

## **Dr. Légrádi Péter pályázata**

### **Tudás, bizalom, együttműködés – A gyógyszerész szerepe a modern sebkezelés kommunikációjában**

#### **Bevezetés: a gyógyszerészet, mint hivatás és misszió**

A gyógyszerészet számomra mindig is több volt, mint tudományos ismeretek összessége vagy egy szakma gyakorlása. Gyógyszerésznek lenni számomra hivatás, és talán ennél is több: küldetés, amelynek középpontjában az ember áll – a beteg, a hozzátartozó, a család, a közösség. Feladatom nem csupán az, hogy a betegek számára kiadjam a megfelelő gyógyszert vagy eszközt, hanem hogy segítsek megérteni, alkalmazni, bízni és együttműködni. Hogy a terápiás folyamat ne csupán egy előírás, hanem egy közösen bejárt út legyen, amely a gyógyulás felé vezet.

A mai, információval túlterhelt világban, ahol minden elérhető egy kattintással, a hiteles szakember szerepe felértékelődött. A betegek gyakran bizonytalanok, melyik információnak higgyenek. A gyógyszerész az, aki képes szűrni, értelmezni, egyszerűen és érthetően továbbadni a szakmai tudást. Különösen igaz ez olyan területekre, amelyek kevésbé ismertek, mégis a mindennapok részét képezik – mint a modern sebkezelés és a kötszerek alkalmazása.

E terület mára egyik szívügyemmé vált, mert a sebkezelés és a kötszerek tudatos használata nemcsak a testi, hanem a lelki gyógyulásban is kulcsszerepet játszik. A jól megválasztott kötszer enyhíti a fájdalmat, elősegíti a regenerációt, gyorsítja a gyógyulást – és talán a legfontosabb: visszaadja a beteg önbizalmát.

#### **Bemutakozás**

Dr. Légrádi Péter, az Unipatika Mammot Gyógyszertár felelős gyógyszertárvezetője vagyok. 2006-ban végeztem a Semmelweis Egyetem Gyógyszerésztudományi Karán, majd rögtön megszereztem szakvizsgámat és a Soproni Egyetemen a gyógyszerész-közgazdászképzést is elvégeztem.

Pályám első éveiben közfoglalmú gyógyszertárban dolgoztam: előbb beosztottként, majd felelős vezetőként. Ez az időszak a tanulásról, a tapasztalatszerzésről és az útkeresésről szólt. A gyógyszertárban szembesültem azzal, milyen széles spektrumot ölel fel a gyógyszerészet: a gyógyszerektől az étrend-kiegészítőkön és tápszereken át, egészen a kötszerekig, amelyekkel eleinte csak érintőlegesen találkoztam.

Ekkor tapasztaltam meg, hogy a kötszerek világa mennyire háttérbe szorult, mennyire kevésbé ismert és mennyire alulértékelt. A betegek gyakran csak a legegyszerűbb, hagyományos kötszereket ismerték, miközben a modern sebkezelés eszközei már elérhetőek voltak, de a tudás, amely szükséges a helyes alkalmazásukhoz, hiányzott.

Felismertem, hogy ezen a területen óriási szükség van a gyógyszerészekre, akik hidat képezhetnek a beteg és a technológia között – a tudás közvetítőiként és a gyógyulás támogatóiként.

2014-ben fordulópont következett be pályámban. Ekkor sikerült egy kötszergyártó segítségével kapcsolatba lépnem egy bőrgyógyász szakorvossal, aki a vastagláb, a nyiroködéma és a krónikus sebek szakértőjeként új szemléletet nyitott számomra. Az ő mentorálásával kezdtem el tudatosan tanulmányozni és alkalmazni a modern kötszereket, és hamar rájöttem, hogy ez a tudás nemcsak szakmai előnyt, hanem emberi értéket is képvisel.

Még abban az évben, 2014 júniusában, a Rozsnyai Mátyás Emlékversenyen „Modern kötszerek tudatos választása és alkalmazása a patikai gyakorlatban” című előadásommal különdíjat nyertem. Ez

az elismerés nemcsak szakmai visszaigazolást jelentett, hanem megerősített abban, hogy a betegkommunikáció és a sebkezelés edukációja összetartozik.

