



# MANA KLĪNIKA

LOJALITĀTE • ATBILDĪBA • PROFESIONALITĀTE • KVALITĀTE • ATTĪSTĪBA

Nr 25 CĒSU KLĪNIKAS DARBINIEKU AVĪZE  
OKTOBRIS / NOVEMBRIS / DECEMBRIS 2024

## Atskatoties uz 2024. gadu Cēsu klīnikā



Cēsu klīnikas valdes  
priekšsēdētāja  
**Ingūna Liepa**

Tuvojoties gada nogalei, atskatīsimies, kā Cēsu klīnikas komandai 2024. gadā ir veicies izpildīt visu to, ko bijām ieplānojuši un kā tikām galā ar daudzajiem izaicinājumiem, kas nebija atkarīgi no mūsu gribas vai vēlmēm.

### Mūsu stūrakmens – lojāls personāls

Šogad par pacientu veselību Cēsu klīnikā rūpējās 328 ārstniecības, aprūpes un aprūpes atbalsta speciālisti, kā arī klīniskā un tehniskā atbalsta darbinieki. Esmu ļoti gandarīta, ka 77% no visiem darbiniekiem strādā pamatdarbā. Tas nozīmē, ka kolēģi apzinās piederību Cēsu klīnikai. Savukārt no darba organizācijas viedokļa ir daudz vienkāršāk plānot darbu, ja speciālists prioritāri rēķinās ar šo slimnīcu. Tā arī ir pamatdarba definīcijas būtība – lai citi darbi un pienākumi nesāktu traucēt pildīt saistības ar savu paša izvēlēto galveno darba devēju.

Personāla mainība visus pēdējos gadus ir saglabājusies aptuveni līdzsvarā ar tendenci darbinieku skaitam mazliet pieaugt saistībā ar jauniem pakalpojumiem, pakalpojumu dažādību. Tas nenozīmē, ka visi jaunie speciālisti ir pilna laika darbinieki. Pieaugumu rada jauni ambulatorie pakalpojumi, kurus sniedz ārstniecības personas ar noteiktām prasmēm un sertifikātiem reizi nedēļā vai dažas reizes mēnesī. Esam gandarīti, ka nostiprinājies speciālistu nodrošinājums kardioloģijā, decembrī pilnu darbalaiku sāks jauns psihiatrs Garīgās veselības centrā.

Šogad līdz decembra sākumam mūsu komandai pievienojās 66 kolēģi. No tiem 15 ārsti, ieskaitot jauno galveno ārstu. Cēsu klīnika noslēdza līgumus ar 4 jauniem rezidenti, sāka darbu 23 aprūpes speciālisti, viens funkcionālais speciālists un 23 citi darbinieki. Mēs sekojam līdzi personāla dinamikai, vērtējot arī iemeslus, kāpēc līdzīgs darbinieku skaits darba attiecības izbeidza. Nav tā, ka vairāk nekā 60 aizgājuši projām tāpēc, ka viņiem šeit nepatīktu. Šogad darba attiecības ir beiguši daži ilggadējie darbinieki, bet ir arī kolēģi, kuri

mums izlīdzējuši tikai vasaras atvaļinājumu periodā, būdami medicīnas asistenti, jo pašlaik ir izglītības iegūšanas procesā. Lielāka darbinieku mainība ir apkopes un pacientu atbalsta dienestā.

### Jaunas struktūrvienības

Cēsu klīnikas pamatuzdevumi paliek nemainīgi – tā ir neatliekamā medicīniskā palīdzība, diagnostika un ambulatorie pakalpojumi, kā arī plānveida stacionārā palīdzība pamatspecialitātēs. Papildus attīstām nozares, kur jūtamies pārliecināti un stipri, ņemot vērā sabiedrības vajadzības un iespējas tās sabalansēt ar speciālistu nodrošinājumu un klīnikas budžetu. Ir jaunie, kas viegli ieviešas, un tādi, kur jāpiestrādā. Piemēram, īslaicīgas sociālās aprūpes pakalpojumi klīnikā ir pieejami pietiekami ilgi, tāpēc gājām nākamo soli un reģistrējām šo pakalpojumu Labklājības ministrijā, izveidojot atsevišķu struktūrvienību. Pie pakalpojuma attīstības vēl jāturpina strādāt, lai jaunās nodaļas darbs būtu pilnībā noslogots. Otrs jaunums ir ģimenes ārsta prakse, kas Cēsu klīnikā strādā vien otro mēnesi. Esam apmierināti ar prakses līdzšinējo darbu, vienlaikus apzināmies, ka to jāturpina attīstīt, piesaistot pacientus. Nākotnē plānojam atvērt vēl otru ģimenes ārsta praksi, jo pēc aprēķiniem pašlaik Cēsīs trūkst divas primārās aprūpes ārstu prakses, kas jāveido no nulles.

