



Erasmus+



Február 19.

A fárasztó utazást követően, furcsa és szokatlan volt még a környezet. Reggeli után körbe néztünk egy kicsit Mainhardt-ban. 13:00-kor fogadott bennünket a német vezetőség és egy rövid társalgást követően mindenki a beosztott helyére került.

Én a 11-es csoporthoz lettem beosztva, amiről azt kell tudni, hogy rossz egészségi állapotú emberek a lakók és többségük gép segítségével tud lélegezni, tehát gyakorlatilag teljes ellátást igényelnek.

Az osztályt a magyar mentorok bemutatták és sikerült is megismernem mindent, amire szükségem volt. Egész jól összebarátkoztam azokkal a lakókkal is, akik bár már lassan matuzsálemi korban vannak, de még szellemileg épek.

Délutáni műszak

13:00-tól 19:00-ig tartott

- műszakátadás: a megtörtént délelőtti eseményeknek az elmondása, megbeszélése
- betegek mobilizálása
- tisztázás
- szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- a trachea kanülüs betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- szükség esetén teljes ágyneműcsere
- a tiszta ágynemű feltöltése, kipakolása, rendszerezése a tisztázó kocsikra
- minden délután 14:00-kor kávé, tea és sütemény idő a bentlakók részére, amihez előkészültünk. A konyháról a wagent a sütivel és a friss kávéval, teával elhozta a terapeuta, majd segédkeztem kiosztani a bentlakók részére
- betegek mobilizálása
- a trachea kanülüs betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- a vacsorát minden délután 16:30-kor hoztuk el a konyháról
- a vacsorát délután mindig a kijelölt aktuális ápoló osztotta ki, mert a foglalkoztatás ápolónak a munkaideje 15:00-ig tartott
- segédkeztem a vacsora elkészítésében, kiosztásába, etetésben
- vércukorszint megmérése és esti inzulin beadása
- az esti gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás
- ezek után minden ápoló az aktuális, saját betegét visszakísérte a szobájába alváshoz készülve
- alvás előtt lévő szükséges teendők: tisztázás, katéter zsák kiürítése, pizsamába átöltöztetés, pozícionálás, majd lámpaoltás
- dokumentálás



A gyógyszerelő helyiség, ahol a betegek név szerinti gyógyszerei találhatóak:



Nagyon modern és korszerű az osztály felépítése és kinézete.





Február 20.

Kezdek a hellyel egyre jobban megbarátkozni. Itt a szálláson élnek még magyarok és nagyon jól kijövünk velük. Anitával és Krisztivel találkozunk a legtöbbit.

A délelőtti pihenéssel telt és ebéd után mentünk is a délutáni gyakorlatra.

Délutáni műszak

13:00-tól 19:00-ig tartott

- műszakátadás: a megtörtént délelőtti eseményeknek az elmondása, megbeszélése
- betegek mobilizálása
- tisztázás
- szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- a trachea kanülüs betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- szükség esetén teljes ágyneműcsere
- a tiszta ágynemű feltöltése, kipakolása, rendszerezése a tisztázó kocsikra
- minden délután 14:00-kor kávé, tea és sütemény idő a bentlakók részére, amihez előkészültünk. A konyháról a wagent a sütivel és a friss kávéval, teával elhozta a terapeuta, majd segédkeztem kiosztani a bentlakók részére
- betegek mobilizálása
- a trachea kanülüs betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- a vacsorát minden délután 16:30-kor hoztuk el a konyháról.
- a vacsorát délután mindig a kijelölt aktuális ápoló osztotta ki, mert a foglalkoztatás ápoló munkaideje 15:00-ig tartott
- Segédkezem a vacsora elkészítésében, kiosztásába, etetésben
- vércukorszint megmérése és esti inzulin beadása
- Az esti gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás
- eztán minden ápoló az aktuális, saját betegét visszakísérte a szobájába alváshoz készülve
- alvás előtt lévő szükséges teendők: tisztázás, katéter zsák kiürítése, pizsamába átöltöztetés, pozicionálás, majd lámpaoltás
- dokumentálás

Ma talákoztam a foglalkozásokat vezető hölgygel, aki különböző programokat, foglalkozásokat tart az itt élőknek. Pl: barkácsolás, társasjáték, éneklés. Terápiás kutyák is vannak az osztályon, akiket nagyon szeretnek az itt lakók.



Rengeteg olyan eszközt láttam az osztályon, ami megkönnyíti az itt dolgozók munkáját, főleg a mobilizációnál. Elő van írva, amit ellenőriznek is a felsőbb vezetésű szervek, hogy két óránként minden tartósan fekvő embert forgatni kell a felfekvés elkerülése érdekében. Mi ezt meg is tettük. Ezen a héten Krisztinával vagyok egy műszakba osztva.

A műszak végeztével elköszöntem és haza mentem a szállásra. Igaz napi hat órát vagyunk, de mégis fárasztó, mert úgy végezzük a dolgokat, ahogyan az ott dolgozó szakemberek.







Február 21.

Szokásosan a délelőtt hamar eltelt és az ebéd elfogyasztása után elindultam a munkába. Megtörtént az osztály átadás és hozzá láttunk az uzsonna elkészítéséhez valamint a gyógyszerek kiosztáshoz. Majd aztán mobilizáltunk a decubitus elkerülése érdekében és tisztáztunk.

