

Erasmus+ Mobilitási Program

Dániai beszámoló

2015.10.26 - 2015.11.21

Nagy Dominika

2015. október 26-án reggel 3 osztálytársammal, és egy kísérő tanárunkkal Szegedről egy transzfer kocsival indultunk a Budapesti repülőtérre. Időben oda értünk, és a sikeres „becsekkolások” után a Ryanair légitársaság repülőjével Koppenhágába utaztunk. 2 óra repülés után, a csomagokkal együtt megkerestük a vonatállomást, majd egy átszállással megérkeztünk Nykøbing Falsterba. A vonatállomáson várt minket Hanne, a SOSU iskola igazgatója, és a férje. Két nagy autóval jöttek, hogy a csomagjaink biztosan elférjenek. Ők vittek minket a CELF iskola kollégiumába, ami 1 hónapig az otthonunk volt. Ott megismertük a kollégium vezetőjét, Claust, aki nagyon kedvesen fogadott minket. Körbevezetett bennünket, megmutatta a kollégium ebédlőjét, ami igen magas színvonalú. Mivel 5-en voltunk, 2 szobát kaptunk. A fiúk egyet, és mi hárman, egy kis szobás, fürdőszobával ellátott szobát. Mivel igen későre járt, megbeszéltük Hannevel, hogy másnap jönnek értünk és elvisznek minket a SOSU iskolába, amivel kapcsolatban állunk.

Reggel korán felkeltünk, lementünk a kanténba, ahol meglepődve tapasztaltuk, hogy svédasztalos reggelit szolgálnak fel. Helyben sütik a teljes kiőrlésű kenyereket. Mindenki 4-5 féle étel közül választhat. Ezután a SOSU iskola saját autójával jöttek értünk, és vittek az iskolába. Ahol körbe vezettek minket, 1-2 tanórára is benézhattünk. Nagyon szívéjesen fogadtak bennünket. Majd Hanne egy rövid prezentációt mutatott be nekünk, hogy legyen rálátásunk, hogy is folyik az ápoló oktatás Dániában. A SOSU iskola olyan típusú, mint a mi iskolánk. Egészségügyi szakembereket képez, csak nálunk kicsit másként vannak kategorizálva az ápolók.

- **Helper:** 1 év 2 hónap
- **Asszisztens:** 2 év 10 hónap
- **Nurse:** 4 év

Ez a három lépcsőfok van, ami között választhatnak a tanulók. Itt nem csak a tanulási időben van különbség, hanem a kompetenciájukban is. Amit nagyon szigorúan be is tartanak. Senki nem végez olyan feladatot ami a kompetenciájának nem felel meg!

A feladatkörök kategóriákon belül:

Helper(ek): Ők valójában a segédápolók. Alapellátási feladatokat végeznek. Ha otthon ápolásról beszélünk, akkor még az ő munkakörükbe tartozik a betegek lakásának takarítása. Fürdetés, reggeli-ebéd-vacsora készítés, bevásárlás, öltöztetés.

Asszisztens: Az ő munkakörükbe is beletartozik az alapellátás, de mivel azt a helperek elvégzik, ők a saját kompetenciájukra koncentrálhatnak. Amibe a gyógyszerelés, vércukormérés, inzulin beadás, SUB CUTAN injekciók beadása, sztóma csere, sebköztözés tartozik. Minden betegnek megvan a saját 2 hetes gyógyszerelő doboza. Ezeket az asszisztensek töltik fel gyógyszerrel, előírt orvosi utasításra. Ők figyelik, hogy a betegeknek van e elegendő gyógyszeradagjuk, ha nincs akkor ők mennek el a

gyógyszertárba. Ők viszik a betegeknek a megfelelő eszközöket, amivel a sebellátás történik (gumikesztyű, fertőtlenítőszer, sztóma zsák, gézlap, csipesz, olló).

Nurse: Ők a diplomás ápolók, akiknek a feladata megegyezik a nálunk lévő diplomás ápolókéval. Ők sebeket kötöznek, gyógyszerelnek, vért vesznek, intravenas, subcutan injekciókat adnak.

A dániai ápolók az iskola befejezése után munkába állhatnak, kórházakban, otthonápolásban, vagy rehabilitációs központban.

