

Norėjau padėti: ilgametės diabeto slaugytojos ir mokytojos patirtis

Juzefa Uleckienė

Lietuvos diabeto asociacija

Kiek tik save prisimenu, visada norėjau padėti silpnesniems, sergantiems, netekusiems jėgų ir vilties. Galbūt todėl daugiau nei prieš 66-erius metus, 1956 metų kovo 16-ąją, pasirinkau medikės kelią. Kad ir kokias pareigas ėjau, visada stengiausi savo pacientams duoti daugiau, nei buvo numatyta mano pareiginiuose nuostatuose.

Galimybę slaugyti žmones laikau likimo man skirta dovana. Esu įsitikinusi, kad padėti sergančiųjų kūnams ir sieloms yra ir atsakomybė, ir privilegija. Didžiausią dėmesį, daugiausia laiko ir gebėjimų skyrčiau ir iki šiol skiriu sergantiesiems cukriniu diabetu, mokau juos pažinti, suprasti savo ligą ir išmokti ją kontroliuoti.

Ne veltui visame pasaulyje pripažįstama, kad, gydant sergančiuosius cukriniu diabetu, tokiems mokymams tenka pagrindinis vaidmuo. Atsižvelgiant į tai, kad ši liga – visam gyvenimui, mokymo ir mokymosi procesas tęsiasi tiek pat – iki gyvenimo pabaigos.

Gera žinia ta, kad cukrinį diabetą tikrai galima kontroliuoti. Tačiau kad šios ligos kontrolė būtų veiksminga, svarbios kelios sąlygos. Dar 1930 metais garsus Jungtinių Amerikos Valstijų diabetologas Elliotas Joslinas teigė, kad diabeto ligos kontrolė veiksminga tada, kai turima pakankamai žinių, supratimo ir gebama visa tai pritaikyti.

Cukrinis diabetas – ne ta liga, į kurią galima numoti ranka. Toks požiūris gali labai brangiai kainuoti. Todėl labai svarbu išmokyti žmogų stebėti ir koreguoti gliukozės kiekį kraujyje. Tik taip galima išvengti sunkių komplikacijų arba jas atitolinti.

Per ilgus darbo metus man teko daugybę kartų matyti ir kartu išgyventi situacijas, kai žmogus sužino sergantis diabetu. Šokas, baimė, sielvartas ir depresija – tai įprastos emocinės reakcijos. Pasitaikydavo, kad skausminga žinia apie visą gyvenimą lydėsiančią ligą būdavo užgniauziama, o tas vidinis skausmas vėliau išsiverždavo sunkiai valdomais pykčio protrūkiais.

Žinau, kokia svarbi tokią akimirką yra ne tik medikų, bet ir šeimos narių bei draugų parama. Aš, kaip diabeto slaugytoja ir mokytoja, visada jausdavau ir tebejaučiu didžiulį norą palaikyti žmogų, patyrusį emocinį smūgį dėl žinios apie ligą. Į tai niekada nežiūriu tik kaip į pareigą. Stengiausi padėti suprasti, kas įvyko, įtikinti, kad reikia susitaikyti su savo būkle, suteikti žinių, kaip elgtis sergant cukriniu diabetu, kaip kontroliuoti šią ligą.

Deja, ne kiekvienas sergantysis nori suprasti, kad gydymo rezultatai priklauso būtent nuo jo elgesio. Tenka aiškinti, o kai kuriais atvejais – ir įrodinėti, koks yra svarbus fizinis aktyvumas, kad tikrai atsipirks pastangos, įdėtos pildant diabeto dieną ar stebint duomenis išmaniuosiuose įrenginiuose, žymint juose gliukozės pokyčius, insulino dozę, suvartotų angliavandenių kiekį.

Šiandien galiu drąsiai sakyti, kad, dirbant vienoje komandoje su sergančiuoju ir jo šeimos nariais, galima pasiekti puikių rezultatų, kontroliuoti ligą, o tai yra sėkmingesnio gydymo pagrindas.

Su tais pacientais, kurie mokėsi, dirbo ir stengėsi, kaskart džiaugėmės pagerėjusia jų savijauta ir gyvenimo kokybe. Ką jau kalbėti apie išvengtą nekontroliuojamos ligos sukeltas komplikacijas.

Endokrinologija mano gyvenime atsirado ne staiga ar netikėtai. Iki jos teko nueiti ilgą kelią, kuriame netrūko dvasinių išgyvenimų ir net pavojų lankantis pas priklausomybėmis sergančius pacientus.

