Doktornő színes ceruzákkal

az AMEGA beszélgetőpartnere: Dr. Kontz Katalin

a Dunakeszi Szakorvosi Rendelőintézet Tüdőgondozójának tüdőgyógyász főorvosa



Amikor felhívtalak és felkértelek erre a beszélgetésre, akkor Németországban vetted fel a telefont, ahol éppen egy biciklitúrán vettél részt.
Szeretek kerékpározni. Nagyobb túrákat is teljesítek, a Balatont minden évben körbebiciklizzük.

A sportnak ilyen nagy szerepe van az életedben?
Életem folyamán az általános iskolától az egyetemig mindig sportoltam valamit. Amikor elkezdtem dolgozni, akkor a gyöngyösi kézilabdacsapatban játszottam. Rendszeresen jártam edzésekre.

Mi volt a legnagyobb sportsikered?
Arra vagyok a legbüszkébb, hogy 6-7 éve átúsztam a Balatont. Ennek az a története, hogy a nagymamám féllábú volt, és ő így is nem egyszer átúszta a Balatont. Kislánykoromban megfogadtam neki, hogy egyszer majd én is megteszem ezt az ő emlékére.

A sporton kívül mi az, ami éltet?
Ha azt mondom, hogy a munkám, akkor ezt őszintén mondom.

Akkor beszéljünk a munkádról! Tüdőgyógyász vagy. Miért választottad a pulmonológiát?
Az egyetemen egy kis szakmát szerettem volna választani, nevezetesen a szemészetet, de kiderült, hogy a szemem nem lát 3D-ben, tehát a „kukkolós" vizsgálatokat nem tudnám elvégezni. A szemészetet egyébként azért szerettem volna választani, mert az egyik nagyapám vak volt és megígértem neki, hogy meg fogom gyógyítani. Mire orvos lettem, addigra meghalt szegény. A gyermekgyógyászat is foglalkoztatott, de amikor a klinikára kerültünk gyakorlatra, megszakadt a szívem a daganatos gyerekekért.
1989-ben végeztem és budapesti állást kerestem. A meghirdetett három belgyógyászati állás megpályázása reménytelen volt. A tüdőgyógyászat gyakorlatomon a klinikán *Appel Judit* volt a gyakorlatvezetőm, aki olyan szuggesztív egyéniség

volt, hogy megszeretette velem a tüdőgyógyászatot. Amikor választanom kellett, hogy hova menjek, ha nem tudok Pesten maradni, akkor a választás nem okozott gondot. Olyan állást sikerült találnom, ahol egész évben üdülhettem, így kerültem Mátraházára.

Kik fogadtak és kikkel kezdtél Mátraházán?
*Albert István*nal, *Csicsári Katalin*nal és *Szabó Mariann*-nal együtt érkeztem Mátraházára. *Albert Pistá*val ma is tartjuk a családi-baráti kapcsolatot. Együtt biciklizünk évről évre. Mátraházán úgy fogadtak a főorvosok, hogy ők megtanítanak nekünk mindent.

Mennyi időt töltöttél Mátraházán és mit vittél magaddal onnan?
A szanatóriumon kívül volt aktív betegellátás is. 1989-től 1997-ig döntően COPD-s és asztmás betegeket gyógyítottunk, tumorosokkal csak ritkábban találkoztunk. 80 ágyon egy főorvos és két beosztott orvos dolgozott. A boldog mátraházai évek alatt születtek meg a gyermekeim.

Végül mégis elkerültél Mátraházáról.
1997-ben meghirdették Gyöngyösön a tüdőgondozói állást. 33 éves voltam és ezt megpályáztam. Ott dolgoztam majdnem 10 évig, amikor jött a Hospinvest, a gyöngyösi kórházat lefejezték, és csaknem az összes osztályvezető főorvost elküldték, így engem is. Ekkor már volt egy részállásom a hevesi tüdőgondozóban, így oda kerültem teljes munkaidőben.

