

A FORRÁS

*A következő
kiadványunk
tartalmából:*

Háziorvosok Abán
Az ép fogak védelmében
A védőnők
a kismamák segítői

A Tanka János
Közösségi Ház
és Városi Könyvtár
eseményeinek részletes programja:
www.abakultur.hu

Egészségünk érdekében

Kivételes lehetőség

Helyben a segítség

Egészségünk érdekében

A mondás szerint „Csak egészség legyen, a többi megvesszük”. Talán igaz. Ámbár a bölcsék azt is mondják, hogy az emberek életidejük egyik részében nem vigyáznak magukra, aztán amikor jön a következmény, a betegség, baleset, akkor mindent odaadnak a gyógyulásukért, vagyonokat költenek gyógyszerekre, kezelésekre. Tán mindegyikben van igazság. A mai élet felgyorsult, gyakorta kíméletlenül túlhajszolt. Kevés az idő a pihenésre, sok a környezeti ártalom. Kevés az öröm, a testi-lelki töltetkezés, és bizony hajlamosak vagyunk kevésbé vigyázni magunkra ott is, ahol egyébként lehetne. Mert nem mindegy, hogy mit eszik a család. Nem mindegy, hogy dohányzunk-e. Nem mindegy, hogy iszunk-e egészséges vízből eleget. Nem mindegy, hogy eleget alszunk-e. Nem mindegy, hogy hogyan gondolkodunk, hogyan rendezzük be az életünket napról, napra. Nem mindegy, hogy romboljuk-e magunkat sok cukorral, alkohollal, egészségtelen táplálékkal, rontó gondolattal, nem kímélve a szervezetünket, sejtjeinket, idegrendszerünket. Pedig ez is felelősség. Felelősség az élet iránt, felelősség a család iránt, felelősség önmagunk iránt, mert szeretteink és mi magunk is megérdemelnénk a jót. Tennünk kéne érte egyenként és közösségként is.



Kiadvány - 2018. május

Kiadja: Tanka János Közösségi Ház és Városi Könyvtár

Postacím: 8127 Aba, Rákóczi u. 4/B.

E-mail: kultur@aba.hu

Telefon: +36 22 430 005



Aba mindezzel együtt is szerencsés helyzetű város. A fejlődésnek, az elmúlt évek eredményeinek köszönhetően a tudatosság mindinkább jelen van. A közös felelősségvállalás nem pusztán álmom, hiszen az egészségügyi ellátás tekintetében szinte minden megtalálható. A mentőállomásnak köszönhetően percekben belül érkezik a segítség. A szakrendelőben számos területen helyben elérhető az orvosi ellátás. Az orvosi ügyelet éjszaka és hétvégén is segít. Az Idősek Otthonában pedig azok is támaszra lelnek, akik a mindennapokban már nem boldogulnának egyedül.

Aba rendkívüli helyzetben van. Bár Magyarország egészségügyi helyzetéről, napról-napra érkeznek aggasztó hírek, és sok város lakói kénytelenek kevesebbrel is beérni, mint ami Abán elérhető, ebben a városban az egészségügyi ellátás teljes körűnek mondható. A biztonság érzése különösen fontos, ha valaki bajba kerül, megbetegszik. Sok-sok ember áldozatos munkájának köszönhető, hogy Aba városában a segítség éjjel, nappal elérhető.

Azokat, akik vállalják ezt a nehéz, időt és energiát nem kímélő munkát, ami mások mentését és gyógyítását jelenti, érdemes megismerni, megbecsülni. Sok átvirrasztott éjszaka, munkával töltött ünnepnap, türelem és áldozatvállalás az ő osztályrészük, hogy mindenkihez időben jusson el a segítség. Abán pedig ott vannak mindahányan és teszik a dolgukat, ami lehetőséget ad arra, hogy Aba város lakói mindig biztonságban érezhessék önmagukat és családjukat.



Kivételes lehetőség

Egyáltalán nem egyszerű minden településen biztosítani a megfelelő orvosi ellátást. Elmondható, hogy Aba különösen jó helyzetben van, hiszen számos területen biztosított az egészségügyi ellátás a Sárvíz Kistérségi Járóbeteg Szakrendelőnek köszönhetően. Olyan egészségügyi ellátásra is lehetőség van Abán a szakrendelőnek köszönhetően, ami korábban nem volt helyben elérhető. Dr. Juhos Enikő, az intézmény vezetője mutatja be az itt folyó munkát.

– Milyen szakrendelések állnak a rendelkezésre, amiért már nem kell elutazni másik városba?

– A Sárvíz Kistérségi Járóbeteg Szakrendelőben 17 szakrendelés elérhető. A bőrgyógyásztól a reumatológiáig, a kardiológiától a tüdőgyógyászatig, a szemésztől a neurológiáig számos területen tudjuk biztosítani Abán a szakorvosi ellátást. A helyben elérhető ellátások jó színvonalúak.