Cukrinio diabeto valdymo ir gydymo problema Lietuvoje tuo metu, prieš daugiau nei 30 metų, buvo labai opi. Raudonojo Kryžiaus doc. Janina Edita Janulionytė, su kuria tuo metu kartu dirbome, nuolat gaudavo ligonių laiškų, kuriuose jie prašė padėti, patarti, pamokyti. „Mes bejėgiai, nemokame stebėti savo ligos, gyvename baimės kamuojami, neturime vienkartinį švirkštų, stokojame insulino“, – taip rašė skaitytojai savo atsiliepimuose į

1990 metų kovo 7 dieną laikraštyje „Respublika“ išspausdintą straipsnį „Cukrinė bėda“. Ligonių laišškai mane paskatino ieškoti būdų, kaip jiems pagelbėti. Tais pačiais 1990 metais kartu su doc. J. E. Janulionyte organizavome pirmuosius specializuotus kursus „Cukriniu diabetu sergančių ligonių mokymas“, skirtus gailestingosioms medicinos seserims. Kursai sulaukė didžiulio susidomėjimo. Tuometinis Slaugos darbuotojų tobulinimosi ir specializacijos centras išdavė net 53 pažymėjimus medicinos seserims.

Tuo mano ieškojimai ir noras tobulėti nesibaigė. Pradėjau domėtis, kaip sergantieji cukriniu diabetu mokomi valdyti šią ligą užsienyje. Nuvykau į Vokietiją pas buvusią klasės draugę Trautą Jakštaitę (Waltraut Jakscht). Čia su senais pažįstamais Dana ir Diteriu Baseliais iš Dortmundo apsilankėme Diuseldorfo Heinrich Heine universiteto klinikų Mitybos ir medžiagų apykaitos skyriuje.

Mano domėjimasis sergančiųjų cukriniu diabetu mokymu neliko nepastebėtas. Praėjus keliems mėnesiams, buvau pakviesta atvykti į stažuotę. 1991 metų sausį išvykau į Diuseldorfą. Heinrich Heine universiteto klinikos Mitybos ir medžiagų apykaitos skyriaus vadovas prof. Michaelis Bergeris kartu su mokslininkų grupe buvo parėngę mokymo programą. Vokiečiai vieni pirmųjų Europoje pradėjo su diabeto gydymu ir valdymu susijusius mokymus, kuriuos vykdė jau 25 metus.



Su sergančiaisiais II tipo cukriniu diabetu. Mokymuose naudoju vokiškas vaizdines mokymo priemones. 1991 m.

Autorės nuotrauka

Sergančiųjų cukriniu diabetu mokymas Lietuvoje žengė pirmuosius žingsnius. Ligoniai neturėjo savikontrolės priemonių, švirškštus tekdavo virinti arba dezinfekuoti spiritu.

Apie kojų priežiūrą tuo metu nebuvo jokio supratimo. Aš pasakoju apie padėtį ne prieš Kristaus gimimą, o apie situaciją, buvusią šalyje prieš trisdešimt trejus metus. Tiek pat metų ir dirbu, mokydama sergančiuosius cukriniu diabetu.

Mokydama ligonius Raudonojo Kryžiaus ligoninės stacionare, supratau, kad toks mokymas turi apimti visas Lietuvos gydymo įstaigas. Su doc. J. E. Janulionyte įkūrėme Lietuvos slaugytojų diabetologų draugiją. Lietuvos diabeto asociacijos iniciatyva, palaikant kelioms gydymo įstaigoms, 1991 metais sveikatos apsaugos ministras J. Olekas išleido įsakymą, kuriuo įpareigojo kiekvienoje gydymo įstaigoje įkurti medicinos sesers, sergančiųjų diabetu mokytojos, pareigybę.



Pirmoji Lietuvoje sergančiųjų cukriniu diabetu mokykla.

Su sergančiaisiais I tipo diabetu Universitetinės Raudonojo Kryžiaus ligoninės Endokrinologijos skyriuje. 1991 m. kovo mėn.

Autorės nuotrauka

Gyvenimas ėjo į priekį: farmacijos kompanijos miestuose kūrė ambulatorinius sergančiųjų cukriniu diabetu mokymo centrus, gydymo įstaigose steigėsi tokių sergančiųjų mokymo kabinetai, o Lietuvos diabeto asociacija rajonuose būrė sergančiuosius į klubus.

Sveikatos apsaugos ministro 1999 m. gegužės 25 d. įsakymu Nr. 254 buvo patvirtinta slaugytojo diabetologo ir kojų priežiūros specialisto (chiroprodisto) profesinė kvalifikacija.

1999 metais pasirodė ir pirmasis išverstas iš vokiečių kalbos vadovėlis sergantiesiems cukralige V. Jorgeno, M. Grusser ir M. Bergerio „Mano knyga apie cukrinį diabetą“, skirta sergantiesiems I tipo cukriniu diabetu (priklausomam nuo insulino).

