



A Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Önkormányzat Pszichiátriai Szakkórházának Mentális Egészségvédelmi Lapja



## Tartalomból:



- ▶ *Drogambulancia: segítség és prevenció (2.o.)*
- ▶ *Pszichoszomatikus szemlélet a gyógyításban (5.o.)*
- ▶ *Komplex pszichiátriai ellátásban gondolkodunk...(6.o.)*
- ▶ *Interaktív videokonferencia a szakkórházban (8.o.)*
- ▶ *Családbarát a munkahelyünk!(14.o.)*





# DROGAMBULANCIA

Segítség és prevenció



## MISSZIÓNK:

A Drogambulancián a Megyei Pszichiátriai Szakkórház munkatársai a Szabolcs-Szatmár-Bereg megyében élő, különböző addikciókkal küzdő lakosokat segítik függőségük leküzdésében, illetve társadalmi reintegrációjukban.

## A JELENLEGI HELYZET:

Hazánkban a szenvedélybetegek száma egyre nagyobb méreteket ölt: kb. egymillió ember alkoholfüggő, magas a dohányzók, nyugtatókat, altatókat rendszeresen használók száma, és egyre több a drogfogyasztó. Ezen tendenciák alól megyénk sem kivétel, sőt! A munkanélküliség, a létbizonytalanság, kilátástalanság miatt kialakuló addikciók hatására egyre többen szorulnak segítségre.

## ELÉRHETŐSÉGEINK:

Cím: 4400 Nyíregyháza, Árpád u. 41/a

Telefonszám/ faxszám: 42/312-702, 30/278-0545

Rendelés ideje: hétköznaponként: 8-16 óra között



## FELADATUNK:

Nem „csupán” a „klasszikus” addikciókat igyekszünk orvosolni, hanem a modernizáció „újkori” vívmányai hatására kialakult függőségeket is! A helyszínen - a jelenlegi törvények értelmében beutaló nélkül - a szenvedélybetegségek teljes skáláját ellátjuk: alkohol, - gyógyszer, - játék, - vásárlási, Internet, - mobiltelefon stb. függőséggel is érkehetnek hozzánk a rászorulók. Feladatunk közé tartozik a gyógyító paletta szélesítése mellett a prevenció és a rehabilitáció lehetőségeinek, eszközeinek megismertetése, aktívabb kapcsolatot kiépítve nemcsak a megyeszékhely, hanem a megye egészségügyi intézményeivel is.

## SZAKEMBEREINK:

A helyszínen magasan képzett szakemberek - pszichiáter, pszichológus, jogász, szociális munkás stb. - állnak a rászorulók rendelkezésére. A szakemberek jelenléte azért különösen fontos, mivel az addikciókkal küzdők kezelése csak team munkában oldható meg hatékonyan. A betegek ugyanis nem „csupán” szomatikus és pszichés szövödmények miatt igényelnek segítséget, hanem függőségük miatt egzisztenciális, morális nehézségeik adódhatnak, illetve az illegitim szerek használata miatt összetűzésbe kerülhetnek a törvénnyel. Ezek a tényezők megfelelő segítség nélkül nehezíthetik a visszailleszkedést a társadalomba.

## TERVEINK:

A gyógyító tevékenység mellett nagyobb hangsúlyt kívánunk helyezni a prevencióra és a megfelelő tájékoztatásra. Ennek érdekében a későbbiekben olyan programokat szervezünk, ahol a leginkább érintettek figyelmét időben fel tudjuk hívni a szenvedélybetegségekkel kapcsolatos veszélyekre. Fiatal, szakképzett munkatársaink ezen kívül olyan megyei fesztiválokon, rendezvényeken is részt vesznek majd, ahol a tájékoztatáson túl már a helyszínen segítséget nyújthatnak.

## FIATALOK, SZÜLŐK, PEDAGÓGUSOK!

Tanácsstalan vagy? Bajba kerültél? Esetleg ismersz valakit a környezetedben, aki segítségre szorul? Ha jogi, szociális, orvosi segítségre van szükséged a legális, vagy akár az illegális szerekkel (alkohol, nikotin, játékszenvedély, gyógyszer, kábítószer stb.) kapcsolatban, esetleg információt, tájékoztatást kívánsz kapni, keress meg minket telefonon, vagy személyesen!

*A Drogambulancián felkészült szakemberek adnak tanácsot és nyújtanak számodra segítséget!*



## Megújuló járóbeteg szakellátás, humánpolitikai átvilágítás

Beszélgetés Dóka Tündével



**Új munkatárs, új vezető. A járóbeteg szakellátás feladatai és a humánpolitikai kérések ezentúl egy kézben összpontosulnak: április elsejétől Dóka Tünde látja el a két terület irányítását. Vele beszélgettünk a jelenlegi helyzetről és a közeljövőben tervezett változtatásokról.**

**- Ön nemrég érkezett a szakkórházba. Mi volt az első benyomása?**

- Úgy érzem, egy családias közösségbe csöppentem, ahol hamar megtapasztaltam, hogy a kollegális szellem, és a team munka rendkívül meghatározó szerepű a szakkórház életében. Egy munkatársra sokféle feladat hárul, ami a dolgozóknak egyrészt komoly kihívást jelent, másrészt viszont megakadályozza őket abban, hogy elfásuljanak, kiégjenek a hétköznapi során. Mivel már ideérkezésem előtt voltak elképzeléseim /tapasztalataim/ arról, hogy milyen lényeges elemeknek kell rendelkezésre állni egy komplex járóbeteg szakellátáshoz, illetve a humánpolitikai feladatok megszervezéséhez, az első benyomásaim megerősítettek abban, hogy az irányvonal rendkívül reális.

**- Az eddigi tapasztalatai alapján hogyan tudja majd összeegyeztetni a két, egyébként külön embert igénylő munkakört?**

- Szerencsésnek találom a jelenlegi helyzetet, ugyanis a szakkórházban minden feltétel adott ahhoz, hogy a két terület külön-külön is komplexen, hatékony módon működni tudjon a maga vonalán. Intézményünk megfelelő képzettségi indexszel rendelkezik, magasan kvalifikált, elhivatott munkatársak állnak rendelkezésre a célok megvalósításához. Feladatomban inkább azt érzem, hogy a már meglévő elemek megszervezve legyenek és átláthatóbbá váljanak. Mindez természetesen csak a menedzsment és a munkatársak segítségével valósulhat meg!

**- Milyen változtatások szükségesek Ön szerint a központosított járóbeteg**

**szakellátás területén?**

- Az átláthatóság érdekében - a járóbeteg szakellátás vezető főorvosával és a menedzsmenttel egyeztetve legfontosabb feladatomban tekintem a rendszer átvilágítását és az esetleges hiányok folyamatos pótlását, korrigálását. Az eddigi tapasztalataim alapján feltétlenül szükségesnek tartom az ambulánslapok tartalmának napi ellenőrzését, mellyel az esetleges hibákat időben kiszűrhetjük. Hasonlóképpen fontos, hogy a módosított, ÁNTSZ által kiadott engedélyeknek megfelelően végezzük továbbra is mindennapi rendelésünket. Kiemelném, hogy a nyár közepére a tervek szerint a rekonstrukciós program keretén belül elkészül a szakkórház korszerű Pszichiátriai Járóbeteg Szakellátási Központja is, mellyel egy olyan többfunkciós komplexum jön létre, ami a betegek számára könnyebben áttekinthető, átjárható. Az egy területen összpontosuló járóbeteg ellátások másik előnye, hogy a munkatársaink körében megvalósulhat a - célként már megfogalmazott - úgynevezett „forgórendszer” létrehozása, mellyel egymás munkáját segíthetik. A rendszer lényege, hogy a szakdolgozók változó munkahelyen látják el napi feladataikat, ezáltal komplexen is átlátják az egyes területek elemeit.

**- Kicsit kényesebb a humánpolitika köre, hiszen az egészségügy jelenlegi helyzetében, mikor azt halljuk, hogy kórházak zárnak be, embereket bocsátanak el, nem túl „hálás” feladat vezetőként dönteni ezekben a kérdésekben...**

- Ez valóban így van. Azonban köztudott, hogy mivel a humánpolitika rendszere az egyik meghatározó eleme az egészségügyi intézmény hatékonyságának, nem tekinthetünk el a megfelelő létszámú, kvalifikált szakember foglalkoztatásától. A megoldást véleményem szerint elsősorban az intézményre jellemző humánpolitikai feladatok igény és teljesítés oldalainak összevetése, a bér, a munkajogi és humánpolitika összefüggései,

ezek helye és fő feladataik megfogalmazása jelenik a kórházi környezetben. Ismeretes, hogy az emberi tőke a munkavállalók ismereteiből, képességeiből, tudásából tevődik össze. Szakkórházunkban igyekszünk „kihasználni” az emberi erőforrásokat és stratégia tervünkben reagálunk minden „IQ veszteségre”! Példaként hoznám, hogy ha eltűnik egy drága tárgy az irodából, azonnal kivizsgálás indul, de ha kilép az intézetből egy értékes munkavállaló, akkor nem történik semmi.... Úgy gondolom, célként szükséges megfogalmazni, hogy a rátermett, megbízható munkatársakat lehetőségeinkhez mérten támogassuk és csapatunk hasznos tagjaként tudhassuk! Ennek kapcsán kiemelném a teljesítményértékelés bevezetését, mely alapjául szolgálhat a jövőben az itt dolgozók munkavégzésének jellemzéséhez. Az értékelés során nemcsak a kiválóan alkalmas, hanem a feladatra kevésbé megfelelő munkatársak kiszűrése is megvalósulhat. Az utóbbi esetben sajnos fel kell vállalnunk azt a hálátlan feladatot, hogy vagy más jellegű munkát kérünk a dolgozótól, vagy pedig az addigi tevékenységei ellátásával egy rátermettebb, megfelelő végzettséggel rendelkező szakembert bízunk meg.

