

Pirmo reizi uzzināju par Latvijas Medicīnas Fonda prakses darbu pirms vairākiem gadiem, kad vecmāmiņa reiz Amerikas latviešu avīzē "Laikā" izlasīja rakstu par vienas LMF praktikantes pieredzi. Mana vecmāmiņa rakstu izgriezta un atsūtīja, jo zināja, ka man interesētu! Man tad jau bija sapnis kādreiz pavadīt vasaru Latvijā, bet nebiju pilngadīga un tās domas tikai tādas palika – kā domas, tomēr šo un līdzīgas iespējas paturēju prātā nākotnei. Šopavasār, kad meklēju prakses iespējas Latvijā, atkal iedomājos par Latvijas Medicīnas Fonda stipendiju un, kaut arī mācos datorzinātņi, nolēmu pieteikties, daļēji jo pirmā universitātes gadā studēju neirozinātņi. Biju galvenokārt motivēta pieteikties, jo mani interesē tas, kā datorzinātņi un programmēšanu var pielietot sabiedrībai par labu, un zināju, ka medicīnas jomā tehnoloģijai ir liela un augoša loma. Attiecīgi iedomājos, ka darba pieredze kādā Latvijas veselības aprūpes iestādē būtu vērtīgs pielikums manai akadēmiskai izglītībai, jo tur varētu iemācīties par to, kā apvienot datorzinātņi un neirozinātņi. Turklāt, pirms šīs vasaras, mana medicīnas pieredze bija pārsvarā bijusi pētniecības laboratorijās, un es vēlējos to salīdzināt ar praksi ārstniecības iestādē, kur būtu iespēja vairāk nodarboties ar pacientiem. Man arī bija stipra interese turpināt attīstīt savas pētniecības prasmes. Iespēja piedalīties izpētes darbos un publikāciju sagatavošanā man šķita ļoti vērtīgas pieredzes, kurās varētu gūt zinātnes karjerai nepieciešamas spējas.

Stipendijas laikā man bija unikāla iespēja strādāt ne tikai P. Stradiņa slimnīcā, bet arī Vigo jaunuzņēmumā, kas attīsta digitālu asistentu insulta pacientu rehabilitācijai. Pirmās pāris dienas pavadīju Stradiņa slimnīcas asinsvadu ķirurģijas nodaļā, kur novēroju vairākas operācijas, iemācījos kā izmērīt potītes brahiālo indeksu, un palīdzēju tulkot anketas no angļu uz latviešu valodas. Mana viena visspilgtākā atmiņa ir no pirmās dienas. Ātri iepazīstinājos ar Ingunas māsu un otru praktikantu no ASV, Kaiju, un tad mums uzreiz piedāvāja iespēju novērot ķirurģiju! Pirms plkst. 9.00 no rīta bijām jau operācijas zālē pilnā apģērbā – bahilas kājās, priekšauti mugurā, maskas un cepurītes galvā. Sagaidīju, ka man paliktu neērti skatoties ķirurģiju, bet īstenībā bija ļoti fascinējoši un aizraujoši! Man ļoti patika vērot ekrānu, kur rādījās pacienta asinsvadu rentgens tieši tajā vietā, kur veic operāciju un to salīdzināt ar procedūru, ko redzu sev priekšā operācijas telpā.