Délutáni műszak

13:00-tól 19:00-ig tartott

- műszakátadás: a megtörtént délelőtti eseményeknek az elmondása, megbeszélése
- betegek mobilizálása
- tisztázás
- szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- a trachea kanülüs betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- szükség esetén teljes ágyneműcsere
- a tiszta ágynemű feltöltése, kipakolása, rendszerezése a tisztázó kocsikra
- minden délután 14:00-kor kávé, tea és sütemény idő a bentlakók részére, amihez előkészültünk. A konyháról a Wagen-t a sütivel és a friss kávéval, teával elhozta a terapeuta, majd segédkeztem kiosztani a bentlakók részére
- betegek mobilizálása

- a trachea kanülös betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- a vacsorát minden délután 16:30-kor hoztuk el a konyháról.
- a vacsorát délután mindig a kijelölt aktuális ápoló osztotta ki, mert a foglalkoztatás ápoló munkaideje 15:00-ig tartott
- segédkeztem a vacsora elkészítésében, kiosztásába, etetésben
- vércukorszint megmérése és esti inzulin beadása
- az esti gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás
- eztán minden ápoló az aktuális, saját betegét visszakísérte a szobájába alváshoz készülve
- alvás előtt lévő szükséges teendők: tisztázás, katéter zsák kiürítése, pizsamába átöltöztetés, pozicionálás, majd lámpaoltás
- dokumentálás



Az osztályon lehet nagyon sok féle- fajta mobil eszközzel találkozni.



Ami nagyon sokban megkönnyíti a munkánkat.

A hazai egészségügyben sajnos kevés az ilyen eszköz adta lehetőség. Persze itt Németországban jóval nagyobb összeg esik mind a segédeszközök, mind pedig az ápolás finansziális részére.

Február 22.

Mivel délutános műszakban vagyunk a héten így a közeli városban néztünk szét és ismerkedtünk a környezettel. A várost Schwäbisch Hall-nak hívják. Nevét onnan kapta, hogy évszázadok óta sóval kereskedtek az itt élő svábok. Most is élnek még itt sváb családok és tartják a hagyományaikat. Mainhardt-ban is rengeteg sváb család él és pl. a Lindenhof-ban autentikus ételeket főznek minden nap az ott élőknek.





Az ebédet követően mentünk a gyakorlatra. Ma az etetéssel és óránkénti mobilizációval foglalkoztunk leginkább. Emellett adminisztráltam is és tisztáztunk.

Az itt lakókkal rengeteg a kontaktus és kezdenek megszokni.

Délutáni műszak

13:00-tól 19:00-ig tartott

- műszakátadás: a megtörtént délelőtti eseményeknek az elmondása, megbeszélése
- betegek mobilizálása
- tisztázás
- szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- a trachea kanülüs betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- szükség esetén teljes ágyneműcsere
- a tiszta ágynemű feltöltése, kipakolása, rendszerezése a tisztázó kocsikra
- minden délután 14:00-kor kávé, tea és sütemény idő a bentlakók részére, amihez előkészültünk. A konyháról a wagent a sütivel és a friss kávéval, teával elhozta a terapeuta, majd segédkeztem kiosztani a bentlakók részére
- betegek mobilizálása
- a trachea kanülüs betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- a vacsorát minden délután 16:30-kor hoztuk el a konyháról.
- a vacsorát délután mindig a kijelölt aktuális ápoló osztotta ki, mert a foglalkoztatás ápolónak a műszaka 15:00-ig tartott
- segédkezem a vacsora elkészítésében, kiosztásába, etetésben
- vércukorszint megmérése és esti inzulin beadása
- az esti gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás
- eztán minden ápoló az aktuális, saját betegét visszakísérte a szobájába alváshoz készülve
- alvás előtt lévő szükséges teendők: tisztázás, katéter zsák kiürítése, pizsamába átöltöztetés, pozícionálás, majd lámpaoltás
- dokumentálás



Február 23. péntek

Összegezve a hét számomra kifejezetten gyorsan telt el. Szinte csak alap ápolás szintjén zajlik az ellátás. Fürdetés, etetés, tisztázás, személyi higiéné ellátása. Itt vért venni nagyon ritkán szoktak, ha indokolt és a házi orvos kiírja. Infúziót is csak súlyosabb esetben, ha már a bent lakó le van gyengülve egy esetleges fertőző betegség révén. Itt a betegek napjában négy alkalommal kapják a gyógyszereiket, amit minden pénteken osztanak szét tárolókba, egy hétre előre.

Fárasztó és új volt minden a számomra. A szokásos napirend szerint végeztük a dolgunkat a német és magyar kollégákkal. Úgy érzem bele rázódtam a munkába. Este kedélyes beszélgetés Henivel aztán pihenés, mert elfáradtunk a héten.

