

Grįžti į vėžes – iššūkis medikams

► Vyriausybei pritarus palaipsniui atnaujinti sveikatos priežiūros įstaigų paslaugų teikimą pacientams, šią savaitę Kretingos medicinos įstaigos rengia darbo planus, kuriuos teiks derinti Nacionaliniam visuomenės sveikatos centrai. Tačiau, įsitikinusi „Kretingos šeimos medicinos centro“ vadovė Augenija Juknevičienė, jau niekuomet jų darbas nebus toks, koks buvo ligi karantino.



► Kretingos rajono medicinos įstaigų vadovai (iš kairės) – Augenija Juknevičienė, Tomas Skliuderis, Aleksandras Šalavėjus ir Arnas Juškys – sakė, kad pereinamasis periodas yra dar vienas išbandymas ir gydytojams, ir pacientams.

Darius Šypalio nuotr.

Irena ŠEŠKEVIČIENĖ

Pereinamojo laikotarpio ypatumai

Kiekviena gydymo įstaiga pereinamuoju laikotarpiu turi numatyti, kiek galės priimti pacientų per dieną konsultacijoms ir procedūroms, užtikrinti darbui reikalingų kabinetų skaičių, jų dezinfekcijos tvarką.

Gydymo įstaigos privalo taip organizuoti tvarką, kad suvaldytų pacientų srautus – prie kabineto durų galės laukti tiek vienas pacientas, virusinės infekcijos simptomus turintis asmenys turi būti atskirti nuo jų neturinčiųjų. Tiesioginės konsultacijos tuo pačiu metu negali būti teikiamos greta esančiuose susisiekiančiuose kabinetuose.

Tačiau ir atnaujinus paslaugas, prioritetas, kaip ir ligi šiol, bus teikiamas darbui nuotoliniu būdu. Dėl tiesioginio vizito pas gydytoją pacientas turės kontaktuoti tiesiogiai su savo šeimos gydytoju, kuris nuspręs, ar šiam būtina lankytis įstaigoje. Vaisius ir medicinos pagalbos priemonės, nedarbingumo pažymas, kaip ir ligi šiol, gydytojai išrašys elektroniniu būdu.

Skirstys pagal laiką ir grupes

„Dideli iššūkiai laukia. Tam tikras tiesiogines paslaugas teikėme ir per karantiną – gydėme po traumų, perrišome žaizdas, atlikome kardiogramas, tyrimus nėščiosioms, skiepįjome vaikus, tačiau dabar teks suvaldyti pacientų srautus, derinti kiekvieno priėmimo laiką. Pacientus grupuosime pagal amžių ir ligas: vieną grupę sudarys vyresni negu 60 metų ir lėtinėmis ligomis sergantys asmenys, kitą – sergantys kvėpavimo takų infekcijomis, trečią – vaikai ir jaunuoliai iki 18 metų, ketvirtąją – visi kiti“, – kalbėjo A. Juknevičienė.

Ji paabejojo, ar pereinamasis laikotarpis baigsis birželį, ir nemano, kad ir vėliau darbas vyks taip pat, kaip ligi karantino: „Sukarščiavo vaikas, ir iš darželio tėvai jį veždavo tiesiai pas gydytoją. Šiaip ateidavo anksčiau ir sėdėdavo būriais prie kabineto durų, ar blogiau pasijutęs neregistruotas pacientas įsiprašydavo priimamas gydytojo. Dabar teks atvykti tik griežtai gydytojo paskirtu laiku ir tik tuo atveju, jeigu lankytis įstaigoje jam

būtina.“

Įstaigos vadovė apgailestavo dėl pacientų, kurie laukia nesulaukia, kada galės apsilankyti pas savo šeimos gydytoją. „Tačiau privalome būti budrūs: jeigu, nevaldant situacijos, ateitų bent vienas infekuotas žmogus, būtų didelė bėda visiems aplinkiniams“, – tikino ji.