Gyöngyösi tüdőgondozói tevékenységedre hogyan gondolsz vissza?
A tüdőgondozó 85 ezer főt látott el. Elvileg kétszemélyes lett volna, egy kolleganő heti két alkalommal segített be. Nagy betegforgalmunk volt, sok asszisztenssel, sok beteget tudtunk ellátni. Azt gondolom, hogy egy jó szerkezetű gondozást alakítottam ott ki.

Hevesen új életet kezdtél?
Gyöngyössolymoson laktunk, a Mátra lábánál, Gyöngyöstől 8 km-re, onnan sokszor biciklivel jártam dolgozni. Heves már 45 km-re volt a lakhelyemtől, és 35 ezer főt lát el rengeteg kisebbséggel. Új feladat volt a velük való munka, de sikereket lehetett elérni velük emberileg is. Elmesélnék egy megható történetet. Jött egy 50 év feletti hölgy, aki elmondta, hogy nem tud írni, olvasni. Kérdeztem tőle, van-e unokája. Kiderült, hogy az unoka első osztályos. Azt tanácsoltam neki, hogy mindennap nézze meg, mit tanul az unokája. Év végén bejött a rendelőbe, kért egy újságot, és felolvasott belőle.

Sok tbc-s beteggel találkoztál Hevesen?
Nem. Mátraházán még gyakrabban kezeltünk tbc-s beteget, de Hevesen már lényegesen kevesebbel találkoztam. Az első években még gyakran hozott szirénázó mentő asztmás roham miatt beteget, de amikor eljöttem, akkor már csak elvétve fordult elő ilyen. Így tulajdonképpen átélhettem a tüdőgyógyászat átalakulását, ezen belül is különösen a kezeletlen asztmából az inhalációs kortikoszteroiddal kezelt asztmába való átmenetet.

***Appel Judit* nevét már említetted, de találkoztál-e más meghatározó orvos egyéniségekkel a pályád során?**
Az első főnököm, *Rott Zsuzsanna* ilyen volt. Ő asztmás és COPD-s betegeken sok vizsgálatot végzett, és tanulmányokat jelentetett meg. Tőle tanultam meg azt a fajta oknyomozást, ami a diagnózis felállításához kell. Az anamnézis olyan fokú felvételét, hogy minden tünetnek ötször menjünk neki, minden oldalról nézzük meg, alaposan kérdezzük ki a beteget, mert így jön össze a jó diagnózis. Tőle tanultam meg az alapvető bronchodilatációs vizsgálatokat – ő ebből írta a disszertációját – és az újkori tüdőgyógyászat alapjait is. Kellene mondanom az egyetemről is valakit, de igazán csak az anatómia gyakorlatvezetőmre emlékszem vissza, aki nagy odaadással tanította az anatómiát, mindenre és mindenkire figyelt. A másik a szemészeti gyakorlatvezetőm volt, aki lelkesített, irányított a szemészet felé, de végül nem lehettem szemész.

Benned is van olyan késztetés, hogy átadd a tudásodat. Mondom ezt azért is, mert több nagyon jó előadásodat hallottam.
Imádok előadni, szeretek az előadásaimra felkészülni. Havonta 1-2 előadást tartok. Nem csak a kollégáknak kell a tudást átadni, hanem a betegek felé is. Úgy kell megfogalmazni a betegséggel kapcsolatos ismereteket, hogy azt ők is megértsék, 2-3 mondatban a lénye-

get. Ezt nagyon fontosnak tartom. A hevesi betegeimnél sokat gyakoroltam ezt. Gyakran elővettem a színes ceruzáimat és rajzoltam, színeztem, hogy megtanítsam az egyes gyógyszerek színe szerint azok használatát.