Délután műszak

13:00-tól 19:00-ig tartott

- műszakátadás: a megtörtént délelőtti eseményeknek az elmondása, megbeszélése
- betegek mobilizálása
- tisztázás
- szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- a trachea kanülüs betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- szükség esetén teljes ágyneműcsere

- a tiszta ágynemű feltöltése, kikapcsolása, rendszerezése a tisztázó kocsikra
- minden délután 14:00-kor kávé, tea és sütemény idő a bentlakók részére, amihez előkészültünk. A konyháról a wagent a sütivel és a friss kávéval, teával elhozta a terapeuta, majd segédkeztem kiosztani a bentlakók részére
- betegek mobilizálása
- a trachea kanülüs betegnél a váladék leszívása gép segítségével, nem zárt rendszerbe: ezt szükség esetén, de általában óránként el kellett végezni
- a vacsorát minden délután 16:30-kor hoztuk el a konyháról.
- a vacsorát délután mindig a kijelölt aktuális ápoló osztotta ki, mert a foglalkoztatás ápolónak a műszaka 15:00-ig tartott
- segédkeztem a vacsora elkészítésében, kiosztásába, etetésben
- vércukorszint megmérése és esti inzulin beadása
- az esti gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás
- ezután minden ápoló az aktuális, saját betegét visszakísérte a szobájába alváshoz készülve
- alvás előtt lévő szükséges teendők: tisztázás, katéter zsák kiürítése, pizsamába átöltöztetés, pozícionálás, majd lámpaoltás
- dokumentálás

Február 24. szombat

Együtt reggeliztünk közösen, ami kész svédasztalos reggelire sikeredett. Heni főzött nekünk ebédet, ami rántott hús volt, húsleves és palacsinta. Ezután sétáltunk egyet itt helyben és bevásároltuk. Majd este boroztunk és átbeszéltük az egész héten történt eseményeket. Nagyon jó volt a hangulat, mert sokan voltunk és mindenki mesélt a szakmai tapasztalatiról vagy az itt történt eseményekről.

Február 25. vasárnap

Aznap otthon a szálláson tettünk-vettünk, rendet raktunk, gyakoroltuk egy kicsit a németet, majd a közelbe elmentünk túrázni. Kicsit felfedeztük a környéket. Kb. 6-kmes túra volt, de a hideg idő ellenére nagyon élveztük. A levegő érezhetően nagyon tiszta. Régebben Mainhardt-ba küldtek gyerekeket üdülni, akik valamilyen lég úti betegséggel küzdöttek, hiszen a helyi levegő nagyon jótékonyan hat a légzőszervi betegségben szenvedők állapotára.





Napközben nagyon hideg volt az idő, -8 fok körül mozogott az átlagos kinti hőmérséklet. Teát főztünk, beszélgettünk és megírtuk a naplóbejegyzést.

Február 26. Hétfő

Külön műszakban dolgoztunk ma. Én délelőtt, Ági délután volt gyakorlatban.

Reggel átadták az osztályt és távozott az éjszakai ápolói személyzet. Fürdetéssel kezdtünk reggel, aztán gyógyszerelés. Napközben jött a fodrász és akinek kellett, haját vágott. Ebben én segítettem is, mert egy agresszív, együtt működést nem tanúsító személy haját vágta le. Továbbá a pedikűr és manikűr készítő hölgy is jött. Fél 12-kor az ebéd osztás következett. Ezek után az ebédlőben találkoztam Ágival, együtt ebédeltünk, aztán én jöttem haza és pihentem.

Délelőtt:

- osztályátadás meghallgatása
- pozicionálás: minden beteget két óránként forgatják
- szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- mindenki a saját betegénél reggel elvégezte a higiénés szükségletek kielégítését, ami állt: ágytálaszás, fürdetés, hajmosás, borotválkozás, fogmosás, pelenkázás, bőrápolás, öltöztetés, fésülködés, a szoba rendbetétele
- minden reggel 8:00-ra jött a foglalkoztató nővér/ terapeuta aki segített a további napi tevékenységekben
- reggeliztetés segítése, osztása, etetés
- vércukor mérés és inzulin beadása
- gyógyszerosztás
- dokumentálás
- pozicionálás
- minden pozicionálásnál, ha szükséges tisztázás
- néhány beteget (mozgásában korlátozott/fekvőbeteg) reggeli után emelő segítségével, toló kocsi ültették és a társalkodó helyiségbe kitolták a többi lakó közé
- a bentlakók, a terapeuta segítségével, hűsvétra készülve a bentlakók festettek, hajtogattak, rajzoltak, barkácsoltak
- fél 12-kor a terapeutás ápoló elhozta a konyháról az ebédeltető kocsit, amin az aznapi menü volt
- eztán neki láttunk az ebéd kiosztásának, majd etetésnek
- az étkezést megelőzően vércukorszint mérés, inzulin beadás vagy esetlegesen laktáz enzim beadás
- déli gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás

Február 27. Kedd

Reggel 6-kor átadták az osztályt és szokásosan végig hallgattam németül, hogy mi történt az itt lakókkal az éjjel. Ma találkoztam a sebek ellátására szakosodott szakemberrel. Ha sebe lesz a bent lakónak, akkor azt fényképeken dokumentálják és elbírálja a szakember, hogy hová sorolná. Majd a megfelelő módon

ellátja. Itt is csak intelligens kötszert alkalmaznak, a sebeket is mindig egy erre szakosodott ápoló köti át kb 2-3 naponta. Nagyon figyelnek a felfekvések elkerülésére, mert a 2 óránkénti forgatás elmaradása is bírságot von maga után.