Infekuotieji visuomenėje – lyg raupsuotieji

A. Juknevičienė neslėpė, kad jų įstaigos medikams jau teko gydyti 12 koronavirusu infekuotų pacientų: „Žinojome, kad jie serga – buvo ką tik po operacijų išrašyti iš ligoninės arba grįžusieji iš užsienio, tarp jų buvo ir gana jaunų, 20–30-mečių. Vieni jautė simptomus, kiti – ne. Gydomė juos nuotoliniu būdu ir džiaugiamės jiems pasveikus. Įstaigos medikams tai irgi didžiulis išbandymas, nes teko ir tiesiogiai kontaktuoti su sergančiais.“

Medikės žodžiais, labai gaila infekuotų pacientų, nes jie iš aplinkos sulaukia didžiulio atstūmimo: „Nors oficialiai informacija neskleidžiama, bet kai-

mynai greit susižino, mato dezinfekuojant laiptines. Suprantama aplinkinių baimė, tačiau užsikrėtę žmonės juk niekuo nekalti.“

Dėl saugumo, kad prireikus viena medikų komanda galėtų pakeisti kitą, du jų įstaigos kabinetai – Vytauto g. ir Savanorių g. – yra atsiskyrę, o iš kitų miestų atvykstantys gydytojai dirba nuotoliniu būdu.

Vienam pacientui – viena valanda

Žemaičių g. įsikūrusios „Kretingos šeimos klinikos“ vadovė Alma Albužienė sakė mananti, kad pereinamuoju laikotarpiu gydytojai tiesiogiai priims perpus mažiau pacientų negu buvo anksčiau. „Mūsų įstaigos medikų darbas bus gerokai apsunkintas dar ir dėl to, kas tose pačiose patalpose dirba ir II lygio paslaugas teikiantys gydytojai“, – sakė A. Albužienė.

Kretingos PSPC vadovas Arnas Juškys sakė, kad įstaigos darbą perorientuos jau nuo kito pirmadienio. „Labai stipriai tvarka, kaip ir buvo per visą karantiną, nesikeis.“

[Nukelta] 12 p.]

Kai tėvai pyksta

► Šiuo neįprastu metu, kada nemažai partnerių dirba iš namų, o šeimos nariai ištiesai būna kartu, padidėja barnių tikimybė. Kaip juos reaguoja sutuoktinių atžalos? Ar dažnai tėvai susimąsto, kaip audringi santykiai veikia jų vaikus?

Vien tik tėvų buvimas kartu ne užtikrina nei daugiau skiriamo laiko, nei didesnio bendradarbiavimo, nei socialinės paramos ar geresnio auklėjimo vaikui augant. Priešingai, tėvai gali kenkti vienas kitam ir visiškai neatsižvelgti į vaiko interesus. Daugybė tyrimų parodė, kad nuolatiniai konfliktai šeimoje žaloja vaikus. Kartais skyrybos – ne pati blogiausia išeitis, leidžianti lengviau atsikvėpti ne tik nebe galintiems sutarti partneriams, bet ir jų vaikams.

Tėvai barasi – vaikai išgyvena

Ar pastebėjote, kad tarpusavio ginčai daugiausia neigiamos įtakos padaro vaikams. Psichologijos profesorius Ian Goodyer Didžiojoje Britanijoje atliko tyrimą, kurio rezultatai rodo, kad dažnai besivaidijančiose šeimose augantys paaugliai turi akivaizdų polinkį į depresiją. Taip pat šis tyrimas atskleidė, kad vienas iš trijų vaikų gyvena su itin konfliktuojančiais tėvais, kurių santykių problemos turi poveikį vaikų psichinei sveikatai.

Daugelis vaikų labai jaudinasi, kai tėvai pyksta. Jie jaučiasi išsiganę, liūdni ir pasimetę. Atžalos tėvams konfliktuojant išgirsta įvairių dalykų, kurių girdėti neturėtų, ir tai prisimena, apmąsto, susidaro savo nuomonę, išvadas, formuoja nuomonę, o svarbiausia mokosi iš savo tėvų. Tyrimai rodo, kad dažnai konfliktuojančių tėvų vaikai turi bendravimo problemų, jaučiasi vienišesni, kenčia jų savivertę.