### Attīstības projekti

Šogad turpinājām attīstīt klīnikas infrastruktūru un nomainīt nokalpojušās medicīnas tehnoloģijas uz jaunām. Ņemot vērā, ka Cēsu klīnikas darbība pamatā ir atkarīga no līguma ar NVD, kas sastāda vairāk nekā 90% no ienākumiem, tad

## AKTUALITĀTES

līdzekļi, ļoti ekonomiski saimniekojot, nodrošina gandrīz tikai pacientu uzturēšanas un ārstniecības vajadzības. Līdz ar to teju visus attīstības projektus pamatā orientējam uz piesaistīto kapitālu. Šogad tā bija Bērnu veselības centra rehabilitācijas dienas stacionāra un ambulatoro telpu pārbūve. Pēc ilgām pārdomām un valdē vairākkārt izdiskutējot, par klīnikas līdzekļiem tika rasta iespēja pabeigt arī bērnu nodaļas pārējo telpu sakārtošanu, modernizāciju. Nākamajā gadā investīcijas attīstībā plānotas ar Eiropas projektu finansējumu. Paredzēta medicīnas tehnoloģiju iegāde un diagnostikas korpasa ambulatoro kabinetu pārbūves projektēšana. Līdzekļi ir piešķirti digitalizācijai saistībā ar e-veselību un datu uzkrāšanu, analīzi, lai izpildītu NVD izvirzītās un normatīvajos aktos paredzētās prasības, kas ir jāievieš šogad un ne vēlāk kā nākamā gada pirmajā ceturksnī. Šajā darbā būs iesaistīti visi darbinieki, kas vien strādā ar datoru – administrācija, aprūpes un ārstniecības personāls, kā arī visi klientu apkalpošanā iesaistītie kolēģi.

Jau divus gadus finansējuma trūkuma dēļ pauzējam ar stāvlaukuma paplašināšanas projektu. Plānojot pakalpojumu attīstību, uzlabošanu Cēsu novada iedzīvotājiem, mēs nevaram nerēķināties ar šo vajadzību. Par to saņemam regulāru atgriezenisko saiti no pacientiem. Lai uzlabotu pacientiem pieejamību klīnikai, neskatoties uz ļoti ierobežotiem līdzekļiem, ir jārod iespēju šo jautājumu atrisināt.

### Labumi darbiniekiem

Mēs ātri pierodam pie tiem sociālajiem labumiem, kurus Cēsu klīnika kā darba devējs nodrošina papildus atalgojumam rūpēs par darbinieku profesionālo izaugsmi, veselību un motivāciju. Sākam uztvert tos kā pašsaprotamus. Šo labumu ir iespējami daudz, un tie ir dažādi, bet vēlos izcelt to, kas saistās tieši ar profesionālo prasmju pilnveidošanu. Tas ir prioritāri, lai pacienti saņemtu kvalitatīvus veselības aprūpes pakalpojumus un klīnika saglabātu savu reputāciju, kā arī varētu attīstīties. Līdz ar to palīdzību saglabāt kvalifikāciju un veicināt profesionālo attīstību uzskatām par būtiskāko atbalstu darbiniekiem. Līdz decembra sākumam darbiniekiem apmaksātas 92 mācību dienas un segta mācību maksa gandrīz 17,5 tūkstošu eiro apmērā. Jāņem vērā, ka atsevišķos gadījumos, kamēr viens speciālists piedalāsursos vai kongresā, citam ir jāpiemaksā par viņa darba pienākumu nodrošināšanu. Vēlos izteikt atzinību kolēģiem, kas papildus darbam ir spējusi veltīt laiku, lai iegūtu izglītību. Ir kolēģi, kuri Cēsu klīnikā sākuši strādāt, nebūdami ārstniecības personas. Bet sapratuši savu sūtību un misiju, un mācījušies tālāk. Mūsu palīga specialitāti apguvušas četras kolēģes, viena kļuvusi par ārsta palīgu, sertifikātus specialitātēs ieguvuši četri ārsti, kuru vidū ir gan klīnikas rezidenti, gan nesertificēti ārsti, kas strādājuši neatliekamās palīdzības nodrošināšanai. Šis process turpinās. No janvāra darbu sāks vēl viens jauns rezidents endokrinoloģijā.

Runājot par darbinieku labumiem vēl jāpiemin, ka visi pasākumi un aktivitātes, kuras rīkojam darbiniekiem, kā arī klīnikas finansiālais atbalsts veselības veicināšanas pasākumiem, tas viss tiek darīts ar mērķi motivēt, saliedēt, stiprināt katru individuāli un mūs visus kopā kā vienotu komandu, kas strādā vienotam mērķim, veicināt savstarpējo cieņu un uzticēšanos.

### Mācības krīzes situācijām


Trenējām praktiskās iemaņas un spējas reaģēt krīzes apstākļos dažādās situācijās, kā arī nostiprinājām profesionālās iemaņas. Pavasarī kopā ar zemessardzi piedalījāmies mācībās "Ausma", lai trenētu spējas palīdzības sniegšanai pacientiem militāra konflikta gadījumā. Virkne speciālistu piedalījās divu dienu speciāli sagatavotosursos par savstarpējo komunikāciju un veiksmīgu komunikāciju ar agresīviem pacientiem. Risku mazināšanas nolūkā rudenī trenējām iemaņas ugunsdrošībā un izspēlējām pacientu evakuācijas sagatavošanās posmu. Visas šīs

imaņas ir jāatsvaidzina pastāvīgi, lai katrs darbinieks pēc mācībām justos drošāks par to, kā rīkoties krīzes situācijās.