Délelőtt:

- osztályátadás meghallgatása
- pozicionálás: minden beteget két óránként forgatják
- szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- mindenki a saját betegénél reggel elvégezte a higiénés szükségletek kielégítését, ami állt: ágytálazás, fürdetés, hajmosás, borotválkozás, fogmosás, pelenkázás, bőrápolás, öltöztetés, fésülködés, a szoba rendbetétele
- minden reggel 8ra jött a foglalkoztató nővér/ terapeuta aki segített a további napi tevékenységekben
- reggeliztetés segítése, osztása, etetés
- vércukor mérés és inzulin beadása
- gyógyszerosztás
- dokumentálás
- pozicionálás
- minden pozicionálásnál, ha szükséges tisztázás
- néhány beteget (mozgásában korlátozott/fekvőbeteg) reggeli után emelő segítségével, tolókosiba ültették és a társalkodó helyiségbe kitolták a többi lakó közé
- a bentlakók a terapeuta segítségével a hűsvétra készülve a bentlakók festettek, hajtogattak, rajzoltak, barkácsoltak
- fél 12-kor a terapeutás ápoló elhozta a konyháról az ebédeltetős kocsit, amin az aznapi menü volt.
- eztán neki láttunk az ebéd kiosztásának, majd etetésnek
- az étkezést megelőzően vércukorszint mérés, inzulin beadás vagy esetlegesen laktáz enzim beadás
- déli gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás

Minden nap 2 óránként körbe mentünk a tartósan fekvő betegeknél, akik önállóan nem képesek mozogni, és pozicionáltuk őket. Majd feltettük a tápszereket a tápszer pumpákra.

Délután levest főzünk és vásárolni voltunk itt helyben. Majd este megbeszéltük, kivel mi történt a mai nap.

Február 28. Szerda

Reggel műszak átadás megtörtént, majd Krisztinával a saját betegeinket megfürdettük, ezt követően öltöztettük és "indítottuk" a napjukat. Ez a 11. Csoport, ahol az első két heti gyakorlatot töltöttem, speciális ellátást igénylő lakók. A betegek közül kevesen vannak olyanok, akik nem kapnak gépi segítséget.

Délelőtt:

- osztályátadás meghallgatása
- pozicionálás: minden beteget két óránként forgatják
- szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- mindenki a saját betegénél reggel elvégezte a higiénés szükségletek kielégítését, ami állt: ágytálazás, fürdetés, hajmosás, borotválkozás, fogmosás, pelenkázás, bőrápolás, öltöztetés, fésűlködés, a szoba rendbetétele
- Minden reggel 8ra jött a foglalkoztató nővér/ terapeuta aki segített a további napi tevékenységekben
- reggeliztetés segítése, osztása, etetés
- vércukor mérés és inzulin beadása
- gyógyszerosztás
- dokumentálás
- pozicionálás
- minden pozicionálásnál, ha szükséges tisztázás
- néhány beteget (mozgásában korlátozott/fekvőbeteg) reggeli után emelő segítségével, tolókosiba ültették és a társalkodó helyiségbe kitolták a többi lakó közé
- a bentlakók a terapeuta segítségével a hűsvétra készülve a bentlakók festettek, hajtogattak, rajzoltak, barkácsoltak
- fél 12-kor a terapeutás ápoló elhozta a konyháról az ebédeltető kocsit, amin az aznapi menü volt.
- eztán neki láttunk az ebéd kiosztásának, majd etetésnek
- az étkezést megelőzően vércukorszint mérés, inzulin beadás vagy esetlegesen laktáz enzim beadás
- déli gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás

Március 1. csütörtök

A délelőtt hamar eltelt, az itt zajló protokoll szerint elvégeztük a feladatokat. (Gyógyszer beadása, fürdetés, reggeliztetés, dokumentálás, szennyes ruha elvitele.) A délelőtti tevékenységek miatt az idő jóval gyorsabban telt. Önállóan vittük el a szennyest is és hoztuk is a mosodából a tiszta ruhákat. Kulcsot kaptunk, így mindenhová lehetőségünk volt bemenni. Az épületben három felvonó volt, eleinte nagyon labirintus volt a hely számomra, aztán könnyen ment már a tájékozódás.

Délben ebéd, ahol megkóstoltuk a gyümölcs kocsonyát, ami bizarr látványt nyújtott, de nem volt olyan rossz íze. Itt Németországban ezt nagyon szeretik, mondhatni minden korosztály kedvenc desszertje. Majd a hideg idő miatt kénytelenek voltunk idehaza maradni, amit én tanulással töltöttem.

Délelőtt:

- Osztályátadás meghallgatása
- Pozicionálás: minden beteget két óránként forgatják
- Szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- Mindenki a saját betegénél reggel elvégezte a higiénés szükségletek kielégítését, ami állt:

ágytálazás, fürdetés, hajmosás, borotválkozás, fogmosás, pelenkázás, bőrápolás, öltöztetés, fésülködés, a szoba rendbetétele

- Minden reggel 8ra jött a foglalkoztató nővér/ terepeuta aki segített a további napi tevékenységekben
- reggeliztetés segítése, osztása, etetés
- vércukor mérés és inzulin beadása
- gyógyszerosztás
- dokumentálás
- pozicionálás
- minden pozicionálásnál, ha szükséges tisztázás
- néhány beteget (mozgásában korlátozott/fekvőbeteg) reggeli után emelő segítségével, tolókosiba ültették és a társalkodó helyiségbe kitolták a többi lakó közé
- a bentlakók a terapeuta segítségével a hűvökre készülve a bentlakók festettek, hajtogattak, rajzoltak, barkácsoltak
- fél 12-kor a terapeutás ápoló elhozta a konyháról az ebédeltető kocsit, amin az aznapi menü volt.
- Eztán neki láttunk az ebéd kiosztásának, majd etetésnek
- az étkezést megelőzően vércukorszint mérés, inzulin beadás vagy esetlegesen laktáz enzim beadás
- déli gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás

Március 2. péntek

Az osztály átadást követően rám bíztak három itt lakót. A reggeli tevékenységekben kellett segíteni, mert mindannyian mozgásukban korlátozottak voltak. Mindannyiuknak nehézséget okozott mosakodni, borotválkozni, öltözködni, tápszerindítása. Majd aztán reggelit osztottam és dokumentáltam az elvégzett dolgokat. Amikor jutott egy kis idő, akkor meglátogattuk egymást Ágival. A látogatás során ittunk egy kávét és gyorsan átbeszéltük kinek hogy telt odáig a napja.