Hanne bemutatója utána elmondta, hogy 2 gyakorlati helyen kell részt vennünk. Az egyik Nykobingban van, egy otthoni szakápoló területen. A másik hely, pedig egy kis város rehabilitációs központjában fog történni, ahova fél órás buszút vezet. A fiúk választották ezt a helyet, mi, a két lány pedig maradtunk az otthonápolásnál. Azért, hogy mindenki lásson mindent, megbeszéltük, hogy cserélni fogunk egy rövid időre!

Ezután a városházára mentünk, ahol Anne tartott prezentációt Nykobing város egészségügyi ellátásáról. Elmondta, hogy ott minden idős, beteg embernek alanyi jogos járnak azok a megfelelő korszerű ellátások, amelyek biztosítják azt, hogy normális életet tudjon élni. Pont ezért van az, hogy az otthon ápolásra szoruló betegek csengője mellett van egy kis fém doboz, amiben az ő lakás kulcsuk van tárolva. Ezt a dobozt, az ápolók tudják kinyitni, és akkor is eltudják végezni a teendőjüket ha a beteg éppen alszik. Vagy könnyen be tudnak jutni, ha éppen az illető rosszul van. Minden lakásban ahol mozgási nehézségekkel küzdő betegek vannak, ott beépített emelő szerkezetek vannak. Mondták, hogy Dániában a fő közlekedő eszköz a bicikli, ezért mi is kaptunk 4 fehér biciklit, amivel rendszeresen jártuk a várost.

1. hetünk:

Mivel a mi gyakorlati helyünkön reggel 7kor kezdődött a műszak, ezért mi minden reggel 6 órakor keltünk. Megreggeliztünk, a konyhán megcsinálták a packet luch-unkat, amit magunkkal vittünk a gyakorlatra. Biciklivel mentünk, a korábban megmutatott helyre. A távolság mindössze 10 perc volt, de gyakran esett az eső, és fújt a szél.

Odaértünk, minden nagyon kedves volt, annak ellenére, hogy kevesen beszéltek angolul. Kaptunk mi is megfelelő munka ruházatot, ami meglepően nem fehér, hanem zöld csíkos volt. Utána bemutatták az épületet, ami 3 szintes volt. 2 öltöző rész, és 1 ahol tárgyaltak, és megbeszélték az aznapi teendőiket. Az ő napjuk úgy indul, hogy külön helper és asszisztens lap van kinyomtatva, azon mindenki megtalálja a nevét, külön betegekre, időpontra, és teendőkre osztva. Majd kivesszük a központi tárolóból, a legfontosabb munkaeszközöket, az okos telefont, ami olyan programmal működik, hogy az ápoló látja, melyik beteghez mikor kell menni, és ott mit kell tennie. Ez úgy működik, hogy amikor megérkezett, akkor nyomja a START gombot, amikor befejezte a feladatot akkor pedig a FINISHED gombot. A mellékletbe írhat megjegyzést, amit éppen tapasztalt, vagy visszaolvashatja, amit korábban írtak a munkatársai. Az itt dolgozók maguk dönthetik el, hogy biciklivel, vagy autóval mennek a beteghez. Általában aki a város külső részéhez tartozik, ők mind autóval járnak. Ha esetleg neki nincs sajátja, akkor használhatja a munkahelyén lévő autót.

A munkahely vezetője kiválasztotta azokat az ápolókat, akik tudtak angolul, de mivel csak 3-4 ember volt ezért előfordult, hogy olyan ápolóval kellett mennünk, aki igencsak nehézkesen beszélt az angol nyelvet. Az első nap ketten mentünk Helénével, a nálunk egy évvel idősebb lánnyal. Ő asszisztens volt, és látszott, hogy nagyon érti a munkáját. Beültünk az autójába, gyorsan megmutatta a telefonon az aznapi tervet. Elindultunk, és ott láttuk meg, hogy valójában mi a feladata egy asszisztensek.