### Studiju prakses iespējas

Nodrošinājām studiju praksi dažādu mācību iestāžu audzēkņiem. Novērtējam, ka studenti izvēlas mācību praksi apgūt pie mums, un esam sākuši analizēt viņu atsauksmes, lai sadarbība būtu abām pusēm iespējami pilnvērtīga. Esam pārlicinājušies, ka studenti ļoti nopietni izvērtē, kuru ārstniecības iestādi izvēlēties praksei. Ir svarīgi ilgtermiņam pacensties sevi parādīt kā labu prakses vietu. Pēc jauniešu atsauksmēm pie mums nonāk gan nākamie studenti praksē, gan jauni darbinieki. Šogad Cēsu klīnikā varējām sastapt RSU medicīnas fakultātes ārstniecības programmas un fizioterapijas studentus, Rīgas 1. Medicīnas koledžas un RSU Sarkanā krusta medicīnas koledžas studentus, Vidzemes tehnoloģiju un dizaina tehnikuma audzēkņus un Valmieras tehnikuma audzēkņus.

### Pieredzes apmaiņa, zināšanu pārnese un novērtējums

Cēsu klīnikas speciālisti piedalījās ar savām specialitātēm saistītās konferencēs gan kā klausītāji, gan atsevišķos gadījumos kā lektori. Veicināja novada iedzīvotāju veselības pratību, piemēram, rīkojot Bērnu veselības centra izglītojošu semināru vecākiem vai tiekoties ar skolotājiem, senioriem, lai atbildētu uz neskaidrajiem jautājumiem. Tāpat uzņēmām viesus un paši devāmies pieredzes apmaiņā uz citām ārstniecības iestādēm, lai smeltos labās prakses piemērus. Par savu sniegumu vairāki Cēsu klīnikas profesionāļi šogad saņēma nozares, valsts mēroga un novada atzinības. Arī slimnīca kopumā izpelnījās atzinīgu novērtējumu par pieeju pacientu veselības aprūpei un klīnikas izaugsmei. Kādā sarunā tikām salīdzināti ar Šveices klīniku. Tomēr lai tas mums neliek ieslīgt pašapmierinātībā. Arvien biežāk izjūtam arī novada iedzīvotāju atbalstu un ieinteresētību par klīnikas darbu. Viens no piemēriem ir akcija "Drosmes kaste", kuru arvien papildina dažādas skolas, bērnu dārzi, darba vietas un uzņēmēji. Tas apliecina, ka novada iedzīvotāji uzticas un tiem ir svarīga tāda veselības aprūpe, kāda tiek nodrošināta Cēsu klīnikā. Redzot visus apstākļus un procesus, kas notiek Latvijā un arī ārpus tās robežām, ir skaidrs, ka tuvākā nākotne nesolās būt viegla un vienkārša. Cēsu klīnikas pastāvēšana un attīstība arvien vairāk ir atkarīga no mūsu attieksmes un spējām. Kas to var stiprināt? Kvalitāte, izaugsme un uzticamība. To Jaunajā gadā novēlu katram no mums! 

# Noslēdzies Bērnu veselības centra rehabilitācijas dienas stacionāra telpu pārbūves projekts



Šajā fizioterapijas kabinetā pieejama slinga iekārta, kas ļauj dažādot fizioterapeita darba metodes ar pacientiem



Fizioterapijas nodarbībām bērniem ir divas atsevišķas telpas, kas nodalītas ar trokšņus slāpējošām durvīm



Septembra nogalē tika nodotas ekspluatācijā Bērnu veselības centra pārbūvētās telpas ārstniecības korpusa 1. stāvā. Oktobra sākumā tajās jau varēja uzņemt mazos pacientus. Pašlaik noslēdzies arī projekts kopumā. Pārbūve veikta vairāk nekā 200 m<sup>2</sup> platībā ēkas daļā, kas līdz šim nebija tikusi remontēta. Tās rezultātā ir izveidoti divi fizioterapeita darba kabineti, telpas bērnu dienas stacionāra procedūru veikšanai, uzgaidāmā telpa, kur pacientiem ar vecākiem pavadīt laiku starp rehabilitācijas un dienas stacionāra procedūrām, kā arī citas telpas. Turklāt iegādātas divas nepieciešamās medicīnas tehnoloģijas: slinga sistēma un funkcionālā kušete.

Pabeidzot darbus, ir ne tikai atjaunota infrastruktūra, bet arī uzlabotas Bērnu veselības centra dienas stacionāra un rehabilitācijas ambulatoro pakalpojumu saņemšanas iespējas ģimenēm ar bērniem. Attīstot Bērnu veselības centru, tika domāts par integrētu pakalpojumu sniegšanu - jaunās telpas atrodas tieši blakus bērnu slimību nodaļai un pediatru ambulatorajiem kabinetiem, vienlaikus pareizi nodalīta pacientu plūsma, lai mazinātu infekciju slimību izplatību un veicinātu epidemioloģisko prasību ievērošanu.

Projekts tiek īstenots ar finansiālo atbalstu no Eiropas Savienības Atveseļošanas un noturības mehānisma plāna. Investīciju projekta identifikācijas Nr. 4.1.1.3.i.0/1/23/I/CFLA/030.




Ir iekārtota ērta uzgaidāmā un mazuļu pārtināmā telpa (nr. 120.), kur ģimenes var pavadīt laiku starp rehabilitācijas dienas stacionāra pakalpojumiem

Pārbūves darbi tika veikti pēc arhitektu biroja SIA NAMS tehniskā projekta un autoruzraudzības kārtībā būvdarbus veica SIA Woltec un būvuzraudzību SIA Warss+. Būvdarbu kopējās izmaksas ir EUR 236 292,24.