Humánpolitikai feladataim közé tartozik még többek között a munkavállalók és munkahelyek feltételes és feltétel nélküli összekapcsolódási folyamatának nyilvántartása, a betöltött és üres állások kezelése, dolgozók felvételének, képzésének, helyettesítésének nyilvántartása és tervezése, a tanulmányi szerződésben foglalt betartásának átvilágítása, teljesítményértékelés, karrierterv készítése, a munkavállalók életútadatainak nyilvántartása, adott munkavállalóra vonatkozó jogszabályok által meghatározott adatok kezelése, motivációs rendszer kidolgozása és az intézmény specifikus adatainak kontrollálása is. Befejezésként hozzátenném, hogy munkám során mindig szem előtt tartom az intézmény és a munkavállalók érdekeit, jogait és a lehetőségeket, hogy az eddig jellemző összhangra alapozva a továbbiakban is egy betegközpontú, szolgáltatásorientált gondolkodásmód jellemezze szakkör-  
- Köszönöm a beszélgetést! V.P.G.



## Háziorvosi szemmel

Folytatódik „Háziorvosi szemmel” rovatunk, melyben a megye háziorvosainak szakkórházunkkal, illetve a pszichiátriai ellátással, pszichiátriai betegségek kezelésével kapcsolatos kérdéseit válaszoljuk meg.

### Aki kérdez:

**Dr. Boiskó Sándor**  
házi orvos



Szakkórházukban a pszichiátriai betegek gyógyszeres terápiáját milyen szocioterápiás eszközökkel egészítik ki, melyek a hétköznapokban is használhatóak?

### Aki válaszol:

**Hadházi László**  
szocioterápiás csoport koordinátor

A pszichiátriában a gyógyításnak egyik speciális módja az Ön által kért szocioterápia, mely abban ad a kezelőknek és a betegeknek segítséget, hogy a különböző foglalkozások hatására az érzelmi viszonyulások, a hangulati elemek, az egyéni és a kollektív kommunikációs mechanizmusok jobban kifejezhetővé, megérthetővé váljanak. A gyógyító célú foglalkoztatásokat három nagyobb témakör szerint csoportosíthatjuk: szocioterápia (csoportos foglalkozások), foglalkozás terápia (kreatív terápiás lehetőségek), és a szociokulturális tevékenységek (a szabadidő hasznos kitöltése). A szocioterápiás eszközök az életből merített szociális tevékenységek felhasználását jelentik gyógyító céllal, a lehetőségek közé tartozik az osztályos nagycsoport, a szorongásoldó csoport, a szenvedélybetegek motivációs csoportja, zenés festés, biblioterápia, zene, - táncterápia, a pszichoedukációs tréning stb. és itt említeném meg a közelmúltban bevezetett színházterápiát is, mely rendkívül népszerű a betegek körében. A foglalkozásterápiával célunk,

hogy a páciens szembesüljön az élet realitásával és egy átgondolt fejlesztő program segítségével erősítsük fizikai és pszichikai képességét. Ebben a formában lehetőségek: képzőművészeti terápiák (mandalafestés, kerámiazás, gyöngyfüzés, termésképek készítése stb.), Kreatív terápiák (szőnyegszövés, varrás, hímzés stb.), és a hobby tevékenységek (parkok, virágok gondozása stb.) gyakorlása. Rendkívül fontosnak tartjuk, hogy betegek állapotuknak megfelelően szabadidejüket a fent említett foglalkozásokon túl is hasznosan töltsék el, mely keretein belül gyakran szervezünk kirándulásokat, jeles napokkor közös rendezvényeket. Úgy gondolom, hogy



valamennyi foglalkozási forma a hétköznapokban is rendkívül jól alkalmazható, hasznosítható, hiszen segítségével könnyebben küzdünk meg a napi stresszel. Ezek olyan „praktikák”, melyekkel az ember értékesnek érezheti magát, még ha nem is művész. A lényeg a sikerélmény, a változatosság és a kikapcsolódás!



**Dr. Boiskó Sándor**

### Bemutatók:

- '82-ben végeztem az Ungvári Egyetem Általános Orvosi Szakán
- Kezdetben gyermekorvosként, majd belgyógyászként dolgoztam
- '96 háziorvosi szakvizsga
- Jelenleg háziorvosként 13. éve Kállósejnyben tevékenykedem
- Nyelvtudás: orosz, ruszin, ukrán, angol



**Hadházi László**

### Bemutatók:

- '95-ben érettségiztem Nagyállóban a Korányi Frigyes Gimnáziumban
- '96-ban pszichiátriai szakosító vizsgát tettem
- '96-tól vagyok a pszichiátriai szakkórház munkatársa
- '97-től a II. Addiktológiai Osztály vezető ápolójaként tevékenykedtem
- 2000-ben szereztem gyógyszer-foglalkoztató asszisztens képzést
- Ettől az évtől kezdve gyógyszer-foglalkoztatóként látom el napi munkámat, 2006-tól pedig a csoport koordinációs feladataival vagyok megbízva

# Pszichoszomatikus szemlélet a gyógyításban

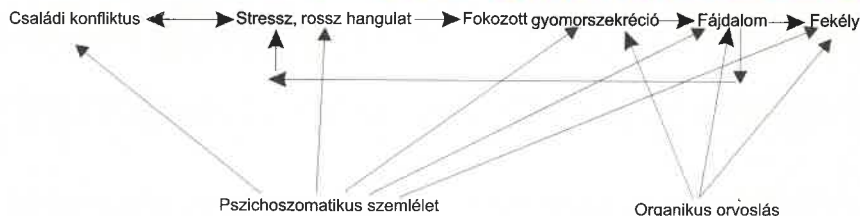
Az orvosi gyakorlatban ma kétféle szemléletmód uralkodik. Az egyik, a testi tünetek kialakulásáért kizárólag a szervezetet teszi felelőssé, a másikban - a szokásos organikus felfogásmód mellett - helyet kap az a nézet is, amely szerint a betegségek értelmezhetőek a beteg érzelmi állapotának változásai, vagy szociális alkalmazkodása során keletkezett konfliktusok kifejeződéseiként is.

Mindenkinek van "pszichoszomatikus szemlélet"-e. Mikor párunk hazajön a munkából és azt mondja: "Fáj a fejem..." Azt mondjuk neki: "Dőlj le, pihend ki magad.." ...és a gyógymód használ. Tehát ez esetben, tudattalanul is elismerjük, hogy ezt a fájdalmat pl. stressz okozta és nem fájdalomcsillapítókkal gyógyítjuk. Így van ez számos betegséggel, tünettől kapcsolatban is.

A pszichoszomatikus betegségek elnevezés a test és a lélek kölcsönhatásának zavarára utal. Számos tanulmány hívja fel a figyelmet arra, hogy az orvoshoz forduló betegek tüneteinek hátterében mintegy 10-50%-ban nem igazolható organikus elváltozás, tehát lényegében pszichoszomatikus vagy funkcionális tünetről van szó. Ez komoly differenciáldiagnosztikai problémát vet fel, mert ugyanakkor a betegnek igen erős betegségtudata lehet, ellenben legtöbbször nincs tisztában a pszichikai hatásmechanizmusokkal.

■ Franz Alexander (1891-1964) a „pszichoszomatika atyja”, „Psychosomatic Medicine” 1950 című munkájában ezt írja:

- Minden egészséges és kóros funkció pszichoszomatikus
- Az emóciók együtt járnak egy akciós mintázattal, mely az autonóm idegrendszer egy részén, illetve az általa innervált szervekben fejeződik ki
- Specifikus érzelmek specifikus vegetatív reakciók kíséretében jelennek meg.
- Az elfojtott érzelmek krónikus feszültséghez vezetnek, így az őket kísérő vegetatív innerváció mértékét és időtartamát fokozzák



- Az így előálló erőteljes szervi innerváció funkciózavarhoz vezet, mely végül szöveti-, morfológiai elváltozást eredményezhet.

■ Ez dióhéjban annyit tesz: Az érzelmi változások/állapotok befolyásolják szervezetünk/szerveink működését és látható/ tapintható/ mérhető elváltozásokhoz, betegségekhez vezethetnek.

