

Dánia beszámoló 2013.11.09-12.07

Az első héten, 2013. november 9-én (szombaton) két osztálytársammal és egy kísérőtanárukkal Nykøbingbe utaztunk szakmai gyakorlatra tapasztalatszerzés és ismeretbővítés céljából. Szegedről vonattal mentünk Budapestre. A 2A terminálból indult a gépünk Frankfurtba, ahol átszálltunk a Koppenhágába tartó repülőgépre. Nykøbingbe vonattal mentünk. Az állomásra 11-re értünk be, ott Bente, az ottani felelősünk és Claus, a kollégium felelőse jött értünk. Elvittek minket a szállásunkra (a CELF kollégiumba) és a késői időpontra való tekintettel megegyeztünk, hogy másnap megbeszélünk mindent.



Hétfőn a napunkat 7 órakor kezdtük. A lakhelyünk előtt talákoztunk Claussal, majd megmutatta nekünk az étkezőt, ahol reggelit és vacsorát kaptunk. Sok finomság várt ránk. A kenyéret helyben sütik, volt kukorica kenyér, barna-magvas kenyér, melyek frissek és nagyon finomak voltak. Természetesen volt felvágott (karaj), sajt, és májpástétom is, lehetett még müzlit és joghurtot fogyasztani, volt persze tej, kávé, meleg tea, alma-

és narancslé is. Reggeli után elénk jött Bente és elvitt bennünket az újonnan felépült iskola irodájába, ahol dolgozik. Az irodában lepecsételték és aláírták a papírjainkat. Ezek után Koppenhágába vettük utunkat, az odaút sok látnivalót tartogatott, tenger feletti hidakon mentünk át, melyek összekötik a szigeteket, láttunk sok szép házat és szélmalmost. A fővárosba érkezve először meglátogattuk a Christiania nevű városrészt, melyet csak „Szabad városként” (képen) emlegetnek. Nagyon érdekes volt, mintha teljesen más világba csöppentünk volna, nagyon tetszettek az ottani házak, díszítések és graffitik.

Ez után megnéztük a királyi rezidenciákat, volt szerencsénk látni egy őrségváltást is. Majd meglátogattuk templomot, amely gyönyörű volt. Elmentünk megnézni a tengerpartot, ott láttuk az operaházat, közbe



belenyúltunk a tengerbe is, ami nagyon hideg volt. Ott helyben megkóstoltunk mindannyian egy-egy dán hot-dogot, ami szerintem nagyon finom volt. Azután elmentünk a sétáló utcába (Strøget) és ott bementünk a Szentháromság templomba. Majd a királyi parkba és a kastélyt is megnéztük. Ezek után Hans Christian Andersen híres kishableányának a szobrához vezetett az utunk. Eközben a Churchill-parkban a Gefion-szökőkutat is láthattuk. A kishableány (képen) szobrának megtekintésével zárult a Koppenhágában töltött időnk.

Kedden 6 órakor mentünk reggelizni, és 6:45-kor elénk jött Bente és már indultunk is Mariboba, a gyakorlati helyekre. Először Dórit és Klaudiát vittük el a gyakorlati helyre, Soendersoe-be. Ez egy fogyatékkal élő emberekkel foglalkozó intézmény, akik ott laknak és teljes ellátásban részesülnek. A betegek legtöbbször veleszületett rendellenességgel él. Az épület egy óriási tó mellett van, ami teli van kacsákkal és sirályokkal.

