

SELGA JANSONE

LMF ANDRAS KALNIŅAS STIPENDIJAS IEGUVĒJA • 2026

MICHIGANAS UNIVERSITĀTES (ASV) STUDENTE

PRAKSES VIETA LATVIJĀ: PAULA STRADIŅA KLĪNISKĀ UNIVERSITĀTES SLIMNĪCA

Šovasar ar LMF stipendiju un praksi saņēmu fantastisku iespēju pavadīt 10 nedēļas Latvijā Paula Stradiņa Klīniskajā universitātes slimnīcā gan asinsvadu ķirurģijā, neiroloģijā un ginekoloģijā. Pašlaik studēju bioloģiju un ekonomiku University of Michigan–Ann Arbor. Kaut man vienmēr ir interesējusi medicīna, nebiju pārliecināta, ka biju pilnībā gatava pavadīt nākamās 10 gadus, aktualizējot to kā manu nākotni. Bieži pavadu vasaras Latvijā un arī strādāju Latvijā kā prakticante Latvijas zāļu firmā pagājušvasar, kad dzirdēju par LMF iespēju.

Katru nedēļu spēlēju volejbolu ar Viktoru Kalniņu, un viņš man stāstīja, cik apbrīnojama bija viņa pieredze, strādājot ar fizioterapeitiem, un ka viņam sanāca ikdieniska saskare ar pacientiem. Strādājot zāļu firmā, man patika izmantot ķīmiskās un bioloģiskās zināšanas, bet, kā plāpīgam cilvēkam, kas esmu, man ļoti pietrūka runāt ar kolēģiem un pacientiem, un meklēju darbu, kur būtu vairāk iespēju to darīt. Tāpēc, dzirdot viņu un Magnolijas stāstus, kaut nebiju vēl pārliecināta par medicīnu, biju gatava pieteikties un izmēģināt darbu, kur būtu tas, ko es meklēju: veids, kā domāt zinātniski un strādāt vidē, kur runāšana un palīdzēšana cilvēkiem bija neatņemama darba daļa.

Kad sāku darbu 24. asinsvadu ķirurģijas nodaļā, jau pēc pirmās nedēļas nolēmu, ka noteikti gribu būt ārsts, un tagad, pēc desmitās nedēļas, esmu vēl vairāk pārliecināta. Kaut mana bāze bija 24. nodaļa asinsvadu ķirurģijā, man sanāca pavadīt arī gan pusotru nedēļu neiroloģijā, gan pusotru nedēļu ginekoloģijā. Šī vispārējā pieredze man deva unikālu perspektīvu par līdzībām un atšķirībām starp šīm specialitātēm. Asinsvadu ķirurģijā strādāju vairumā ar māsām un māsu palīgiem, apkopjot pacientus. Ejot un palīdzot pārsiešanas māsai, apguvu zināšanas par infekciju, sepsi, nekrozi un gangrēnu, kas bieži rodas asinsvadu ķirurģijas pacientiem. Iemācījies, kā pareizi pārsiet visus brūču tipus un labāk saprast, kuras antibakteriālās vielas vai ziedes likt uz kura tipa pacientiem. Ar procedūru māsu iemācījies likt un izņemt katetrus, uzlikt un savienot sistēmas, apguvu intravenozo medikamentu tipus un nosaukumus un to, kā tos šprīcēt.

Savukārt posteņa māsa man iemācīja dalīt visus perorālos medikamentus – to lietotnes un nosaukumus. Kopā ar viņu sagatavojām un vedām pacientus uz operācijas zāli. Pārvadājot pacientus no operācijas zāles uz intensīvās terapijas palātu, iemācījies, kā labāk rīkoties saspringtās situācijās. Šo spēju vēl vairāk attīstīju, novērojot pacientus intensīvās terapijas palātā. Bieži sēdēju palātā, rakstot pacientu pēcoperācijas vītales rādītājus. Ja kas gadītos, māsām un ārstiem palīdzētu censties nostabilizēt pacientu vai vest uz reanimāciju.



Selga Jansone kopā ar prof. Daini Krieviņu stipendijas pasniegšanā.



Selga Jansone darba apgērbā pie slimnīcas korpusa.

Visforšākā prakses pieredze tomēr bija novērot operācijas un mācīties par diagnostikas procesu no Dr. Vladislavu Strodu. Viņš man rādīja, kā nonākt pie konkrēta medicīniska secinājuma, skatoties datortomogrāfijas, izmantojot analīžu datus un runājot ar pacientu. Viņa vadībā noskatījies pirmās operācijas – hibrīdās femorālās-aortas un miega artērijas operācijas. Nekad mūžā nebūtu iedomājusies, ka šovasar stāvēšu pie operācijas galda, palīdzot anesteziologam dot noradrenalinu un skatoties uz atvērtu aortu.