Drīz jau mani pārvietoja uz insulta vienību, jo tur varētu labāk papildināt manus neirozinātnes izglītības pamatus ar praktisku pieredzi. Tur arī pavadīju pārējo mēnesi. No sākuma, daudz vēroju un mācījos par akūto insulta ārstēšanu Dr. Vētra un Dr. Jurjana uzraudzībā. Man rādīja, kā katru rītu izvērtēt pacienta stāvokli un veikt fiziskas un kognitīvas pārbaudes. Līdz mēneša beigām, es biju sākusi palīdzēt ārstiem sarakstīt pacientu ikdienišķos pārskatus un izpildīt dažādas skalas, kas piepalīdz izvērtēt pacienta stāvokli – piemēram, Glāzgovas komas skala un modificētā Rankina skala. Es arī palīdzēju ievadīt datus, kuri tiek vākti pacienta ārstēšanas laikā un saglabāti pēc izrakstīšanas. Viens no vislielākajiem izaicinājumiem pa šīm nedēļām bija censties iemācīties un saprast jauno terminoloģiju. Nekad neesmu mācījusies par medicīnas tematiem latviešu valodā, un pat angļu valodas tulkojumi reizēm nepalīdzēja, jo atkārtoti sastapos ar pavisam jauniem nosaukumiem, procedūrām, slimībām, anatomiju, utt. Atgriežoties mājās, esmu baudījusi spēt precīzi aprakstīt savas pieredzes izmantojot savu paplašināto vārdu krājumu.

Pāris reizes gadījās būt insulta vienībā, kad insulta cietušo atved ātrā palīdzība. Bija ļoti interesanti izsekot visu šo procesu no sākuma līdz galam. Vispirms ar ārstu ātri pārbaudījām pacienta stāvokli, lai apstiprinātu aizdomas, ka viņam ir insults. Tad, drīkstēju iet līdz, kad pacientu aizveda uz datortomogrāfiju, un ārsts man parādīja tieši, kur trombs atradās pacienta

smadzeņu asinsvadā. Ar pirmo pacientu, uzreiz lēma veikt ķirurģiju, un toreiz mani laida tieši operācijas telpā - iepriekš biju tikai noskatījusies asinsvadu ķirurģijas caur novērošanas telpas logu. Pēc operācijas, pacientu aizveda atpakaļ uz insulta vienību, un jau pāris stundas vēlāk, man bija iespēja ar viņu parunāties. Bija ļoti interesanti redzēt, cik strauji pacienta stāvoklis mainījās un uzlabojās šo dažu stundu laikā.

Man vislabāk patika uzzināt katra pacienta veselības vēsturi un apstākļus, jo tā varēju iemācīties par daudz un dažādām kaitēm, kas insultu izraisa, kas no tā rodas, vai kas nav nemaz saistīts ar insultu, bet tomēr rod komplikācijas pēc insulta atgadījuma. Šos tematus pārrunāju ar ārstiem, pacientiem pašiem, jeb pacientu radniekiem. Bija īpaši informējoši runāties ar pacientiem, jo tā arī varēju novērot un labāk saprast, kā dažādas insultā tapušas kaites izpaužas, tostarp afāzijas un akalkulija.

Jūliju pavadīju strādājot Vigo jaunuzņēmumā. Ar Kristapu Krafti, Vigo dibinātāju un vadītāju, biju jau sazinājusies un tikusies vairākas reizes pirms jūlija sākumam, un tādēļ varēju uzreiz sākt sastrādāties ar viņu un pārējo Vigo komandu. Mans uzdevums bija izveidot un īstenot projektu, kas konkrēti piepalīdz attīstīt Vigo aplikāciju. Biju jau veikusi izpēti un nolēmusi pievienot ritmisku dzirdes stimulāciju (RDS) pie vingrinājuma filmiņām, ko aplikācija sniegs pacientam. Īsumā, RDS ir terapijas metode, kurā ritmiska skaņa, parasti mūzika vai metronoms, pavada ritmiskus vingrinājumus, tādā veidā veicinot vienmērīgākas un veselīgākas kustības. Daudzi zinātniski pētījumi ir pierādījuši, ka RDS uzlabo un paātrina insulta pacientu fizisko atveseļošanos. Jūlija pirmajās nedēļās turpināju pētīt šo tematu, risināju, kā vislabāk ievest šādu funkcionalitāti, un pasniedzu prezentāciju par manu projektu pārējai Vigo komandai. Sagatavoju dažādas metronoma skaņas, ko varētu pielikt vingrinājuma filmiņām, sazinājos ar mūzikas kompānijām par iespējām izmantot viņu dziesmas, izveidoju vingrinājuma filmiņas piemērus ar dažāda tipa RDS, un visu paveikto sarakstīju oficiālā projekta dokumentācijā. Kad biju paveikusi visu iespējamo līdz aplikācijas čaula un vingrinājuma filmiņas būtu gatavas, ar Kristapu kopā sākām pētīt programmēšanas platformas un sistēmas, ko varētu izmantot tālāk attīstot aplikācijas čaulu nākotnē. Šajos pētījumos pati ļoti daudz iemācījos, un jutos, ka šīs zināšanas būs īpaši vērtīgas manās datorzinātnes mācībās un karjerā.