– Mennyit kell várni egy-egy vizsgálatra?

– Az orvosok ma már nem csak egy településen dolgoznak. Sokan a kórházi munkájuk mellett vállalnak plusz munkát, gyakran távolabbi városokból érkezve látják el a feladatot. Egyáltalán nem könnyű összehozni a munka és időbeosztást, ugyanakkor büszkén mondhatom, hogy sikerül ellátnunk a feladatainkat.

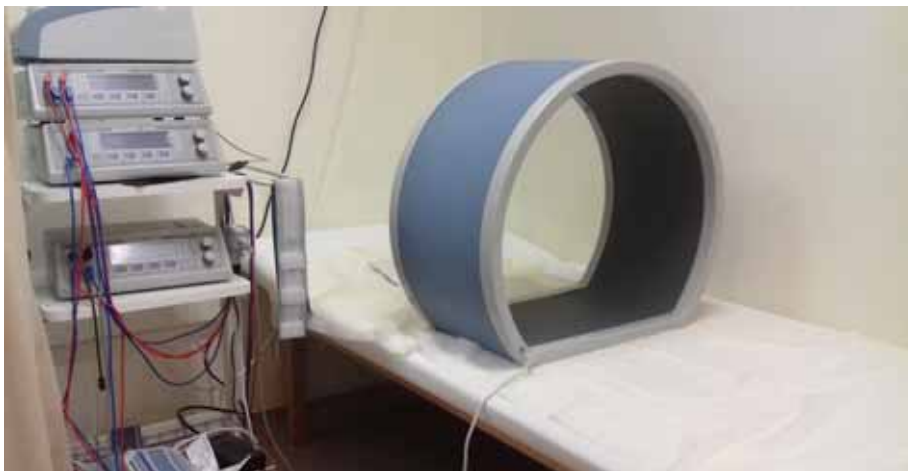


Igyekszünk a lehető legrövidebb idő alatt biztosítani a megfelelő időpontot. Pályázati támogatással jött létre a szakrendelő, nagyon fontos előrelépésnek tekintjük, hogy sikerül Abán megoldani ilyen sok szakrendelés helyi elérését. Ez nagyban köszönhető annak is, hogy a város vezetése minden tekintetben támogatja a munkánkat.



– Az orvossal való együttműködés bizalmat feltételez. Mennyire érzékelhető a városban a konkrét orvoshoz való kötődés igénye?

– A járóbeteg-szakorvosi ellátásban ez kevésbé jelentkezik. Vannak területek, ahol az emberek szeretnek konkrét orvoshoz kötődni. Ilyen a nőgyógyászat vagy a fogorvos, illetve hosszan elhúzódó kezelést igénylő esetekben érzékelhető. A nálunk megforduló betegállomány, a szakorvosi ellátás nem tartozik ezek közé. Abán a tapasztalatok szerint az emberek bíznak az itt rendelő orvosokban.



Fontos a számukra, hogy helyben érhetik el az ellátást. Nagyon kevesen vannak, akik csak azért járnának be Székesfehérvárra az ellátásért, mert nem bíznának a helyben elérhető orvosi segítségben. Úgy tűnik, fontosabb, hogy minden helyben intézhető. A szakrendelőt finanszírozott, így minden probléma nélkül tudják igénybe venni a szakrendelőben elérhető ellátást. Az ultrahangos vizsgálatok nem finanszírozottak, azonban az önkormányzatnak köszönhetően az abaiak számára ezek a vizsgálatok sem kerülnek pénzbe, mivel az önkormányzat vállalta ennek a költségeit. Természetesen a vizsgálat csak a helyi, illetve a kistérségi lakosok esetében ingyenes. Bárki más számára térítésköteles az ultrahangos vizsgálat.

– Kik segítik a mindennapi munkát?

– Az orvosok, akik a szakrendelőben tudásukkal szolgálják a térségben élőket, nem helybeliek. Azonban a munkánkat segítő asszisztensek, a szakrendelő munkatársai itt élnek. Ez is elősegíti a bizalom épülését. Elmondhatom, hogy nagyon jó csapat áll a rendelkezésünkre, számíthatunk a munkájukra.

Ügyeleti ellátás Abán

A rendelési időn kívüli orvosi ügyelet azt a biztonságot jelenti, hogy az esti órákban, hétvégén és ünnepnapokon is kéznél van az orvosi segítség. Aba városában és a kistérségben az Emergency Service Kft. szervezésében látják el ezt a feladatot. Rédei József ügyvezető igazgató nem csak azt mutatja be, hogy mit jelent az orvosi ügyelet folyamatos biztosítása. Arról is képet kapunk, hogy az orvosi munka milyen áldozatos hozzáállást kíván az orvosok részéről a betegellátás érdekében.

