

MARETE AUSTRĪŅA

LMF ANDRAS KALNIŅAS STIPENDIJAS IEGUVĒJA • 2026

PURDUE UNIVERSITĀTES (ASV) STUDENTE

PRAKSES VIETA LATVIJĀ: BĒRNU KLĪNISKĀ UNIVERSITĀTES SLIMNĪCA

Šovasar man bija iespēja pavadīt astoņas nedēļas Latvijā, piedaloties Andras Kalniņas stipendijas programmā. Šī pieredze stiprināja manas latviešu saknes, profesionālo pieredzi, un palīdzēja man labāk saprast kas man tiešām interesē medicīnā. Es uzzināju par Latviešu Medicīnas Fondu un Andras Kalniņas stipendiju caur priekšreizējiem stipendijas saņēmējiem, tāpēc ar lielu prieku vēlējās izmantot iespēju tajā piedalīties. Es studēju biomedicīnas zinātnes Purdue University, ASV. Nākotnē vēlos kļūt par pediātrijas ārstu tāpēc man bija svarīgi iegūt praktisku pieredzi reālā slimnīcas vidē. Savas prakses laikā es strādāju Bērnu klīniskā universitātes slimnīcā, Endokrinoloģijas nodaļā, kopā ar prof. Ivetu Dzīvīti endokrinoloģijas nodaļas virsrāsti. Šajā laikā man bija iespēja iepazīt gan konkrētās nodaļas ikdienu, kā arī citu pediātrijas ārstu darbību.

Man patika tas, ka prakses laikā nebija divu pilnīgi vienādu dienu. Endokrinoloģijas nodaļā klausījās, kā galvenā endokrinoloģijas māsa māca bērniem ar pirmreizēji diagnosticētu diabētu par to, kas ir diabēts, kā apieties ar insulīna sūkni un glikozes sensoru, bet vissvarīgākais ka diabēta diagnoze nemainīs viņu dzīvi yb varēs dzīvot kā "normāli" bērni. Man bija arī iespēja ēnot endokrinologus ikdienas ambulatorajās pieņemšanās. Tur redzēju daudzus bērnus ar augšanas hormonu traucējumiem, aptaukošanos, dzimuma traucējumiem, vairoga dziedera un virsnieru problēmām, kā arī bērnus ar 1. un 2. tipa diabētu, kuri atnāktu uz 40 minūšu vizītēm. Īpaši vērtīgi bija arī tas, ka man bija iespēja iepazīt ne tikai savu nodaļu, bet arī strādāt kopā ar ortopēdijas ķirurgu, gastroenterologu, patologu, uroloģijas ķirurgu, otolaringologu, fizioterapeitu, uztura speciālistu, neonatologu, radiologu, un ģenētiķi.

Es redzēju tonsilektomiju, kaula pagarināšanas operāciju izmantojot Ilizarova aparātu, un priekšējās krusteniskās saites (ACL) rekonstrukcijas operāciju. Man bija iespēja vērot arī galvas, vēdera dobuma, un vairoga dziedera USG izmeklējumus. Šīs pieredzes palīdzēja man saprast, kā dažādas medicīnas jomas ir savstarpēji saistītas un kas man tiešām visvairāk interesē.

Viena no svarīgākajām prakses daļām bija iespēja atrasties tiešā saskarsmē ar pacientiem. Pirms šīs prakses mana pieredze ar pacientiem bija neliela un īslaicīga, tapēc šī vasara man deva iespēju iemācīties cik svarīgi ir ne tikai būt ārstam ar labām medicīniskajām zināšanām, bet arī cik svarīga ir komunikācija ar pacientiem. Sākumā man bija grūti strādāt kopā ar bērniem un viņu vecākiem vienlaikus, jo bija jāspēj pievērst uzmanību gan bērna vajadzībām, gan vecāku jautājumiem un bažām. Mācoties no pediātrijas ārstiem un redzot dažādus bērnus un vecākus, es iemācījos, ka medicīniskas lietas ir svarīgi izskaidrot bērniem un piegušajiem atsevišķi lai viņi saprot un lai vara izteikt savas velmes un domas atsevišķi.



Marete Austrīņa kopā ar prof. Daini Krieviņu stipendijas pasniegšanā.



Marete Austrīņa kopā ar kolēģi prakses laikā Bērnu slimnīcā.

Pirms prakses man bija tikai teorētisks priekšstats par Latvijas medicīnas sistēmu, es nezināju kā tā strādāja, kā slimnīca izskatās, un kādas pieredzes pacientiem ir ejot pie ārstiem Latvijā. Pēc šīs vasaras pieredzes mana perspektīva ir kļuvusi daudz plašāka. Tagad saprotu, ka, ārstējot bērnus, ir nepieciešama pavisam cita pieeja ārstēšanai un diagnostikai. Prakses laikā man bija iespēja redzēt mazākus darbus ko ārsti veic un par kuriem iepriekš pat nebiju iedomājusies. Redzējot ārstu ikdienas darbu, es sapratu, ka daudz darba notiek pirms un pēc pacienta vizītes un ka ārsti patiesi vēlas palīdzēt saviem pacientiem. To redzēju katru trešdienu plkst. 8:30, kad visi endokrinologi satikās, lai pārunātu akūtos pacientus stacionārā. Pozitīvi man pārsteidza, cik jauki un pretimnākoši bija visi ārsti un māsas Bērnu slimnīcā. Ārsti un māsas vienmēr bija gatavi atbildēt uz maniem jautājumiem, bija saprotoši kad kaut ko nesapratu latviešu valodā vai kad kaut ko nebiju vel apguvusi universitātē.