Didžiausia vaikų baimė barantis tėvams – kad jie nebemyli vienas kito ir gali išsiskirti. To ypač baiminasi vaikai, kurie jau yra supratę, ką reiškia skyrybos, matę jas savo aplinkoje, pavyzdžiui, skyrėsi jų draugų tėvai ar artimi giminės. Kad tėvai pasipyksta, o paskui susitaiko, sunku suprasti mažiems vaikams.

Vaikų psichiatrė Madeleine Denny, parašiusi daugiau negu šimtą knygų apie vaikų auklėjimo kasdienybę, akcentuoja, kad svarbiausias dalykas auklėjant vaikus yra jų pačių pozityvus autoritetas, kurį suformuoti galima tik teigiamu savo pavyzdžiu. Kaip galime tikėtis tinkamo vaikų elgesio, jei patys elgiamės netinkamai. Pasak šios autorės, vaikai yra savo šeimos atspindys. Jei nėra pagarbos tarp tėvų, vaikai taip pat neišmoks gerbti kitų. Besivaidijančiose šeimose vaikai paklūsta tik iš baimės.

[Nukelta] 12 p.]

Kai tėvai pykstasi

[Atkelta iš 11 p.]

Tuo pačiu kuo greičiau stengiasi pasprukti iš tokių šeimų ir ieško autoritetų kitur. Paprastai susiranda netinkamus, įsitraukia į įvairias asocialias grupes, sektas.

Kai konfliktai peržengia ribas

Iš vienos merginos vaikystės prisiminimų: „Mano tėvai pykdavosi beveik kiekvieną dieną. Jie rėkdavo, keikdavosi, įžeidindavo vienas kitą, o mama dažnai verkdamo. Tai man būdavo kaip didžiausias košmaras. Aš užsidarydavau savo kambarielyje, užsikimšdavau ausis ir verkdavau. Prisimenu, tada galvojau, kokia esu nelaiminga, kad turiu to klausytis kiekvieną dieną ir kokie nelaimingi mano tėvai, ypač mama.“ Nedideli bernai didelės žalos niekam nedaro. Situacija daug sunkesnė, kai vaidijamasi įžeidinėjant vienas kitą, keikiantis, trankant daiktus ar netgi naudojant fizinį smurtą. Tada vaikai išsigąsta labiausiai, bijo ne tik dėl tėvų, bet ir dėl savęs. Vaikai ypač bijo tėvo agresijos, kad šis nesužalotų mamos ar jų. Toks suaugusiųjų pasaulis vaikams atrodo atstumiantis ir baisus. Dažnomis tarpusavio rietenomis tėvai iš vaikų atima ramiai ir saugią vaikystę, pasmerkia sunkiems ir traumuojantiems išgyvenimams, kurių vaikai neturėtų patirti. Gaila, kad tokiose šeimose tėvai apie savo atžalas galvoja mažiausiai.

Vaikai turi žinoti, kas vyksta šeimoje

Jei bernai nėra šeimos kasdienybė, o kyla tik atsiradus konkrečioms sunkumams, būtina su vaikais apie tai pasikabėti. Paprastai tėvai nėra linke su vaikais kalbėtis apie savo nesutarimus, todėl šie nesupranta, kas darosi. Vaikams kiekvieną kartą atrodo, kad vyksta kažkas labai negero. Dažnai dėl tėvų konfliktų ima kaltinti save, ypač jaunesnio amžiaus vaikai, kuriems sunku suvokti konfliktų esmę. Tėvai tinkamai neįvertina savo konfliktų po-

veikio vaikams, jiems atrodo, kad tai tik suaugusiųjų reikalas, į kuriuos vaikai iš viso neturėtų kištis. Bet vaikai myli savo tėvus ir labai išgyvena dėl visko, kas vyksta jų šeimoje. Juk tėvai vaikams yra meilės ir saugumo garantas. Psichologas John Gray, skaitomiausias visų laikų knygų apie vyrų ir moterų santykius autorius, gvildenęs ir vaikų auklėjimo problemas, akcentuoja, kad, tėvams sprendžiant savo problemas, būtina atsižvelgti, kokį poveikį jų santykiai daro vaikams. Iškilus tarpusavio problemoms svarbu vaikams jiems suprantama kalba paaiškinti, kas darosi ir kodėl namuose tvyro įtampa. Nereikia atžaloms atskleisti visų detalių, kurių vaikai nesupras ir neturi žinoti. Svarbu paprastai paaiškinti, kas vyksta. Pavyzdžiui: „Šiuo metu esu piktesnė, nes turiu sunkumų darbe, todėl kartais daugiau dėl įvairių dalykų pasiginčiju su tėčiu. Bet žinok, sunkumai praeis ir viskas susitvarkys. Todėl tu nesijaudink.“