Ezt a népnyelv nagyon szépen és képszerűen tudja közvetíteni:

- „Megállt benne az ütő”
- „Fáj a szíve érte”
- „Ne fájjon miatta a feje”
- „Elakad a lélegzete”
- „Lenyeli a békát”

Természetesen a tudomány is igyekszik ezeket a köztudott, nap-mint-nap használt megfigyeléseket alátámasztani, mechanizmusát feltárni, kapott eredményeit a gyógyításban felhasználni.

■ Selye János nevéhez fűződik az általános adaptációs szindróma (GAS), amelynek lényege, hogy a szervezetet megterhelő, nemspecifikus hatások aktiválják a hipotalamusz-adenohipofízis-mellékvesekéreg tengelyt (Selye, 1956).

A folyamat három eleme:

- a., alarm (készenlét): a szervezet reagál a stresszorra
- b., rezisztencia: krónikus stressz esetén, huzamosabb stresszor expozíció után. Ez egy aktiváltabb állapot (krónikus stressz esetén a mellékvese megnagyobbodása áll elő, illetve egy megemelkedett kortikoszteroid szint).
- c., kimerültség: Ha a stresszor expozíció még tovább tart, egy idő után kimerülés jön létre, a normál szint alá esik az adaptációs potenciál. Ezzel bizonyítja, hogy az pszichés hatások igenis befolyásolják a szervi működéseket. Innen már "csak egy

ugrás" volt a pszichoneuroimmunológia és pszichoimmunoonkológia megszületése.

■ A pszichoszomatikus betegségek azaz a test és lélek megváltozott kölcsönhatásának mechanizmusa máig sem teljesen feltárt. Bizonyított a vegetatív idegrendszer fokozott működése ezzel magyarázhatóak többek között a magasabb pulzusszám és vérnyomásértékek, a koleszterin és a vércukor szintjének emelkedése. Nem egyértelmű, hogyan hatnak a kóros lelki folyamatok az immunrendszerre. (Pl.: Bizonyított, hogy depresszióban csökken a T-limfocitákhoz kötött aktivitás, amely a fokozott fertőzés-hajlamot okozhat). Kezelése komplex: különböző pszichiátriai, gyógyító eljárásokat (gyógyszeres, pszichoterápiás), kell a testi betegségek gyógyításával kombinálni. Fontos, hogy egy kicsivel hátrébb lépve, ne az adott tünetre, hanem a betegre egészében figyeljünk.

■ Egy vicc, mely jól mutatja ezt be:  
- Doktor úr, reggelente, kávézaskor nagyon szúr a bal szemem.  
(Erre, az organikus szemléletű orvos egy szemcseppet ír fel, illetve elküldi a beteget szemészhez és neurológushoz, pedig a megoldás egyszerű...)  
- Vegye ki a kávéscsészéből a kiskanalat!

■ Összefoglalásul: Ha nem egy tünetet/betegséget akarunk csupán kezelni, hanem - a beteget biopszichoszociális egységként tekintve - a tünet/betegség okát is, illetve újabb fellángolásait is szeretnénk megelőzni, érdemes tudatosan, pszichoszomatikus szemlélet szerint gondolkoznunk a betegről / betegségről/ tünetről. Ebben (is) tud a pszichiáter segítséget nyújtani.

Dr. Andrassy Gábor





## Komplex pszichiátriai ellátásban gondolkodunk...

### Bemutakozik az I. Pszichiátriai Osztály

Sokat gyarapodott az osztály az évek folyamán és a szakmai súlya is jelentősen növekszik hazai, illetve külföldi viszonylatban a mai napig - e szavakkal búcsúzott Dr. Bánki M. Csaba, amikor 27 év után az I. Pszichiátriai Osztály osztályvezető főorvosi teendőit átadta Dr. Pollák Csaba főorvosnak. Az új megbízott vezető június elsejétől látja el a vezetői feladatokat:

Az I. Pszichiátriai Osztály egy nagy múltú, tekintélyt parancsoló, számtalan értéket teremtő, több pszichiáter generációt felnevelő, patinás osztály. *mutatja be a I. Pszichiátriát Pollák főorvos.* - Már évtizedek óta aktív pszichiátriai ellátást nyújt betegei számára, akik a pszichiátriai betegségek teljes spektrumát felölelik. Jelenleg az osztály 90 ágyon működik, melyből 65 aktív, 16 rehabilitációs és 9 krónikus ágyon történik az ellátás.

#### Komplex pszichiátriai ellátás a cél

A szakkórház és ezzel együtt az I. Pszichiátriai Osztály is - jellegéből adódóan a komplex pszichiátriai ellátást tűzte ki célul, az országos gondként jelentkező aktív, rehabilitációs és krónikus ellátás megvalósulását elősegítve. Így nemcsak a megye területéről, hanem megkeresések útján az ország bármely pontjáról fogadunk betegeket. A korábbi osztályvezető főorvos Dr. Bánki M. Csaba lenyűgöző, egyedi személyiségének és tudományos munkájának köszönhetően az osztály országos, sőt interkontinentális ismeretséget vívott ki magának. Kapcsolatrendszere igen széles. Nemcsak a gyógyításban, de a tudományos kutatásokban, gyógyszerfejlesztésekben, egyetemi, főiskolai és szakiskolai oktatásban is aktív szerepet vállalunk.

Jómagam 2006. november 7-e óta dolgozom az I. Pszichiátrián, de az osztállyal való ismeretségem már jóval régebbi keletű. Úgy gondolom érkezésemmel új helyzetet is teremtet-

tem. Az osztályt eddig is jellemző magas szakmai színvonal mellé néhány új attitűdöt és controlling szemléletet próbálok hozzátenni. Részlegünk egyik legfontosabb erényének a munkatársak egymással és a betegekkel szembeni tiszteletét tartom, valamint a kölcsönös kollegalitást. A munkatársak által teremtett családi légkör további erősítésére próbálok a későbbiekben is törekedni, mert ha mi alkalmazottak kellemes és nyugodtan légkörben tudunk dolgozni, akkor talán a betegek is szívesebben választanak minket.

#### Szakmai elhivatottság szükséges

A 2006 év vége és a 2007 es év eleje több szempontból is fordulópont az osztály életében. A korábbi években jellemző jobb finanszírozásnak köszönhetően lényegesen nagyobb jutásokban részesültek a dolgozók. A megszorító intézkedéseknek köszönhetően, viszont a munkatársaktól elvárt egyre nagyobb felelősséget és odafigyelést igénylő többletmunka ellenére reálértékben kevesebb bérhez jutnak. Úgy gondolom, ez mindenképpen keserűséggel tölt el mindenkét, de a családi hangulat, az örök remény a jobb folytatásban, néhány mosoly és erkölcsi biztatás talán kárpótolhatja az anyagiakat. Sokszor ezek a dolgok terápiás hatékonysági tényezők lehetnek a gyógyításban. Az egészségügyi pályán való maradást már rég nem az anyagiak, hanem a szakmai elhivatottság tartja fenn.

A kormány megszorító intézkedései több új irányt is kijelölnek számunkra. Új struktúra, új feladatok, új kihívások, és elvárások... stb. Szerencsésnek mondhatom magam, mert mindezeket egy fiatal szakember és nővérgárdával kell megvalósítani, akik rugalmasan tudtak eddig is alkalmazkodni a változásokhoz. Szakképzettségi mutatónk igen optimális. Az orvosgárda összetétele egy többgenerációs, nagycsaládra hasonlít, ahol van „bölcs nagypapa” (Dr. Bánki



Osztályértékeztetés az I. Pszichiátriai Osztályon

M. Csaba), akinek intelmei megszívlelendők, „jóságos apa” (Dr. Mór E. Csaba), aki támogat és igazgat, „szerető anya” (Dr. Popovics Zita), aki mindig elérhető, „érett gyerekek” (Dr. Hódy Szilvia, Dr. Andrassy Gábor), akik nemrég szakvizsgáztak és két „aranyos unoka” (Dr. Nagy Andrea, Dr. Hanyu Titanilla), kik mindig tudás és munkéhesek. A „nagy család” szerves részét (karjait) képezi az ápoló és a paramedikális személyzet, akik magas szakmai kvalitásukkal, mindig odaadóan és alázatosan segítik a gyógyító munkát.

#### „Költözik a család”

Szerintem a jó és gyors kommunikáció az alapja annak, hogy az egészségügyben észlelhető szédítő tempóban hely tudjunk állni. Az átlátható struktúra, jól definiált feladatok, felelősségvállalás, magas színvonalú munka azok az elemek, amit mindenki joggal vár el és ad munkahelyének. A „CSALÁD” életben most következik a nagy renoválás és költözés ideje. A közeljövőben számos beruháznak és projecteknek köszönhetően új, komfortosabb munkahelyen végezhetjük munkánkat. A számítógép park kicserélése, új szoftverek bevezetése talán a saját és betegek kényelmét is szolgálja fogják. A jövőt illetően elmondhatom, hogy az osztály egyik legnagyobb erénye a képzett munkaerő, mely amennyiben a teljesítmény volumen korlátok szélesednek kész kapacitása további növelésére, a még színvonalasabb és egyre szélesebb körű pszichiátriai feladatok ellátására, betegek profi kiszolgálására.



