedig fogják a baltát, ki-mennek az erdőbe és az arra legalkalmasabbnak gondolt fenyőt kivágják maguknak karácsonyfának. Nem



Éjfélig tart a mediterrán böjt

Dél-Európa mediterrán országaiban ugyancsak különbözik a karácsonyi ünnep az északiaktól. Spanyolországban, Portugáliában, Olaszországban és Franciaország bizonyos régióiban is sokkal hangsúlyosabb szerep jut az egyházi ünnepnek, mint másutt. Különösen igaz ez a déli, tengerparti vidékekre. Körmenetekkel, böjtöléssel, éjféli misére járással, imával és szent énekekkel ünnepelnek. Olaszországban még az ünnepi ételek körében is főszerepe van a böjtnek. A karácsony esti vacsorán tart még az adventi böjtölés, ezért a menü halból, tenger gyümölcseiből áll és jellegzetes olasz süteményekből, mint a panettone, a torrone, a pandoro stb. A halvacssora után részt vesznek a tradicionális éjféli misén és ezzel vége az adventi hústagadásnak. Hazaérve a miséről, ismét vacsoráznak, de ekkor már sertés- és marhahúsos ételeket esznek. Az ünnepek alatt a mediterráneum lakói nemcsak sokat esznek, de gyakran énekelnek és különösen a spanyolok sokat táncolnak.

szép szokás – legalábbis természet-szerető és -védő szemszögből –, de ne felejtsük el, hogy Skandináviában régi, mindenki által elismert és alkalmazott hagyománya van már annak, ha valaki kívág egy fát, hármat ültet helyette. Meglehet, ez is csak mende-monda, hogy a természet- és fapusz-tító országokat jobb belátásra és példájuk követésére bírják.

Míg a briteknél a királynő tévébeszédének meghallgatása a „kötelező” karácsonyi program, addig a svédek az ünnep kezdetének délutánját Donald kacsa, vagyis náluk Kalle Anka kalandjainak nézésével töltik. Ez a program minden évben 3-4 millió svédet ültet családotól a képernyők elé. 24-én este az ünnepi vacsora kenyér, sajt, vaj, burgonya, sonka, húsgolyók, kolbászok, lazac és hering, valamint különböző szósok egyvelegéből áll, amelyet természetesen svédasztalon tálalnak, amelyről mindenki annyit és akkor vesz el, amikor éppen kedve tartja. Desszertként rizspudingot, sajttortát kínálnak, italként pedig meleg glöggöt kortyolgatnak, amely egy gyengén alkoholos ital mazsolával, mandulával, egyéb aszalt gyümölcsökkel

gazdagítva. Vacsora után megjelenik Tomte, az erdei manó és kiosztja az ajándékokat. Ez a szerep általában a családfőre hárul.

Karácsonyi ajándék vízkeresztkor

Európa déli, mediterrán országaiban a skandinávoknál lényegesen hosszabban, hangosabban, kevésbé visszafogottabban ünnepelnek az emberek. Az olaszok már december 8-án, a szep-lőtelen fogantatás napján megkezdik az ünneplést. Már ekkor felállítják a karácsonyfát, alá teszik a betlehemeket, feldíszítik a házakat, utcákat. Luca napján, december 13-án Itália déli régióiban és Szicíliában gyertyafényes körmeneteket tartanak és megkezdik a karácsony előtti böjtölést. A böjt egészen a karácsony esti éjféli mise utánig tart.

Az ajándékozás szokása országszer-te sokféle és régióként nagyon változó. Van, ahol már Luca-napkor ajándékoznak, másutt csak január 6-án, vízkeresztkor. Némely területen Babbo Natale, vagyis Mikulás az ajándékhozó, másutt maga a gyermek Jézus.

L. I.

Tilos a hús, az alkohol

A karácsony előtti böjtnek a magyar népszokások között is megvan a hagyománya, noha ezt mindig is kevesebben tartották meg, mint a 40 napos húsvéti nagyböjtöt. Az adventi koplalás november 15-től december 24-ig tart. Az önmagukhoz kevésbé szigorú böjtölők csupán a húsról mondtak le erre az időszakra, mások viszont minden állati eredetű élelmiszerről, sőt még az olajról és az alkoholról is. A görögkeleti vallás éppen ez utóbbit követeli meg a híveitől. Jellegzetes böjti étel a rizs, a különféle magok, bab, lencse sós vízben főzve, a fogás szezonális zöldségekkel „gazdagítva”. Ezek lehetnek sütőtök, cékla, káposzta, sárgarépa, hagymafélék, zeller, csicsóka, karfiol stb. A böjtölő magyar családok, hasonlóan az olaszokhoz, vacsorára karácsonyeste halat ettek, majd az éjféli miséről hazatérve belakmároztak a csülkös töltött káposztából.

Kamarai kedvezmények – éljen velük!