Tyla – prasta byla

Yra tokių porų, kurios nelinkusios vaidytis, ypač – vaikams matant, bet iškilus problemoms, jos įklimpsta į ilgus nekalbadienius – įtampos nepaslėpsi, ji tvyro tarsi tirštas, neigiamos nuotaikos prisiskęsusios debesys. Nors tėvams gali atrodyti kitaip, vaikai šią trintį tarp tėvų labai gerai jaučia. Mažesnieji vaikai tuo metu gali pasidaryti irzlūs, neklusnūs, skūstis įvairiais skausmais, vyresnieji – klausinėti, kas vyksta, bandyti kažkaip nukreipti tėvų dėmesį į save ir ne visada – tinkamu elgesiu. Įtampa šeimoje didina jų vidinį nerimą, vaikams gali kilti depresinės nuotaikos, apimti liūdesys, jie gali kaltę dėl to, kas vyksta, priskirti sau. Todėl suaugusiems varta stengtis ugdytis vidinę brandą ir mokytis spręsti problemas, apie jas kalbėtis, o ne tempti gumą visus kankinant, kol ji vis tiek nutrūksta, ir dažniausiai blogiausiu būdu ir netinkamiausiu metu.

Atnaujins ambulatorines paslaugas

Kretingos rajono ligoninė per 2 savaites nuo Vyriausybės įvesto karantino švelninimo taip pat ketina atnaujinti 50 proc. ligi karantino teikiamų paslaugų.

„Registracija ambulatorinėms paslaugoms vyks nuotoliniu būdu. Ambulatorijoje bus griežtai reguliuojami pacientų,



► Sonata VIZGAUDIENĖ
Kretingos r. švietimo centro
Pedagoginės psichologinės
pagalbos sk. psichologė

Vaikų reakcija į tėvų barnius

Gana dažnai atrodo, kad vaikai visai nereaguoja į besipykstantčius tėvus. Jie užsiima savo veikla arba ramiai laukia, kuomet viskas baigsis. Vis dėlto būtina žinoti, kad vaikams nėra tas pats, jiems labai nemalonu girdėti, ką vienas kitam sako besipykstantys gimdytojai, ir jie tai ilgam įsimena. Kiti vaikai bando taikyti besibarančius tėvus. Tai daro ne barnio įkarštyje, o kažkuriuo metu, kai aistros apimsta, bet tėvai dar nesusitaukė. Jie bando ir vienam, ir kitam iš tėvų paaiškinti, pasakyti kažką gero apie mamą ar tėtį. Norėdami nutraukti tėvų barnius, vaikai gali bandyti atkreipti dėmesį patys į save: pradeda netinkamai elgtis, verkti, vaikams gali prasiidėti somatoforminiai galvos, pilvo ar kitokie skausmai.

Manipuliacija vaikais

Klinikinė psichologė dr. Tanya Byron atkreipė dėmesį į dar vieną svarbią problemą, kuri iškylo konfliktuojant tėvams, – tai manipuliacija vaikais. Pasitaiko atvejų, kai vienas iš tėvų arba abu, siekdami paramos

sau, bando į konfliktus įtraukti ir vaiką. Tokios manipuliacijos vaikus verčia per anksti įklimpsti į suaugusiųjų sunkumus, kurių jie nėra pajėgūs tinkamai suprasti. Ankstyvas suaugusiųjų problemų sprendimas padaro žalą vaikų asmenybės formavimuisi. Vaikai pradeda jausti atsakomybę už tėvų santykius, bet padėti neįstengia, todėl labai kankinasi ir tai atsiliepia visoms kitoms vaiko gyvenimo sritims, mokslams, santykiams su draugais. Be to, neigiamos nuomonės apie vieną iš tėvų diegimas atima galimybę vaikui nuoširdžiai mylėti abu savo gimdytojus.