Az ezt követő években tovább mélyítettem a tudásomat és bővítettem a tapasztalataimat. 2017-ben az Év Gyógyszerésze pályázaton a 3. helyezést értem el, amelyet a modern kötszerek patikai integrációjával kapcsolatos hároméves munkámért kaptam. Ez az időszak a gyakorlati tapasztalatok gyűjtéséről, a betegek edukációjáról és a kommunikációs stratégiák fejlesztéséről szólt. Azt tanultam meg, hogy a beteggel való párbeszéd és a hiteles tanácsadás kulcsa a sikeres terápiának.

2018-ban a Magyar Gyógyszerész Kamara a Pro Praxis Pharmaciae emlékéremmel tüntetett ki, amely számomra nemcsak díj, hanem felhívás is: felelősségem van abban, hogy megosztható, adaptálható, inspiráló gyakorlatot alakítsak ki más gyógyszerészek számára is.

2020-tól kezdve a Semmelweis Egyetem Gyógyszerésztudományi Karának Gyógyszerügyi Szervezés Intézetében önkéntes gyakorlati oktatóként az ötödéves hallgatók képzésében veszek részt a bőrgyógyászat és sebkezelés témakörében. Céлом, hogy a fiatal gyógyszerészek ne csak a hatóanyagokat ismerjék, hanem a beteggel való kommunikációban is magabiztosak legyenek, hiszen a tudás csak akkor válik értéké, ha meg is tudjuk osztani. Kiemelném, hogy a kötszerek bemutatására és gyakorlati alkalmazására kigyóuborkát használok, amelyen három különböző sebtípust tudnak kötni.

2024-ben egy kötszergyártó és a MOSZ támogatásával akkreditált továbbképzés jött létre, amelynek előadójaként ismét lehetőségem nyílt a szakmai ismeretek mellett a kommunikációs szemlélet átadására is.

Meggyőződésem, hogy a kötszerek és a modern sebkezelés edukációja a jövő gyógyszerészetének kulcsterülete, amelyben a kommunikáció minősége határozza meg a terápia sikerét.

### **A motiváció: a hiteles kommunikáció ereje**

A digitalizáció korában a betegek információéhsége nő, de az információ minősége sokszor csökken. A gyógyszerész feladata nemcsak az, hogy „átadjon” információt, hanem hogy szűrje, rendszerezze, értelmezze és közérthetővé tegye. Ez különösen igaz a sebkezelés és a kötszerek területén, ahol a hibás használat komoly következményekkel járhat.

A motivációm forrása egyszerű: segíteni.

Segíteni a betegeknek, hogy jobban értsék saját testük működését, segíteni a hozzátartozóknak, hogy magabiztosabban lássák el szeretteiket, és segíteni a kollégáknak, hogy bátrabban, szakmai megalapozottsággal ajánljanak modern kötszereket. Mert a kommunikáció nem csupán beszéd, hanem bizalmi kapcsolat. És ahol bizalom van, ott együttműködés, elköteleződés és gyógyulás is születik.

### **Kommunikáció a patikában**

A gyógyszerészi kommunikáció több, mint információátadás – ez egyfajta empátikus párbeszéd, amelyben a beteg nem csupán hallgató, hanem aktív résztvevő.

A hiteles gyógyszerész nem csak tud, hanem átérez. Az empátia segít abban, hogy a beteg biztonságban érezze magát, és elhiggye, hogy valóban a legjobbat szeretnénk neki. Ez különösen fontos a sebkezelésnél, ahol a fájdalom, a félelem és a kiszolgáltatottság érzése gyakran együtt jelentkezik. Egy barátságos, együttérző hangvétel képes oldani a feszültséget és megnyitni a párbeszédet.

A kommunikáció pszichológiai aspektusa nemcsak a beteget segíti, hanem a gyógyszerészt is védi a kiégéstől. Ha egy tanácsadás után érezzük, hogy valóban hozzájárultunk valaki életminőségének javításához, az megerősít és motivál. Így a kommunikáció nemcsak eszköz, hanem kölcsönös gyógyító folyamat is.