– Több mint 90 telephelyen vagyunk jelen országsszerte. Abán is mi biztosítjuk az orvosi ügyeletet. Ennek a feladatnak a folyamatos biztosítása koránt sem egyszerű, hiszen a rendelési időn túli orvosi ügyeletet az érintett orvosok maguk is plusz feladatként vállalják, a saját munkaidejükön túl. Természetesen szabályozva van, hogy mennyi időt dolgozhat, hány munkaórát vállalhat el egy orvos, ezért komoly koordinációs munkát igényel a megfelelő számú szakember biztosítása. A mi feladatunk, hogy ezt megszervezzük. A legtöbb helyen maga az ügyeleti orvosi rendelő és a teljes eszköztár, a műszerek és a gyógyszerállomány is a mi tulajdonunkban van, mi gondoskodunk a meglétükről. Abán 2009. novemberétől vagyunk jelen. A városban a Szakrendelő épülete ad helyet a központi orvosi ügyeletnek, ott találják meg az ügyeletet orvost. Nem csak az alapellátásban veszünk részt, a sürgősségi munkába is bevonnak bennünket. Bár szigorúan szabályozott, hogy mi tartozik az ügyeleti ellátás körébe, az ügyeletre érkező betegeket mindenképpen ellátjuk. A dokumentációban jeleznünk kell, hogy az adott ellátás indokolt státuszú-e. Abán az esetek nagy többségében indokolt esetben fordulnak ügyeleti orvosi ellátásért.



Ezért elmondhatjuk, hogy itt alapvetően szabálykövető magatartásról beszélhetünk. Ez nagyon jó statisztikai adatnak minősül. Országosan egyáltalán nem ez a jellemző arány. Feladatainkat az is szaporítja, hogy a Mentőszolgálattól is gyakran érkezik hozzánk kérés, hogy vegyünk részt a mentési feladatokban. Ilyen esetekben természetesen ezeket a kéréseket is teljesítjük.

– **Az orvosi ügyelet szempontjából kikre számíthatnak?**

– Ma már az orvosok jelentős többsége nem csak a saját településén, illetve annak szűk vonzáskörzetében dolgozik. Nem ritka, sőt jellemző, hogy sokan közülük az ország más megyéiben is munkát, ügyeletet vállalnak. Ennek a helyzetnek a kezelése, koordinálása bevallottan nem könnyű feladat. A mi munkánknak talán a legnagyobb kihívása, hogy az általunk kezelt településeken megfelelő színvonalú, folyamatos ellátást tudjunk biztosítani. Ez az orvosoktól is sok áldozatot kíván, hiszen ha arra gondolunk, hogy a napi munkájukat követően más városba, akár másik megyébe kell utazniuk az ügyeleti munka ellátására, akkor nem nehéz megéreznünk, miért olyan fontos tényező, hogy ezt nap, mint nap vállalják. Számukra adott esetben nem létezik sem hétvége, sem karácsony, sem semmilyen ünnepnap, teszik a dolgukat éppen úgy, mint a Mentőszolgálat dolgozói, vagy a kórházi ügyeletet ellátó szakszemélyzet. Vannak főállású orvosaink és olyan kórházi és házi orvosok, akikkel szerződéses jogviszonyban vagyunk. Velük oldjuk meg az ügyeleti orvosi ellátást. Tavaly 2158 beteget láttunk el Abán és a kistérségben. Ez összesen 7 települést érintő adat. A Mentőszolgálattól pedig 35 feladatot vettünk át.

– **Milyen esetekben számít indokoltnak az ügyeleti ellátás?**

– Az orvosi ügyelet azt jelenti, hogy a körzeti orvos által biztosított rendelési időn túl, az ügyeleti ellátás keretében kell biztosítani az orvosi ellátást. Az ügyelethez elvileg olyan akut esetben illene fordulni, ami nem tűr halasztást. Gyakran tapasztaljuk országos viszonylatban, hogy az emberek akkor is az ügyeleti ellátást veszik igénybe, amikor a panaszok már napok óta fennállnak, csak valamiért nem volt idejük, lehetőségük a rendelési időben elmenni a körzeti orvoshoz. Valójában az indokolt esetek meghatározása kicsit keveredik a sürgősségi esetekkel, ahol a legtöbbször mentőt hívnak. Abán talán azért is jobb a helyzet az országosan tapasztalhatóénál, mert sokféle formában tájékoztattuk a lakosságot, filmet is forgattunk, folyamatosan tájékoztatók sorával informáltuk az embereket.