## A kommunikáció iskolája... 6. osztály

### Verbális védelem önmagunkért!

Sorozatunk következő része tanácsot ad, hogyan védhetjük meg intim szféránkat. Ha az állatokat nézzük, ők is ezt teszik: harcolnak a területükért, életükért, vagy megfutamodnak. Az embernek viszont van egy harmadik lehetősége is, mely mindennél hatékonyabb: a verbális konfrontáció.

Amikor valaki megsérti intim szféránkat, testműködésünk rendszerint gátolja verbális képességünket. A stressz ugyanis arra készíti az alsó agyközpontokat, hogy beavatkozzanak a magasabb szintű agy legtöbb működésébe. Bár mindenki tapasztalhatta, hogy nagyon nehéz pontosan kifejezni magunkat stressz helyzetben, viszont mégsem lehetetlen! Még amikor nagyon ijedtek, vagy szörnyen dühödtek vagyunk, viselkedésünk olyankor is lehet választékos, nem kényszerű szavainkat is megválogathatjuk, nem kell, hogy egyszerűen csak kiváltódnak. Az asszertív üzenetek három része: a viselkedés megítélésétől mentes leírás, az érzelmek kinyilvánítása és az asszertív személyre gyakorolt, kézzel fogható hatás tisztázása. Nézzük meg ezeket részletesen:

#### A viselkedés megítélésétől mentes leírás

Amikor valaki az életterünkbe hatol, a megváltoztató viselkedést pontosan és objektíven kell ismerni. Néha a sértő fél tudatában sincs cselekedeteinek és a negatív hatásoknak, amit viselkedése másoknál kivált. *Először* is, inkább specifikus, mint homályos kifejezésekkel ismertessük a viselkedést. *Másrészt* pedig szorítkozzunk pontosan a viselkedés leírására. Ne vonjunk le következtetéseket a másik indítékait, hozzáállását, jellemét stb-t illetően. Amikor az emberek a másik viselkedésének leírásával próbálkoznak, gyakran közölnek olyasmit, amiről úgy hiszik, a mások szándékában állt, ahelyett, hogy ismertetnék, mit is tett ténylegesen. *Harmadsorban* a viselkedés leírása legyen inkább objektív kitétel, mint ítélet. Az asszertív kijelentés nem céloz rá, hogy a másik viselkedése erkölcstelen, ostoba, gonosz, vagy rossz. Valójában a megbízható asszertív üzenetek sajátossága, hogy kerüli a „támadó” és „értékelő” elemeket, melyek gyakran beszennyezik az interperszonális konfrontációt. *Negyedsorban*, a viselkedés leírása

legyen mindig a lehető legrövidebb. Sokan használnak ugyanis szükségtelen szavakat asszertív üzeneteik során. Le kell mondani a mellékes kérdésekről, a magyarázatokról és egyetlen mondatba kell tömöríteni az üzenetet. *Ötödszörre*, bizonyosodjunk meg róla, hogy valós kérdésekben nyilvánulunk meg. Sokan küldenek hangsúly szempontjából áthelyeződött üzeneteket és másik témában konfrontálódnak, mint ami valójában zavarja őket. Ezek az ismételt jelentkező, kisebb irritációk gyakran addig növekszenek, míg végül fenyegetően nagyok nem látszanak érzelmi világunkban. *Hatodsorban*, mindig bizonyosodjunk meg róla, hogy az asszertív üzenettel a megfelelő emberhez fordulunk. probléma például, ha a munkahelyen baj van és az ember odahaza konfrontálódik jobban.

#### Az érzelmek kinyilvánítása

A három részből álló asszertív üzenet másik része közvetíti, hogy miként érez az érintett személy a másik viselkedése által órá gyakorolt hatással kapcsolatban. Az embereknek általában három problémájuk támad az érzelmek kifejezésekor. *Először* is lehet, hogy egy érzést egy másikkal helyettesítenek. Vannak, akik dühüket juttatják kifejezésre, amikor elsődleges érzelmük a félelem. Az elsődleges érzésre hangolás másik módja, ha felismerjük legalább egy részét érzélem behelyettesítési modelljeinek. Például ha rendszerint akkor leszünk dühösek, amikor sebezhetőnek vagy szomorúnak érezzük magunkat, a legközelebbi alkalommal, amikor azon kapjuk magunkat, hogy begurulunk, nézzünk utána, vajon lehetséges-e, hogy valójában a sebezhetőség, vagy szomorúság érezteti rajtunk hatását. Az emberek gyakran bonyolult feladatnak találják, ha pontosan meg kell határozniuk az általuk éppen tapasztalt érzés mértékét. Egyáltalán nem szokatlan, hogy valaki azt mondja: „dühös vagyok”, amikor tulajdonképpen csak bosszankodik, vagy „ideges vagyok”, amikor pedig tombol a dühötől. Az asszertív személy fokozni képes kijelentésének érzelmi pontosságát, ha kiválaszt több, változó intenzitású szót, hogy melyik illik legjobban belső érzéseihez. Az emberek néha erősebb érzelmeket imitálnak abban a hiszemben, hogy az meggyőzőbb lesz, vagy elbagatelizálják a tényleges dolgokat. Másod-



sorban a saját érzelmeinkkel szembeni érzékenységiünket fokozhatjuk azzal, ha testünkre figyelünk. Ha például fáj a fejünk, testünk rendszerint valamely érzelmünkről árulkodik. Harmadik módja, hogy fokozzuk érzelmeink tudatosítását, ha kifejezésre juttatjuk az általunk tapasztalt érzelmeket. Érzelmünket nyugtázhatjuk csendben önmagunk felé, beszélhetünk róluk másoknak vagy éppen élénken kifejezésre juttathatjuk őket nevetéssel, sírással. Minél inkább kifejezésre juttatjuk érzelmeinket, annál jobban élénkítjük érzelmeink tudatosítását. Ezen kívül szellemi és fizikai egészségünkre is jótékony hatással van! Hiszen szükség van arra, hogy a negatív érzelmektől is megszabaduljunk, különben az egészségünk és az interperszonális kapcsolataink is kárát fogják látni.

#### A asszertív személyre gyakorolt, kézzel fogható hatás tisztázása

Annak elsődleges oka, hogy a három részből álló asszertív üzenet működik az, hogy leírja, miként befolyásolja az üzenet küldőjét a másik viselkedésmódja. Ha azt akarom, hogy önként változtass egy közelebről meghatározott viselkedésen, bizonyosan segíteni fog, ha számodra a változással kapcsolatban valamilyen meggyőző érvet hozok fel. Az emberek számára általában a legmeggyőzőbbek a „konkrét vagy kézzel fogható kihatások”. Ez alatt olyan valamit értünk, ami sok pénzébe, munkájába stb. került az asszertív személynek, és a másik viselkedése veszélyezteti azt. Általában 5 gyakori probléma merül fel ezzel kapcsolatban. 1. Nem jut az ember eszébe egyetlen szituáció sem, amikor valaki „kézzel foghatóan” behatol az intim szférájába. 2. Sokan azt hiszik, hogy ezek a „behatolások” más fajta viselkedéssel összehasonlítva jelentéktelenekek. 3. Nem látják a nyomát a saját fizikai territóriumukra, vagy pszichológiai szférájukra vonatkozóan. 4. A hatás másra irányul és nem az asszertív személyre. 5. Az emberek néha olyan hatást fogalmazznak meg, mely nem valós ok.

(forrás: Robert Bolton: A kommunikáció művészete, illusztrációk: internet)



## Interaktív videokonferencia a Megyei Pszichiátriai Szakkórházban

Nemcsak a téma, hanem az előadás módja is érdekességnek számított a Megyei Pszichiátriai Szakkórházban, ahol március végén az országban elsőként - rendeztek interaktív videokonferenciát. Az „úttörőnek” számító rendezvényen Dr. Túry Ferenc, az Országos Magatartástudományi Intézet főigazgatója Budapestről online kapcsolat segítségével tartott előadást „Testsúlyszabályozás a pszichiáter szemével” címmel orvosok és érdeklődők részére, illetve válaszolt a jelenlévők fel-

merülő kérdéseire. Az eseményről Dr. Mór E. Csaba, az intézmény főigazgatója elmondta: *A modern kommunikáció vívmányainak köszönhetően újabb csatornák nyílnak meg a tudományos életben is, melyekkel intézményünk igyekszik lépést tartani. Egy cég szervezésében most olyan rendszerhez csatlakozhattunk, mely lehetővé teszi több száz kiváló előadó elérését a technika segítségével. A videokonferencia tagadhatatlanul nagy előnye, hogy az ország bármely pontjáról,*



*illetve külföldről is közvetlen kapcsolatba léphetünk olyan szakemberekkel, akik elfoglaltságaik miatt nehezen tudnának elutazni hozzánk előadást tartani. Így viszont az időt, utazást megspórolva könnyebben szervezhetünk hasonló rendezvényeket. Az első „próba” kétségtelenül sikeres volt, reméljük hamarosan továbbiak is követik.*