Minden háznál kivettük a fém dobozból a házhoz tartozó kulcsot, csengettünk, majd bementünk. Az idősök az első napokban nagyon megvoltak lepődve, ezért az ápolók dánul mindig elmondták, hogy mi Magyarországról jött tanulók vagyunk. Az első pár napban még megfigyeltük a feladatokat, körbenéztük a lakásokat, és az ott található modern segédeszközöket. Az emelőket, kerekesszékeket, hogy majdnem minden idősnek egy szintben van a tusolója, azért hogy a vízhatlan kerekesszéket be lehessen tolni, és könnyebb legyen a tusolás.

A második nap már külön váltunk, és mindketten más ápolóhoz kerültünk. A jó az volt, hogy tudtuk nagyjából milyen típusú feladatra kell számítanunk. Elisabeth volt, akivel én mentem. Minden nap új betegeket ismerhettem meg, új feladatokat láhattam, és mivel Elisabeth igen jól tudott angolul, így könnyen megértettük egymást, és nagyon kedvesen elmondott mindent a betegekről. Megmutatta az okos telefonja hogyan működik. Elvitt az ő központjukba, ami egy idősebb otthona, és annak az alagsorába van az összes szükséges eszköz. Külön szekrények voltak, többféle gumikesztyűvel, fertőtlenítővel, mul lapokkal, steril eszközökkel felszerelve.

Egész héten Elisabeth-tel jártam a betegeket, és a hét végére már kezdtek megismerni a beteget, és megengedték, hogy én mérjem a vércukorszintüket, beadjam az inzulint, és sztóma zsákot cseréljek.

Azt mondták, hogy az utóbbi 2-3 hónapban megnőtt a szemműtétek száma, ezért igen sok helyre mentünk, hogy a betegeknél a szemébe szemcseppet csepegtessünk.

Elisabeth megmutatta, hogy a gyógyszerosztás náluk hogyan történik. Minden reggel kinyomtatnak egy orvos által előírt gyógyszerelési lapot, ami nyilván egyénre, betegre szabott. A lapon pontosan fel van tüntetve, a gyógyszer neve, hatóanyaga, az adag száma, és az is, hogy melyik napszakban kell bevennie a betegnek. Ezt a lapot az asszisztens magával viszi, előveszi a gyógyszereket egy lakattal ellátott dobozból, és ez alapján a készen kapható gyógyszerelési dobozba tölti ki, előre 2 héttel.

2. hétünk:

A második héten már sokkal otthonosabban mozogtunk, mint a városban és a gyakorlati helyünkön is. Már tudták a nevünket, megismertek minket. A délelőttök gyorsan elteltek a gyakorlattal. Igyekeztek minket asszisztensek mellé beosztani, mert igen hasonló munkakört látunk el itthon is. De volt egy-két nap amikor helper mellett dolgoztam. Ami olyan szempontból nagyon jó volt, hogy megláthattam mi is valójában az ő feladatuk. Ilyenkor én csináltam a reggelit, segítettem a fürdetésben, amit speciális emelő szerkezettel oldottunk meg, mert a betegnek nem voltak alsó végtagjai. A öltözködésben megfigyelhettem egy műszálas anyagból készült háromszög alakú segédeszközt, amit a beteg lábára húznak fel, aminek köszönhetően a zokni sokkal könnyebben csúszik fel, majd amikor a zokni fent van, akkor ezt a segédeszközt egyszerűen ki lehet húzni.

A betegek elmondták, hogy mire van szükségük a háztartásban, azt mi összeírtuk, majd bevásároltunk nekik. Volt olyan beteg akinél az egész házban nagytakarítást csináltunk. Amikor eltelt ez a két nap, akkor újra Elisabeth-el dolgoztam, ami szakmai szempontból sokkal érdekesebb volt.

Pénteken pedig, a munkarendünkben az iskola szerepelt. Amikor is a SOSU iskolába mentünk angol és szakmai órára. Érdekes volt hogy náluk nem 45 perces órák vannak, hanem blokkok. Azon belül is 3 blokk, amibe 3x30 perces órák vannak. És 1 blokk letelte után van szünet. 2 angol órán voltunk, és 1 szakmai gyakorlaton, ami az alagsorban volt. A demonstrációs termük úgy van kialakítva, mintha egy valósi kórterem lenne, mellette ágytálmósóval, és előkészítő helyiséggel. A kórteremben 6 ágy volt, bennük feküdtek a demonstrációs babák. Megmutatták az emelő szerkezet működését, amit már annyi

láttunk a gyakorlati helyeken. Olyan eszközt, amit a beteg alá helyeznek, mint egy lepedőt, és könnyebben meg tudják fordítani, nagy erő kifejtése nélkül. Van olyan eszközük, amit azért fejlesztettek ki, ha a beteg nem tud sokáig állni, de fontos a helyzetváltoztatás. Akkor erre a piros eszközre, ápolói segítséggel ráállítják, ő megkapaszkodik, és könnyen odébb lehet gurulni, anélkül, hogy a beteg elfáradna.