### **Jó gyakorlat: a betegedukáció a kötszerek világában**

Minden információ átadásához idő kell, de meg kell tanulnunk a célzott és irányított beszélgetés technikáját. A gyorsaság fontos tényező a vásárló szempontjából, de amint sikerül kiköszölni a sietségből, máris lelassít, figyel és kérdez. Ez a pont az, ahol a bizalom megszületik.

Kollégáimmal azon dolgozunk, hogy olyan területen segítsünk a vásárlók életminőségének javításában, ahol mindenki érintett lehet és a fejlődés fizikailag is látható. Ez pedig nem más, mint a modern kötszerek tudatos ismertetése – nemcsak a betegek, hanem az orvosok felé is.

A legtöbb beteg még mindig a hagyományos megoldásokban gondolkodik: mull-lap, mullpólya, leukoplaszt. Pedig ezek gyakran nem biztosítják a nedves sebgyógyulás feltételeit. Feladatunk tehát nem pusztán eladni, hanem tanítani: megmutatni, hogy az új típusú kötszerek hogyan képesek felgyorsítani a gyógyulást, csökkenteni a fájdalmat és javítani az életminőséget.

A gyógyszerész munkájának egyik legfontosabb és legérzékenyebb területe a beteggel folytatott párbeszéd. A kommunikáció nem pusztán információátadás, hanem kapcsolatteremtés: lehetőség arra, hogy a beteg bizalmát elnyerjük, félelmeit oldjuk, és hiteles, megbízható támaszt nyújtunk számára.

A modern kötszerek ajánlása során ez különösen igaz. A sebek látványa, a fájdalom, a gyógyulási folyamat bizonytalansága érzelmileg megterhelő lehet a beteg számára. Ilyenkor a gyógyszerész nemcsak szakember, hanem támogató, segítő is.

Az első lépés mindig az, hogy figyelmesen meghallgassuk a beteget – nemcsak azt, amit mond, hanem azt is, amit elhallgat. A sebkezelésről beszélni gyakran kényelmetlen, sőt, szégyenérzetet kelt. Épp ezért fontos, hogy a gyógyszerész nyitott, elfogadó és empátikus legyen.

Amikor a beteg belép a patikába, sokszor már konkrét problémával érkezik: egy nehezen gyógyuló seb, egy friss műtéti heg, egy krónikus fekély vagy egy baleseti sérülés miatt. A feladat ilyenkor nemcsak az, hogy „kötszert adjunk”, hanem hogy megértsük a kontextust:

- Hol helyezkedik el a seb?
- Mikor keletkezett?
- Milyen kezelés zajlik jelenleg?
- Van-e orvosi javaslat, diagnózis, kísérő betegség (pl. cukorbetegség, keringési zavar)?

Ezek a kérdések nemcsak a megfelelő termék kiválasztását segítik, hanem a beteggel való kapcsolat elmélyítését is. Ha a beteg érzi, hogy valódi figyelmet kap, akkor könnyebben megnyílik és elfogadja a tanácsot.

A modern kötszerek használata gyakran összetett: steril technika, cserélési gyakoriság, a seb állapotának figyelése mind fontos elemek.

A beteg számára ezek sokszor új, ismeretlen információk. Ezért a kommunikáció során a gyógyszerész feladata, hogy a szakmai tudást érthető, rövid és alkalmazható formában adja át.

A gyakorlatban ez azt jelenti, hogy a magyarázat során:

- kerülöm a túlságosan szakmai kifejezéseket,
- példákat, analógiákat használok („ez a kötszer olyan, mint egy nedves védőpajzs, ami segíti a seb saját gyógyító folyamatait”),
- és minden esetben elmondom a „miértet”: miért ezt ajánlom, mitől hatékonyabb, hogyan gyorsítja a gyógyulást.

Tapasztalatom szerint, ha a beteg megérti a választás logikáját, sokkal együttműködőbbé válik. A tudás biztosságot ad, a biztonság pedig együttműködést szül.

Sok beteg azért kerüli a sebkezelést, mert fél a fájdalomtól, szégyelli a sebet vagy korábbi negatív tapasztalatai miatt elvesztette a bizalmát. Ilyenkor a gyógyszerész feladata nemcsak az, hogy szakmai tanácsot adjon, hanem hogy lelki támaszt is nyújtson.

