

Práce sanitářky vás posune i lidsky

Monika Havlíková brigádníčí v Nemocnici Jihlava jako sanitářka už třetím rokem. „Jako sanitářka nemůžete odebrat krev, zavádět kanyly nebo podávat léky,” vysvětluje.

■ Aneta Skořepová

Co vás přivedlo k tomu, že jste se rozhodla stát sanitářkou?

Už od třinácti let jsem chtěla pracovat ve zdravotnictví. Rozhodla jsem se jít na zdravotnickou školu, protože mě bavilo pracovat s lidmi a chtěla jsem dělat něco, co by mě naplňovalo.

K práci sanitářky jsem se dostala třetí rok školy, když jsme měli praxi na traumatologii. Vrchní sestra tam tehdy hledala brigádníky. Nabídla jsem se, a od té doby tam chodím na brigády.

Pamatujete si na svůj první den na této pozici?

Samozřejmě, první den v práci člověk bývá nervózní. Rozkukávala jsem se, poslouchala rady a pokyny zkušenějších sanitářek, které mi vysvětlovaly, co a jak dělat.

Bylo to něco jiného než na praxi, kde jsme dělali spíš sesterskou práci. Tady jsem se musela naučit sanitářský harmonogram a postupy. Jakmile však nervozita přešla, práce se mi začala líbit.

Překvapilo vás něco?

Nic mě ale vyloženě nepřekvapilo, protože jsme věci jako hygienu nebo manipulaci s pacienty probírali už ve škole.

Přibližte čtenářům práci sanitářky. Co vlastně dělá?

Ráno se zdravotnický personál sejde na předání služby. Sanitářky začínají den hygienou pacientů. Jakmile je hotovo, probíhá vizita, kdy lékaři obcházejí pacienty, kontrolují jejich stav a konzultují s nimi průběh léčby. Na některých odděleních se sanitářky zúčastňují vizity, jinde zatím připravují čaje a rozdávají snídaně.

Během dne chodí na zvonky, pomáhají pacientům s přípravou k vyšetření nebo jim nosí jídlo. Dále se starají o udržování aseptického (bez infekčních mikroorganismů) prostředí na oddělení, dezinfekci pomůcek nebo doplňování skladů. Sanitářky jsou důležitou součástí nemocničního provozu, protože se starají o pacienty v mnoha ohledech.

Jaké jsou tedy největší rozdíly mezi prací sanitářky a všeobecné sestry?

Největší rozdíl je v kompetencích. Sestra má na starosti například podávání léků, odebrání krve nebo zavádění kanyl. Tyto věci sanitář dělat nemůže. Na druhou stranu sanitářská práce zahrnuje spíš fyzické úkony, jako je hygiena pacientů anebo příprava jídla. Sestry občas dělají i „sanitářské práce”, ale naopak to nejde.

Když se staráte o pacienty ve vážném stavu, jak se vyrovnáváte se svými emocemi?

Samozřejmě je důležité udržet si



VIDĚT pacienty, jak se zotavují, je tou největší radostí, říká sanitářka Monika Havlíková.

Foto: Aneta Skořepová

profesionální přístup. Snažím se k pacientům přistupovat s energií, úsměvem a pozitivním naladěním. Každý zdravotník by si ale měl nastavit hranice a nepřekračovat určitou míru osobní blízkosti.

Pacientům naslouchám, ale nesvěřuji jim své osobní problémy. Když už se člověk s něčím svěří, vztah se může stát příliš osobním, což není vhodné. Zdravotník by měl být tím, kdo naslouchá a poskytuje podporu, nikoli ten, kdo u pacientů hledá útěchu.

Setkala jste se někdy s nevděkem od pacientů nebo jejich blízkých? Jak to zvládáte?

Ano, občas se to stane. Někteří pacienti jsou nevrlí nebo nepřijemní, ale je důležité to nebrat osobně. V nemocnici mohou lidé procházet těžkými chvílemi – bolestí, frustrací, strachem.