Vadovėliai – tai dar viena priemonė, kuri padeda išmokti geriau kontroliuoti cukrinį diabetą, moko, ką ir kiek valgyti, kaip elgtis hipoglikemijos ir hiperglikemijos atvejais. Juose galima rasti susistemintą informaciją, kaip pildyti dienyną, užsirašyti suvalgytų angliavandenių kieki, žymėti gliukozės kiekį kraujyje, sėkmingai pasirinkti insulino dozę, nusistatyti tinkamą fizinio aktyvumo krūvį, prižiūrėti kojas ir kt.

Iš viso parengiau ir lietuvių kalba išleidau šešias šių trijų vokiečių autorių knygas.

Gilindamasi į sergančiųjų cukriniu diabetu mokymą ir jo sklaidos galimybes, sutikau daug tam pasišventusių iškilų asmenybių. Paminėsiu tik tris. Pirmasis jų – šviesios atminties prof. Juozas Steponas Danilevičius. Kitas – iš Australijos kas antrus metus atvykdavęs gydytojas endokrinologas dr. Antanas Vytautas Stepanas. Jie didelį dėmesį skyrė sergančiųjų cukriniu diabetu mokymui, slaugytojų kvalifikacijos tobulinimui, palaikė idėją, kad tokie mokymai vyktų visose šalies gydymo įstaigose. Gydytojas Algirdas Masiulionis, tuomet vadovavęs Raudonojo Kryžiaus Endokrinologijos skyriui, kiekvienam ligoninės stacionare besigydančiam pacientui pabrėždavo, kad ligoninės Diabeto mokykloje mokytis būtina.

Mano mokymai neapsiribojo pacientais. Organizavau slaugytojams kursus, seminarus ir konferencijas. Diabetu sergantiems jauniems ir vyresnio amžiaus žmonėms 1994–1998 metais organizavome mokymo stovyklas „Saulės vaikai“ prie Baltijos jūros.

Kursai slaugytojams vyko kasmet nuo 1990 iki 2002 metų. Specializavomės ir tobulinomės Universitetinėje Raudonojo Kryžiaus ligoninėje, Kauno akademinėse klinikose, Palangos slaugos tobulinimosi bazėje, Slaugos darbuotojų tobulinimosi ir specializacijos centre. Pažymėjimus įgijo beveik 300 medicinos seserų diabetologų ir kojų priežiūros specialistų. Kursuose dėstė prof. J. Danilevičius, prof. A. Norkus, prof. V. Urbonavičius, doc. J. E. Janulionytė, gydytojas endokrinologas dr. A. V. Stepanas, gydytojai A. Erelienė, A. Masiulionis, S. Grišionis, E. Danytė, R. Šulcaitė ir kt.

Sergančiųjų cukriniu diabetu slaugytojai dažniausiai matomi ir jaučiami jiems esant prie sergančiųjų. Tačiau yra ir kita, mažiau matoma, jų darbo pusė, labai svarbi kiekvienam mūsų šalies gyventojui ir visai valstybei. Diabetologų slaugytojų darbas duoda ir didžiulį ekonominį efektą, padeda taupyti sveikatos apsaugai skirtas lėšas. Savo ligą kontroliuoti išmokyti žmonės išvengia ligos sukeltų komplikacijų, jų neprisireikia hospitalizuoti, o jei taip ir nutinka – brangiai kainuojantis gydymas trunka gerokai trumpiau.

Bėgo metai, keitėsi sveikatos apsaugos ministrai, keitėsi įsakymai ir tvarkos. Šeimos gydytojai perėmė sergančiųjų cukriniu diabetu gydymą. Šiandien daugelyje gydymo įstaigų, deja, nebeliko sergančiųjų cukriniu diabetu mokymo, veiklą tęsia tik keli pėdos kabinetai, kuriuose atliekamas „kosmetinis“ diabeto sukeltų komplikacijų gydymas. Lietuvos diabeto asociacija taip vykdo tokius mokymus Diabeto mokykloje Vilniuje.

Nieko nėra gyvenime, ko sergantysis cukralige, negalėtų padaryti. Šiandien viską turime šiai ligai valdyti, tik, deja, trūksta žinių.

Literatūra

1. Uleckienė J. „Pasišventėlės“. Diabetas, 2018 gegužė.
2. Uleckienė J. „Visą gyvenimą trunkanti mokykla“. Diabetas, 2018 lapkritis.
3. Uleckienė J. „Esame vieno likimo – padėkime vienas kitam“. Diabetas, 2019 m. gegužė.
4. Uleckienė J. „Gęstanti šviesa“. Diabetas, 2022 m. rugpjūtis.
5. Uleckienė J. Mano kelias. Atsiminimai, 2023.