## Poszter-szekció és előadások Madridban

Szakkórházunkból négyen (Dr. Varga Csilla orvos- és minőségügyi igazgató, Dr. Popovics Zita ambulancia-vezető főorvos, Dr. Erdélyi Ágnes osztályvezető főorvos, Dr. Bélteczki Zsuzsanna) vettünk részt a XV. AEP. madridi kongresszusán. A rendkívül érdekes poszter-szekció mellett az angol nyelvű előadások betekintést nyújtottak a jelenlegi pszichiátriai problémák széles skálájára. Érdekes információkat kaptunk az első epizódos pszichotikus állapotok lefolyásáról, az ezt befolyásoló transzkulturális hatásokról, a szkizofréniák hosszú távú kezeléséről, a lehetséges vulnerabilitási tényezőkről, valamint a jellegzetes kognitív funkciózavarokról egyaránt. Az addikciók és a pszichiátriai betegségek kapcsolata, valamint a szenvedélybetegségek genetikai és pszichoszociális háttere szintén érdekes témát jelentett. Kerekasztal beszélgetés keretén belül számos észrevétel hangzott el az affektív betegségek lefolyásával, kezelésével kapcsolatban. A magyar nyelvű Lilly szimpózium egy régi-új problémát vetett fel, ez a szkizofréniák és az affektív betegségek dichotómiája, illetve az ezzel ellentétes ún. egységpszichózis elmélet volt. A SOHO hosszú időtartamú naturalisztikus vizsgálat kimutatta az atípusos antipszichotikumok, elsősorban az olanzapin hatásosságát a relapszusok megelőzésében. Gyakorlati kérdéseket is felvetett ez a szimpózium, részletes iránymutatást kaptunk a különböző szerek felírásával kapcsolatos rendelkezések vonatkozásában.

A tudományos programokon kívül a városnézés illetve felejthetetlen kirándulások színesítették programunkat.

Dr. Bélteczki Zsuzsanna

## Színvonalas szakdolgozat, elismerő szavak

*Abban a megtiszteltetésben volt részem idén május 10-én, hogy három hallgatótársammal együtt a konzulens és az opponens véleményezésnek köszönhetően a „Minőségbiztosítás a pszichiátriai ellátásban” című szakdolgozatomat az ETI-ben, az Ápolók Nemzetközi Napja alkalmából megrendezett konferencián mutathattam be. A rendezvényen több nemzet is képviseltette magát. Az előadást szinkrontolmács fordította, majd a hallgatók kérdéseire válaszoltunk. Az elismerő szavak alapján elmondhatom, hogy a külföldi és a hazai hallgatóság minden tagja nagyra értékelte munkáinkat. Büszke vagyok rá, hogy Szakkórházunkat és az Egészségügyi Főiskolát képviselhettem ezen a neves rendezvényen.*

Nagy Györgyné (ambulancia)



## Gyógyító alkotások

A mentális betegségekkel küzdő emberek érzékenyebbek a művészetek iránt. Ennek újabb tanúbizonyságát adta az a kiállítás, melyet április végén ünnepélyes keretek között a kállósemjéni Közösségi Házban nyitottak meg a Megyei Pszichiátriai Szakkórház Gerontopszichiátriai és Rehabilitációs Osztályának betegei által készített alkotásokból. A rendez-

vényen Nagy Béla, a település polgármestere, Dr. Varga Csilla, a szakkórház orvos - és minőségügyi igazgatója, illetve Dr. Kulja Erika, osztályvezető főorvos is köszöntötte a megjelenteket. A megnyitón elhangzott: a pszichiátriai betegek gyógyításának, rehabilitációjának csak egyik eleme a gyógyszeres kezelés. Hasonlóképpen meghatározó szerep jut a művészet-

terápiának is, mely során az önki-fejezés és az önfejlesztés hatására a mentális problémákkal küzdők állapotában komoly javulás érhető el.



### Püspökladányi kirándulás és irodalmi teadélután

A költészet napja alkalmából két programon is részt vehettek szakkórházunk betegei és munkatársai: Püspökladányban pszichiátriai betegek számára szerveztek közös rendezvényt, szakkórházunkban pedig irodalmi teadélutánnal adóztunk József Attila születésének évfordulója alkalmából. Az eseményekről Cseke Zoltán, és intézményünk gyógyfoglalkoztatói írták le gondolataikat:

A költészet napján Püspökladányban került sor arra a rendezvényre, melyen pszichiátriai intézmények ápolottjai, lakói mutatkoztak be kedvenc verseikkel. A több, mint 40 szavaló között voltak a szakkórház kállósemjéni részlegének képviselői is. A műsor összeállításának érdekességének szá-

## a Költészet Napján

mitott, hogy a versek nemcsak szavaltokban, hanem megzenésítve, dalban is megszólaltak, kiváltva ezzel a nézők és a rendezők őszinte elismerését. A kállósemjéni csapat tagjaként szép élményeket szereztem. Szintén örömmel töltött el, hogy társaimmal együtt büszkén vállalhattuk az intézményt, s az itt dolgozó orvosok, ápolók, gyógyfoglalkoztatók lelkiismerete munkája a mi produkciónkban is jelen volt. Köszönjük!

(Cseke Zoltán beszámolója)

A jeles napra emlékezve április 12-én irodalmi teadélután szerveztünk szakkórházunkban, melyre a versek

iránt érdeklődő, vállalkozó kedvű, bátor betegek nagy lelkesedéssel készültek. Az ünnepi műsort József Attila életútjának felelevenítésével kezdtük, majd Petőfi Sándor és József Attila legismertebb verseit hallgattuk meg betegeink tolmácsolásában. A kállósemjéni Rehabilitációs Osztály zenésverses előadása is színesítette a programunkat, melyet előző nap Püspökladányban mutattak be. Az irodalmi délutánt közös énekléssel, gitározással zártuk, majd egy pohár meleg tea és keksz mellett kötetlen beszélgetésre nyílt lehetőség a kultúra kedvelői számára. (A foglalkoztató munkatársak)



A MedItCom rendszert oktatták munkatársainknak

Szakkórházunk 77.3 M Ft forráshoz jutott azon a HEFOP 4.4 pályázaton, mely a hátrányos helyzetű térségek informatikai fejlesztését hivatott támogatni. Sikeres közbeszerzési eljárás és szerződéskötés után az alábbi projekt elemek valósultak meg eddig:

## Informatikai fejlesztések Szakkórházunkban

- 65 db márkás Fujitsu-Siemens számítógépet és TFT monitort szállítottak le, és üzemeltünk be, illetve a szünetmentes tápegységeket.
- Szintén Fujitsu-Siemens szervereket (központi számítógépeket) szállítottak le a klinikai, gazdasági, levelező rendszer részére.
- Gazdasági szerveren fut már a CompuTREND EcoStat programja, mely folyamatosan működik, újabb modulok indításával a teljes rendszer teszt és éles üzemeltetését végezzük.
- A MedItCom Klinikai rendszer oktatása májusban befejeződött, júniusban már az éles rendszer indítása történik.

- Külső telephelyeken a telefonközpontok cseréje, valamint a mikrohullámú rendszer cseréje valósult meg.
- A Lovagterem új audio-vizuális eszközökkel lett felszerelve.

Június végéig az alábbi feladatok zajlanak még: beüzemelésre kerülnek a leszállított nyomtatók, a Klinikai rendszer paraméterezése és Teszt üzem indítása zajlik, a Controlling és Vezetői Információs Rendszer beindítása, illesztések elvégzése, valamint az adatátvitel a régi rendszerből.

Jánócsik Csaba



## Tabuk nélkül az inkontinenciáról

Az inkontinencia vizelet - és széklet visszatartási képtelenséget jelent, általában azonban az akaratlan vizeletvesztést értjük alatta. Vizelet inkontinenciáról beszélünk tehát akkor, ha akaratunktól függetlenül ürül a hólyagból néhány csepp, vagy nagyobb mennyiségű vizelet. A hólyaggyengesség olyan gyakori, mint a szénanátha, népbetegség, mégis még mindig tabu! Szégyen, vagy sem, minden esetben meglepő, hogy szinte a szexuális zavaroknál is nagyobb hallgatás övezi, pedig az emberek 6-7%-át érinti. Mindkét nemnél előfordul, idős korban az emberek harmadánál - 2/3-ad

részben nőknél - jelentkeznek ilyen jellegű problémák. Okok: menopausa idején beköszöntő hormonális változások, férfiaknál prosztatabetegségekben szenvedőknél gyakori, idegrendszeri károsodás, gyógyszeresedés, székrekedés, vagy fertőzés mindmind okai lehetnek a hólyaggyengességnek, de akár egy felfázás is járhat inkontinenciával. Neurózis, szorongás egyik tünete is lehet: ismeretes a váratlan helyzetekben fellépő stressz inkontinencia. - Többek között ezeket a hasznos információkat is megtudhatták szakdolgozóink azon a 9 kredit pontos továbbképzésen, melyet

Szakkórházunk szervezésében Sós-kúti Csilla tartotta márciusban. A szellemi táplálék mellett a délután folyamán vendéglátásban részesültek munkatársaink.