Lai ārstniecības vidi bērniem izveidotu mājīgu un patīkamu, labiekārtojot telpas, talkā nāca Pēteris Rozenbergs Cēsu mākslas skolas audzēkņi un pedagogi. Trīs Bērnu veselības centra telpās vides uzlabošanā ir izmantoti mākslas skolas bērnu zīmējumi. Pēc skolēnu skicēm gleznošanas skolotājas Inga Jakobsons un Dace Cēdere veidoja ilustrāciju kompozīcijas. Ilustrācijās ir attēloti dažādi dabas elementi un tēli. Katrs sienas gleznojums ir kā grāmatas lapaspuse ar savu stāstu, kuru mazie pacienti varēs pētīt, un apbrīnot, - tas mazinās satraukumu, novērsīs uzmanību no procedūrām. Cēsu klīnika pateicas mākslas skolas vadībai, pedagogiem un visiem bērniem par atsaucību, radošumu un ieguldīto darbu!



Arī procedūru telpā bērnu priecē mākslas skolas audzēkņu zīmējumi

Bērnu slimību nodaļa ar dienas stacionāru vēl nākamā gada sākumā darbu turpinās ārstniecības korpusa 2. stāvā līdz brīdim, kamēr tiks pabeigti par Cēsu klīnikas finansējumu turpinātie remontdarbi nodaļā. 

# Kā prakses iespējas Cēsu klīnikā vērtē studenti

Raugoties nākotnē, Cēsu klīnika jau šodien nodrošina mācību prakses iespējas dažādu ar ārstniecību un pacientu aprūpi saistītu izglītības iestāžu studentiem:

- medicīnas koledžu studentiem – ārstu palīgiem, podologiem, māsu palīgiem;
- māszinību studentiem visus prakses posmus, fizioterapeitiem un ergoterapeitiem;
- RSU un LU medicīnas fakultātes ārstniecības 3. un 6. kursa studentiem.

Profilu, kuros piedāvājam profesionālās pilnveides iespējas medicīnas studentiem, ir ķirurģija, terapija, pediatrija, anestezioloģija, reanimatoloģija, neatliekamā medicīniskā palīdzība pacientu uzņemšanas etapā, kā arī ambulatorās prakses pie dažādiem speciālistiem. Medicīnas studentiem, kuri studiju laikā vēlas piestrādāt, tiek piedāvāts medicīnas asistenta darbs atbilstoši prasmēm.

Taču ne tikai ar aprūpi vai ārstniecību saistītu izglītības iestāžu audzēkņiem ir iespēja savu pirmo profesionālo pieredzi gūt pie mums. Informācijas tehnoloģiju daļai ir regulāra sadarbība mācību prakses nodrošināšanā ar Vidzemes tehnoloģiju un dizaina tehnikumu, savukārt praksi klientu apkalpošanā Cēsu klīnikā labprāt izvēlas Valmieras tehnikuma audzēkņi.

## Aptaujātie studenti kā galvenās Cēsu klīnikas priekšrocības min:

- draudzīgu, atbalstošu kolektīvu un labus prakses vadītājus,
- pilnvērtīgas iespējas apgūt praktiskās iemaņas darbā ar pacientiem,
- to, ka nelielā slimnīcā ir vieglāk orientēties,
- mūsdienīgu, sakārtotu darba vidi,
- Cēsis kā skaistu, ainavisku pilsētu ar daudzveidīgām brīvā laika pavadīšanas iespējām un kopienas aktivitātēm.

Šogad novembrī ārsta praksē Cēsu klīnikā bija Rīgas Stradiņa universitātes medicīnas fakultātes 6. kursa studentes Nadīna Geistarde un Signija Betima Baranovska. Nadīna četras nedēļas pavadīja iekšējīgo slimību nodaļā, bet Signija Betima ķirurģijas nodaļā izgāja divas nedēļu ilgu prakses posmu.



## Par Cēsu klīnikā gūto pieredzi stāsta **Nadīna Geistarde**:

“Esmu no Madonas, un mana ģimene dzīvo Cēsīs. Pirms prakses nekad nebiju bijusi šajā slimnīcā, bet biju dzirdējusi labas atsauksmes no studentiem, kuri Cēsu klīnikā izgājuši mūsu praksi pēc 3. kursa. Tāpat sociālajos tīklos iepazinās ar studentu atsauksmēm par ārstu praksi. Var redzēt, ka klīnikā ir daudz jaunu speciālistu, piesaistīti rezidenti. Tas viss mudināja izvēlēties šo slimnīcu ārsta prakses apgūšanai. Vēl man bija svarīgi, lai slimnīcā būtu iespēja apskatīt dažāda profila pacientus, gūt iespējami daudzveidīgāku pieredzi. Iekšējīgo slimību nodaļā tas bija iespējams, jo šeit ārstējas kardioloģiskie, neiroloģiskie pacienti, kā arī pacienti ar citām iekšējīgām saslimšanām. Ļoti pozitīvi vērtēju saskarsmi ar visu nodaļas kolektīvu un manu prakses vadītāju dr. Sandru Ingu Baltroku.

Tāpat citas ārstes ir atsaucīgas un daļās pieredzē par sarežģītākiem gadījumiem. Jūtos komfortabli kaut ko pajautāt, saņemu atbildes uz visiem jautājumiem, neskaidrībām. Arī telpas Cēsu klīnikā ir mājīgas, jaunas, renovētas. Ir patīkami šeit atrasties.”