A halasztást nem tűrő, egészséget veszélyeztető állapot esetén indokolt az ügyeleti ellátás. Magyarországon az emberek hozzáállása ebben sokkal kevésbé fegyelmezett, mint más országokban. Ennek hátterében az is ott van, hogy itthon az ügyeleti ellátásért nem kell fizetni, míg számos országban az indokolatlanul igénybe vett ügyeleti ellátás térítésköteles.

– **Az egyéni és társadalmi felelősségvállalás mennyiben jelenik meg az egészségügyi ellátás területén?**

– Abán biztosan megjelenik. Egyrészt valóban fegyelmezettek az itt élők, ami nagymértékben köszönhető az évekkal ezelőtti tájékoztató munkánknak. A beteghívások kb. 40 %-a Abáról érkezik, ha a kistérségi ügyeleti betegellátást tekintjük. Akár Abára, akár az ország más területére fókuszálunk, akkor az egyéni felelősségvállalás ott jelentkezik, hogy ha tünetet, betegséget, problémát észlel valaki, akkor nem halogatja az orvosi ellátást, hanem a körzeti orvoshoz vagy szakrendelésre megy rendelési időben. A személyes felelősségvállalás kérdésköre az is, hogy mennyire jól méri fel a tényleges állapotot, milyen tünetek, problémák esetén veszi igénybe az ügyeleti orvosi ellátást. Ha a társadalmi felelősségvállalás szempontjából vizsgáljuk a kérdést, akkor Aba szintén kiemelhető pozitív példaként, mert valóban sok segítség érkezik. Nagyon jó a kapcsolatunk a Polgárőrséggel. Például ajándékba kaptunk egy garnitúra téli gumit az ügyeleti autóra. A Sárosdi Önkormányzattól tárgyi eszközöket kaptunk, valamint dicsérő oklevéllel ismerték el az ügyeleti munkát. Mi is megteszük, amit lehet. Abán az Idősek Otthonában a nővéreknek újraélesztési oktatást tartottunk, valamint tájékoztattuk őket, hogy hogyan ismerjék fel a súlyosabb tüneteket. Nemrégiben Abán baleseti szimulációt tartottunk, ami szintén nagyon jól sikerült. Az önkormányzattal, az intézményrendszerrel, és az ott lakókkal is szoros és aktív a kapcsolatunk Abán. Ez abban is megmutatkozik, hogy gyakorlatilag nem érkezik panasz vagy reklamáció a munkánk minőségével kapcsolatban.



Az egészség szolgálatában

Amikor az ember élete problémamentes, akkor általában másképpen látja a világot, mint amikor a baj bármely formában felüti a fejét. A legkisebb problémánál azonban segítő kéz után kap, hiszen legtöbbször nem képes önmagában orvosolni a dolgot. Ahhoz, hogy a segítség azonnal rendelkezésre álljon, az kell, hogy a segítő szakmát választók folyamatosan elérhetőek legyenek. Nem sokat gondolkodunk a hétköznapiakban azon, hogy mekkora áldozatvállalás egy mentőstől nap, mint nap a családjától távol tölteni az éjszakát. Hiszen csak az a fontos, hogy amikor megtörténik a baj, mielőbb megérkezzen a segítség. Azon is ritkán gondolkodunk, hogy az éjszakai ügyeletet ellátó orvos sem otthon, a saját ágyában alszik, hanem egy ledolgozott nap után folyamatos készenlétben áll rendelkezésre a betegek számára. Az is természetes, hogy a szakorvos tudása legjavát adva, szinte bármikor elérhető legyen, miközben ő aznap már egy másik város betegeivel is foglalkozott, mielőtt megkezdte helyben a rendelőt. Néha morgunk, ha várni kell egy vizsgálati időre, gyakorta elégedetlenek vagyunk a körülményekkel, és könnyen mondunk véleményt az egészségügyről. Azonban a legritkábban gondolunk bele, hogy mit érez a mentős, amikor egy szolgálat után hazatér? Hogyan dolgozza fel az aznap látott eseteket? Eszébe jut-e bárkinek, hogy a számtalan nehézség és tragédia, amivel nap, mint nap találkozunk az egészségügyben, hogyan oldódik fel az orvos, a szakszemélyzet vagy egy asszisztens nő lelkében. Pedig néha ezt is érdemes számba venni. A segítő szakmát végző emberek munkája kiemelten nehéz. Amikor valaki gyógyultan távozik, az nem csak elvárható, szakmai tudásból szinte kötelező eredmény. Ezek olyan hivatások, amit csak szívvel, lélekkel lehet végezni. Hazabocsájtani valakit egészségesen, az élet ünnepe. Az a sok áldozatos munka, ami ezt megelőzi, olyan érdem, amiért bizony megérdemlik a megbecsülést. Az éjszakás nővér, az ügyeletes orvos, a mentőápoló mind azt választotta, hogy a bajban ott van az ember mellett és segít. Segíti átvészelni a nehéz időt, túlélni egy balesetet, minden eszközzel támogatják a gyógyulást, a felépülés folyamatát. Érdemes lenne néha egy-egy szeretettel gondolatot, egy kedves mosollyal fordulni feléjük. Mi az, amit emellett tehetünk? Vigyázzunk magunkra és a családtagjainkra. Sok baleset megelőzhető lenne, ha figyelmesebbek lennénk vezetés vagy bármely tevékenység közben.