Meddig dolgoztál Hevesen és miért hagytad ott őket?
13 évet dolgoztam ott, aztán a gondozót átvette az egri kórház. Annak az igazgatójával elkezdtem levelezni, hogy jó lenne a fizetésemet másként alakítani, akár a teljesítményemnek megfelelően is. Erre nevetséges választ írtak, és a későbbi leveleimre már nem is reagáltak, még a felmondólevelemre sem érkezett válasz. Egy hónappal később küldtem egy levelet, hogy akkor holnaptól nem jövök, amire másfél év (!) múlva kaptam egy levelet, miszerint úgy tűnik számukra, hogy már nem vagyok az állományukban.

Hol folytattad a pályádat?
Jelenleg a dunakeszi tüdőgondozóban dolgozom. Azt gondolom, hogy a pályám során ez a legjobb gondozó. Nagyon jó igazgatás mellett remek asszisztenciával gyógyíthatunk. Egyedül vagyok, bár az ellátási terület itt is nagy, 80 ezer fő.

Mások az itteni betegek?
Az itteni idős betegeknek is hasonlóan rajzolgatom a teendőiket. Egy közelmúltbéli élményemet hadd meséljem el. Egy 28 éves hölgy asztmával jött. Elmondta, hogy gyermekkori asztmája van, és bár az elmúlt 5 évben már újra vannak panaszai, sehol nem akarják elhinni neki, hogy asztmás, és nem kap gyógyszert. Kivizsgáltuk, majd elmeséltem neki, hogy mi is az asztma és miért kell folyamatosan gyógyszert szednie. A hölgy elsírta magát, de azt mondta, hogy ezek az öröm könnyei, hogy valaki végre komolyan veszi.

Megváltozott a világunk…
Igen. A munkánk során sokszor azt hisszük, nincs elég időnk, pedig van, csak az a kérdés, hogy mire használjuk. Mire használjuk például az asszisztenseink idejét? Gyorsabb lett a világ. Sokkal jobb eszközökkel tudunk vizsgálni, jobb gyógyszerekkel gyógyítani, és azt gondoljuk, ez elég, emiatt emberileg kevésbé figyelünk a betegeinkre. Pedig a beteg csak akkor működik együtt velünk, ha tudja, mi és miért történik vele.

Hogyan éled meg az egyszemélyes gondozóban a vezető szerepet?
Régóta így csinálom. Ez nem jelent problémát számomra. Néha előfordul, hogy felhívok egy-egy kollégát, hogy segítséget kérjek.

Hol vannak a szakmai főnökeid?
Dunakeszi Törökbálinthoz tartozik. Heti két alkalommal dolgozom még a XV. kerületben, innen szükség esetén a Korányiba küldöm a betegeket. Van még heti két alkalommal a gyöngyösi magánrendelésem, ott pedig Mátraháza biztosítja a kórházi hátteret.

Mindez hogyan fér bele öt munkanapba?
Van olyan napom, amikor reggel 8-tól este 8-ig dolgozom, két napon pedig reggel 8-tól este 6-ig.

Ez válasz arra a kérdésemre is, hogy mit csinálsz a szabadidődben, mert ilyen nincs?!
A covid előtt hetente négyszer jártam edzésre és hétvégente bicikliztünk.

Említetted, hogy pesti lány vagy.
A Városligetnél laktunk, a MÁV kórházzal szemben. Amikor az egyetem alatt gyakorlatra mentem, csak átmentem az utcán, felmentem az emeletre és megérkeztem.

Nem okozott törést az életedben, hogy egy pesti lány vidéken folytatja pályáját.
3-4 évig nem tudtam eldönteni, hogy a „vidéki paraszt” vagy a „városi bunkó” vagyok. Az emberek nagyjából így viszonyultak hozzám. Később megszerettek, és a vidéki emberek már nem tartanak „városi bunkó”-nak.

Mennyire vagy becsvágyó? Soha nem akartál nagy szakmai karriert csinálni?
Nem akartam soha. Valószínűleg én nem a tudományért élek, hanem az emberek oktatását, gyógyítását szeretem ma is.