Előfordult, hogy egy idős hölgy krónikus lábszárfekélyvel keresett meg, aki évek óta próbálkozott különböző házi módszerekkel, mert félt bemenni az orvoshoz. A beszélgetés során fokozatosan oldódott a félelme, és elfogadta, hogy segíthetek a számára megfelelő modern kötszer kiválasztásában. A seb néhány héten belül látványosan javult és a beteg később hálásan tért vissza – nemcsak a kötszerért, hanem a biztató szavakért is. Már az orvoshoz is elmert menni időközben. Ez az eset számomra is megerősítés volt: a kommunikáció valóban gyógyít.

### **A modern kötszerek kommunikációja – tudásmegosztás**

A modern sebkezelés területén a gyógyszerész szerepe kulcsfontosságú: ő az, aki az elméletet és a gyakorlatot összeköti és a beteg számára elérhetővé, érthetővé és használhatóvá teszi a tudást. Ahhoz azonban, hogy ezt a szerepet hitelesen betölthessük, folyamatos képzésre, tudásfrissítésre és kommunikációs tudatosságra van szükség.

Ezért tartom kiemelten fontosnak, hogy a gyógyszerészképzésben és a továbbképzésekben a kötszerek és sebkezelés témája ne csak termékismereti, hanem kommunikációs szempontból is hangsúlyt kapjon.

A modern kötszer nem „csak egy eszköz”, hanem a beteg életminőségének javítását szolgáló terápia és ennek tudatosítása a gyógyszerész feladata.

A képzéseim és előadásaim során azt tapasztalom, hogy sok kolléga bizonytalan ezen a területen – nem azért, mert hiányzik a jó szándék, hanem mert hiányzik a gyakorlati kommunikációs minta.

Ezért minden alkalommal hangsúlyozom: a kötszer-ajánlás nem termékeladás, hanem gyógyító javaslat. A siker kulcsa az, hogy a beteg megértse és elfogadja, miért ez a legjobb megoldás számára.

Három alapelvet szoktam kiemelni:

1. Érthetőség – beszéljünk a beteg nyelvén, ne a tankönyv nyelvén.
2. Empátia – lássuk a beteget emberként, ne problémaként.
3. Elkötelezettség – a javaslat ne érjen véget a táránál; kövessük nyomon a beteg visszajelzéseit.

Ezek az alapelvek nemcsak a sebkezelésben, hanem a gyógyszerészet egészében érvényesek, de a kötszerek terén különösen látványos a hatásuk.

### **A jó gyakorlat újszerűségének, társadalmi és szakmai jelentőségének bemutatása**

A gyakorlati példák a legjobb tanítómesterek.

Az évek során számos olyan esetet láttam, amikor a megfelelő kommunikáció, az empátia és a modern kötszer együtt mentett meg egy nehezen gyógyuló sebet – és egy beteg reményét.

A kollégáim edukációjának az első lépése az volt, hogy egy konkrét kötszercsaládot mélyebben megismerjünk és elsajátítsuk az ahhoz kapcsolódó legfontosabb tudnivalókat. Tapasztalatom szerint, ha egy kötszercsalád működését, felhasználási területeit és jellegzetességeit alaposan megértjük, akkor könnyebben eligazodunk más gyártók hasonló termékei között is. Ez a tudás magabiztosságot ad, és segít abban is, hogy felismerjük a betegek által „mutatóba” hozott kötszereket és hitelesen tudjunk róluk tájékoztatást adni.

A következő lépés a megszerzett elméleti tudás gyakorlati alkalmazása volt. Itt már minden esetben a seb aktuális állapotát és a terápiás célt vettük figyelembe. Például előfordul, hogy a beteg olyan, váladékkal telt „kis csomóval” érkezik, amely időről időre kifakad, kiürül, majd ismét bezáródik és újra feltelődik. Ilyen esetben a probléma lényege az, hogy a seb még nem tisztult ki teljesen mielőtt bezáródna, így a bent maradt váladék újratermelődik, és a folyamat ördögi körré válik. Ilyenkor egy egyszerű, de hatékony megoldást alkalmazunk: kenőcstüill segítségével egy kis drain-t készítünk, amely lehetővé teszi a teljes kiürülést, és megakadályozza a seb idő előtti záródását. Ezek a gyakorlati példák nemcsak a megfelelő kötszerválasztás fontosságát mutatják meg, hanem azt is, hogy a beteggel való részletes, lépésről lépésre történő kommunikáció mennyire kulcsfontosságú a sikerhez.