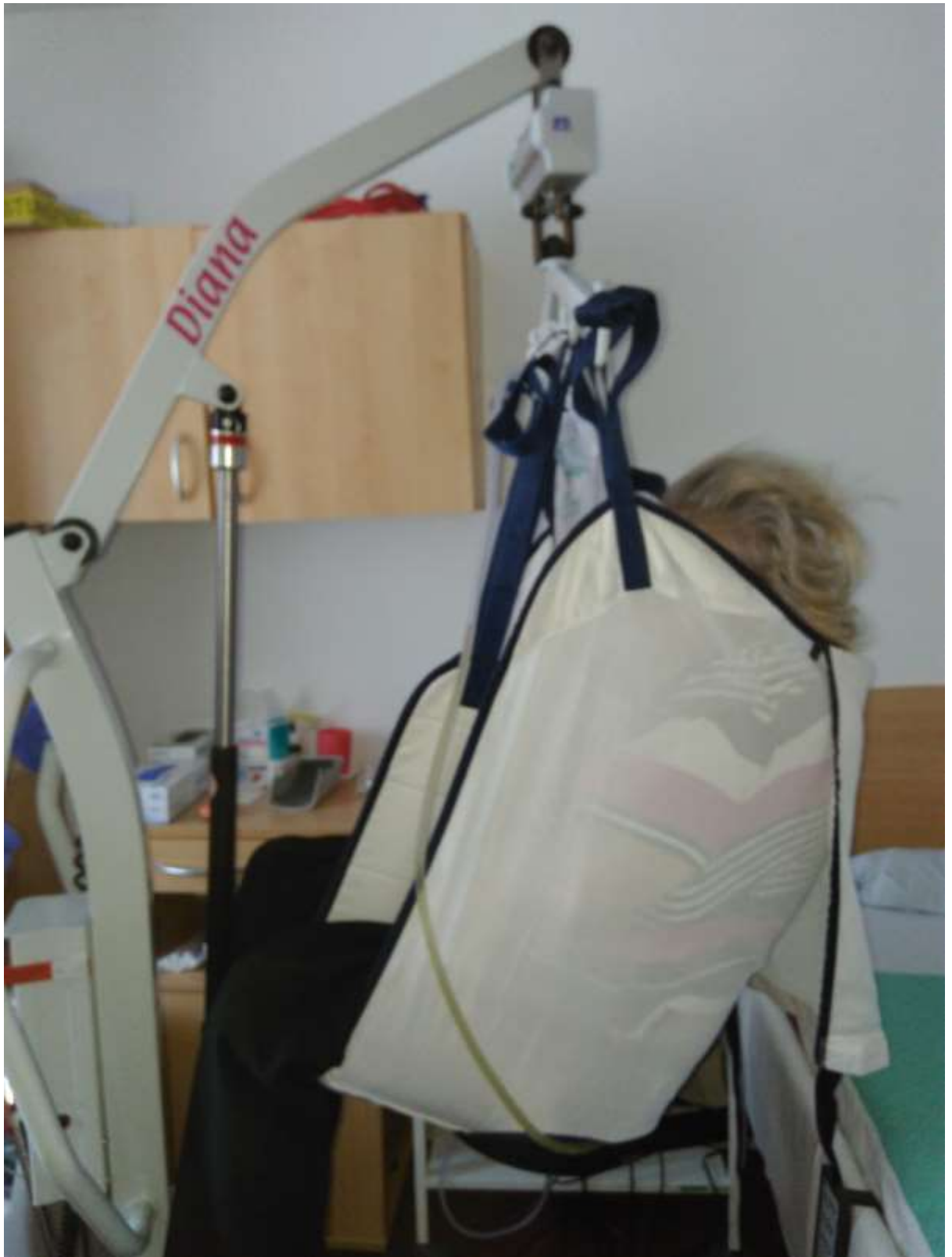
A nap folyamán egy emelő segítségével kiültettünk tolókocsiba egy teljesen tudatában és mozgásában korlátozott embert. Ez a személy tartósan ágyban fekszik, általában a 7 napból 3x kiviszik az aktív közösségbe, ügyel az ápolási vezetés, hogy a közösségi élet aktívan működjön. Ez talán jobb is így, mert egyébként sokszor jönnek családtagok, látogatók az itt élőkhez és ilyenkor minden olyan családias. Az emelő lift nagyon hasznos szerkezet, mert kíméli az ápolók derekát és a baleset kockázatát is igencsak csökkenti.