Az alábbiakban összegyűjtöttük a kollégák számára a MESZK-tagsággal igénybe vehető kedvezményeket. A felsorolt kedvezményekről további információk a www.meszk.hu honlapon, a Szolgáltatások menüpont Kedvezmény alpontjában érhetők el.

Generali Biztosító

A Generali Biztosító szeretne köszönetet mondani az állami egészségügyi szférában dolgozók áldozatos munkájáért, ezért ingyenes biztosítási szolgáltatásokat nyújt a koronavírus járvány frontvonalában dolgozó ügyfelei részére. Az INGYENES csomag tartalma: kórházi napi térítés: 10 000 Ft/nap, kórházi napi térítés intenzív osztályon: 20 000 Ft/nap, haláleseti térítés: 2 000 000 Ft. Megtisztelettel, hogy a Leo-Nova Kft. a Generali Biztosító partnereként, segítheti az állami egészségügyben dolgozókat ebben a nehéz időkből. Részletek, kárbejelentés: <https://leonova.hu/egeszsegugy-2/>

Karantén Kantin – egy szakácskönyv mindenkiért!

20 sztárséf, 40 recept, 100 oldal! A Karantén Kantin szakácskönyv a MESZK honlapján megadott linken, belépés után ingyen letölthető, kizárólag kamarai tagok számára!

OTP Bank

Kedvezményes számlanyitás kamarai tagok számára az OTP Banknál. A MESZK-kártya felmutatásával bármely OTP Bank-fiókban a MESZK Platina Munkáltatói ajánlat kedvezményt igénybe tudják venni. További információk a www.meszk.hu-n.

Vodafone

Vegye igénybe a Vodafone Magyarország Zrt. szolgáltatásait és éljen a MESZK-tagoknak nyújtott kedvezményekkel! Az aktuális flottaajánlat a www.meszk.hu oldalra történő belépést követően érhető el.

Telekom

Megújultak a Telekomnál igénybe vehető MESZK-kedvezmények! A tagok kétféle kedvezményes mobildíjcsomag közül választhatnak, amelyek Magenta 1 kedvezménycsomagba is bevonhatók, így elérhetők a következő Magenta-előnyök: dupla mobilnet, extra készülékkedvezmény (akár 30 000 Ft), 30% havidíj-kedvezmény az otthoni szolgáltatásokra, korlátlan tévézés díjmentesen TV GO-val.

Babapont

Jó minőségű termékek a várandósság és a babagondozás idejére is. Budapest területén ingyenes kiszállítás, a MESZK-kártya felmutatójának 10% kedvezmény: www.babapont.unas.hu

OrtoProfil-Centrum Kft.

Az OrtoProfil-Centrum Kft. a kamarai tagok magas szintű szakmai munkájának elismeréséül vállalja, hogy a szaküzleteiben történő vásárlásaikhoz az általa forgalmazott eszközök árából 10% kedvezményt biztosít. A kedvezmény feltétele a kamarai tagság igazolása: www.ortoprofil.hu

Oroszlános Borhotel

Az Oroszlános Borhotel (www.oroszlanos.hu) egy hangulatos borvidéki kúria a legszebb tállyai szőlőskertek ölelésében, ahol minden az élet szeretetéről szól: a szőlő, a bor, a finom ételek, a napi feszültségektől mentes pihenés és a közös élmények jelentik a szálláshely, étterem és közösségi tér alapértékeit.

Szállodánk tulajdonosai, dolgozói szeretnének egy kedvezményes ajánlattal köszönetet mondani az egészségügyben dolgozóknak önfeláldozó munkájukért, erőfeszítéseikért és az elmúlt időszakban való helytállásért. Az ajánlat pontos részleteiről a MESZK honlapján tájékozódhat!

Sunmed Kft.

A Neotest Kft. jóvoltából a MESZK-tagok nagy kedvezménnyel vásárolhatják meg a fájdalommentesen elvégezhető ScheBo Tumor M2-PK enzimes béldaganatszűrő széklettesztet! Részletes tájékoztató a MESZK honlapján olvasható.

Prima-Protetika Kft.

Egészségmegőrző és életvitelt segítő termékek széles választéka. A termékek árából 5% kedvezményt biztosítanak a kamarai tagok számára, amely webáruházunkban is igénybe vehető. A kedvezményt vénybeváltás esetén nem lehet igénybe venni és más kedvezménnyel nem összevonható. A kedvezmény igénybevételéhez szükséges a kamarai tagság igazolása: www.prima-protetika.hu/

Aphrodite Hotel**** Zalakaros

A MESZK-tagok részére és a velük érkező családtagoknak 50% kedvezmény az aktuális szobaárakból vagy 10% kedvezmény az akciós csomagajánlatokból min. 2 éjszakás foglalás esetén. www.hotelaphrodite.hu