Kaut visas šīs individuālās pieredzes bija fenomenālas, vērtīgas un parādīja man, cik ļoti vēlos būt ārsts, man liekas, visvērtīgākā lieta, ko darīju, bija strādāt kā māsu palīgam pacientu aprūpē. Māsu palīga darbs man atgādināja, ka gala mērķis medicīnai ir ne tikai kopt vītālos rādītājus un atjaunot asinsriti, bet kopt un nodrošināt dzīves kvalitāti ikvienam pacientam. Nodrošināt ērtu gultasvietu, labu ēdināšanu, adekvātu higiēnu un kādu, ar ko parunāt, ir arī ļoti svarīgas un bieži ignorētas daļas no medicīniskās aprūpes.

Es ceru vienmēr šīs mācības atcerēties, ejot tālāk medicīnas ceļā. Pēc asinsvadu ķirurģijas pavadīju laiku neiroloģijas nodaļas insulta

vienībā. Kopā ar rezidentiem veicu izmeklējumus insulta pacientiem. Iemācījos šausmīgi daudz par smadzeņu daļām — anatomiju un darbību, insulta tipiem un tiem raksturīgajiem simptomiem, kā lasīt datortomogrāfijas un kā veiksmīgi komunicēt ar šāda tipa pacientiem. Līdz nedēļas beigām biju atbildīga par katras vizītes aprakstu diviem pacientiem. Vēl sanāca pavadīt dienu elektromiogrāfijā, kur novēroju, kā ārsts veic izmeklējumus neiroloģiskām slimībām, kā ALS, neiropātijām vai muskuļu distrofijām.



Darbs operāciju zālē Selgas Jansones prakses laikā.

Mana vismīļākā pieredze bija tās dienas, kuras pavadīju ar neirologi Dr. Ramonu Valanti. Viņa ir atbildīga par retu neiroloģisko slimību ārstēšanu. Mani iedvesmoja viņas attieksme pret pacientiem — cik brīvi viņa ziedoja savu laiku, lai dotu ikkatram pacientam pilnu uzmanību un dzirdētu viņu domas. Sastapos ar vairākiem Parkinsona pacientiem, kuri, pateicoties simptomu ārstēšanai, spēja dzīvot pilnvērtīgas dzīves. Iemācījos par Parkinsona ārstēšanas veidiem, tai skaitā medikamentiem un procedūrām, kā botoksu. Katram pacientam bija pilnīgi atsevišķs ārstēšanas plāns, kurš tiktu mainīts atkarībā no efektiem un blaknēm.

“Ieguvu neiedomājamas prasmes un, vēl svarīgāk, vēlmi tālāk mācīties medicīnu.”

Tur arī vairāk sāku domāt par medicīnas nozīmi pacienta dzīvē. Neiroloģijas nodaļā, cenšoties ārstēt neārstējamas slimības, es iemācījos, ka medicīnas mērķis daudzreiz nav “izglābt” dzīvību vai atbrīvoties no slimības, bet gan uzlabot esošo dzīves kvalitāti. Atlikušo laiku Latvijā pavadīju Dr. Daces Matules ginekoloģijas privātpraksē. Šeit ieguvu praktiskas spējas sonogrāfijā, dzemdes kakla vēža un krūts vēža skrīningā. Ginekoloģijā arī iemācījos par grūtniecības fāzēm, saskaroties ar pacientēm stāvoklī no septītās līdz pat gandrīz četrdesmitajai nedēļai. Ginekoloģijas nedēļa man lika ļoti novērtēt Latvijas attieksmi pret medicīnisko aprūpi, ka tā pienākas visiem neatkarīgi no ienākuma. Katru piecu gadu sievietē pēc konkrēta vecuma Latvijā saņem vēstuli uz bezmaksas vēža skrīningu. Šādā veidā Latvija nodrošina saviem iedzīvotājiem kvalitatīvu aprūpi. Dr. Matule mani iedrošināja jautāt visus jautājumus, kas man radās, un man to bija daudz.