Tapasztalatom szerint az új típusú kötszerek helyes használata még a szakemberek számára sem mindig egyértelmű, ezért gyakori, hogy a beteg vagy hozzátartozó bizonytalan. Előfordul, hogy a vásárló behozza hozzánk a kapott kötszert és elmondja, hogy nem vált be. Ilyenkor néhány irányított kérdés után hamar kiderül, hogy nem a kötszerrel van a gond, hanem annak használatával.

Volt olyan esetünk, amikor a beteg egy nem vágható, nagy nedvszívó kötszert ollóval szétvágott, mert azt hitte, hogy a benne lévő „vattát” kell a sebbe helyezni. Ilyen helyzetekben türelmesen, érthetően elmagyarázzuk, hogy miért fontos a kötszer integritása és megmutatjuk, hogyan kell helyesen alkalmazni.

Egy másik esetben egy beteg a sarkán kialakult mély, már a gennytől megtisztított sebbel érkezett hozzánk. Az orvosi vizsgálat után az orvos a seb kitisztítását elvégezte, majd a beteget elküldte hozzánk azzal, hogy segítsünk a további ellátásban, mert „a gyógyszerésztárban jobban elmagyarázzák”. Ekkor is igyekeztünk érthetően, lépésről lépésre felvázolni, mit és miért javasolunk: olyan nedvszívó kötszert ajánlottunk, amely nemcsak a váladékot kötötte meg, hanem segítette a sebalap feltöltődését, és ezzel előkészítette a hámosodást segítő kezelésre. Az ilyen esetek mindig megerősítenek abban, hogy a gyógyszerészi kommunikáció nem csupán információátadás, hanem a bizalomépítés és a betegedukáció kulcsa.

Egy középkorú férfi érkezett a patikába, aki cukorbetegsége miatt lassan gyógyuló, már krónikussá vált sebbel küzdött. Korábban hagyományos gézlapokat használt, amelyek kiszáraitották a sebet és minden kötőcsere fájdalmas volt. A beszélgetés során elmagyaráztam, hogyan működik a nedves sebkezelés, miért segíti a sejtek regenerációját és bemutattam neki egy hidrokolloid típusú modern kötszert. A

beteg bizalmat szavazott és pár hét múlva visszatért – mosolyogva. A seb mérete felére csökkent, a fájdalom enyhült és ő maga mondta ki: „*Ha ezt előbb tudom, nem szenvedek hónapokig.*”

Ez az eset is megmutatta: egy jól időzített, hiteles kommunikációs pillanat képes irányt változtatni a beteg életében.

Egy idős hölgy, forró vízzel leforrázta a kezét. A seb felületes volt, de fájdalmas és érzékeny. Ő a hagyományos, „levegőztetés” módszert alkalmazta volna. Röviden elmagyaráztam neki, hogy a nedves sebkörnyezet gyorsítja a gyógyulást és javasoltam egy hidrogél alapú kötszert, amely hűsítve csillapítja a fájdalmat és megakadályozza a fertőzést. Pár nap múlva visszatért, és örömmel mutatta meg, mennyire szépen gyógyul a keze. Azt mondta: „*Nem is tudtam, hogy a kötszerek ennyit számítanak.*” Ekkor értettem meg igazán, milyen nagy ereje van a tudatos, segítő kommunikációnak.

### **Kihívások és megoldások a mindennapi gyakorlatban**

A patikai tanácsadás során gyakran találkozunk berögzült hiedelmekkel és félreértésekkel, amelyek a sebkezelés területén különösen jellemzők. Ilyen például a klasszikus kijelentés: „A sebnek levegő kell, hogy gyógyuljon.” Ez az elavult szemlélet máig sok beteg fejében él, pedig a modern sebkezelés egyik alapelve éppen a nedves sebgyógyulás biztosítása. Ennek elmagyarázásához türelmes, lépésről lépésre építkező kommunikáció szükséges: elmondjuk, hogyan segíti a nedvesség a sejtek vándorlását, miért gyorsabb így a regeneráció és hogyan előzhetjük meg a seb újbóli felszakadását.