*Elek Katalin*



## Főnővéri értekezlet kicsit másképp



Szokásunkhoz híven a hónap utolsó hetében, így áprilisban is, megtartottuk főnővéri értekezletünket. A megszokottól kicsit eltérően nem a négy fal között, hanem mozgó

járművön és a miskolci Magyar Máltai Szeretetszolgálat Ápoló Otthonában. A kisbuszon értékeltük az ÁNTSZ általi vizsgálat eredményét és megbeszéltük az elmúlt hónap ápolás szakmai történéseit. Fél 11 körül érkeztünk meg célunkhoz, ahol Szabó Zsuzsa, az intézmény munkatársa szívélyesen fogadott bennünket. Megtudtuk: az otthon 60 beteg ápolását végzi 3 osztályon - 18, 16 és 26 osztásban. Az ellátásban 34 munkatárs vesz részt, évenkénti forgásban az egyes osztályok között. Igény kére-

lem alapján kerülhetnek az ellátásba az ápolásra szorulóknak, ahol a 21. századi ápolás legmodernebb eszközei állnak rendelkezésre. Nagy élményt nyújtott számunkra a feltételrendszer biztosítása melletti hatás: két, maximum háromágyas szobák, melyhez külön fürdőszoba tartozott, modern ágyak, igényes berendezés, harmonikus színválasztás, rendezett park, és nem utolsósorban elektronikus ápolási lap! Hazafelé Lilafüreden értékeltük a nap tanulságait és megállapítottuk: van még feladatunk, de sok minden nem csak a szakmai tudáson múlik. Fontos nyitott szemmel járnunk az országot és ahol tanulhatunk, ott tanuljunk is!

*Virág Jánosné Ápolási igazgató*

## Újra megválasztottuk a MESZK helyi tagjait

A szakmai önkormányzat lehetővé teszi, hogy az egyes szakma gyakorlói közvetlenül és az általuk választott testületek, tisztségviselők útján demokratikusan – a törvények által meghatározott keretek között, önállóan intézzék szakma ügyeiket, meghatározzák és a közérdekkel összhangban képviseljék szakmai, etikai, gazdasági és szociális érdekeiket és társadalmi súlyuknak, szellemi tőkájüknek megfelelő mértékben hozzájáruljanak az egészségpolitika alakulásához, a lakosság

egészségügyi ellátásának javításához. 2007 március 31-ével a kamarai tisztségviselői mandátumok lejártak, ezért új választásokat írtunk ki. Szakkórházunkban 112 szakdolgozó nyilatkozta, hogy továbbra is a **Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara** tagja kíván lenni. Ezen munkatársak 20 fő helyi küldöttet, 6 fő területi küldöttet, 1 helyi elnököt, 1 alelnököt és 3 fő tagozatvezetőt választottak. Intézményünkben a választások alapján *Forró Ferenc* látja el továbbra is az elnöki teendőket, az



alelnöki posztot pedig Páll Tiborné fogja betölteni az elkövetkező négy évben. Megtörténtek a területi és részben a tagozati választások is májusban: a MESZK Pszichiátriai Tagozat országos elnökhelyettesi tisztségére Virág Jánosné, ápolási igazgatót választotta a küldöttség.

*Dóka Tünde*



# Ne legyünk ápolandó ápolók ...

Május 8. az **Ápolók Nemzetközi Napja**. Ennek alkalmából szak-kórházunkban olyan programot szerveztünk, melynek célja nem csupán az elismerés szép szavakkal, kosztyumben, hanem valami más: egy vidám, rekreációs, csapatépítő délután, ahol a munkatársak kicsit kizökkenhetnek a mindennapi „mókuserékből”. Több, mint 150-en gyűltünk össze délutánra: nemcsak a munkatársaink jöttek, hanem a megye több egészségügyi intézményéből is érkeztek hozzánk vendégek! Utólag elmondhatjuk: kiválóan si-

került! Az Aktivitv játékon a Dr. Pollák Csaba Karacs Magdolna páros elsőprő győzelmet aratott a „mutogatásban”, a nővérforcit Kállósemjén csapata fölényesen nyerte, a közös aerobikon Illés Ili, nemzetközi okleveles fitness edző próbálta - több-kevesebb sikerrel - ritmusra megmozgatni a résztvevőket, a szépségsarokban sokan relaxáltak a szakemberek ügyes kezei alatt és kicsit másképp pedig pszichológusaink segítségével... A programok közben megpróbáltunk minden kívánságot teljesíteni a „zenei üzenetküldéses kívánság-

műsorban”...A részvételek jutalmaként tombolajegyet osztottunk, a fődíjat gazdasági igazgató úr nyerte: egyhetes VIP ellátást az I. Pszichiátrián, hát, legalább kipihenheti azokat a traumákat, melyeket bíróként a focimeccseken átélt... (A fődíj tulajdonosa egyébként ezúton is üzeni, hogy bokros teendői miatt még nem tudja, mikor veszi igénybe a nyereményt...)! Annyi mindent lehetne még írni, de a hely véges, szavak helyett inkább „beszéljenek” a képek... (további képek az intraneten)

Virág Jánosné

Az alábbi programokon vehettek részt a vendégek:

1. Aktivitv
2. Nővérfoci
3. Játékos akadályverseny
4. Közös aerobik
5. Kreatív sarok
6. PszichOázis
7. Szépség sarok

Mindeközben: zenei kívánságműsor, tombolasorsolás, közös falatozás ...



A megnyitón közös énekléssel hangoltak a résztvevők...



Az Aktivitvben mindhárom páros nagyot alakított...



Spakértő kezek kényeztettek a vendégeket...



Nem gondoltuk volna, hogy fociban is ennyire tehetségesek a munkatársak...



A mozgás után jól esett a pihenés és a finom falatok...



## A „Hónap dolgozója” elismerésről

Tavaly januárban a szakkórház menedzsmentje meghirdette a „Hónap dolgozója” programot. A választás menete a következő: minden szervezeti egység havonta 20 dolgozónként jelölhet 1 olyan munkatársat a megisztelő címre, aki szakmai és személyi szempontból is kimagasló eredményt nyújt. A jelöltet a munkahelyi vezető terjeszti fel minden hónap 5-ig, melyet a munkatársak javaslatai alapján a Minőségügyi-KEB Ta-nács a Szakszervezettel együtt bírál el. A nyertes az oklevél mellett meglepetés jutalomban is részesül. A cím létrehozása óta az alábbi munkatársak lettek az elismerés birtokosai: Bardi Józsefné, Juhász Mónika, Dzsurbán István, Vad Éva, Brinkusz Bernadett, Dr. Kulja Erika, Virágos Sándorné, Virág Jánosné, Sebők Miklós, Nyelesné Pataki Ildikó, Sándor Livia, Lippainé Szabó Katalin, Magyar Balázs, Tátrai József, Dr. Lesán Anna, Czill Istvánné. Továbbra is várjuk munkatársaink segítségét és ajánlását, hogy a Hónap dolgozója díj méltó helyre kerülhessen minden hónapban.

*Kozma Róbertné*

### A hónap dolgozója februárban



**Dr. Lesán Anna**

Pszichiátriai Osztályon főorvosként látom el napi feladataimat, mindamelllett igyekszem részt venni a szakvizsga előtt állók oktatásában előadások formájában, illetve tapasztalataim átadásában a mindennapi munkám során is. Hiszek abban, hogy az orvos egységként kell, hogy kezelje a beteget és empatikus hozzáállással gyógyítsa a testet-lelket, illetve hogy a türelmes odafigyelés, szakmai alázat meghozza eredményét a legsúlyosabb betegek kezelésében is.

hitvallásom, a hivatásom: sakkozunk, labdajátékot játszottunk, közös elfoglaltságokat szerveztünk stb... Ezen tevékenységek közben jöttem rá, hogyha a beteg lefoglalja magát, nincsen szükség annyi gyógyszerre. '85-ban gyógyfoglalkoztató szakasszisztensként képesítést szereztem, de már előtte egy évvel is megtapasztalhattam a foglalkoztatásban rejlő örömeit. Elmondhatom, hogy a gyógyfoglalkoztatás, mint szakma, a szakkórházban az én nevemhez fűződik...

### A hónap dolgozója márciusban



**Czill Istvánné**

1974-ben „csöppentem” az egészségügybe, '84-ig ápolóként dolgoztam Kállósejében. Már akkoriban sem elégitett ki igazán, hogy „csupán” ápolási tevékenységet végezzek, fontosnak tartottam a betegek szabadjének lekötését és tulajdonképpen akkor jöttem rá, mi az életcélom, a

A kezdet nehéz volt: meg kellett szervezni az egész szocioterápiás foglalkoztatást, felállítani az alapelveket, megismertetni, elfogadtatni a betegekkel, munkatársakkal, hozzátartozókkal ezt az akkoriban új lehetőséget.

Nagy kihívás volt! Az elmúlt 23 év alatt sokat fejlődöttünk: folyamatosan nőtt a foglalkoztató munkatársak létszáma, akik nagy odaadással végzik munkájukat és mára az intézmény életében egy olyan csapat vagyunk, akik a mindennapi feladatokban, a rendezvények, programok szervezésében tevékenyen kiveszik részüket.