Egészségesebbek lehetnénk, ha odafigyelnénk a táplálkozásunkra, nem a cigaretta lenne a „jó barátunk”, és nem alkohollal csillapítanánk a feszültséget. A gyerekeinket csokoládé és feldolgozott élelmiszer helyett zöldségre, gyümölcsre szoktatnánk kiskoruktól kezdve. Arra is jó lenne figyelni, hogy a bennünk felhalmozódott feszültséget valami örömteli programmal oldjuk fel. Társasággal, barátsággal, közösségi programokkal, kirándulással, örömteli együttlétek sorával. Az élet tele van örömelehetőségekkel, csak élni kellene velük. A családok boldogságának alapvetése nem csak az, hogy bevételünk legyen a számlák fizetésére, hanem az is, hogy egészségben, problémamentesen töltsük együtt azt az időt, ami megadatik. Sokkal többet tehetnénk magunkért és a szeretteinkért, ha a rossz szokásokat és a figyelmetlenséget tudatosságra cserélnénk fel. Odafigyelő, magunkra és másokra is tekintettel lévő tudatos jelenlétre. Azzal is tehetünk, ha minderre megtanítjuk a gyerekeinket. Tisztelni az életet, becsülni az embereket és felelősséggel élni az életünket. Mert ez nem csak mindannyiunk érdeke, hanem ezzel tehetünk a legtöbbet a szeretteinkért.



Helyben a segítség

Amikor az ember bajba kerül, a legfontosabb, hogy minél előbb megérkezzen a segítség. Ilyenkor mindenki a jól ismert számot tárcsázza. **104**, a mentők hívószáma. Bármekkora is a baj, idő, amíg a legközelebbi helyről megérkezik a mentőautó. Ezért talán nem túlzás azt állítani, hogy az egyik legfontosabb fejlesztési eredmény a helyi mentőállomás létrejötte. Nagyon sokat számít, hogy nem Sárbogádról vagy Székesfehérvárról kell megvárni a mentőt, hanem percek alatt megkezdődhet a sérült ellátása. Cseh-Bognár Gergely az Abai Mentőállomás vezetője nyújt bepillantást a mindennapi munka kihívásaiba.

– A Mentőállomás létrejötte miben változtatta meg a város életét?

– Az, hogy helyből indulhat a segítség, alapvetően változtatta meg a térség ellátásának feltételeit. Egyáltalán nem mindegy, hány perc alatt érünk el a sérülthöz. Korábban Székesfehérvárról, Sárbogádról érkezett a mentő. Az, hogy helyben vagyunk, illetve a környező településekre is sokkal rövidebb idő alatt érünk ki, nagyban hozzájárul ahhoz, hogy a lehető leggyorsabban jussanak segítséghez az érintettek. Együttműködünk az orvosi ügyelettel is, így az együttes kivonulás még biztonságosabbá teheti a mentést.

– A helyiek részéről vannak-e visszajelzések?

– Igen, a város lakóitól kapunk visszajelzéseket, hogy mennyire értékes számukra az a biztonság, amit a helyben lévő mentőállomás nyújt. Emellett a lakossággal és az iskolákkal

is szoros a kapcsolatunk. Nyílt napokon tájékoztatással készítjük fel a gyerekeket, hogy adott esetben mit kell tenni, ha mentőt kell hívni. Az egészségtudatos nevelésben is igyekszünk részt venni.

– Hány autóval látják el a mentési munkálatokat?

– Két mentőautó áll a rendelkezésünkre, ezekkel folyamatosan szolgáljuk a térséget. Rendkívül nagy esetszámot látunk el a kistérségben és a kistérségen kívül is.



A közúti baleseteknél fontos, hogy a közlekedésben résztvevők segítsék a mentők munkáját, például lehúzódnak, ha meghallják a szirénát.

– Melyek azok a jellemző sérüléstípusok, amikkel találkoznak? Meg lehetne-e előzni a baleseteket?