Azután engem elvittek Bellisvej-be, ahol szintén fogyatékkal élőkkel foglalkoznak - leginkább életükben elszenvedett baleset miatt - ez Maribo határában található. Két szárnya van az épületnek, a szárnyakban 6-6 ember lakik. A ház rendelkezik még egy mosószobával, nővérszobával és raktárral. A lakók külön apartmanokban laknak, van nappalijuk saját terasszal, van hálósobájuk és fürdőszobájuk is. Maguk rendezik be, itt minden saját és addig laknak itt, amíg akarnak. Havonta fizetnek a lakhatásért, de az állam is támogatja őket, sőt néhányan még dolgoznak is (2 vagy 4 órában). A vezetőm Dortha - aki 5 éve volt Szegeden gyakorlaton - körbe vezetett az intézményben, elmondott és megmutatott minden fontos dolgot, amit tudni kell róla. 7 órakor a nővérszobában kezdődött a nap, ahol megbeszélték a napi teendőket, és az éjszakai műszakot is. 8 óra körül volt a reggeli, elkészítettük az ott lakóknak amit szeretnének enni. Legtöbbször a közös étkezőben esznek. A reggeli szendvics (barna kenyér, vaj, sajt, és lekvár) és joghurt volt müzslivel. Reggeli után elkísértünk pár embert a munkahelyére speciális autóval, így a kerekesszékes embereket is tudják szállítani. Ez a munkahely kizárólag sérült embereket foglalkoztat. Itt leginkább csomagolt mull lapokat rakosgattak a dobozába és különböző dolgokat raktak össze. Legtöbbször csak 2 órát dolgoznak, de néhányan 4 órát. A legtöbb lakó önálló, de bizonyos ellátásokat igényelnek. Megnéztem hogyan működik a betegemelő, megtekintettem a szokásokat. Beszélgettem az angolul beszélő lakókkal, de Dortha fordított, így azokkal is sikerült, akik nem tudtak angolul. Az emberek nagyon kedvesek voltak. Közben ebédet készítettünk, majd fél 2 fele tea és kávé idő volt. 3 órakor jött értem Anne, hogy elvigyen engem Soendersoe-be a többiekhez. Mire oda értünk a tanárnő is megérkezett, így együtt mentünk be az épületbe. Azután

Anne elvitt miket magához, ott megbeszéltük a nap történéseit. Később tanárnőt kikísértük az



állomásra, aztán visszamentünk és Anne készített nekünk vacsorát, úgy hívják Bøf med løg, ez marhahús pogácsa, tetején pirított hagyma és mellé volt tört krumpli és saláta.

Másnap, azaz szerdán ismét ugyanarra a helyre mentünk. Dortha-val megfürdettük az egyik lakót, aki kerekesszékes és a kezeit sem tudja rendesen használni. A betegemelő segítségével - amely a plafonon volt rögzítve

és csúszott előre hátra – helyeztük át a fürdetőszékbe. Azután felöltöztettük abba, amibe akart és kényelmet biztosítottunk az elektromos székében, amelyet saját maga irányít. Később láthattam, hogyan eszik az etetőgép segítségével, egy tányérba raknak körbe falatokat és egy irányító segítségével tudja a kanalat mozgatni. Ezután elmentünk

Dortha-val és 2 lakóval egy relaxációs helyiségbe, amely Soendersoe-be található, a helyiség neve Snoezelhuset. Itt különböző szobák vannak, ahol tudnak pihenni az emberek. Van masszázs asztal, jakuzzi, kis labdás „medence” és még több nyugtató dolog. Majd ezután találkoztunk Dóriával és Klaudiával, ott ebédeltünk, utána



pedig megmutatták nekünk az ottani dolgokat. Vibeke, aki ott dolgozik, levitt minket a pincébe, ahol nagyon sok holmi van ami az ottani lakóké, és olyan eszközök amiket már nem használnak pl. régi betegemelők, régi kerekesszékek, ágyak. A szükséges holmikát is ott tárolják, amely a mindennapokhoz szükséges. Utána megnéztük a tavat, a temetőt és a templomot. Miután megnéztük ezeket a helyeket vissza mentünk Bellisvej-be, ahol a lányok is megtekintették a helyet. Utána az állomáshoz mentünk, majd visszajöttünk Nykøbing-be. 18 órakor pedig lasagnat vacsoráztunk salátával.

Csütörtökön Anne jött értünk 8-ra, majd elvitt bennünket a Sosú-ba, az iskolába, ahol Hanne várt minket és körbevezetett az épületben. Láttuk a gyakorlati termeket. A rendes tantermeteket is megnéztük, amelyek felszerelése hasonlít az otthonihoz. Felmentünk az első emeleten található könyvtárba, melyet úgy alakítottak ki, hogy jól érezzék magukat benne a diákok. Van 2 csendes szoba, ahol a tanulók a házi feladatukat csinálhatják és tanulhatnak. A könyvtárban lehet még internetezni, filmeket nézni, beszélgetni. Az iskola körbejárása után elsétáltunk a gyakorlati

helyre, ami egy idősek otthona, melyet Sømarken-nek hívnak. Itt is ugyanúgy van az ott lakóknak külön lakása. Vannak akik külön házban laknak, vannak akik az intézményben. A lakásokban olyan idősek laknak, akik el tudják látni magukat. Az intézményben pedig demenciás, skizofréniás és teljes ellátást igénylő idősek laknak. Maximum 70 embert fogad az intézmény. Foglalkozásokon voltunk, képeslapokat készítettünk az ott lakókkal, amit majd eladnak és abból a pénzből mennek majd kirándulni. Pár lakó bowlingozott, körbe voltak rakva a székek és középen voltak a műanyag bábúk. 16 órakor jött értünk Anne.