Azt hiszem, ennek egy titka van: EMBERKÉNT tekintünk mindenkire, legyen az munkatárs, vagy beteg!

Befejezésként szeretném megköszönni a díjat, és nemcsak a magam, hanem a munkatársaim nevében is, hiszen úgy vélem, hogy ezt egy csapatmunka eredményeként kaptam!

Nagyon kellemes meglepetést okozott, és ezúton is szeretném megköszönni munkatársaimnak és a menedzsmentnek, hogy engem választottak februárban a Hónap dolgozójának. Különösen megható volt, ahogyan a díjat átvehettem, hiszen ünnepélyes keretek között, a Tavaszcseré Jótékonyaságon Bálon kaptam az elismerést. Mindezt úgy, hogy éppen ügyeletes voltam és munkatársaim „összeszövetkezve” invitáltak, hogy nézzem meg legalább a megnyitót! Úgy gondolom, hogy ezek a figyelmes-ségek és az összetartó közösség miatt érzem úgy, hogy immár 17 éve, amióta a szakkórházban dolgozom, szinte új családot is kaptam. Pályafutásom 1983-ban kezdődött, akkor végeztem az Orvosi Egyetemen. 1990-ben kerültem az intézménybe, '95-ben szereztem pszichiátriai szakvizsgát. A III.



## Kerekes Elek kiállítása

Szakkórházunk lovagterme adott otthont **Kerekes Elek Győző** festőművész kiállításának áprilisban. Néhány momentum a művész életéből: Kerekes Elek Győző Nyíregyházán született 1953. július 3-án. 1982-88 között tanult a Magyar Képzőművészeti Főiskolán, festő-restaurátor szakon. Mesterei: Klimó Károly, Veress Sándor, a főiskolát megelőzően pedig Berecz András, Tóth Sándor. A Magyar Alkotóművészek Országos Egyesületének tagja.

**Díjak:** Nyíregyháza Megyei Jogú Város díja 1997, Motorola cég díja 2000, MAOE Nívódíja 2003, Nyíregyháza Megyei Jogú Város ösztöndíja 2004, Nyíregyháza Megyei Jogú Város Barzó Endre díja 2005

**Művek Közgűjteményekben:** Városi Galéria Nyíregyháza, Jósa András Múzeum Nyíregyháza

A festőművésznek az évek során – a csoportos kiállítások mellett - több **egyéni kiállítását** is megtekinthették az érdeklődők: a budapesti Dominó Galériától kezdve, Békéscsabán a Jókai Mór Színház galériája, Nyíregyházán a Városi galéria, a Szakszervezetek Háza, a Pál Gyula terem (Nagy Lajos Imrével), a Krúdy Vigadó, a Fortuna Galéria, a Volksbank illetve Budapesten a Zöld Galéria, a Belvedere Galéria, Sopronban a Pannonia Galéria, illetve Nagykálló, Iselohrn (Németország), és Mátészalka is otthont adott a művész festményeinek.



Tamás Pál fotója

## Színházajánló

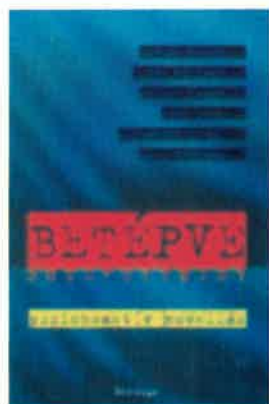
TASNÁDI ISTVÁN

# FINITO



Blondin Gáspár, a negyvenes éveiben járó vidéki munkanélküli, sorsa kilátástalansága miatt úgy dönt, önkezével vet véget életének. Öngyilkossága helyszínéül a jelenkori társadalom groteszk, ugyanakkor képiségében igen hatásos és pontos metaforáját, a magyar ugar közepén álló budit választja. Ezt a „kultikus-fallikus” totemhelyet keresik fel egymásután a gyógyíthatatlan betegségben sorvadó kis- és nagyközösség, szűkebb és tágabb környezetünk kulcsfigurái, meghatározó „arcai” és megmondó emberei, sajátos, abszurd haláltáncként. Gyilkos iróniájú kacagtató komédia a körülöttünk lévő, sírnivaló világról; veretes, klasszikus verssorokba foglalt triviális, olykor banális, de mindig „ütős” poénok; fekete humorral és a szarkasztikus, klinikai pontossággal megrajzolt kórkép mögé rejtett empátiával és érzékenységgel megrajzolt profán sirató a mindenkori magyar kisember sorsáról és kényszerpályáiról. Egy komédiának lassan vége... *finito*.

## Könyvajánló



**Betépvé/  
Pszichoaktív  
novellák**

Létezik egy sajátos kapcsolat az írók és a stimulánsok között. Quincey és az ópium, Baudelaire és a hasis, Burroughs és a speed, Huxley és a meszkalin - mindegyik író pszichoaktív kábítószerrel fokozta alkotásvágyát. A stimulánsok által ösztönzött alkotások történelme oly gazdag és sokrétű, hogy könnyű lenne a múlt dicsőséges munkáit méltatni - mindannyiunknak az a végzete, hogy újra és újra elolvassuk a Félelem és reszketés Las Vegasban, hogy halálos ágyunkon Az érzékelés kapuit tartsuk a kezünkben -, de nem hagyhatjuk figyelmen kívül azt a tényt sem, hogy ezen alkotások sora nem zárult le, hogy az irányzat halad tovább, nem a múlté, hisz komoly hatással bír a ma íróira.



## Családbarát a Megyei Pszichiátriai Szakkórház

A Szociális és Munkaügyi Minisztérium idén is meghirdette a „Családbarát Munkahely 2007” elnevezésű pályázatát, mely célja a munkahelyi esélyegyenlőség, valamint a munkáltatók társadalmi felelősségvállalásának elősegítése. A Megyei Pszichiátriai Szakkórház Költségvetési szerv és non-profit szervezet kategóriában munkájának elismeréseként egyedüli egészségügyi intézményként - oklevélben részesült, melyet *Virág Jánosné* ápolási igazgató és *Kozma Róbertné* minőségügyi koordinátor

vehetett át a Pécsi Tudományegyetemen a „Munkahelyi és magánélet egyensúlya támogató programok és legjobb gyakorlatok” elnevezésű nemzetközi konferencia keretében május közepén. A szakkórház pályázata bemutatta az intézmény esélyegyenlőségi törekvéseit, a munkavállalók számára biztosított juttatások formáit, valamint az intézet által szervezett rendezvényeket, melyekkel a munkatársak jó közérzetét, mentális és fizikális kiegyensúlyozottságát kívánják elérni.



## Napfürdős mini vakáció

Néha azt álmodom, hogy még diák vagyok! Reggelente eljárók az iskolába, felelek, megírom a témazáró dolgozatokat, hazamegyek, tanulok... És persze várom a hosszú nyári szünetet! Aztán felébredek! És elindulok reggel, dolgozom, hazamegyek, jön a házimunka...

Visszaemlékszem, milyen boldogság, nyugalom kerített hatalmába bennünket, amikor diákkorunkban a táblán ott virított: VAKÁCIÓ! Úgy mosolyogtunk a padok között, mint a vadalma és izgatottan sügtük búgtuk el egymásnak, milyen kalandokat ígér a ránk váró nyár. Amiben természetesen egyetértettünk az, hogy a tikkasztó meleget enyhítendő, kötelező a víz közelsége! Legyen zsúfolt stand, áttetsző víztükrű tengerpart, vagy akár egy viseletes felfújható gumimedence a hátsó kertben, elképzelhetetlen a vakáció nélküle!

Talán, azt hiszem, ez a dolog nem változott azóta sem. Ha egy pillanatra lehunyom a szemem, elképzelem az érzést, mikor a napsugarak szelíden simogatják az arcot és a hűsítő vízben fekvő olyan gondtalannak és egyszerűnek tűnik az élet...

Valahogy én csak ezt kívánnám mindenkinek! Legyen akár beteg, vagy csak egyszerűen a munkában kimerült, fáradt az ember, hagyjon magának mindenki egy pár percet naponta. Ezúton receptre is felírom, ha kell (bár nincs hozzá „jogosítványom”!): napfürdős mini vakáció elrendelve a nyári szünetes munkanapok alatt.

V.P.G.

**MENTA**  
Mentális Egészségvédelmi Lap

Sz.-Sz.-B. MEGYEI ÖNKORMÁNYZAT  
PSZICHIÁTRIAI SZAKKÓRHÁZA  
4320 Nagykálló, Szabadság tér 13.  
Tel./fax: 06-42-263-128  
E-mail: [mpsz@kallokorhaz.hu](mailto:mpsz@kallokorhaz.hu)  
Az intézményről bővebben is  
tájékozódhat honlapunkon:  
[www.kallokorhaz.hu](http://www.kallokorhaz.hu)

**Felelős kiadó:**  
Dr. MÓRÉ E. CSABA  
főigazgató

**Főszerkesztő:**  
Vidáné Píkó Gabriella

**A Szerkesztő Bizottság tagjai:**  
Dr. Bánki M. Csaba  
Dr. Varga Csilla, Miklovich Pál,  
Virág Jánosné

Nyomdai munkákért:  
ZSÓGRAND Kft. - Bátor Nyomda  
Fő: Nagy István 2007.06.