Nadīna Geistarde uzteic darba organizāciju, kas ir vērsta uz pacienta vajadzībām: “Ja ir jāpiesaista kāds speciālists, piemēram, ķirurgs, tas notiek ļoti operatīvi. Jūtu, ka šeit darbs notiek pacienta interesēs. Lielajās slimnīcās var būt ilgāks gaidīšanas laiks un neziņa, vai speciālists varēs atnākt. Pirms tam esmu bijusi praksē ķirurģiskajās slimībās Rīgas 1. slimnīcā un pašlaik strādāju Paula Stradiņa klīniskā universitātes slimnīcā plaušu slimību nodaļā par medicīnas asistentu. Mana pieredze ir neliela, tomēr varu salīdzināt.”

Vaicāta par to, vai prakses ietvaros būs apgūtas visas nepieciešamās prasmes un zināšanas, Nadīna atbild apstiprinoši. Teorētiskās zināšanas piecu gadu laikā augstskolā apgūtas pamatīgi, taču praktiskā pieredze vēl jātrenē: “Laikā, kad studēju 2. un 3. kursā, mācības lielākoties notika attālināti kovida dēļ. Zoom platformā runājām par pacientu fizikālo izmeklēšanu, neredzot pacientu. Un tas kaut kā ir jākompensē. Tādēļ izmantoju katru iespēju izmeklēt pacientus. Man praksē galvenie uzdevumi ir pacienta fizikālā izmeklēšana iestājoties, anamnēzes ievākšana. Kopā ar prakses vadītāju ārstu ordināciju nozīmēšana: vizuāli diagnostiskie izmeklējumi, kam tas ir nepieciešams, laboratoriskās analīzes, kontroles izmeklējumi, ķirurģiskas iejaukšanās izvērtēšana, medikamentu ordinācija pacientam, terapijas efektivitātes izvērtēšana, pārskatīšana. Jāskatās dinamikā, vai ir uzlabojums, vai nav. Un es teiktu, ka arī pacienta sociālo faktoru izvērtēšana. Ja pacients nevar par sevi parūpēties, kas viņu pieskatīs, izrakstoties mājās? Ir situācijas, kad nepieciešams piesaistīt sociālo darbinieku.”

Nadīna vēl nav līdz galam izlēmusi par rezidentūrā apgūstamo specialitāti, taču uzskata par iespējamu kļūt par rezidentu arī slimnīcā reģionā. “Agrāk man varbūt bija tādas bažas, ka reģionā nevar tik pilnvērtīgi apgūt programmu, vai pacientu klāsts nav tik plašs, bet prakse Cēsu klīnikā ir mainījusi manu skatījumu,” atzīst Nadīna Geistarde.




Arī **Signija Betima Baranovska** ir saistīta ar Cēsu pusi, tāpēc izvēle par labu Cēsu klīnikas ķirurģijas nodaļai šķita likumsakarīga. Tiesa, Signijas prakses laiks sakrita ar valsts kvotu pārstrādes dēļ gada nogalē reducētajiem plānveida ķirurģiskajiem pakalpojumiem, tomēr kopumā praksi viņa vērtē kā veiksmīgu. “Jau no pirmajām dienām mums izveidojās ļoti laba komunikācija ar prakses vadītāju, ķirurģijas nodaļas virsārsti Baibu Gabrāni. Viņa atļāva man asistēt operācijā, iedrošināja, neskatoties uz to, ka man vēl nav pieredzes. Studentiem ir ļoti svarīgi piedzīvot to, ka viņiem uzticas. Ar skatīšanos vien diemžēl medicīnā neko iemācīties nevar. Jā, mēs esam vēl mācību procesā, varam kļūdīties, bet vadība, atbalsts un sapratne ir svarīgas. Līdz ar to jutos droša vērsties pie prakses vadītājas ar dažādiem jautājumiem. Lai arī ķirurģisko operāciju gada nogalē ir mazāk, praksē būtiska sadaļa ir arī komunikācijai ar pacientiem, anamnēzes ievākšanai. Līdz ar to šos prakses uzdevumus noteikti būšu apguvusi.”

Vaicātas par to, vai ieteiktu Cēsu klīniku kā prakses vietu citiem studentiem, abas topošās ārstes atbild apstiprinoši. Vēlam veiksmi turpmākajās mācībās un rezidentūras gaitās! 

## Projekts ergonomiskai un drošai darba videi

No šā gada augusta **Cēsu klīnika piedalās ESF Plus projektā** „Pasākumi iekļaujošai nodarbinātībai” Nr. 4.3.3.2/1/24/1/002, kura mērķis ir **iekārtot ergonomiskas darba vietas noteiktām darbinieku grupām.**

Līdz šim projekta ietvaros ir iegādāts aprīkojums un uzlabotas darba vietas 6 diagnostikas nodaļas darbiniekiem 5 kabinetos. Lai iekārtotu ergonomisku un drošu darba vidi, kas palīdz samazināt arodslimību riskus, ir iegādāti datorkrēsli, galds, skapis, žalūzijas, kāju un sēžamie paliktņi, roku balsti, ergonomiskas datorpeles, lampa, kā arī citas mēbeles un aprīkojums. Projektu ir plānots turpināt; darbavietu aprīkošanai jau ir pieteikušies divi darbinieki.

Projekta vadītāja Baiba Sproģe pateicas visiem iesaistītajiem darbiniekiem par atsaucību un drosmi pieteikties un piedalīties projektā, kāds līdz šim Cēsu klīnikā nebija īstenots. 