Pénteken 8 órakor indultunk a gyakorlati helyre biciklivel. Az út 20 perc volt. Miután megérkeztünk kávé és tea várt és beszélgettünk Greta-val és Mette-vel. Leírták nekünk a dán számokat és próbáltuk megtanulni, sikerrel. Segítettünk előkészíteni a termet, mert 10:30-kor torna volt. Mi is részt vettünk benne. Utána képeslapokat készítettünk. 14 órakor részt vettünk a bingo játékban. Szombaton Dortha elénk jött és elvitt minket a Nykøbing-i kórházba. Az egész kórház óriási és több épülethöz áll. Van egy vesebetegeknek szánt épület, van egy rehabilitációs épület és van egy épület időseknek is. Mi a kórházban az ortopédiát nézhettük meg, mely hasonló az otthonihoz. A berendezés modern, 4 ágyas kórtermek vannak, amiben az ágyak paravánnal vannak elválasztva. Van külön konyha, tároló, fürdőszoba és raktár a szükséges eszközöknek.

2. hét (Nov.18-22)

Hétfőn Bente 6:45kor jött elénk. Én a Frisegade 25 szám alatt voltam. Ennél az intézménynél „helper”-ekkel és asszisztensekkel tartottam. Ez egy otthon ápolási intézmény. Karen volt a vezetőm, ő asszisztens. Vele mentem házról házra. Az idősekhez, betegekhez mentünk beadni a gyógyszert és elláttuk azokat, akiknek nehezen megy. Vércukrot mértünk, öltöztettünk, ételt készítettünk, gyógyszereltünk. Számos cukorbeteghez mentünk.

A cukorbetegség (diabetes mellitus), vagy rövidítve diabétesz, a glükóz feldolgozási zavara, melynek oka a hasnyálmirigy szigetei által termelt inzulin nevű hormon hiánya, vagy a szervezet inzulinnal szembeni érzéketlensége (inzulinrezisztencia), relatív inzulinhiány, vagy mindkettő. Ha szükséges akkor a gondozók takarítanak, mosnak és mindenben segítenek az embereknek otthon. Mentünk stroke-os (akkor alakul ki, amikor valamely agyterület vérellátása olyan mértékben leromlik, ami az ott levő sejtek egy részének pusztulásához vezet) és demenciás betegekhez.

Demencia: Elbutulás, a szellemi képesség olyan mértékű hanyatlása, amely már a beteg hétköznapi életét befolyásolja. Önmagában nem egy betegség, hanem egy olyan tünetcsoport, ami számos betegség velejárója. Ebbe a tág értelmű fogalomba beletartozik a memória romlása, az értelmi képességek, a racionalitás, a társas kapcsolatok és az érzelmi reakciók hanyatlása. A demencia leggyakoribb oka az Alzheimer-kór. A demencia a felnőttkor bármely szakaszában jelentkezhet, de előfordulása időskorban a legjellemzőbb.

Voltunk egy méhsüllyedéses idős hölgnél, neki hüvelykúpot kellett felhelyezni. A méhet normális körülmények között a medence belsejében különböző izmok, szövetek és inszalagok tartják. Néha szülés vagy nehéz munka hatására ezek az izmok meggyengülnek. Az életkor előrehaladtával és az ösztrogén hormon szintjének csökkenésével a méh a hüvelycsatornába süllyedhet, amit méhsüllyedésnek nevezünk.

Természetesen mindent dokumentálnak. Az összes segítőnek van egy mobiltelefonja, amiben megtalálható, hogy kikhez kell kimenniük, minden adat, az orvos neve, a gyógyszerek és az allergia. Általában egy nap 10 emberhez mennek, de van, hogy 20-hoz is.