– A közlekedési balesetek, sport- és szabadidős balesetek, szabadtéri munkavégzés közben történt balesetek a legjellemzőbbek, illetve a nyári kánikulában a rosszulletek és a vízi balesetek gyakoribbak. A figyelmes közlekedéssel, gépkocsivezéssel számos közlekedési baleset is elkerülhető lenne. Nem érdemes néhány perc előnyért veszélyes előzésbe kezdeni. Sajnos a 63-as úton több közlekedési balesethez riasztanak bennünket. Ami Abát illeti, szerencsés helyzet, hogy kevesebb a gyermekbaleset. A felnőttek pedig ha jobban odafigyelnek a tevékenységeikre, számos bajtól kímélhetik meg magukat.

– Hova szállítják a sérülteket?

– A kistérségben az eset súlyosságától függően orvosi ügyeletre, vagy a legközelebbi ügyeletes kórházba szállítjuk a beteget.

Közös felelősség

Fiatalon természetes, hogy nem gondolunk arra, mi is vár ránk évtizedek múltával. Voltak idők, amikor generációk együtt éltek, így természetes volt, hogy van, aki vigyáz a gyerekekre, ahogy az is magától értetődő volt, hogy az idős szülőkről a gyerekei, unokái gondoskodnak. Azonban ez gyökeresen megváltozott. Ma már nagyon sok család külön, sőt egymástól távol él. Addig, amíg mindenki egészséges és önellátó, ez nem okoz problémát. Azonban eljön az idő, amikor az idős ember már nem tud gondoskodni magáról, a család pedig nem tudja megoldani a gondoskodást, az együttlakást. Ennek nem csak az az oka, hogy felgyorsult világban élünk. A lakhatás, a megélhetés nagy úr. Keveseknek adatik meg, hogy teljesen átszervezzék az életüket és gyökeresen megváltoztassák a körülményeket. Ilyenkor keresni kell a segítséget. Vannak olyan szerencsések, akik biztonságban tudhatják az idős családtagot. Igaz, ára van a megoldásnak. Ez az ár koránt sem pénzben mérendő, hiszen a megélhetést mindenkinek biztosítani kell. A valós ár az, hogy az idős családtagnak, hátrahagyva szinte mindenét, vállalni kell az Idős Otthonban történő ellátását. A társadalom felelőssége lenne, hogy az idős, magát már ellátni nem tudó ember gondozása megoldott legyen? Abban az esetben mindenképpen, ahol nincs családtag, de a közösség azokért is tehet, akiknek a családja nem tudja megoldani, hogy otthon gondoskodjon az idősekről. Mert felelősséggel tartozunk egymásért, még ha ebben az elkülönülés útját járó korban, ez kevésbé nyilvánvaló.

Egy-egy önkéntesen vállalt segítő nap, vagy a fiatalok jelenléte, egy kis beszélgetés felvállalása, semmibe sem kerül, de azoknak nagyon sokat számít, akik egy Otthon falai között töltik az életük utolsó szakaszát, idegenek gondoskodására kényszerülve. Nekik egy csepp szeretet és önzetlen törődés, ajándék. Fontos pillanat, hogy egy végigdolgozott élet után, a saját otthonukból, megszokott környezetükből kiszakadva, a jól megszokott életüket hátrahagyva, egy Otthon falai között élve is van, aki kíváncsi rájuk. Az életükre, a történeteikre. Ők figyelmes időt kapnak ez által. Értékes időt, amíg az életidejük napjai peregnek.

Az idősök léte, gondozása, egyáltalán nem kis probléma. Társadalmilag sem megoldott, hiszen a férőhelyek száma korlátozott. Azt sosem lehet előre tudni, ki fog rászorulni arra, hogy a segítő szakma szerelmesei napról-napra, hétről-hétre vállalják a mindennapi gondviselést, levéve ezzel a családok válláról a terhet.

A családtag, amikor látogatóba megy, vajon átérzi-e, hogy mekkora segítséget kap avval, hogy az idős szülő, családtag biztonságban van? Vigyáznak rá, gondoskodnak róla, amíg ő élheti a saját felépített életét. Megtanítjuk-e a gyermekeknek, hogy miért fontos az élet és az idősek tisztelete? Mi magunk elég türelmesek vagyunk-e azokkal, akik már életútjuk vége felé járnak? Eszünkbe jut-e, amikor kritikát fogalmazunk meg, hogy mi mit tehetünk ezekért az idős emberekért? Gondolunk-e arra, hogy mi mit szeretnénk majdan visszakapni, amikor már nem tudjuk magunkat önállóan ellátni? Kell a jó szó. Kell a törődés. Kell a gondviselés. Kell a felelősségvállalás. Kell, hogy tudva tudjuk, ez az út a végén is szép kell maradjon. Nem csak a fiatal évek élvezete, de az évtizedekkel későbbi nyugalom is ugyan úgy jogos lenne mindenkinek. Csak hálásak lehetünk mindazoknak, akik azt a munkát ellátják, amit mi magunk nem tudunk elvállalni. Akik az idősekkel töltik a mindennapjaikat helyettünk.