Attēlos redzama daļa no projekta ietvaros iegādātā ergonomiskā darba vides aprīkojuma

# Cēsu klīnika piedalās pētījumā par C hepatīta izplatību

25. novembrī Cēsu klīnikā notika seroepidemioloģiskais pētījums "C hepatīta izplatība Latvijas pieaugušo iedzīvotāju populācijā" pēc Slimību profilakses un kontroles centra un Veselības ministrijas pasūtījuma. Pētījuma mērķis ir noteikt C hepatīta vīrusu antivielas pieaugušajiem, koncentrējoties uz paaugstināta riska grupām. Pētījumam pieteicās un tajā piedalījās 55 Cēsu klīnikā strādājošie ārstniecības un aprūpes speciālisti.



**Infektoloģe,  
dermatoveneroloģe un  
Cēsu klīnikas infekciju  
kontroles ārste**

**dr. Inga Ažiņa** skaidro:

"Šāds pētījums Cēsu klīnikā notiek pirmoreiz, un nākotnē tas varētu tikt rīkots atkārtoti. Lai arī mediķi ir paaugstināta riska grupā, ir būtiski apzināties, ka, ar C hepatītu var inficēties jebkurš iedzīvotājs neatkarīgi no dzīvesveida. Piemēram, ar to var inficēties, veicot manikīru vai jebkuras citas manipulācijas. Ļoti populāri gan jauniešu, gan pieaugušo vidū ir tetovējumi. Tāpat arī seksuālu kontaktu ceļā. Runājot par skaistumkopšanas procedūrām, jāpievērš uzmanību, vai izvēlēta iestāde ir sertificēta, kādos apstākļos tiek sniegti pakalpojumi, vai tiek nodrošināta pareiza sterilizācija, vai tiek izmantoti vienreiz lietojami instrumenti? Šos jautājumus var un vajag uzdot izvēlētajam speciālistam. Bieži vien mājās notiekošām procedūrām sterilizācija netiek pietiekami ievērota. Ja mēs kādu procedūru gribam saņemt lētāk, jāapzinās, ka tas var nebūt droši. Pašiem jābūt atbildīgiem un modriem. Inficēšanās ar C hepatītu var notikt arī medicīniskas manipulācijas dēļ. Tāpēc pašiem jāpārbaudās un jābūt godīgiem. Katru atklātu inficēšanās gadījumu Latvijā izmeklē epidemiologi, kuri parasti arī nonāk līdz īstā iemesla atrašanai.


Liela loma C hepatīta diagnostikā ir testēšanai, jo slimībai var nebūt akūtu, specifisku simptomu pretstatā, piemēram, A hepatītam jeb tautā sauktajai "Dzeltenajai kaitēi". Ja ir akūta saslimšana ar C hepatītu, var būt nelielas pazīmes – dzelte, tad slimību var konstatēt ātrāk. Cilvēks operatīvi nonāk atbilstošā slimnīcā hepatoloģijas nodaļā, kur viņam sniegs palīdzību.

Taču tas ir neliels procents gadījumu. Vairumā gadījumu C hepatīts tiek hronizēts. Ja cilvēks pārslimo vīrusu akūti, tas pamet organismu, dažkārt pat bez specifiskas ārstēšanas. Diemžēl ir iespēja inficēties arī atkārtoti. Bet hroniskā formā vīruss savu slikto darbu turpina gadiem. Tas gala stadijā noved pie aknu cirozes, lieli riski ir attīstīties hepatocelulārai karcinomai jeb vēzim. Tā tad ir jau cita dzīvīdze cilvēkam un daudz lielākas ārstēšanās izmaksas.

Labāk to visu novērst ar testēšanu un agrīnu diagnostiku. Tāpēc mēs, speciālisti, par to nenogurstam runāt.

Esmu novērojusi, ka nereti cilvēkus no testēšanās attur aizspriedumi par ilgu un smagu ārstēšanās procesu. Jā, agrāk, pirms desmit gadiem vai senāk, ārstēšanās tiešām bija ilga un grūta. Gribu uzsvērt, ka šodien Latvijā tiek nodrošināta ļoti efektīva ārstēšana. Salīdzinājumam, ja agrāk ārstēja 48 nedēļas un gandrīz gadu pacients saņēma zāles ar daudzām blaknēm, varēja izārstēt vienu vīrusa apakštipu ar 50% iespējamību. Tagad ārstēšanas kurss ir piedzīvojis īstu revolūciju. Pacienti tiek ārstēti 8 – 12 nedēļas bez īpašām blaknēm, turklāt efektivitāte, kuru mēs novērtējam uz saviem pacientiem, ir aptuveni 95%. No epidemioloģiskā viedokļa ir svarīgi, ka, uzsākot ārstēšanu, tiek apstādināta arī slimības pārnese jeb tālāka izplatība. Tāpēc aicinu ikvienu laiku pa laiku veikt testēšanu pret C hepatīta antivielām. To var izdarīt ar ģimenes ārsta nosūtījumu jebkurā laboratorijā. Turklāt bezmaksas testēšanai Latvijā ir ļoti plašs tīkls ar HIV profilaktiskiem punktiem, kur var nodot asinis ne tikai uz C hepatītu, bet arī HIV, B hepatītu, sifilisu, kur anonīmi ar eksprestestiem var pārbaudīt savu veselību. SPKC mājaslapā šie punkti ir atrodami, lai izvēlētos ērtāko vietu testēšanai. Vēl viena iespēja ir sadarbībā ar asins donoru centriem. Tie, kuri izvēlas kļūt par asins donoriem, katru reizi tiek pārbaudīti uz visām iepriekš minētajām slimībām."

