



„W zawodzie fizjoterapeuty niezbędna jest empatia”. Z Moniką Staruszkiewicz rozmawia Wojciech Kaniuka [WYWIAD]

data aktualizacji: 2023.02.28



O metodach, celach i wyzwaniach, lepszych i gorszych chwilach w pracy, niepełnosprawności, postawach wśród pacjentów i wielu innych ważnych aspektach z fizjoterapeutką Moniką Staruszkiewicz rozmawia Wojciech Kaniuka. Z tej rozmowy dowiedzie się chociażby tego, jaka jest różnica między fizjoterapią a rehabilitacją i że „komunikacja to nie tylko mowa”.

Wojciech Kaniuka: Od jak dawna zajmuje się Pani fizjoterapią?

– Dokładnie pracuję jako fizjoterapeuta od 2000 roku. Po uzyskaniu tytułu technika fizjoterapii podjęłam staż pracy w ostródzkim szpitalu. W trakcie kończenia studiów

magisterskich pracowałam w Ośrodku Zdrowia Rodzina, który prowadził rehabilitację w hali sportowo-widowiskowej w Iławie. Jak zapewne doskonale Wojtku pamiętasz, był to czas, kiedy się poznaliśmy i zaczęliśmy ze sobą współpracować.

Fizjoterapia czy rehabilitacja? Czy te dwa terminy różnią się od siebie? Który z nich jest bardziej prawidłowy i dlaczego?

- Rehabilitacja lecznicza zakłada oddziaływanie medyczne, które ma za zadanie przywrócenie sprawności do samodzielnego życia. Natomiast fizjoterapia to dział medycyny obejmujący różnorodne działania terapeutyczne, jak: fizykoterapię, kinezyterapię, masaż leczniczy, terapię manualną czy balneoterapię. A tak w skrócie: fizjoterapia to dziedzina rehabilitacji, a masaż to jedna z metod fizjoterapii. Jak zaczynałam przygodę z fizjoterapią, to marzyło mi się zostać magistrem rehabilitacji ruchowej. Takie tytuły widziałam na drzwiach w szpitalach i taki tytuł uzyskiwało się po pełnych studiach magisterskich. Obecnie jest to tytuł magistra fizjoterapii.

Z jakich przyczyn postanowiła Pani uczyć się swojego zawodu, a następnie go wykonywać?

- Nie wiedziałam dokładnie, z czym to się wiąże, ale wiedziałam, że można pomagać ludziom i pracować w szpitalu. No i nosić białe ubranko. Jak zaczęłam pierwsze wykłady, a potem pierwsze praktyki, byłam przeschęśliwa, że to jest aż tak szeroka wiedza i wielkie pole do działania. Posiadam wielkie poczucie empatii, co jest niezbędne w tym zawodzie.

Co jest dla Pani najważniejsze w fizjoterapii? Jakie stawia Pani cele w swojej pracy?

- Cel jest jasny i klarowny: znieść jak najszybciej ból u pacjenta i jak najszybciej wrócić do sprawności i samodzielnego życia.

Z jakimi postawami wśród pacjentów najczęściej się Pani spotyka? Co przeważa? Niechęć i roszczeniowość czy współpraca i pełne zaangażowanie w proces fizjoterapii? A może istnieją jeszcze jakieś inne grupy pacjentów, o których chciałaby Pani wspomnieć?

- Na początku postawa współpracy i zaangażowania jest u prawie każdego pacjenta. Pokazuje poprzez ćwiczenia, jakie są dysfunkcje sprawności w nodze czy ręce, potem jasno i klarownie wyznaczamy sobie plan działania. Do tego momentu jest wszystko dobrze. Problemy zaczynają się, gdy pacjent nie angażuje się w ćwiczenia, które trzeba wykonywać poza moją wizytą, bądź wizytą na sali ćwiczeń. Niechęć również się pojawia, gdy występuje ból podczas procesu usprawniania, musimy wtedy szukać różnych rozwiązań, jak pomóc pacjentowi. Natomiast z roszczeniowością spotykałam się w placówkach ambulatoryjnych, gdy pacjenci długo czekali na termin fizykoterapii bądź rehabilitacji. Obecnie pracuję jako fizjoterapeuta domowy, więc tej postawy nie doświadczam.

A najlepsze i najgorsze momenty w pracy fizjoterapeutki?

- Najgorszy moment, kiedy trzeba się przygotować do nieuniknionej śmierci pacjenta. A najlepszy - oczywiście, kiedy pacjenci zdrowieją i są samodzielni.

Opierając się nieco na własnych doświadczeniach i obserwacjach, oczywiście jako pacjent, wiem, że komunikacja z nami może być niekiedy bardzo trudna - czy to ze względu na znaczną niepełnosprawność mowy lub jej całkowity brak, ale także z uwagi na fakt, że często są to osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Co jest wówczas największym wyzwaniem i jak Pani sobie z nim radzi?

- Niepełnosprawność intelektualna jest wielkim

utrudnieniem w rehabilitacji. Pacjent nie potrafi określić bólu czy potrzeby. Najtrudniej nam – fizjoterapeutom jest ich zmotywować do wysiłku przy ćwiczeniach. Natomiast niepełnosprawność mowy, jak jest w Twoim przypadku, wcale nam nie przeszkadzała, jak pamiętasz Wojtku, na naszych rehabilitacjach w Twoim domu... Wyrażałeś wszystko poprzez swoją mimikę. Poza tym sam doświadczyłeś w swoim życiu, na różnych wyjazdach rehabilitacyjnych, że potrzeba tylko zaangażowania z dwóch stron i wszystko jest do zrozumienia. Komunikacja to nie tylko mowa.