Pēc katra pacienta viņa man sīki izskaidroja, kāda bija diagnoze un ārstēšanas plāns. Man sanāca iemācīties daudz un pielietot zināšanas, kuras biju apguvusi fizioloģijas un anatomijas stundās. Šī pieredze mani atstāja ar ļoti pozitīvu priekšstatu par medicīnas sistēmu Latvijā. Visas komandas, kur strādāju, bija pilnas ar

talantīgiem, zinošiem un labsirdīgiem cilvēkiem. Pacientu aprūpe un labklājība vienmēr bija pirmā prioritāte. Ja pacientam negaršoja piedāvātais ēdiens, mēsa vai mūsu palīgs bieži noskrietu uz kafejnīcu sagādāt kādu iekāroto bulciņu. Ja pacientam bija garlaicīgi, viņam sagādātu grāmatu vai kādu draudziņu, ar ko paplāpāt. Brīnījās par to, ka vidē, kas pilna ar nopietni saslimušiem pacientiem, tā spēja justies tik cilvēciska un mājīga.

Šī pozitīvā pacientu pieredze bija atspoguļota viņu garastāvoklī un saīsināja atveseļošanās laiku. Es ļoti novērtēju visu laiku, ko ārsti, māsas un medicīnas palīgi man veltīja, lai es varētu apgūt jaunas zināšanas. Kad stāstīju, cik nepieredzēts tas ir Amerikā, ka studentiem ļauj piedalīties medicīnas aprūpē un procedūrās, ārsti bija šokā. Viņi brīnījās, man sakot: “Kā Tu iemācīsies, ja neviens Tev nerāda?” Runājot ar ārstiem un piedzīvojot darbu slimnīcā, sapratu tiešām, cik aktuāli medicīnas aprūpe atšķiras no tā, ko mācāmies skolā teorijas klasē. Medicīnas studentiem Latvijā ir fantastiskas iespējas iesaistīties slimnīcas darbībā — vispirms kā sanitāriem vai mūsu palīgiem un vēlāk kā māsām un ārstu palīgiem. Jau no pirmā kursa studenti var piedalīties procedūrās un operācijās ar ārsta uzraudzību. Līdz tam laikam, kad viņi beidz mācības, viņiem ir ne tikai pamats, bet arī iedziļinātas zināšanas un attīstītas spējas.



Selga Jansone kopā ar citām stipendiātēm.

Vislielākais pārsteigums visās desmit nedēļās bija, cik ļoti baudīju laiku neiroloģijā. Mani fascinēja smadzeņu-ķermeņa savienojums, nervu sistēma un hormonu darbība. Nekad nebiju apsvērusi interesi par neiroloģiju, bet pēc šīs pieredzes vēlos apgūt vēl vairāk zināšanu tajā laukā. Šajā laikā arī vēl vairāk iemīļējos Latvijā. Es gandrīz katru gadu esmu atgriezies Latvijā, bet strādājot radās pilnīgi cits, padziļināts viedoklis. Es iepazīnos un pavadīju laiku ar kolēģiem un medicīnas studentiem, gāju uz koncertiem un pat iepazīnos ar latviešu draugu grupu, ar kuriem vasaras beigās devos braucienā pa Kurzemi. Man pirms šīs vasaras Latvija un Rīga vairumā bija saistīta ar ģimeni vai Amerikas latviešu draugiem, bet šī pieredze man ir devusi plašāku skatījumu uz latviešu sabiedrību Latvijā.

Jebkuram, kam interesē medicīna — lūdzu, piesakieties, jūs to nenožēlosiet. Es ieteiktu neveidot konkrētus viedokļus vai priekšstatu par medicīnu Latvijā un turēt pilnīgi atvērtu prātu uz pieredzēm un specialitātēm. Ir tik svarīgi klausīties un mācīties no katra kolēģa, vai nu tas ir ārsts vai mūsu palīgs, jo katram ir kaut kas svarīgs, ko mācīt. Izmantojiet šo iespēju uzlabot latviešu valodu — ir jābūt gatavam, ka vairums pacientu nemācēs angliiski, un daži vispār tikai pratis krieviski. Ieteiktu labi iepazīties un pavadīt laiku ar pārējiem LMF stipendiātiem, jo viņi ir vienīgie, kas pilnībā sapratīs pieredzi un darbu.

Bet pat ja konkrēti nezināt, vai vēlaties studēt medicīnu, piesakieties, jo šī iespēja varētu pilnīgi mainīt jūsu dzīvi. Ja pirms gada kāds man būtu prasījis, kā pavadīšu šo vasaru, es nekad nebūtu atbildējusi “asinsvadu ķirurģijā”, bet, atskatoties, nebūtu gribējusi darīt jebko citu. Ieguvu neiedomājamas prasmes un, vēl svarīgāk, vēlmi tālāk mācīties medicīnu. Esmu tik pateicīga par šīm desmit nedēļām un ceru atgriezties Latvijā drīz. Paldies LMF!