Igaz, nekik ez a munkájuk, ez a vállalt hivatásuk. Azonban megérdemlik, hogy megbecsüljük őket, tisztelettel nézzünk rájuk, és segítsük a munkájukat, amiben csak lehetséges. Mert amit tesznek a családtagjaink érdekében, az olyan segítség, ami szinte pótolhatatlan. Az utódok nyugalma, az idősök biztonsága, a mindennapi felvállalása az utolsó szakasz kísérésének. Nagy feladat ez. Ahogy az is adomány, hogy Aba városának van olyan intézménye, ahol az időseket mindannyian jó helyen tudhatjuk. Néha pedig közös ügyként megtehetjük, hogy egy-egy napra mi is részesei legyünk ennek a feladatnak. Akár csak avval, hogy néhány órára megszépítjük az Otthon lakóinak az életét.

Abán az idősekre is gondolnak

Ma már nagyon ritka, ahol több generáció él együtt. A legtöbb családnál az idősek idővel egyedül maradnak. Sok esetben a gyerekek, unokák más városban, sőt mostanában gyakorta más országban élnek. Olyan is előfordul, hogy az idős embernek nincsenek családtagjai, rokonai. Ezek az élethelyzetek megnehezíthetik a mindennapokat az érintettek számára. Aba különleges helyzetben van e tekintetben, hiszen a városban sokak számára megoldást jelent az Idősek Otthona, ahol biztonság és gondoskodás várja a lakókat. Ez azért jelentős, mert nagyon sok család életét könnyíti meg az a tény, hogy családtagjukat jó helyen tudják. Ajtai Judith intézményvezető helyettes és Gráczerné Tanárki Ildikó vezető ápoló mutatja be az Abai Idősek Otthonának működését.

– Hogyan működik az intézmény?

– A bekerülésnek szigorú rendje van. A folyamat elindításakor egy kérelmet kell benyújtani annak a személynek, aki szeretne az Idősek Otthonába felvételt nyerni. Első lépésként egy várólistára kerül, hiszen az intézményben a férőhelyek száma adott. A megüresedő helyekre a várólista alapján kerülnek be a kérvényezők. A bekerülési sorrendnél az abaiak előnyt élveznek. A konkrét felvételi időpontot megelőzi egy előgondozás. Ennek keretében pontos tájékoztatást kap a jövőendőbeli ellátott az intézményi gondozásról, valamint mi is tájékozódunk, hogy minden ismeret a rendelkezésünkre álljon a gondozás alapos előkészítéséhez.



Az előgondozás során nem csak adatokkal dolgozunk, hanem igyekszünk minden értelemben felkészíteni az illetőt az intézményi ellátásra. Hiszen egyáltalán nem könnyű kiszakadni a saját, megszokott környezetből. Azt is megbeszéljük, hogy mit tud a beköltöző magával hozni, milyen szoba áll rendelkezésre, a gondozás minden feltételéről gondoskodni kell.

– Van kizáró ok?

– Alapvetően mi nem utasítunk el senkit, de a vonatkozó szociális törvény meghatározza a felvételre jogosultak körét.

– Az Otthonba bekerülve megváltozik minden. Hogyan tudják segíteni a beilleszkedést?

– Sok minden múlik a családon. Hiszen a lelki felkészítést nekik kell vállalni. A családtag megnyugtatása, a biztonságérzet és a gondoskodás meglétének megértése is fontos. Azt is tudatosítani kell, hogy az Otthonban általában valaki mellé kerül be az illető. Egy másik ember, egy idegen megszokása nem megy mindig könnyen. Mi nagyon odafigyelünk arra, hogy lehetőleg olyan emberek kerüljenek egymás mellé, akik várhatóan jól kijönnek egymással. Mivel behozhatnak magukkal saját dolgokat, így ez segíti a beilleszkedés folyamatát, hiszen a jól megszokott tárgyakat az Idősek Otthonában is maga körül tudhatja. Akár a saját jól megszokott foteljét is hozhatja, ami a kényelmét biztosítja. Emellett minden nap vannak foglalkozások. Fejlesztő és kulturális foglalkozások segítik a mindennapokat.

– Mekkora erőforrással kell rendelkezzenek azok, akik itt dolgoznak, hiszen koránt sem könnyű feladat, amit ellátnak?

– Mekkora erőforrással kell rendelkezzenek azok, akik itt dolgoznak, hiszen koránt sem könnyű feladat, amit ellátnak?