Kedden először Aida-val mentem az idősekhez biciklivel. Azután Nanna-val mentem. Gyógyszereket adtunk be, azt adagoltuk, megnéztem egy alvadásgátló injekció beadást, amit máshogy csinálnak otthon, mert itt légtelenítik, és nem szívják vissza. Ileosztóma zsákot cserélt ki, és ápolta le a nyílást. A sztóma egy olyan mesterségesen, sebészek által létrehozott bélnyílás a hasfalon, melyen keresztül a széklet a szervezetből távozni tud, és egy cserélhető zsákba jut. Alkalmazására olyan megbetegedések esetén kerülhet sor, melyek nem teszik lehetővé többé, hogy a bélsár a végbélen keresztül távozzon.

Szerdán Karen volt a vezetőm, ekkor főleg cukorbeteghez mentünk inzulint és gyógyszert beadni. Voltunk egy úrnál, akinek tracheostómája volt, neki segítettünk tusolni, mert az egyensúlyával gondok vannak. Pár betegnek a szemüket kellett cseppenteni, mert zöld hályog (glaucoma) eltávolításuk volt. Ez nem gyógyítható, de kezelhető betegség, így ma már az általa okozott látásromlás, vakság is megelőzhető. 10 órakor meeting volt az intézményben, ott a dolgozók megbeszélték az eseményeket, hogy mit csináltak, illetve hogy a betegek hogy vannak. Ez az összeülés minden szerdán van. Reggelit és ebédet is készítettünk pár betegnek.

Csütörtökön Aidával kezdtem a napomat, azokhoz a betegekhez mentünk újra, akiknek a szemüket kell csepegtetni. Ezek után elmentünk egy úrhoz, akinek segítség kellett. Neki **peg**-e van, emellett epilepsziás is. A peg a feltáplálása miatt van, mert nem tud sokat enni, hányinger

miatt. A PEG (Percutan Endoszkópos Gasztrosztóma) endoszkóppal behelyezhető sztómaeszköz, melyeket a hason lévő nyílásba helyezik. Segítségükkel a tápszer közvetlenül a gyomorba, illetve a vékonybélbe juttatható. Ezt követően Mette-vel voltam. Vele elmentem egy idős hölgyhöz, aki depressziós volt, gyógyszert kellett neki adni, és beszélgetni vele. Ezt követően újra Aidával mentem, az egyik házaspárnak mosni kellett, így a szennyest levittük a mosodába. Utána egy leukémiás beteghez mentünk, akit emelővel kellett átrakni a székbe, ez két emberes munka, így egy másik dolgozó is jött. Majd ebédet készítettünk.

Pénteken Anette volt a vezetőm, ő asszisztens. Gyógyszereltünk, ételt készítettünk a betegeknek. Voltunk depressziósnál és egy pszichiátriai betegnél is, ott Anette beszélgetett velük.

3. hét (Nov.25-29)

Hétfőn Fjordbakken 79 alatt van a gyakorlatom, ennek az intézménynek a neve Bakkehuset. Ez egy idősek otthona, ahol mindenkinek van egy saját kis lakása. Az intézmény 5 blokkból állt, én a 3-as blokkban voltam. Itt reggelit készítettünk, fürdettünk, ágyaztunk, öltöztettünk, majd kikísértük az időseket az étkezőbe, ahol reggeliztek. Láttam stoma zsák cserét. A vezetőm Lena és Tabita volt. Itt náluk nem igazán van papírforma, inkább a számítógépbe írják a megcsinált dolgokat. Csak a gyógyszer beadást és a vércukorszint eredményt írják le papírra.

Kedden már kaptam munkaruhát is. Elkísértünk pár időst a foglalkozásokra, ahol tornáznak, lehet kötni, és kreatív dolgokat készíteni.

Szerdán ugyanezt végeztük el a nap első felében, láthattam testsúlymérést beteg emelővel. És találkoztam egy nővérrel, aki elmagyarázta, hogy ők miket csinálnak és hogyan (számítógépen írnak, sebet kezelnek, injekciónak stb.)