Délelőtt:

- Osztályátadás meghallgatása
- Pozicionálás: minden beteget két óránként forgatják
- Szonda előkészítése és tápszergép elindítása az előírtaknak megfelelően
- Mindenki a saját betegénél reggel elvégezte a higiénés szükségletek kielégítését, ami állt: ágytálazás, fürdetés, hajmosás, borotválkozás, fogmosás, pelenkázás, bőrápolás, öltöztetés, fésülködés, a szoba rendbetétele
- Minden reggel 8ra jött a foglalkoztató nővér/ terepeuta aki segített a további napi tevékenységekben
- reggeliztetés segítése, osztása, etetés
- vércukor mérés és inzulin beadása
- gyógyszerosztás
- dokumentálás
- pozicionálás

- minden pozicionálásnál, ha szükséges tisztázás
- néhány beteget (mozgásában korlátozott/fekvőbeteg) reggeli után emelő segítségével, tolókocsiba ültették és a társalkodó helyiségbe kitolták a többi lakó közé
- a bentlakók a terapeuta segítségével a hűsvétra készülve a bentlakók festettek, hajtogattak, rajzoltak, barkácsoltak
- fél 12-kor a terapeutás ápoló elhozta a konyháról az ebédeltetős kocsit, amin az aznapi menü volt.
- Eztán neki láttunk az ebéd kiosztásának, majd etetésnek
- az étkezést megelőzően vércukorszint mérés, inzulin beadás vagy esetlegesen laktáz enzim beadás
- déli gyógyszerek kiosztása
- dokumentálás





Délután Gergővel voltunk Schwäbisch-Hallban, ahol sétáltunk, várost néztünk és egy helyi hangulatos vendéglőbe is betértünk.





Március 3. szombat

A délelőtt pihenéssel telt, majd Ágival lesétáltuk a helyi túra útvonal kisebbik szakaszát, a vörös Fuxit. Nagyon gyönyörű környezetben túráztunk és még a levegő is érezhetően jobb volt. A nap minden szakában rengeteg ember használta kikapcsolódásul. Többnyire túrázók járnak erre, de van hogy jobb idő esetén a Lindenhofban élők is felkerekednek egy sétára. Az idő hideg volt, így otthon teát főztünk és próbáltunk felmelegedni. Este pedig átjött Gergő, aki velünk egy idős és itt dolgozik a Lindenhofban.

Március 4. vasárnap

A mai nap, mivel a tegnapi túrázás jól sikerült, így elhatároztuk hogy ma teljesítjük a zöld Fuxit, ami a nagyobb távot jelenti. Kb. 10 km az útvonal hossza.

Én, Gabi, Gergő, és Rengel Ágival sétáltuk le a távot. Kellemes időnk volt a fagyos mínuszok után. Történelmi jelentősége is van a helységnek mert, itt Mainhardt határában található a római határ vonal, a Limes. A túra útvonalunk ezt is érintette. Este összeültünk és beszélgettünk, szokás szerint.

Március 5. hétfő

2 hetet töltöttem a 11. Csoportnál és hétfőn a 4. Csoporthoz kerültem gyakorlatra. Az osztályról tudni kell hogy zárt és többnyire pszichés jellegű betegségekkel élnek itt az itt lakók. Skizofrén, személyiség zavar, depresszió, alkoholizmus, Alzheimer-kór.

Délutáni műszakban kezdtem itt a hetet. Bemutatták az osztályt, a felépítését, a napirendet. Itt már szabadabb tevékenységgel foglalkozhatnak az itt élőknek, mivel nincs fekvő beteg. Anitával voltam, aki azon a szálláson lakik, ahol mi is. Nagyon jól telt az első nap, mindent megmutatott, mit hol találók. Mi a napi rend és mihez vannak az itt lakók hozzá szokva.

Délutáni műszak : 13:00-19:00-ig

- osztály átadása
- uzsonna kiosztása, etetés
- vércukor mérés
- inzulin beadása
- gyógyszer osztás
- tiszta ruhák elpakolása
- szoba rendbe tétele
- minden óra 30-kor cigaretta osztása
- dokumentálás
- elektronikus dokumentálás
- este mindenkit vissza kísérfni a szobájába

Március 6. kedd

Délelőtt Gabi, én, Ági és Gergő elmentünk Vellbergbe. Nagyon régi város részt néztünk meg, aztán egy orosz boltban vásároltunk. Délben ebédünk és 13:00-kor kezdődött a gyakorlat.

A délután folyamán kiosztottuk az ételt, kávé, kakaót ez amolyan ebéd utáni nassolás a németeknél. Itt minden óra 30-kor cigaretta osztás van, mert sokaknak szenvedélye volt az ital mellé a cigaretta is. Hetente egyszer kimehetnek a közeli szuper marketbe vásárolni is, persze ápoló-gondozó felügyelete mellett.

Délutáni műszak : 13:00-19:00-ig

- osztály átadása
- uzsonna kiosztása , etetés
- vércukor mérés
- inzulin beadása
- gyógyszer osztás
- tiszta ruhák elpakolása
- szoba rendbe tétele
- minden óra 30-kor cigaretta osztása
- dokumentálás
- elektronikus dokumentálás
- este mindenkit vissza kísérni a szobájába

Március 7. szerda

A délelőtt pihenéssel telt majd délben mentünk ebédelni, aztán 13:00-kor kezdtünk gyakorlalon. Végig hallgattam a műszak átadást és a délelőtt történet eseményeket. Aztán kiosztottuk az uzsonnát, elpakoltuk a frissen felhozott tiszta ruhákat, ágyneműket. Majd gyógyszerosztás következett. A délután során egy társas játékkal játszottam két bentlakóval. Mind a kettő szívinfarktus után reanimált ember, az oxigén hiány miatt visszamaradott agyi károsodásuk van, de önállóan ellátják magukat. Kb. egy 5 éves gyerek szellemi szintjén élik az életüket. Nagyon jó kedélyűek és vidámak. Jól telt a mai nap és gyorsan.