Ma Magyarországon harcolunk, folyamatosan harcban állunk, akcióterveink vannak. A győzelemhez jó tábornokok kellenek, de ők nem tehetnek sokat, ha nincsenek jól képzett katonák a hadseregben. Sokan szeretnének tábornokok lenni.
Ha ezt a hasonlatot átveszem, akkor a hadsereg egyes részeinek is vannak irányítói. Én mindig egy gondozónak voltam a vezetője és mögöttem is állt egy csapat. Az asszisztenseimet igyekeztem maximálisan kiképezni, így lehet jól dolgozni. Minőségi munkát úgy lehet végezni, ha a vezető mögött jól dolgozó munkatársak vannak.

A hivatásunk elnőiesedett. A tüdőgondozókban döntően nők dolgoznak és a vezetők is egyre nagyobb számban szintén nők. Jól van ez így?
Azt gondolom, hogy egy nőnek úgy kell elvállalni egy vezetői posztot, hogy nem barátnőket kell szereznie, hanem munkatársakat. Kell a lelkükkel foglalkozni, de a vezetőnek meg kell őrizni a hétköznapi életét. A tüdőgondozók talán elnőiesedtek, de az osztályvezetők többsége férfi. Az elnőiesedés nem a nők hibája. Hol vannak a férfiak?

Hogy élted meg és át a járványt?
A koronavírus-járványt a munkahelyemen töltöttem. Telefonos előjegyzéssel fogadtuk a betegeket, és akikről tudtam, hogy esedékes a fél vagy egyéves kontrolljuk, azokat felhívtam és érdeklődtem az állapotuk iránt. A panaszosokat időpontra behívtuk. Pszichésen egy kicsit megsínylettem a járványt, ugyanis elkezdtem távolságot tartani az emberektől. Ezért is mentünk el egy hosszabb biciklitúrára, ahol aztán a férjem covidos lett, amit természetesen én is elkaptam tőle, hisz' egy rendes család osztozik mindenen. Három oltás után enyhe influenzás tünetekkel vészeltem át a fertőzést.

A tüdőgondozói munkát mennyire változtatta meg a pandémia? Visszatérünk a covid előtti világba vagy valami más jön?
A rendelőm a pandémia alatt is nyitva volt, és a járvány alatt sem csökkent a betegek száma, legfeljebb telefonos konzultációkat tartottunk. A covid után pedig ott folytattuk, ahol 2020 márciusában abbahagytuk, jönnek a betegeink. Hallottam, hogy a kollégák arról panaszkodnak, hogy eltűntek a betegeik. Visszatérve egy korábbi kérdésedre, nagy problémának tartom, hogy a gondozót vezető főorvosok, akik döntően nők, semmiféle vezetői képzést nem kapnak. Úgy kerülnek vezetői pozícióba, hogy nincs erre képzettségük. A járványt is sokan úgy csinálták végig, hogy majd lesz valahogy, majd megmondják, hogy mi legyen.

Máshol sincs olyan, hogy vezetőt képeznének.
Az orvosok úgy vezetnek, hogy nem képződnek vezetésre. Mesélek egy történetet. Eltörtem a lábam, hat hétig gipszben voltam otthon, de ezt az időszakot is végigdolgoztam. Az otthoni számítógépemen láttam a gondozóban készült röntgeneket, a légzésfunkciókat és telefonon beszéltem a betegekkel. Egy egyszemélyes gondozót nem lehet hónapokra bezárni. A proaktivitást napi szinten kell alkalmazni.

Szerintem nem a home office betegellátásé a jövő.
Persze, hogy nem. Az olyan ellátás, ahol nincs orvos-beteg kapcsolat, az nem betegellátás, de az EESZT és a telemedicina sokat segíthet, csökkentheti a betegforgalmat. Ez azért fontos számomra is, mert a covid előtt napi 30–35 beteget láttam el.

Pesti lány vagy. A középiskola sok szempontból meghatározó az ember életében. Így volt ez nálad is?