Szerdán Pia-val, az ottani egyik nővérrel voltam fél 9-től, előtte Tabita-val fürdetés, öltöztetés, reggeli készítés volt. Ebben az intézményben található egy nővérklinika, ide járnak be a sebkezelésre szorulóknak. Itt néztem hogyan végzik a sebkezelést. Pia elmondta, hogy minden napját azzal kezdi, hogy elolvassa az üzeneteit, hogy kell-e valahova mennie, aztán megkapja a napi papírját a tennivalókról.

A hét maradék napján is ezeket csináltuk, pénteken segítettem feldíszíteni a blokkot karácsonyi díszekkel. Itt tanultam pár dán szót és nagyon jól éreztem magam.

4. hét (Dec.2-6)

Ezt a hetet Vendsysselvej 45 szám alatti épületbe töltöttem. Ez is egy otthonápolási intézmény nővérekkel, itt kocsival mentünk házról házra. Hétfőn és kedden is Lise volt a vezetőm. Lise sebet kezel és gyógyszert osztott és adagolt. Volt balesetes, amikor is egy ló megrúgott egy férfit a lábán, nyílt seb keletkezett és haematoma. Volt egy csípő protézises páciens, akinek a műtét után nem raktak drén csövet (fertőzés miatt), így alatta pangott a vér és még ki is folyt. Decubitus kezelést is láttam, de az nem olyan mint itt, Magyarországon. Az egyik idős hölgynek nasogasztrikus szondája volt, mert a kórházba töltött idején nagyon lefogyott és így táplálják fel. Ez orron keresztüli szonda, amely a gyomorba van levezetve. Elmentünk egy skizofrén férfihoz, neki nem adják oda az egész napi gyógyszert egyszerre, csak az adott napszaki adagot, mert bevinné az összeset egyszerre.

Szerdán Mie-vel voltam, gyógyszereltünk. Voltunk egy úrnál, akinek nyelőcső daganat (oesophagus carcinoma) miatt nehezített volt a nyelése és ezért szonda táplálást igényelt. Mie beállította a táplálást, majd beadta a gyógyszereket, de előtte fecskendővel levegőt nyomott a gyomorba és stethoscope-pal meghallgatta, hogy a gyomorban van-e a szonda. Csütörtökön Jette-vel voltam és pénteken is ezek voltak a feladataink.

Voltunk a városházában, ott Hanne (az ápolási igazgató) körbementatta nekünk az előadó termeket, azután elmagyarázta a Guldborgsund Kommune lényegét.

Pár dolog Guldborgsundról:

- ez a terület 907 km²-es
- népessége 2013 januárjában 60 000 fő
- a fő városa Nykøbing

Ez egy nagy közösség, amely rendelkezik:

- 1067 lakással az idős embereknek
- 518 lakással a különleges ellátásban részesülőknek
- 70 lakással a demenciában szenvedőknek
- 36 lakással ideiglenes tartózkodásra.

Ez a közösség 4 kerületre osztódik (észak, nyugat, dél, közép). Minden kerületnek van vezetője. Itt 1100 személy dolgozik. Minden egyes kerület csoportokra van osztva. Minden csoportnak van egy vezetője, aki felelős a csoport és a gazdaság napi működéséért.

A csoportok a következők:

- egy nővér
- számos „social és health care worker”
- egy fizioterápiás és foglalkoztatási terápia
- egy „activity-s” alkalmazottakból álló csoport.

A páciensek, akik mentálisan és fizikálisan is betegek az adott ellátásban részesülnek:

- személyi gondozás (higiénia)
- ún. „practical care”: a ház kitakarítása; ruhák mosása; étel rendelése, elkészítése
- nővéri szolgáltatások: rehabilitáció; gyógyszer adagolása, beadása; sztómaápolás; diabétesz kezelése; inkontinencia kezelése; személyi gondozásban részesül az, akinek komoly betegsége, illetve sebe van

Azon pácienseknek, akiknek állandó betegsége, korlátozottsága, illetve fogyatékosága van, azoknak ezek mind ingyenesek. Viszont akiknek ideiglenesen korlátozottak, azoknak ezekért fizetniük kell. Az összeg függ a bevételüktől.

A nővér szolgáltatások ingyenesek.

A páciensekre, akik korlátozottak, illetve segítségre szorulnak, ezek a szolgáltatások teljes mértékben vonatkoznak.

A „health care worker” képzés 1 év 2 hónap vagy 2 év 10 hónap.

A nővér képzés pedig 3-4 év, ez diplomával jár.