– A magas szintű szakmai felkészültség mellett nagy empátia szükséges, hiszen ez nem csak szakma, hanem hivatás. Különösen a beköltözés után van szüksége az idős embereknek arra, hogy kiemelt figyelemmel segítsük a beilleszkedés időszakát. Természetesen az itt töltött idejük teljes hosszában az a cél, hogy a lehető legkomfortosabban érezzék magukat.



A régebb óta egyedül élők társaságba kerülve programokban vesznek részt, ami kifejezetten kellemessé teheti a mindennapjaikat a több évnyi egyedüllét után. A családdal sem szakad meg a kapcsolat, hiszen a szeretteik látogatása sem marad el. Ugyanakkor kétségtelen tény, hogy számukra idegen környezetbe kell megtalálni a helyüket és ebben az intézmény minden dolgozójának aktív szerepe van. Nem csak a gondozást ellátó nővérek, hanem minden munkatársunk olyan szociális beállítottságú alkalmazott, akik szeretettel és törődéssel teszik könnyebbé az itt élők mindennapjait. A türelem, a figyelem, a szeretettel odafordulás a munkánk része kell legyen. Mindannyian együtt gondoskodunk arról, hogy minél jobb körülményeket teremtsünk a nálunk élők számára. Az itt dolgozók váltott műszakban dolgoznak. A hétvégén, ünnepnap, éjszaka sem maradhatnak egyedül az itt lakó idős emberek. Ez a gyönyörű munka tehát a dolgozók részéről azzal az áldozatvállalással is jár, hogy sokszor a saját családjuktól távol töltenek jelentős időt, hogy más családoknak segítsenek gondotviselni az idős családtagokról. A segítő munkát ellátók evvel járulnak hozzá az adott település közösségéhez, az itt élő családok életét segítve.

– Itt barátságok is szövődnek?

– Igen. Itt egy kis közösség várja az új lakót. A foglalkozásokon, az ebédnél, a szabadidőben együtt töltik az időt.

Társaságban vannak. A szobatársat igyekszünk úgy megválasztani, hogy a legjobb megoldást találjuk meg mindenki számára. Ezek a helyzetek mind elősegítik, hogy a lakók jól érezzék magukat. Az intézmény egy keretet ad. Biztonságot, ellátást, figyelmet. Ugyanakkor az itt élők ugyan úgy kötnek barátságokat, töltenek együtt időt egymás társaságában, mint az életben máshol.



– Egyáltalán nem könnyű feladat, amit az Idősek Otthonának dolgozói felvállalnak. Mi ennek a szakmának a szépsége?

– A családot nem tudjuk pótolni, de mindent megteszünk azért, hogy az itt töltött időt jól éljék meg a lakóink. Ez komoly felelősség, ugyanakkor csodálatos feladat. Szébbé tudjuk tenni ezt az időt, a közösség élményét adjuk, gondozzuk, ápoljuk, vigyázunk rájuk. Ez biztonságot ad nekik. A megértés, a törődés, amit kapnak, segít nekik. Emellett tudni kell, hogy itt minden embernek megvan a maga élete, sorsa. Meghallgatjuk a történeteiket, megismerjük őket. Fantasztikus látni, megérteni ezeket az embereket, akik ide kerülnek. Az emberi élet értékességét ismerjük fel. A külvilágban gyakran elmegyünk egymás mellett, alig fordul elő, hogy igazán meghallgatnánk egymást. Az itt lakókkal készítünk életút interjút. Nagyon fontos pillanata ez az életnek. A személyük értékeit mutatják meg magukból. Annyi bölcsesség él bennük, jó lenne, ha minél többen megismernék ezeket a történeteket. Jó a kapcsolatunk a város iskoláival. Fontos, hogy a fiatalok találkozzanak ezekkel az emberekkel, akár egy ünnepi műsor keretében is. Szívesen fogadunk önkénteseket. Az iskolai közösségi szolgálat keretében van lehetőség arra, hogy itt teljesítsenek a fiatalok értékes szolgálatot. De nem csak diákokat várunk, bármely korosztály vállalhat önkéntes munkát nálunk. Nem kell nagy dologra gondolni, egy jó beszélgetés, felolvasás is élmény a lakóinknak. Tehát, számos lehetőség nyílt arra, hogy az itt élők és a következő generáció kapcsolatba kerülhessen egymással. Jónak véljük, ha a fiatalok valamilyen formában rálátnak erre a korosztályra. Segíthet nekik, hogy kialakuljon bennük az idősek iránti tisztelet és türelem. Ez abban is segíthet a fiataloknak, hogy a saját nagyszüleikkel, az idősek társadalmával kialakulhasson egy bensőségebb viszony. Örömet adni talán a legnagyobb dolog a világon. Az önzetlen segítségadás, a felelősségvállalás olyan emberi attitűd, ami mindenki számára fontos. Az emberi élet kiteljesítésének lehetősége.