Még érdekes volt számunkra az etető gép, ami egy gomb segítségével működött. Be kellett kapcsolni, majd amikor a tányérba olyan részre ért, ami étel szimpatikus volt a betegnek, a gombra kattintott, és a gép felszedte neki, és a szájába tette az ételt.

Olyan modern székük van, amibe a beteget beleültetik, és olyan multifunkcionális, hogy különböző vizsgálatok végezhetőek a szék segítségével, valamint alapápolási feladatok. Azért, mert olyan sokféle pozícióba lehet állítani a széket a távirányítója segítségével.

3. hetünk:

Mivel 2 hetet töltött mindenki a saját gyakorlati helyén úgy gondoltuk, hogy ideje cserélnünk a fiúkkal. Mi mentünk a rehabilitációs központba. Kibicikliztünk a vonat állomásra, onnan fél óra buszút vezetett a rehabilitációs központba. Meglepetés volt, hogy ez idősek otthona, és rehabilitációs központ is egyben. A betegek szakszerű ellátást kapnak, és minden idősnek külön szobája van, amibe fürdőszoba, konyha, és egy ágy tartozik. Nagyon szép színes az épület, a betegek szabadon járnak kelnek. Külön foglalkozások vannak, ahol az erre kijelölt ápolók foglalkoznak velük, társasjátékoznak, kártyáznak, kézimunkáznak. Még barkács eszközökkel felszerelt szobájuk is van, ahol szabadon tevékenykedhetnek. Rendszeresen tartanak teadélutánokat az idősek számára.

Az épület másik felében folyik a rehabilitálás. Ide olyan betegek érkeznek, akiknek valamilyen balesetük volt, agyi katasztrófa, bénulás, amin a szakszerű ellátás, és rehabilitálás segíthet. Ezek a betegek nincsenek korhoz kötve, vannak idősebb és fiatalabb betegek. Ők fizetnek azért, hogy ott lehessenek. Nekik is külön lakosztályuk van. Minden nap foglalkozik velük egy gyógytornász, akinek pontosan ki van dolgozva, hogy egy adott betegnek milyen feladatokat kell végeznie. A tornára megfelelő tornaszoba van kialakítva, amibe számos rehabilitációs eszköz található. Több szoba bicikli, futógép, evezőgép. Ha egy beteg nem tudja a lábát használni, akkor emelővel a tornaszobába viszik. Mindenkinek egészszre szabott feladatot kell elvégeznie.

Az intézményben asszisztensek, és nursek dolgoznak. Ők biztosítják a megfelelő gyógyszerellátást. Ami ugyanúgy működik, mint az otthonápolásban. Mivel ez egy egészségügyi központ, itt a betegek száma, és betegségük miatt is több eszközre van szükségük.

Az épületen belül kialakítottak egy régi, világháború korabeli szobát, ahova a zavart beteget viszik, és láthatóan megnyugszanak tőle. Régi tárgyakkal van berendezve, ami pozitívan hat rájuk.

4. hétünk:

Nagyon gyorsan eltelt ez a 3 hét, és az utolsó hetünkön visszamentünk az otthonápolási központba. Megmutatták, hogy az intézmény mellett is van egy idősek otthona, és ők látják el azokat a betegeket is. Egy nagyon otthonos hely, aminek az udvara közepén egy hatalmas üveg van, és ott mindig be tud sütni a nap. Az itt élő betegeknek is külön szobáik vannak, mint a rehabilitációs központban. Az ápolók napi rendszerességgel látogatják őket.