Infekciju kontroles ārste pateicas visiem kolēģiem, kuri atsaucās dalībai pētījumā: "Esmu ļoti priecīga par darbinieku patiesi lielo ieinteresētību piedalīties! Uz testēšanu ieradās gan tie, kas pētījuma dienā strādāja, gan bija kolēģi, kuri speciāli devās uz klīniku savā brīvdienā. Daži pēc dežūras vēl stundu uzkavējās, lai varētu piedalīties. Vislielākā pateicība par pētījuma norises organizēšanu un atbalstu pētījuma veicējiem ķirurģiskā profila ambulatoro speciālistu kabinetā, ķirurģijas nodaļas un infekciju kontroles māšai Margaritai Kapustai!"

Lai veicinātu darbinieku iesaisti un izpratni par dažādiem epidemioloģiskās drošības pasākumiem, Cēsu klīnikā infekciju kontroles ārste Inga Ažiņa plāno īstenot arī klātienē lekcijas. Par to norises laiku informēsīm. 



Analīzes nodod infekciju kontroles māsa Margarita Kapusta

# Pasniegtas Cēsu klīnikas Gada balvas

4. decembrī koncertzālē Cēsis notika svinīgs Cēsu klīnikas gada izskaņas pasākums, kura ietvaros atskatījāmies uz aizvadīto gadu un tika pasniegtas gada balvas darbiniekiem deviņās nominācijās. Septiņās no tām kolēģus izvirzīja paši darbinieki, bet divas balvas mediķiem pasniedza Cēsu Rotary klubs, kā arī Cēsu novada pašvaldība pasniedza pateicības rakstu ilggadējam bijušajai valdes loceklei Olgai Rudzītei. Šī ir viena no retajām reizēm gadā, kad tik daudzi – aptuveni 90 – varējām sanākt kopā, taču daļa kolēģu arī šajā laikā turpināja pildīt darba pienākumus. Par muzikālo noskaņu pateicamies Gunitai Bārdai, kā arī Solvitai un Jānim Jansoniem!



Medicīna ir komandas darbs, to šogad gribējām izcelt gada nominācijās, lai uzsvērtu katra darbinieka stiprās puses komandā. Mēs esam dažādi un tieši tāpēc kopā spēcīgāki. Daudzie pieteikumi nominācijām apliecina, ka spējam novērtēt cilvēkus, ar kuriem strādājam plecu pie pleca. Arī kolēģu balsojumā par gada balvu piešķiršanu piedalījās rekordliels darbinieku skaits – gandrīz 100.

Un tā, iepazīstinām ar mūsu 2024. gada Cēsu klīnikas balvu saņēmējiem.

Nominācijā **GADA SASNIEGUMS** balvu saņēma reanimācijas anestezioloģijas nodaļas virsārste **Egīta Vītola Rabāce**. *Dr. Vītola - Rabāce veicina klīnikas attīstību. Lepojamies ar LARA goda biedra nomināciju. Arī ikdienā ir lieliska komunikācija, atsaucīga un saprotoša ārste.*



Pasākums pulcēja aptuveni 90 darbiniekus



Valdes priekšsēdētāja Ingūna Liepa prezentē gada laikā sasniegto



Bijusī valdes locekle Olga Rudzīte, saņemot Cēsu novada pašvaldības Pateicības rakstu



Otorinolaringologs Dins Sumerags kopā ar kundzi Dženiferu Sumeragu pārsteidza kolēģus ar diviem brīnišķīgiem skaņdarbiem. Novembrī ārsts saņēma Veselības ministrijas Atzinības rakstu



Kolēģi novērtējuši jaunā galvenā ārsta Anatolija Ahmetova ieguldījumu jaunu speciālistu piesaistē un darba organizācijas plānošanā



Atbalstošākā kolēģa balvu saņēma reanimācijas un anestezioloģijas nodaļas māsa Jelīzaveta Movzeša Korneta



Anestezioloģe reanimatoģe Anita Medne, saņemot komandas Saliedētāja titulu, pateicās kolēģiem par cieņpilno attieksmi un lielisko sadarbību



Augsto latiņu ir jāprot ne vien pacelt, bet arī noturēt. Klientu apkalpošanas speciāliste Valda Dzilna Gada darbinieka apbalvojumu saņēma jau atkārtoti. Šoreiz kategorijā Laipnākais kolēģis



Tāpat ar pārliecību par gada Zaļāko kolēģi tika atzīta ķirurģijas nodaļas virsmāsa Evita Šmite



Ar pārliecinošu balsu vairākumu kolēģi novērtēja ķirurģijas nodaļas virsārsti Baibu Gabrāni kā Aktīvāko kolēģi. Dr. Gabrāne savā uzrunā atgādināja, ka aktīvs, veselīgs dzīvesveids nav domāts ekskluzīvi jaunajiem un stiprajiem, bet ikvienam. Pat 90 gadu vecumā ir iespējams (un vajag) uzlabot muskuļu darbību

Nominācijā **ATBALSTOŠĀKAIS KOLĒĢIS** – reanimācijas anestezioloģijas nodaļas māsa **Jelīzaveta Movzeša – Korneta**.