Tėvystė yra iššūkis

Auklėjant vaikus, konfliktinių situacijų poroms dar padaugėja. Svarbu, kaip sutuoktiniai sugeba juos išspręsti ir susitarti. Tėvas su motina neturėtų konkuruoti jokiose vaikų auginimo srityse – tiesiog pasidalijamos priimtinesnės ir reikalingesnės pareigos. Taip pat reikia pripažinti, kad partnerė ar partneris gali turėti kitokią nuomonę apie įvairius dalykus: nepamirškite, kad būtent patys šį žmogų pasirinkote savo vaikų motina ar tėvu.

Pagrindiniai dalykai, į kuriuos varta atkreipti dėmesį, norint išvengti nesutarimų dėl vaikų:

Tėvai kartu. Tėvai auklėdami vaikus turi būti darni komanda. Vaikai turi jausti, kad tėvai sutaria dėl visų dalykų, susijusių su jais. Suprantama, kad realybėje tėvams kyla daug prieštaravimų, tačiau juos reikia derinti tarpusavyje vaikams negirdint.

Jei mama ar tėtis pasakė, vadinasi taip ir bus. Jei ir nepatinka partnerio sprendimas auklėjimo klausimu, jokių būdu negalima tėvo ar motinos kritikuoti vaikui girdint. Telieta garsiai priartinti. Tikrai būna situacijų, kada partnerės ar partnerio sprendimai, susiję su vaikais, jums nepatinka, tai normalu. Tik vėliau atžalai negirdint pasikalbėkite apie tai, kas jums atrodo ne

taip. Pasitarkite, kaip reikėtų daryti kitą kartą. Taip stipriai sumažinsite vaikų norą ir galimybes jumis manipuliuoti siekiant naudoti sau.

Palaiykite vienas kitą. Gali atrodyti, kad partneris ar partnerė kažko nedaro, o galbūt daro per daug dėl vaikų. Pavyzdžiui, tėvas ilgai užsibūna darbe ir nebeturi laiko pabūti su vaikais. Nekaupkite pykčio, kuris vėliau prasiveržia netinkamiausiu laiku ir būdu. Verčiau atvirai ir ramiai kalbėkitės apie susidariusią padėtį ar problemą. Bandykite ieškoti būdų, kaip pagerinti situaciją. Pyktis ir kaltinimai, problema tik pagilina.

Pasidalinkite atsakomybe. Jei sutuoktiniai susitaria, kas už ką atsakingas prižiūrint vaikus, problemų gerokai sumažėja.

Vertinkite vienas kitą. Savo partnerės kaip geros motinos ar partnerio kaip gero tėvo įvertinimas labai svarbus. Stenkitės vienas kitą pagirti, nepamirškite to daryti ir vaikams matant.

Gerbkite vienas kitą. Nekritikuokite vienas kito vaikams girdint. Tik savo pavyzdžiu mokote vaikus. Jei menkinsite tėvą ar motiną vaiko akyse, galite stipriai pakenkti. Iš vienos pusės, vaikas gali imti tiesiog nebeklausyti to iš tėvų, kurį dažnai menkina kitas, nes šis nebebus autoritetas. O iš kitos, vaikas gali imti nekęsti būtent to, kuris menkina motiną ar tėvą.

Nemanipuliuokite vaikais. Siekdami naudoti sau ir bandydami paveikti partnerę ar partnerį, nemanipuliuokite vaikais.

Vaikai jautrūs tėvų santykių krizėms. Poros santykiai dinamiški, būna krizinių laikotarpių, kada susvyruoja šeimos pamatai. Stenkitės kiek įmanoma būti sąžiningi su vaikais ir tinkamai, tiek, kiek vaikams reikia žinoti, paaiškinkite situaciją.

Tėvai nesutaria – kenčia vaikai. Jei tėvai skirtingai taiko taisykles ir diegia nevienodus vertybes, vaikai kenčia, jiems sunku augti tokioje aplinkoje, nes jaučiasi nesaugūs ir nelaimingi.

