



СЪВЕТ

ОТ СВЕТОВНАТА ПРАКТИКА

През дългогодишната ми практика, съм станал свидетел на много случаи – от пациенти, преживяващи най-лошите си дни, през такива, получаващи новини, променящи живота им, до умиращи или връщащи се от смъртта хора.

5 УРОКА ОТ ЛЕКАР ОТ СПЕШНОТО



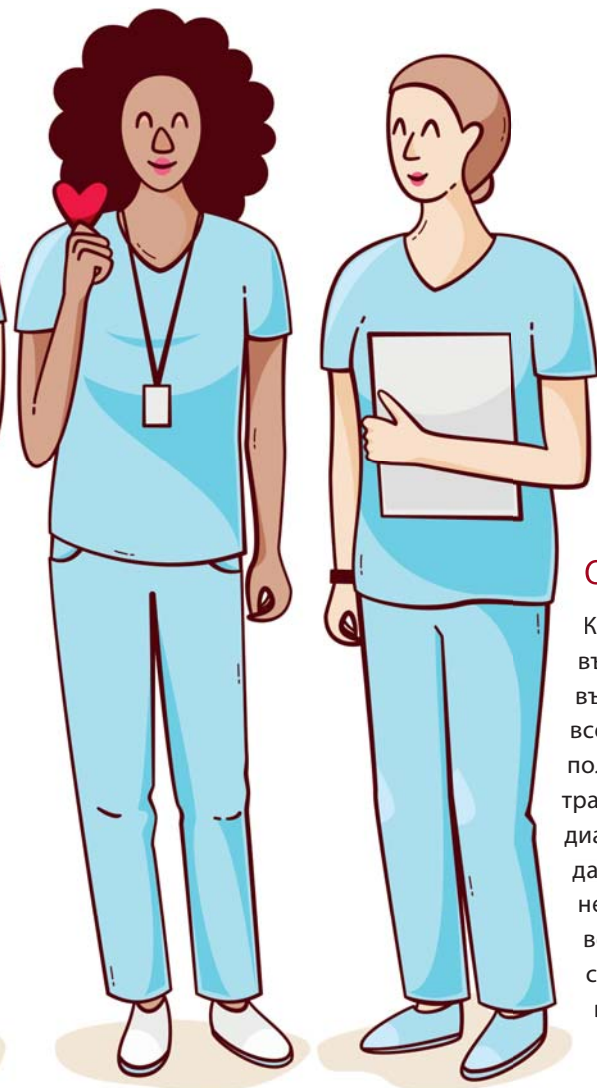
Спешното отделение е особено интересно място за работа. Това е един контролиран хаус. Вървейки по коридора чувате писъци, виждате плачещи, агонизиращи хора.

С времето придобивате уникалната способност да преценявате състоянието на пациентите. През дългогодишната ми практика съм станал свидетел на много случаи – от пациенти, преживяващи най-лошите си дни, през такива, получаващи новини, променящи живота им, до умиращи или връщащи се от смъртта хора.

Със сигурност миогледът ми се е разширил и съм научил важни уроци. Ето някои от тях:

Животът е кратък

Най-важният урок. Със сигурност това звучи изтъркано, но когато работи в спешното, човек си го припомня постоянно. Във всеки момент може да се случи нещо неочаквано и фатално. Често съм виждал такива случаи. Човек никога не знае кога ще е последният му ден и не би могъл да го планува. Работата ми като лекар постоянно ми напомня за това и оказва влияние върху решенията ми извън нея, мислейки си „Вероятно ще поема на това пътешествие, за което съм си мечтал отдавна или ще започна този блог!“ Когато мисля за близките си и осъзная, че всеки момент може да ни е последен, всички малки неразбирателства губят смисъл.



Не отлагай

Както всичко върви гладко, е възможно във всеки момент да получиш сериозна травма или да те диагностицират с дадено заболяване. Това променя всичко. Понякога си мисля, че трябва да започна да работя повече и да взема тези допълнителни

дежурства. Да работя здраво и да спестявам за едно по-добро бъдеще – това е начинът, по който съм възпитан. Въпреки това съм наясно, че бъдещето ни не е гарантирано.

Никога няма да забравя случая с едно младо момче, което го диагностицираха с тумор и множество метастази само седмици пред края на неговото мъчително 5-годишно лечение в хирургията. Той се чувстваше добре няколко седмици преди да дойде отново при нас.

Спешното отделение ми напомня да отделям време за нещата, които искам да постигна и то сега!

Добротата е от значение

Когато работя късно през нощта вместо да съм си вкъщи или в леглото, и някой пациент ми каже „благодаря“ това наистина осмисля цялата ми смяна. Помислете си колко е приятно да се чувствате оценен в работата си. Добротата е безплатна. Грижейки се за стотици хора, със сигурност тези, които ти се усмихват и оценяват труда ти, правят деня ти по-приятен и лесен. Смятам дори, че

тези пациенти получават по-добра грижа, защото комуникацията им с медицинския персонал е просто много по-приятна. Добротата се връща. Бидейки мил с другите, ще подобриш взаимоотношенията си с тях. Знаейки колко добре ми действа, аз се старая да предам доброта на другите. Никога не знаеш как една мила дума към някого ще подобри и неговия ден.

Пациентите просто искат да бъдат изслушани и разбрани

В спешното отделение се сблъсквам с хора в най-различно физическо и психическо състояние. Някои от тях настояват да им бъде направено изследване, от което нямат нужда, други недоволстват от твърде дългото чакане. Всичко това е изнервящо на моменти. Преди си мислех „Как може някой да е толкова несъобразителен? Не виждат ли, че отделението е пълно.“

Сега, въпреки че все още работя над това, се научих да разбирам гледната точка на пациентите.

Някога бил ли си пациент? Да си пациент значи да си уязвим. Всъщност тези хора казват „Страхувам се, че нещо не е наред с мен.“ Или „Не се чувствам добре и имам нужда от помощ.“ Когато си припомня това, раздразнението ми бързо изчезва.

Като се поставя на мястото на пациента, мога да разбера причината за емоциите им. По този начин избягвам да приемам нещата лично и ми помага да съм по-съпричастен.

Винаги може да е по-зле

В колкото и неблагоприятно положение да се намирате, знайте, че винаги може да е по-зле. Животът е несправедлив за някои хора, които са в капана на болестта или на сериозно нараняване. Много случки от ежедневието са стресиращи, но те бледнеят на фона на хора, борещи се за живота си. Ние сме по-големи късметлии, отколкото си мислим. Не приемайте живота за даденост.

Ако смятате, че проблемите ви са сериозни сега, помислете си как те биха изглеждали след 1 година. ■