Este borsó levest főzünk, közben beszélgettünk.

Délutáni műszak : 13:00-19:00-ig

- osztály átadása
- uzsonna kiosztása , etetés
- vércukor mérés
- inzulin beadása

- gyógyszer osztás
- tiszta ruhák elpakolása
- szoba rendbe tétele
- minden óra 30-kor cigaretta osztása
- dokumentálás
- elektronikus dokumentálás
- este mindenkit vissza kísérfni a szobájába

Március 8. csütörtök

Délelött túrázni voltunk, aztán ebédelni mentünk délben. Mielött elindultunk a mőszakba Gergő hozott nekőnk 1-1 szál tulipánt Nőnap alkalmából.

Délután az egyik bent lakót el kellett különíteni, mert beigazolódott a gyanú, hogy influenzás. Az ilyen elkőlönítés abból állt, hogy ami a betegnél volt, mindent külön kezeltek, ruhákat, eszközöket. Mindent külön sterilizáltak. A beteg nagyon rossz állapotban érkezett vissza a kórházból, így nagyon nagy figyelem irányult rá. Mind a táplálásra mind, hogy ne gyengőljön le. Emiatt volt is egy rendkővőli megbeszélés, hogy ápolási szempontból milyen felmerőlfő veszélyek lehetnek a betegre nézve és az egészség romlás megfőkezése volt a cél.

Délutáni mőszak : 13:00-19:00-ig

- osztály átadása
- uzsonna kiosztása, etetés
- vércukor mérés
- inzulin beadása
- gyógyszer osztás
- tiszta ruhák elpakolása
- szoba rendbe tétele
- minden óra 30-kor cigaretta osztása
- dokumentálás
- elektronikus dokumentálás
- este mindenkit vissza kísérfni a szobájába

Március 9. péntek

A délelött is túrával telt majd ebéd és munkába menet. Délután láthattam, ahogy subcutan vezettek be infúziót a fertőzött legyengőlt bent lakónak. Ez annyit jelent, hogy a szövetek közé folytatják be az infúziós oldatot, mi ezt úgy hívjuk para folyik. A folyamat célja, hogy nem a keringést terheli, ahogy a vénás bevezetés tenné, hanem egyszerűen a szövetek között felszívódik, így magyarázta a német kolléga, miután végzett a beavatkozással.

Ez érdekes pont volt itt a kint tartózkodás ideje alatt, mivel ilyet Magyarországon nem csinálnak.

Este a szokásos beszélgetés, majd a naplóirás. Majd pihenés.

Délutáni műszak : 13:00-19:00-ig

- osztály átadása
- uzsonna kiosztása , etetés
- vércukor mérés
- inzulin beadása
- gyógyszer osztás
- tiszta ruhák elpakolása
- szoba rendbe tétele
- minden óra 30-kor cigaretta osztása
- dokumentálás
- elektronikus dokumentálás
- este mindenkit vissza kísérfni a szobájába

Március 10. szombat

Gergővel és Anitával Schwäbisch Hallban voltunk. Voltunk pár helyen vásárolni és szétnéztünk még a városban, nagyon jól éreztük magunkat. Dönert ettünk és sétáltunk a városban aztán este együtt frankfurti levest főzünk és beszélgettünk, iszogattunk. Kellemesen telt a nap és tartalmasan.

Március 11. vasárnap

Gergőt ebéddel vártuk és főztünk tojás levest, carbonara spagettit és banános sütit. Délután én, Ági és Anita együtt elmentünk túrázni, ami kb. 10 km távolság lehetett. Elfáradtunk és nagyon jól éreztük magunkat.



Március 12. hétfő

Az utolsó hét megkezdődött és délelőtti műszakban voltunk. Reggel 6-12-ig voltunk gyakorlaton. Reggel fürdetés, ételosztás és dokumentálás van leginkább. Ma reggel láttam, ahogy vért is vettek, megint más módon, mint odahaza. Gyorsan eltelt a nap, délután sétáltunk Ágival egy nagyot.

Délelőtti műszak 06:00-12.00-ig

- osztály átadás
- dokumentálás
- higiénés szükségletekben segíteni (itt fennjáró beteg élnek kb 95 %-ban)
- vércukor mérés
- vérnyomás mérés
- inzulin beadás
- súly mérés
- reggeli osztás
- etetés
- dokumentálás
- gyógyszer előkészítés
- ebéd előkészítése
- ebédeltetés – etetés
- gyógyszerosztás



Március 13. kedd

Reggel 6-kor osztály átadás. Fürdetés, öltöztetéssel kezdtük a napot a szokásnak megfelelően, majd reggeli kiosztás és dokumentálás. Az influenzás beteg nagyon sokat fogyott, így nem várhattak tovább levezettek neki egy gyomor szondát, amit láthattam. Nagyon nehezen sikerült a szondát levezetni, mert a bent lakó nem volt hajlandó akkor nyelni, amikor kérték tőle. Majd többszöri próbálkozás után sikerült és el is kezdték bejuttatni a kombinált tápszert. Gyorsan eltelt a délelőtt, délután meg Gergővel Subwayben voltunk, aztán hazaértünk és pihenünk.