Úgy választottam gimnáziumot, hogy biológiai tagozatra mentem. Nagyon jó oktatást kaptam, az utolsó két évben plusz órákra is jártam. A középiskolában nem vették el a kedvem, hogy az orvosira menjek, hanem fokozták. Az iskolát akkor Kilián Gimnáziumnak hívták, ma Nagy László Gimnáziumnak a XIII. kerületben. Az osztályból öten lettünk orvosok: ketten állatorvosok, hárman embereket gyógyítunk. A két állatorvos és én vagyok itthon, a többiek elmentek külföldre.

Könnyen bejutottál az egyetemre?
Elsőre nem vettek fel, így a Honvédkórházban dolgoztam néhány hónapot a vérellátó osztályon. Ott megtanultam vénázni, vércsoportot meghatározni, felmosni és mosogatni. Minden feladatban kipróbálhattam magam.

Számít-e az neked, hogy világot láss?
Ahová el tudok menni, annak nagyon tudok örülni, és ahová nem tudok eljutni, azt meg nem sajnálom. A férjem nem tud repülni, nincs kiegyenlítése a középfüle és a külvilág közt, emiatt súlyos otitise alakul ki, ezért világkörüli utazás nem jöhet szóba. Az ERS kongresszusra is egyedül szoktam repülni.

Nem ráztak meg a kudarcaid, a felmondás, az elküldés?
Amikor Gyöngyösön felmondtak nekem, akkor hirtelen megfordult a világ. Meg kellett tanulnom, hogy bármi megtörténhet velem rajtam kívülálló okokból is. Már régen érlelődött bennem, hogy természetgyógyászatból is kellene valamiféle ismereteket szereznem. Vizsgát tettem természetgyógyászatból, egy 1000 oldalas könyv volt a tananyag.

A mindennapi munkádban szerepet kapott a természetgyógyászat?
Amikor padlón voltam talán igen, de most már nem… Annyi volt, hogy ha valaki azzal jött, hogy ő természetgyógyászati tanácsot szeretne hallani, akkor megpróbáltam terelgetni, természetesen úgy, hogy a meglevő gyógyszereit ki ne hagyja. A betegek ezt hitelesnek érezték. Vannak gyógynövények, amik jól használhatóak köptetőnek vagy köhögéscsillapításra. Rövid ideig foglalkoztam reiki energiával is, az univerzális energia átadásával döntően pszichés zavarok esetén, de ezt a módszert sem használtam soha a klasszikus gyógyászat helyett.

Napjaink története a tüdővitamin megjelenése, aminek az lett a vége, hogy a forgalmazót súlyosan megbüntették.
Tőlem is kérdezték, hogy kinek jó a tüdővitamin. Erre azt válaszoltam, hogy annak, aki eladja, és nem tettem hozzá többet.

Megtudhatunk valamit a családodról azon kívül, hogy a férjed nem tud repülni?
Van két fiam, 28 és 30 évesek. A napokban fog megszületni a Pesten lakó nagyobbik fiaméknál az első unokám, a kisebbik fiam pedig Berlinben próbál boldogulni.

A nyugdíjas bakancslistádon mi szerepel?
Ügyetlenül rajzolok és szeretném megtanulni a jobb agyféltekés festészetet. Ezzel szeretném kiélni a művészeti hajlamaimat, melyek léteznek, csak még nem jöttek elő. Szeretnék elvégezni egy lakberendezési tanfolyamot, szívesen foglalkoznék ilyennel is.
Szeretem a zenét, gyermekkoromban tanultam zongorázni, de nem nagy sikerrel. A családban voltak zenészek. A vak nagyapám operaénekes, apukám pedig operett énekes volt a háború előtt. Tudod, az én életem nem olyan érdekes, nincsenek benne nagy tudományos történetek…

Ez álszerénység. Bizonyára vannak hibáid, de azt hiszem, te teljes életet élsz és örülök, hogy beszélgethettem veled. Lehet azt mondani, hogy egy elégedett, boldog, munkamániás ember volt a beszélgetőpartnerem?
Igen! Abszolút! ■

Dr. Osvai László