Strādājot Vigo jaunuzņēmumā, bija interesanti piedzīvot “start-up” kultūru un novērot to, kā jaunuzņēmumi veidojas un attīstās. Nekad agrāk nebiju strādājusi tik unikālā vidē, un tajā arī radās vislielākais izaicinājums – darbs pieprasīja patstāvīgu, radošu, un kritisku domāšanu. Iepriekšējās prakses pieredzēs esmu strādājusi tikai pētniecības laboratorijās vai līdzīgās zinātnes iestādēs, kur man uzdeva iepriekš izveidotus projektus un paskaidroja tieši, kā tos izpildīt. Pie Vigo, es biju spiesta pati izdomāt un attīstīt savus uzdevumus. Tā bija jauna un ļoti vērtīga pieredze, ko nebūtu varējusi gūt citur.

Interesantās pieredzes ar Vigo nenotikās tikai birojā. Mēs arī apmeklējām Sarunu Festivālu LAMPA, kur Kristaps piedalījās pāris paneldiskusijās par digitālo terapiju un veselības aprūpi. Novērtēju iespēju dzirdēt no citiem profesionāļiem, kuri ikdienā nodarbojas ar šiem tematiem, kā arī novērot to, cik ieinteresēta bija publika! Es arī piedalījos sanāsmē ar fizioterapeitiem Vaivaru Nacionālā Rehabilitācijas Centrā. Tā bija unikāla un interesanta iespēja gūt ieskatu par to, kā jaunuzņēmumi nodibina kontaktus profesionālā pasaulē.

Visumā, esmu bezgala pateicīga Latvijas Medicīnas Fondam par šo vienreizējo iespēju, kā arī visiem tiem, ar kuriem man bija prieks sastrādāties! Jutos, ka esmu tik daudz iemācījusies – par darbu slimnīcā, par insultu, par Latvijas medicīnas sistēmu, par latviešu valodu, par

jaunuzņēmumiem, par digitālo terapiju, un par sevi, kā studentu un strādnieci. Šī pieredze ir arī iedvesmojusi manu vēlmi dzīvot un strādāt Latvijā. Viena vasara nepietika! Es pati tur redzēju, ka Latvijā ir tik daudz gaišu, interesantu, enerģijas pilnu cilvēku, kā arī daudz iespēju iesaistīties veselības tehnoloģijas un aprūpes jomā. Lai gan šovasar daudz uzzināju par Latviju, tas, ko atklāju pati par sevi arī nāks par labu nākotnē, gan studijās, gan karjerā. Es atklāju, ka man patīk tieši ar cilvēkiem sastrādāties, diskutēt idejas, un kopā risināt problēmas; man patīk būt saskarē ar tiem, kuriem mans darbs cenšas palīdzēt – bija ļoti vērtīgi pavadīt laiku insulta vienībā pirms uzsāku darbu ar Vigo, jo tā uzzināju vairāk par insultu un par to, kas insulta pacientam ir vajadzīgs; man patīk tā brīvība, kas iet roku rokā ar patstāvīgu darbu; man patīk justies, ka manas pūles un darbs nāks citiem par labu. Noslēgumā, es ieteiktu ik vienam, kam interese medicīna pieteikties Latvijas Medicīnas Fonda stipendijai. Šī ir lieliska iespēja gūt profesionālu pieredzi veselības aprūpes iestādē, iegūt jaunas prasmes, kuras var pielietot jebkurā karjerā, un pat uzzināt mazliet par sevi!