Zdravotník musí pochopit, že jejich reakce vycházejí z jejich situace, ne z toho, jaký člověk to je. I když se

setkám s nevděkem, snažím se zachovat klid a jednat mile a empaticky.

Pamatujete si na nějaký moment, kdy jste byla na svou práci opravdu hrdá?

Ano, pamatuji si jednu konkrétní situaci. Měli jsme pacientku, která na naše oddělení přišla opakovaně. Poprvé byla velmi smutná, depresivní a často plakala. Při své druhé hospitalizaci však byla výrazně veselejší.

Řekla mi, že jsem jí během první hospitalizace psychicky moc pomohla a podržela ji nad vodou. To byl pro mě obrovský moment zadostiučinění a důkaz, že moje práce má smysl.

Jaký byl váš nejtěžší moment spojený s prací sanitářky?

Pro každého zdravotníka je nejtěžší chvílí setkání se smrtí pacienta. Když někdo na oddělení zemře, je to vždy těžké, ať už jde o staršího, nebo mladého pacienta. Pochopitelně, pokud je to mladý člověk, je to emocionálně náročnější. Ale člověk si musí připo-

mínat, že smrt je součástí koloběhu života.

Osobně si v takových chvílích říkám, že jsme udělali maximum, co bylo v našich silách. Také si připomínám, že pracuji v prostředí, kde tyto situace nastávají, a že se s tím musím vyrovnat, abych zvládla pokračovat dál.

Najdou se při práci v nemocnici chvíle, kdy vás něco potěší?

Rozhodně ano. Největší radost mám, když vidím pokrok u pacientů. Například u lidí po výměně kloubu, kdy na začátku sotva chodí, ale postupně dělají pokroky. Když se nakonec znovu naučí chodit a přijdou na návštěvu už bez berlí, aby poděkovali za péči, je to krásný pocit. Vidět celý proces, od nejtěžších okamžiků po ty nejlepší, je opravdu povzbuzující.

Co děláte, abyste se vy sama starala o své fyzické a duševní zdraví?

Podle mě je klíčové mít koníčky. To platí nejen pro sanitáře, ale pro všechny profese. Je důležité oddělit pracovní a osobní život – nenosit si práci domů a osobní problémy do zaměstnání.

Někdy to samozřejmě nejde, ale člověk by se to měl naučit. Ve volném čase se věnuji tomu, co mě baví, třeba sportu nebo poslechu hudby. Je to skvělý způsob, jak vypnout a načerpat energii.

Jak se vůbec v průběhu času změnila role sanitářů ve zdravotnictví?

Dříve sanitáři neexistovali, jejich práce byla na sestřích. Po revoluci nastala změna a vznikl obor sanitář. Dnes mají sestry navíc mnohem více administrativy a odborných činností, takže by bez sanitářů všechno časově nevládaly.

Bohužel spousta lidí ani neví, co vlastně sanitář dělá. Stává se, že mají toto povolání zafixované s pomocnou silou, ačkoliv jsme plnohodnotnými pracovníky ve zdravotnictví.

Vidíte v této práci dlouhodobou budoucnost, nebo plánujete změnu?

Sanitářů si nesmírně vážím, ale nedovedu si představit, že bych tuto práci dělala celý život. Mým cílem je stát se všeobecnou sestrou a poté záchranářkou.

Ráda bych zkusila něco více adrenalinového. Práce záchranáře je náročná, plná stresu, ale zároveň mě láká svou rozmanitostí – od asistence při porodech po řešení úrazů a nehod.

Co vám dala práce sanitářky do života?

Nejvíce mě naučila komunikovat s lidmi. Pracujeme nejen s pacienty, ale i s jejich rodinami. Naučila jsem se je uklidnit a zároveň poskytnout potřebnou péči.

Navic díky zkušenostem u konkrétních zákroků, například po výměně kloubů, teď vím, jak lidem srozumitelně vysvětlovat věci a navádět je nebo dokonce i motivovat. Práce sanitáře vás zkrátka posune nejen profesně, ale i lidsky.