A jak w ogóle Pani definiuje niepełnosprawność? Kim w Pani opinii jest osoba z niepełnosprawnością?

– W mojej opinii największą niepełnosprawnością jest, jak człowiek jest zdrowy fizycznie i intelektualnie, a nie posiada wrażliwego serca. Trudno o terapię u takiego człowieka. Tacy ludzie też się starzeją i nabywają dysfunkcji. Odpowiem pytaniem: czy słynny Nick Vujicic, który nie posiada kończyn, jest osobą niepełnosprawną? Żyje pełnią życia, jak niewielu, którzy mają kończyny.

Czy ma Pani jakieś swoje ulubione metody pracy z pacjentami? Jak bardzo ich dobór zależy od rodzaju i stopnia niepełnosprawności, od aktualnego stanu zdrowia danej osoby, a na ile może być to działanie uniwersalne - ukierunkowane na wszystkich?

– Moją ulubioną metodą pracy jest zaangażowanie. Ono pozwala mi szybko rozpoznać dysfunkcję i odpowiednio zmotywować pacjenta do pracy. Nie istnieje takie pojęcie, jak uniwersalne podejście do pacjenta.

W swojej pracy kieruję się cytatem z prof. Degi, który mam głęboko w sercu: „Ruch jako lek nie ma substancji ani opakowania. Substancją tego leku jest pomysł zrodzony z

nauki i doświadczenia. Jego podanie wymaga prawdziwego mistrzostwa. Przekazanie go choremu wraz z osobowością i sercem czyni ten lek niezastąpionym” – prof. dr hab. med. Wiktor Dega.

Przez kilka lat mieszkała Pani ze swoją rodziną w Anglii. Czy dostrzega Pani różnice między polskim a angielskim podejściem do fizjoterapii i niepełnosprawności?

– W Anglii nie pracowałam w zawodzie. Ale ocierałam się o fizjoterapię. Pracowałam jako opiekun osób starszych w domu pacjenta. Przychodzili czasem fizjoterapeuci do moich podopiecznych i miałam możliwość ich obserwować. Bądź słyszałam o rehabilitacji z ich opowieści. Różni nas oczywiście najbardziej wyposażenie sal rehabilitacyjnych i dostępu do świetnych, najnowszych ortez czy pomocy do rehabilitacji. A – jak wszędzie – pracuje człowiek, który się zaangażuje w swoją pracę bądź nie. Także opinie zebrałam różne. Samo życie.

Jakie stawia Pani sobie cele w obszarze własnej działalności? Czy jest jakiś etap (a może status), który chciałaby Pani osiągnąć?

– Mój cel najważniejszy i nadrzędny to ciągły rozwój. Jak się nie rozwijamy, to wkracza nuda, zniechęcenie i rutyna.

Pani praca wymaga dużo wysiłku i poświęcenia. Czy Monika Staruszkiewicz – fizjoterapeutka bywa niekiedy pacjentką Moniką? Jak dbać o siebie, wykonując ten zawód?

– Tak, Monika Staruszkiewicz bywa zmęczona i przeciążona. Na szybko pomaga mi masaż, relaks – jak u każdego. W kryzysie wołam koleżanki po fachu. Natomiast dbać powinniśmy o siebie każdego dnia. Odpowiedni sen, zbilansowana dieta i ruch na świeżym powietrzu. Bardzo istotnym elementem jest w mojej opinii rozciągnięcie mięśni posturalnych własnego ciała, jak i dbanie o

kondycję stawów rąk. Znalazłam na rynku polskim bardzo dobre suplementy, bez których nie wyobrażam sobie funkcjonowania jako fizjoterapeuta czynny zawodowo. Jestem w końcu zabezpieczona. Pożywienie, które kupujemy w naszych sklepach, jest coraz uboższe w wartości odżywcze. Suplementacja dzisiaj jest konieczna, ale powinna być naturalna i z pewnego źródła.

Jedną z form fizjoterapii jest relaks, wyciszenie. Wiem, że lubi Pani przyrodę, obcowanie z naturą. Czy to jedyna forma odpoczynku, którą Pani preferuje? A może są jeszcze inne sposoby na zrelaksowanie się?

– Tak, bardzo lubię przyrodę, szczególnie spacerować po naszych cudownych okolicznych lasach. Ten zapach, który tam się rozsiewa... No i czyste powietrze. Nic tak nie dodaje energii, jak przebywanie na świeżym powietrzu. Relaksuje mnie też bardzo czas spędzony z moimi chłopakami. Szczęśliwa rodzina to ta, która lubi przebywać wszędzie razem.

*Wywiad przeprowadził Wojciech Kaniuka, wojciech.kaniuka@powiat-ilawski.pl.
Publikacja Starostwa Powiatowego w Iławie.*

Źródło:

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/70229-w-zawodzie-fizjoterapeuty-niezbędna-jest-empatia-z-monika-staruszkiewicz-z-rozmawia-wojciech-kaniuka-wywiad>