Másik gyakori tévhit, hogy „csak az orvos mondhatja meg, mit vegyek.” Ilyenkor hangsúlyoznunk kell: a gyógyszerész nem diagnosztizál, de a terápia kiegészítésében, a sebellátás támogatásában kulcsszerepe van. Ha a beteg biztonságban érzi magát és érti a javaslat logikáját, könnyebben elfogadja és együttműködőbbé válik.

A sebellátás egyik legfontosabb alapelve, hogy a sebet minden esetben megfelelően elő kell készíteni a fedéshez. Ez azt jelenti, hogy a seb lefedése előtt azt alaposan ki kell tisztítani és fertőtleníteni, ezzel megelőzve a felülfertőződést és biztosítva a gyógyulás optimális környezetét. A tisztítás legegyszerűbb és legbiztonságosabb módja a fiziológiás sóoldattal történő leöblítés, amely kíméletesen, de hatékonyan távolítja el a szennyeződések és az elhalt szövetmaradványokat. Ezt követően – amennyiben szükséges – nyálkahártya-fertőtlenítőt alkalmazhatunk, majd csak ezután kerülhet sor a megfelelő kötszer felhelyezésére.

A korszerű sebkezelési protokollok szerint kerülni kell a cink-oxidos kenőcsök közvetlen alkalmazását a seben, mivel a cink-oxid apró szemcséi szigetyszerű gócot hoznak létre, amelyek kedveznek a felülfertőződés kialakulásának. Ugyanakkor a sebszéleken a cink-oxid védőréteget képez, amely csökkenti a sebváladék maró hatását, ezért ott kiegészítő jelleggel továbbra is biztonságosan használható. A hialuronsav tartalmú sebkezelő gélek kiváló nedves sebalapot biztosítanak. A cink-hialuronát cink tartalma pedig gátolja a felülfertőződést.

A hasonlóan régóta ismert hidrogén-peroxidos lemosás, a pezsgő, buborékképző hatás ellenére ma már nem számít korszerű eljárásnak. Ennek oka, hogy erősen citotoxikus, vagyis nemcsak a kórokozókat, hanem a gyógyulást segítő sejttállományt is károsítja. Ha a seb tisztítása után nem öblítjük le kellő alaposággal fiziológiás sóoldattal, akkor a szer akár nagyobb kárt is okozhat, mint hasznot.

Hasonlóan kerülendő a különféle házi kenőcsös próbálkozások, például az antibiotikumos készítmények vagy a közismert „Kék kenőcs”. Ezek használata gyakran elfedi a seb valódi állapotát, így amikor a beteg végül orvoshoz kerül, a seb nem mutatja a valós képet, így ez megnehezíti a pontos diagnózist és kezelési döntést. Ugyanez a probléma áll fenn a Solutio Merbromin (közismert nevén

„piros folyadék”) esetében is, amely erős színező hatása miatt eltorzítja a seb megjelenését, ráadásul citotoxikus. A benne található higany felszívódhat a szervezetbe, ami további egészségügyi kockázatokat hordoz.

A modern sebkezelés tehát a letisztultság és a célzott, kíméletes hatóanyagok használatára épül. A gyógyszerész szerepe itt kiemelkedő: irányt mutatni a betegeknek abban, mi az, amit érdemes alkalmazni, és mi az, amit már nem. Sokszor nemcsak a megfelelő kötszer kiválasztása, hanem a helyes előkészítési lépések is magyarázatra szorulnak, hiszen ezek a gyógyulás sikerét döntően befolyásolják.

Fontos továbbá felhívni a figyelmet a fertőtlenítőszer és modern kötszerek közötti lehetséges kölcsönhatásokra (interakciókra) is. Ezek a kombinációk, ha nem ismertek, jelentősen ronthatják a kezelés hatékonyságát, sőt, kellemetlen mellékhatásokat is okozhatnak. Az egyik leggyakoribb ilyen eset az ezüstionokkal impregnált kötszerek és a jódtartalmú fertőtlenítők együttes alkalmazása. A két anyag kémiaiilag inkompatibilis, vagyis egymás hatását semlegesítik, így a seb nem részesül a várt antimikrobiális védelemben.