### Székely

Távoli székely faluba szüléshez hívták az orvost. Kéri a férfit, hogy segédkezzen és tartsa a méceszt amíg dolgozik. Kisvártatva megszületett egy kisfiú.

- Oh hát itt van, de tartsa még azt a lámpást mert jön itt még egy!

Egy kislány is született.

- Hát ez igazán nagyszerű, de tartsa még a lámpást, mert mintha lenne még egy.....”

- Nem kéne eloltani Doktor? Nem gondolja, hogy a fényre jönnek ennyire?



### Házasság

-Tudja, Doktor úr, a lányom és a fiam is házas már, és segíteni szeretnék, hogy mindkettőnek jó legyen a házassága, de nem tudom hogy kezdjek neki.

- És hogy sikerült a lánya házassága?

- Remekül! A férje ágyba viszi a reggelit, hagyja pihenni, el is mosogat, sőt a múlt héten még egy nercbundát is kapott tőle!

- De hisz ez nagyszerű! Na és a menyét?

- Az rémes egy teremtés! A fiammal készítetteti a reggelit, délig hever az ágyban, szegény gyereknek mosogatnia kell és az a némbér még egy bundát is kizsartolt valahogy magának!





# Jótekonysági bállal köszöntöttük a tavaszt

Ambivalens hangulatban tartottunk Tavaszváró jótekonysági bált április elsejére virradó éjszaka Szakkórházunkban. *Dr. Móré E. Csaba* főigazgató köszöntőjében kiemelte: egyrészt öröm, hogy az egészségügy jelenlegi helyzetében, mikor is kórházakat zárnak be, alakítanak át, az intézmény, munkatársaival együtt talpon maradhatott. Másrészt viszont sok a kérdés azzal kapcsolatban, hogy a szükségszerű átalakítás ma és a holnap mit hordoz, van-e további ok aggodalomra a betegekkel és a

kollégákkal kapcsolatban és nemcsak a szakkórház falain belül... A főigazgató ezért is tartotta fontosnak, hogy méltassa az intézmény munkatársainak mentális egészségvédelmét és rekreációját segítő alapítványok, a „Menta” és a „Segítő segítése” létrejöttét, melyek segítségével a napi nehézségek között talán alkalom nyílhat a dolgozók feltöltődésre.

A bál alkalmával megnyitottuk *Kerekes Elek* festőművész kiállítását is, melynek áprilisban a szakkórház lovagterme adott otthont. Átadásra

került továbbá az intézményben tavaly alapított elismerés, a Hónap Dolgozója - díj, melyet ez alkalommal *Dr. Lesán Anna* főorvos vehetett át. A megnyitó után természetesen a kikapcsolódás és a szórakozás volt a főszerep, melyről az inycsiklandozó ételek – italok mellett az LK Beat zenekar gondoskodott.

Így, még ha nem is felhőtlenül, de hajnalig együtt báloztak a munkatársak, és örültek annak, hogy együtt lehetnek!

*Íme, néhány megörökített pillanat...*



Tavaszváró jótekonysági  
2007. március 31. bál



Fotók: Tamás Pál



Jókedvűen beszélgettek a munkatársak az asztalok mellett



A táncparketten hajnalig ropták a bálozók...



Értékes tombolanyeremények találtak gazdára az est folyamán



## EURO-LEITNER KFT.



**Kibővített tevékenységi körrel, új helyen**

Debreceni út 228. Tel.: 42/490-150; e-mail: euroleitner@xnetnet.hu

Az Euro-Leitner Kft. új Seat gépjárművek, illetve minőségi használtautó kínálat mellett kibővített tevékenységi körrel, új helyen, magas színvonalú kiszolgálással várja kedves ügyfeleit.

A „Segítők segítése” partnerkártyával rendelkezőket **egyedi, teljes körű, kedvezményes ügyintézés, 5%-os alkatrészcseré, illetve 10%-os munkadíj kedvezmény** várja.

Cím: 4400 Nyíregyháza, Debreceni út 228.  
Telefonszám: 42/490-150 e-mail: euroleitner@xnetnet.hu



## RENOMÉ-PRINT KFT.

A Renomé Print Kft. szakmát szerető kereskedelmi munkát végez legalább 10 éve. Tevékenységi körünk iskolaszersz, írószersz, irodaszersz, nyomtatvány, nyomtató kellékanyag, keratív-hobby, háztartási és irodai papíráru, sportruházat kiskereskedelmi és viszonteladói forgalmazása. Rendelkezésre állunk a kis óvodások, iskolások, egyetemisták, vállalkozások, közületek, intézmények részére. Udvarias kiszolgálással, szakszerű tanácsadással és AKCIÓKKAL várjuk kedves vásárlóinkat!

A „Segítők segítése” partnerkártyával rendelkezők **10% engedményben** részesülnek.

Cím: 4400 Nyíregyháza, Szent István u. 3. Tel.: 06 (42) 507-780  
Tel./fax: 06 (42) 410-437 Nyitva: H-P: 7:30-17:30, Szom.: 8:00-12:30  
Web: [www.renome-print.hu](http://www.renome-print.hu) E-mail: [irodaszerek@renome-print.hu](mailto:irodaszerek@renome-print.hu)

Udvarias kiszolgálással és kedvező árakkal várja Kedves Vásárlóit a Profi Áruházakban a

## Borsodi-Hús Szövetkezet

A „Segítők segítése” program keretében a partnerkártyát és a hozzá tartozó utalványt bemutató munkatársaknak havi **5% kedvezményt** biztosítunk 10000 forint összeghatárig.

Üzleteink:

Nyíregyháza, Állomás tér 1.

Kisvárdá, Csillag u.37.

Mátészalka, Rákóczi u.59.

Debrecen, Ötvenhatosok tere 5/b

Sodexho, Ticket és Chéque déjeuner utalványokat beváltunk!



### Öbester Étterem

Az Öbester Étterem hagyományos, illetve különleges ételekkel, specialitásokkal, teljes diétás étlappal, színvonalas kiszolgálással várja kedves vendégeit.



A „Segítők segítése” program keretében a partnerkártyát bemutató munkatársak az étteremben **10% kedvezményben** részesülnek.

Cím: Nagykálló, Korányi út 1.  
Telefonszám: (42) 264-496

### RAPID OPTIKA

ingyenes computeres látásvizsgálattal, kontaktlencse illesztéssel, szemüveggé készítéssel és javítással várja kedves ügyfeleit.

Cím: Nagykálló, Korányi út 1.  
Telefonszám: 42/423-263

A „Segítők segítése” program keretében a partnerkártyát, illetve a Rapid Optika által kiadott utalványt bemutató munkatársak és családtagjaik az alábbi kedvezményekben részesülnek:

**optikai keret: -50%, lencse/napszemüveg: -20%, kontaktlencse: -10%.**



### Gold Bútorbolt

A Gold Bútorbolt, mely a Kika bútorok forgalmazója rattan, fenyőtermékekkel, bútorokkal, lakberendezési tárgyakkal, kiegészítőkkel várja vásárlóit.



Cím: Nyíregyháza, az Orosi út és a Tüzér utca sarka (az Orosi út elején, a benzinkúttal szemben)

Telefonszám: 42/450-008

A „Segítők segítése” program keretében a partnerkártyát bemutató munkatársak vásárlás esetén **5% kedvezményben** részesülnek.

### Segítők segítése

### adidas Márkabolt

ADIDAS Márkaboltunkban forgalmazunk és kínálunk kiváló minőségű sportruházati és utcai viseletre alkalmas adidas® termékeket, amelyek követik az aktuális divatirányzatot. Termékeink között található felső- és alsóruházat, cipő, táskák és egyéb kiegészítők továbbá speciális termékcsoporton belül értékesítünk futball, kosárlabda és kézilabda felszereléseket. Színvonalas kiszolgálással várjuk kedves vásárlóinkat, térjenek be hozzánk!

Cím: Nyíregyháza, Zrínyi Ilona u. 2. (sétáló utca) Tel.: 42/410-018

A „Segítők segítése” partnerkártyával rendelkezők **15% engedményben** részesülnek minden adidas® termék megvásárlása esetén.



### Nyírségi Patyolat Rt.

A Nyírségi Patyolat Rt. a több mint 50 éves tapasztalat, az egyedülálló szakmai hozzáértés és felkészültség alapján biztosítja Önök számára a textiltisztítást.

Címe: Nyíregyháza, Simai u. 2.

Telefon: 42/506-257

e-mail:

[nyirsekipatyolat@mail.datanet.hu](mailto:nyirsekipatyolat@mail.datanet.hu)

weblap: [www.nyirsekipatyolat.hu](http://www.nyirsekipatyolat.hu)

### Segítők segítése



A „Segítők segítése” program keretében partnerkártyát és hozzá csatlakozó utalványt bemutató munkatársaknak **évi 10.000.-Ft tisztítási értékhatárig 10% engedményt** nyújtunk.

A kedvezményt biztosító üzletek címe megtalálható a Szakkórház intranetes, illetve internetes honlapján.