Grįžti į vėžes – iššūkis medikams

[Atkelta iš 11 p.]

Tik nuleidžiama patekimo pas gydytoją kartelė. Tačiau prie kabineto negalės laukti daugiau, kaip 1 pacientas, kuris privalės ateiti tiksliai laiku. Vienas slaugytojas kontroliuos srautą, gydytojams įspėjus, kurie žmonės tą dieną ateis, – tikino PSCP vadovas.

Pasak A. Juškio, gydytojo konsultacija, kaip įprastai, truks apie 15 min., tačiau po kiekvieno paciento apsilankymo privaloma dezinfekuoti kabinetą. Todėl, manoma, pacientai bus priimami maždaug 1 valandos intervalais. Kol vyks kabineto dezinfekcija, šeimos gydytojas konsultuos pacientus nuotoliniu būdu.

gydytojas per dieną priims iki 10 pacientų, tačiau konsultuodamas nuotoliniu būdu vidutiniškai dirbs su 25 pacientais. Panašiai, kaip ir prieš karantiną, – kalbėjo vienam didžiausių medicinos centrų Kretingos rajone vadovaujantis A. Juškys. Kretingos PSCP dirba 14 šeimos gydytojų.

Atnaujins ambulatorines paslaugas

Kretingos rajono ligoninė per 2 savaites nuo Vyriausybės įvesto karantino švelninimo taip pat ketina atnaujinti 50 proc. ligi karantino teikiamų paslaugų.

„Registracija ambulatorinėms paslaugoms vyks nuotoliniu būdu. Ambulatorijoje bus griežtai reguliuojami pacientų,

kuriuos, esant būtinybei, nukreips šeimos gydytojai, srautai“, – sakė Kretingos ligoninės vyriausiosios gydytojos pavaduotojas Aleksandras Šalavėjus.

Būtinoji pagalba Priėmimo-skubios pagalbos skyriuje buvo teikiama per visą karantiną. A. Šalavėjus žodžiais, šiame skyriuje atsidūrę ligoniai diferencijuojami, išsyk suteikiant jiems būtiną pagalbą. „Nekarščiuojantys priimami pagal bendrą tvarką, o karščiuojantys patalpinti į tarpinio karantinavimo skyrių, kuris įrengtas buvusiam Slaugos skyriuje. Paimami šių ligonių mėginiai: jeigu rezultatai dėl koronaviruso neigiami, ligonis gydomas pagal bendrąją tvarką“, – sakė medikas.

Situacija karščiausiam taške

Salantų PSCP ir ligoninės vadovas Tomas Skliuderis, kuris laikinai dar vadovauja ir Kartenos slaugos ligoninei, sakė, kad stringalviais nepuola vykdyti nutarimų, – darbą perorientuos palaipsniui.

„Vis tiek visą laiką dirbame: ateina žmonės dėl laboratorinių tyrimų, skiepų, apžiūrai grįžusieji iš ligoninės po operacijų. Teikiama ir skubi odontologų pagalba. Mūsų įstaigoje dirba 2 odotologai ir 4 šeimos gydytojai, pastarieji nuolat konsultuoja nuotoliniu būdu“, – tvirtino T. Skliuderis.

Salantų ligoninėje šiuo metu gydomi 18 slaugomų ligonių. Tai – senyvo amžiaus, lėtinėmis ligomis sergantys as-

menys, paguldyti į Slaugos skyrių dar ligi karantino. Kai kuriuos ligonius, įvertinę situaciją, pasiėmė jų artimieji. Nauji planiniai guldymai sustabdyti.

Kartenos slaugos ligoninėje praėjusį savaitgalį buvo užfiksuotas COVID-19 infekcijos protrūkis: iš 26 ligonių 21 susirgęs, 5-ių rezultatai teigiami. „Žmonės ligoninėje nepanikuoja, svarbu, kad iš seniūnijos, bendruomenės nebūtų neigiamos reakcijos. Darbuotojai testuojami kas 7–10 dienų, pirmenybę teikiant palaikomojo gydymo ir slaugos skyriuose dirbantiems asmenims“, – situaciją karščiausiam Kretingos rajono taške apibūdino T. Skliuderis.