Es pamanīju, ka arī savā starpā medicīnas darbinieki bija atsaucīgi un labi sadarbojās. Šī vide man palīdzēja justies ērtāk un vairāk iesaistīties prakses laikā. Šī prakse man palīdzēja labāk saprast,

kādu vietu medicīna ieņem manā nākotnē. Vienmēr zināju, kad gribēju kļūt par ārstu, bet pēc pieredzes slimnīcā mana interese kļūt tieši par endokrinologu ir palielinājusies. Man īpaši patika darbs ambulatorajā nodaļā pienemšanā, jo tur redzēju visvairāk pacientus vienu pēc otra. Viena no svarīgākajām lietām, ko novēroju ambulatorā bija tas, ka bērnu ārstam nemaz nav jābūt rotaļīgam.

Ilgi domāju, ka bērnu ārstiem jābūt līdzīgiem pirmsskolas skolotājiem, maigiem, sirsnīgiem un saldiem savā izturēšanās veidā. Enojot ārstus, sapratu, ka tā nav. Ārsts var izbaudīt darbu ar bērniem, neieņemot šo pārspīlēti rotaļīgo lomu. Ārsts var izveidot pretim nākošu un uzticīgas attiecības ar bērniem, būdams profesionāls, mierīgs, un radot drošības sajūtu ar savu klātbūtni, nevis ar bērnu valodu. Vel viena liela atziņa bija tā, ka medicīnā nepieciešamas ne tikai zināšanas, bet arī pacietība, empātija, komunikācijas prasmes un spēja strādāt kopā ar citiem komandā.



Marete Austriņa pie Bērnu slimnīcas nodaļu norādēm.

“Šī prakse man palīdzēja labāk saprast, kādu vietu medicīna ieņem manā nākotnē.”

Es šīs prasmes centījos attīstīt visas vasaras laikā. Personīgi šī vasara palīdzēja man kļūt drošākai par sevi un ik dienu runājot ar jaunu ārstu/māsinu palika vieglāk. Šī vasara mani padarīja pārliecinātāku, un vairāk patstāvīgāku. Es iemācījos kā apieties ar akūti slimu bērnu un viņa vecākiem profesionālā un empātiskā veidā, un domāju, ka šī prasme man noderēs arī ārpus medicīnas. Šī pieredze man palīdzēs arī turpmākajās studijās. Tagad, mācoties manā trešajā gadā universitātē, manas klases kļūst specifiskākas, ar mazāku studentu, un ir nepieciešama aktīvāka iesaiste. Šogad es arī esmu mācību asistente (TA) un mentore diviem pirmgadīgiem studentiem.

Mana personīgā pieredze un jaunas zināšanas, ko ieguvu slimnīcā, man atļaus palīdzēt saviem studentiem pēc iespējas labāk izdomāt, ko viņi grib studēt, kāda profesija viņiem interesē, un

atbildēt uz viņu jautājumiem. Es ceru, ka nākotnē varēšu saglabāt saikni ar BKUS un Latvijas medicīnas sabiedrību un atkal atgriezties Latvijā profesionālā vidē. Es noteikti ieteiktu citiem studentiem izmantot iespēju pieteikties šādai stipendijai un praksei. Šī pieredze man deva iespēju vienlaikus augt kā studentei un stiprināt manu saikni ar Latviju.

Otrkārt, es ieteiktu teikt “jā” visām iespējām, ko jūsu mentors vai galvenais ārsts jums dod prakses laikā. Pat ja jūs jau domājat, ka jums nepatiks kāda medicīnas profesija, vienmēr ir vērts izmantot iespēju un to izmēģināt. Treškārt, esi gatavam tam, ka ne viss notiks pēc plāna, un tā ir laba lieta. Varbūt jūs atklāsiet, ka jums patīk lielas un garas operācijas vai ka gribiet vairāk nodarboties ar pētniecību, nevis strādāt ar pacientiem kā ārsts. Beidzot, nevajadzētu visu vasaru pavadīt tikai slimnīcā.

Es ar draudzenēm gāju uz Jūrmalu, Valmieru, Cēsīm, un Liepāju. Tu esi citā valstī, izmanto šo iespēju!



Marete Austriņa darbā Bērnu slimnīcā.

Atskatoties uz šo vasaru, man vissvarīgākais ir tas, ka es sapratu, cik ļoti medicīna ir saistīta ne tikai ar zināšanām un ārstēšanu, bet arī ar cilvēkiem, empātiju, un spēju sadarboties ar pacientu un ar viņu vecākiem. Esmu ļoti pateicīga par iespēju piedalīties šajā programmā un piedzīvot vasaru, kuru noteikti neaizmirsīšu. No sirds vēlos pateikties Latviešu Medicīnas Fondam, Andras Kalniņas stipendijas fondam, Aleksandrim Kalniņam par visu palīdzību un vadību, Bērnu klīniskā universitātes slimnīcai, kā arī visiem ārstiem, medmāsām, un rezidentiem, kuri mani pieņēma savā komandā.

Gribu izteikt lielu pateicību savai mentorei un galvenajai ārstei Ivetai Dzīvētei, kura pieņēma mani savā nodaļā jau pirmajā dienā, uzticējās man, atļāva man ēnot viņu un citus ārstus, par kuriem man pašai bija interese uzzināt vairāk, un vienmēr bija gatava atbildēt uz maniem jautājumiem. Pateicoties viņas atbalstam un uzticībai, es jutos, ka varēju iegūt vislabāko pieredzi, ko noteikti ņemšu līdzi savās turpmākajās studijās un karjerā. Es zinu, ka šī nebūs mana pēdējā pieredze Latvijas medicīnas vidē, un ceru, ka nākotnē varēšu izmantot savas zināšanas un prasmes atkal Latvijā.