Az utolsó héten már a jól megismert idősekhez mentünk vissza Elisabeth-el. Itt már tényleg szabad kezet adott nekem. Egyedül cseréltem a sztóma zsákot, vércukormesések, szemcsepegtetések, és még a gyógyszerelést is megengedte. Ő addig az idősekkel beszélt, természetesen dánul, ezért én tényleg a feladatommal foglalkoztam.

Az utolsó héten 17-én kedden bementünk a SOSU-ba, ahol 2 tanárnő elvittek minket a Nykobingi kórházba. Nagyon szép, modern épület. Lekísértek minket a gyerekosztályra, ahol a főnővér körbevezetett minket, és részletesen mesélt az osztályról. Ezután a kórház igazgatója vezetett körbe minket az épületben, majd leültünk és feltehetjük neki az összes kérdésünket, az 1 hónapos ott tartózkodásunkról. Minden kérdésünkre nagyon kedvesen, és részletesen válaszolt. Ezután az egyik tanárral Anneval, városnéző útra mentünk. Elvitt minket Mariboba, ami egy nagyon kicsit, de annál aranyosabb város. Bementünk megnézni templomot, majd körbesétáltuk a várost. Utána elvitt minket Marylistre, ami egy tengerpart mellett van. Lesétáltunk a kikötőbe, a tengerpartra, várost néztünk.

Másnap este Hanne jött értünk, és elvitt minket a Nistedi kézilabda meccsre, ahol mindenki nagyon jól érezte magát, nagyon jó hangulat volt.

Pénteken a városházára mentünk, ahol elbúcsúztunk mindenkitől, elmeséltük az élményünket, kikérték a véleményünket a programmal kapcsolatosan. Átadtuk az ajándékokat, és hazamentünk összepakolni a csomagjainkat. Szombaton reggel, reggeli után elindultunk Koppenhágába, ahol még egy kicsit várost néztünk. Mivel a hó elkezdett esni, a repülők 1,5 órát késett, és így hajnal fél 1kor szállt re a repülők Budapestre. Ahol a transzfer kocsit várt minket, és hazahozott bennünket Szegedre.

A helyek ahol kirándultunk:

- Koppenhága: A Kishableány szobra, A koronázási épület, a királyi család múzeuma
- Odense: Hans Christian Andersen háza, és múzeuma
- Roskilde: A viking múzeum

Nagyon jó 1 hónapot tudhatunk magunk mögött, mint tapasztalat, mint pedig ismeretszerzés szempontjából. Mindenki nagyon barátságosan viselkedett velünk, egy örök élmény volt, amit ott tapasztalhattunk, és nagyon hálásak vagyunk amiért részt vehettünk az Erasmus plusz ezen programján!



Nykobing központja



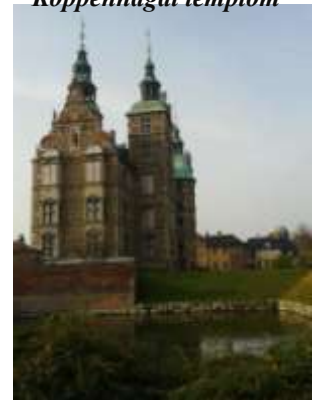
Nykobing Kirke



Kantén



Koppenhágai templom



A kishableány szobra



Mobilizáló gép



Kulcstároló fém doboz



kerekesszék



Nisted





A diákok étkezője



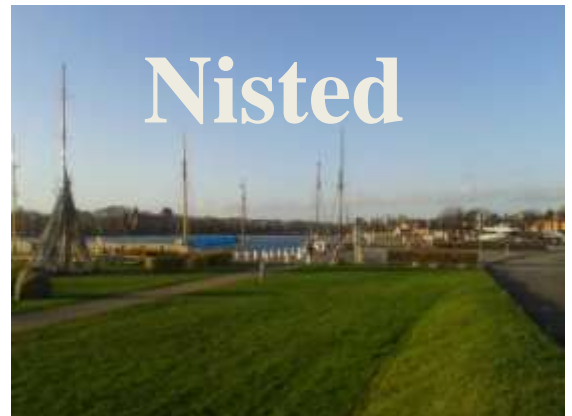
Zokni felvételéhez segédeszköz

Hans Christian Andersen



Rehabilitációs központ (torna szoba)

Torna szoba



Hans Christian Andersen múzeuma