Délelőtti műszak 06:00-12.00-ig

- osztály átadás
- dokumentálás
- higiénés szükségletekben segíteni (itt fennjáró beteg élnek kb 95 %-ban)
- vércukor mérés
- vérnyomás mérés
- inzulin beadás
- súly mérés
- reggeli osztás
- etetés
- dokumentálás
- gyógyszer előkészítés
- ebéd előkészítése

- ebédeltetés – etetés
- gyógyszerosztás

Március 14. szerda

6-kor műszak átadás volt, aztán szokás szerint tisztálkodás és a bent lakók rendezése. Ma újra szondát vezettek le egy bent lakónál, aki elkapta az influenzát a másik influenzás betegtől. Nála sem ment egyszerűen a szonda levezetése, hasonlóan a tegnapi betegnél. Nehezen, de többszöri próbálkozás után sikerült. Semmiben sem különbözött a szonda levezetésének menete a hazaitól.

Volt ma a helyi újságtól egy újságíró hölgy, aki interjút készített velünk és a programról. Kedves hölgy volt és képet is készített rólunk, várhatóan a szombati újságban fog megjelenni a cikkünk, amit majd szeretnénk megvásárolni.

Az időjárás kellemes volt, így munka után futottunk a Mainhardt-i erdőben Ágival.

Délelőtti műszak 06:00-12.00-ig

- osztály átadás
- dokumentálás
- higiénés szükségletekben segíteni (itt fennjáró beteg élnek kb 95 %-ban)
- vércukor mérés
- vérnyomás mérés
- inzulin beadás
- súly mérés
- reggeli osztás
- etetés
- dokumentálás
- gyógyszer előkészítés
- ebéd előkészítése
- ebédeltetés – etetés
- gyógyszerosztás

Március 15. csütörtök

Nem volt a legnagyobb életerő bennünk, amikor reggel 5-kor kellett kelni a Nemzeti Ünnepeinken, de már csak utolsó előtt nap gyanánt kibírtuk. Gyorsan eltelt segítetttem egy német kollégának fürdetni és a bent lakókat elrendezni. Délben német töltött paprikát ettünk, ami itt helyi specialitás és egészen jó volt. A mai nap különbözött a szokványos naptól. Az influenzás betegek állapota javult a szonda tápszereknek és antibiotikumoknak köszönhetően.

Este átjött Gergő és beszélgettünk.

Délelőtti műszak 06:00-12.00-ig

- osztály átadás
- dokumentálás
- higiénés szükségletekben segíteni (itt fennjáró beteg élnek kb 95 %-ban)
- vércukor mérés
- vérnyomás mérés
- inzulin beadás
- súly mérés
- reggeli osztás
- etetés
- dokumentálás
- gyógyszer előkészítés
- ebéd előkészítése
- ebédeltetés – etetés
- gyógyszerosztás

Március 16. Péntek

Utolsó gyakorlati nap, minden a megszokott módon zajlott, a német kollégáktól el tudtam köszönni. Nagyon kedvesek voltak és megköszönték az egy havi segítséget és együtt működést. A napi ápolási-gondozási tevékenységek, ahogyan a hét többi napján, most is ugyanúgy zajlott minden.

Délelőtti műszak 06:00-12.00-ig

- osztály átadás
- dokumentálás
- higiénés szükségletekben segíteni (itt fennjáró beteg élnek kb 95 %-ban)
- vércukor mérés
- vérnyomás mérés
- inzulin beadás
- súly mérés
- reggeli osztás
- etetés
- dokumentálás
- gyógyszer előkészítés
- ebéd előkészítése
- ebédeltetés – etetés
- gyógyszerosztás

Délben sváb specialitás volt. Maultaschen a neve. Tészta étel és nagyon érdekes íze volt.



Este beszélgettünk és megünnepeltük a 4 hetes gyakorlat végét. Majd pihenni mentünk, mert ugyan eltelt a hét, de azt kell mondjam fárasztó is volt.

Március 17. szombat

Elmentünk még egyet utoljára vásárolni, sétáltunk, pihenünk, pakoltunk. Már nagyon izgatottak voltunk, hogy jöhetünk haza, mert hosszú idő volt ez a négy hét távol az otthonunktól. Főztünk egy levest, mert az idő elromlott és a sétából haza érve átfagytunk, meleget kívántunk. Gyorsan eltelt a mai nap is. A dolgainkat már félig sikerült összepakolni, este néztünk kint a nappaliban egy filmet majd elmentünk aludni.

Március 18. vasárnap

Minden csomagom készen állt a holnapi utazásra. Az idő elromlott, de ennek ellenére én elmentem egyedül futni. Nagyon szép a mainhardti erdő, így a hideggel mit sem törődve futottam 6 km-t. A nap további részében mostunk és pihentünk.

Március 19. hétfő

Ameddig lehetett aludtam. Összepakoltunk, takarítottunk és még délután találkoztunk a német vezetőséggel. Kaptunk tőlük egy ajándék kosarat, amely tele volt autentikus ételekkel, mint például

sváb gyümölcslé, tészta, és konzerv. Nagyon örültünk ennek a kedves gesztusnak.



Este 19:00-után nem sokkal jött értünk az autó, másnap délelőtt értünk haza.