Ezen felül érdemes tudni, hogy a különböző gyártók termékei eltérhetnek abban, mennyi ezüst-ion szabadul fel a sebváladék hatására. Ha a felszabaduló mennyiség túl magas, az égő, csípő, kellemetlen érzést válthat ki a betegben. Ilyenkor gyakori, hogy a beteg idő előtt eltávolítja a kötést, mert úgy érzi, irritálja a bőrét. Ezzel azonban megszakítja a gyógyulási folyamatot és csökken a terápiás együttműködése (compliance).

Ezért elengedhetetlen, hogy a gyógyszerész a kötszer kiadásakor világosan, empatikusan és közérthetően magyarázza el a betegnek, milyen fertőtlenítőt használhat együtt a kötszerrel, mire figyeljen oda, és milyen érzések számítanak normálisnak, illetve mikor kell visszajelzést adnia.

Ezek a részletek nemcsak szakmai finomságok, hanem a hatékony betegkommunikáció alapkövei is: a cél, hogy a beteg megértse a miérteket és így magabiztosan, félelem nélkül tudja otthon folytatni a kezelést. Ez a tudásmegosztás és edukáció teszi a gyógyszerészt a sebkezelés egyik legfontosabb hiteles segítőjévé.

A kommunikációs kihívások közé tartozik az is, amikor a beteg túl sok információval érkezik az internetről gyűjtve. Ilyenkor a gyógyszerész feladata a forráskritika és a fókusz: segíteni kell neki, hogy a lényeges tudnivalókat megértse, a tévhiteket pedig finoman, de határozottan helyre tegye.

A mindennapi gyakorlatban sokszor a hozzátartozók keresnek meg minket tanácsért. Ilyenkor a kommunikáció különösen érzékeny: ők gyakran aggódó, érzelmileg terhelt helyzetben vannak. Egy nyugodt, empatikus hang, néhány megnyugtató mondat és a világos lépések felvázolása sokat segíthet abban, hogy otthon is szakszerűen lássák el a beteget.

A legfontosabb, hogy ne csak információt, hanem biztonságérzetet is adjunk. Mert a beteg nem csupán terméket keres – bizalmat, megértést és támogatást is.

### **A hatás – amikor a tudás közösséggé formálódik**

A jó gyakorlat nem öncélú: célja, hogy átadható, tanítható és inspiráló legyen mások számára is. A modern kötszerek terén szerzett tapasztalataimat igyekszem nemcsak a betegek, hanem a kollégák és a hallgatók számára is elérhetővé tenni.

Oktatóként és előadóként is arra törekszem, hogy ne csak ismeretet adjak át, hanem szemléletet: a gyógyszerész legyen kommunikátor, edukátor és empatikus segítő is egyben.

Hiszem, hogy a jövő gyógyszerészete a párbeszéden alapul. A digitalizált világban, ahol algoritmusok és webshopok kínálnak megoldásokat, a gyógyszerész legnagyobb értéke az, amit egyetlen gép sem tud helyettesíteni: az emberi jelenlét, a bizalom és az odafigyelés.

### **Zárszó: a tudás akkor válik értékke, ha megosztjuk**

A modern kötszerek nem csupán termékek – a remény eszközei.

De csak akkor válnak valóban hasznossá, ha a beteg megérti, elfogadja és alkalmazza őket. Ehhez pedig a gyógyszerész kulcsszereplő: ő az, aki hidat képez a tudomány és az ember között.

Hiszem, hogy minden tanácsadás egy lehetőség a gyógyításra – nemcsak testileg, hanem lelkileg is. És hiszem, hogy ha mi, gyógyszerészek bátran élünk a kommunikáció erejével, akkor nemcsak terméket adunk, hanem értéket, biztonságot, tudást és reményt is.

### **Az elismerés értéke a hivatás és a közösség szolgálatában**

Amennyiben elismerésben részesülök, szeretném azt olyan módon hasznosítani, amely tükrözi a gyógyszerészi hivatás iránti elkötelezettségemet és az értékalapú szemlélet fontosságát.

Céлом, hogy az elismerésből fakadó lehetőségeket a betegek, a kollégák és a szakmai közösség javára fordítsam olyan módon, amely elősegíti a tudás, az empátia és a hatékony kommunikáció további erősödését a mindennapi gyógyszerészi gyakorlatban.