Veselības aprūpes speciālistu ir tik, cik ir. Neatliekamās palīdzības pakalpojums mums ir jānodrošina, bet NAV, kas strādā kādā brīdī Bērnu nodaļā, citā - NMP un uzņemšanas nodaļā. Reanimācijas un anestezioloģijas nodaļas māsa Elīza saka: "Labi, došos uz dežūru citā nodaļā, tikai vienu reizi," un tad virsmāsa lūdz, un ir vēl viena, un vēl citas reizes...

Nominācijā **IZAUGSMES VEICINĀTĀJS** – galvenais ārsts **Anatolijs Ahmetovs**. Galvenais ārsts ir ar uzņēmuma vadītāja līmeņa kompetentu atbildību gan par finansēm, gan ārstnieciskā darba organizāciju un veselības aprūpes pieejamību un kvalitāti. Spējis piesaistīt jaunus un trūkstošus speciālistus, optimizējis darba grafikus. Plāno, kā efektīvi veicināt izaugsmes iespējas."

Nominācijā **SALIEDĒTĀJS** – anestezioloģe reanimatoģe **Anita Medne**. Dr Medne ir ļoti atbalstoša nodaļas komandā. Veicina kolēģus iesaistīties aktivitātēs.

Nominācijā **LAIPNĀKAIS KOLĒĢIS** – klientu apkalpošanas speciāliste **Valda Dzilna**. Valda ir ziņoša, izpalīdzīga, pretimnākoša, vienmēr pieklājīga, smaidīga, laipna gan pret darbabiedriem, gan pacientiem, gan arī pret apmeklētājiem - perfekta "slimnīcas seja". Darbs uzņemšanas nodaļā ar savu neparedzamību katru tās darbinieku visas darba dienas garumā tur lielākā vai mazākā sasprindzinājumā. Bet Valda nekad nezaudē laipnību.

Nominācijā **AKTĪVĀKAIS KOLĒĢIS** – ķirurģijas nodaļas virsārste **Baiba Gabrāne**. Dr. Gabrāne Vienmēr kustībā. Ļoti aktīva, veselīga dzīvesveida veicinātāja. Rīko aktīvās dienas arī kolēģiem, iedvesmo viņus skriešanai. Ziema vai vasara, nekad neiztiek bez rīta skrējiena. Viņas panākumi izturības sacensībās ir apbrīnojami. Stipra, mērķtiecīga, neatlaidīga, iedvesmojoša.

Nominācijā **ZAĻĀKAIS KOLĒĢIS** – ķirurģijas nodaļas virsmāsa **Evita Šmite**. Evita ir viens īsts taupītājs. Ķirurģijas nodaļas telpās netiek nodedzināta neviena lieka kilovatstunda. Vienmēr rūpējas par uzņēmuma resursu izmantošanu. Visu uzskaita, fiksē. Ļoti atbildīgi attiecas pret visu.




Cēsu Rotary kluba īpašā balva tika pasniegta jaunam speciālistam par profesionalitāti **MIRDZI KĀ ZVAIGZNE** – radiologam **Laurai Liepiņai Ķeņģei**.

Daktere Liepiņa - Ķeņģe ārsta grādu ieguva 2015. gadā un 2019. gadā pabeidza rezidentūru radioloģijā Rīgas Stradiņa universitātē. Cēsu klīnikā strādā kopš 2019 gada aprīļa, sāka darbu kā ārste diagnostikas nodaļā vēl rezidentūras laikā un turpināja jau kā sertificēts radiologs. Būdam jauna ārste, vienlaikus dr. Liepiņa - Ķeņģe kā radiologs ir ar augstām prasībām pret sevi un citiem, ar savu profesionalitāti ir iemantojusi eksperta statusu atsevišķu izmeklējumu veikšanā un analizē, ko labprāt izmanto arī citi speciālisti - slimnīcas klīniskā darba veicēji. Radioloģe specializējusies neatliekamajā, torakālajā, abdominālajā radioloģijā. Veic ultrasonogrāfijas izmeklējumus vēdera dobumam, vairogdziedzerim, kakla mīkstajiem audiem, virspusējiem audiem, apraksta rentgenogrāfijas un datortomogrāfijas izmeklējumus.

Cēsu Rotary kluba īpašā balva par mūža ieguldījumu **CĒSU KLĪNIKAS ZELTA FONDS** - anestezioloģei reanimatoloģei **Aigai Zēbergai**.

Anestezioloģe reanimatoloģe Aiga Zēberga Cēsu slimnīcā strādājusi un bijusi uzticīga šai darba vietai visu savu profesionālās darbības mūžu. Dr. Zēberga Cēsu rajona centrālajā slimnīcā par anesteziologu reanimatologu strādā kopš 1986. gada. Kolēģi dr. Zēbergu raksturo kā zinošu, precīzu, ļoti uzmanīgu un iejūtīgu pret pacientiem un atsaucīgu pret kolēģiem. Ar dakteri Zēbergu vienmēr var rēķināties, ja nepieciešama palīdzība vai jāaizvieto kolēģi neparedzētas prombūtnes gadījumā. Ārstei piemīt laba humora izjūta, kā arī viņa izrāda patiesas rūpes par saviem tuviniekiem.

Patecamies visiem kolēģiem, kuri palīdzēja svētkiem tapt! Ēku ekspluatācijas daļai par visu rekvizītu sagādāšanu un transportēšanu, kā arī mīļš paldies klientu apkalpošanas speciālistei Agitai Unterei par skaistajiem galdu dekoriem un Adventa vainaga izveidi reģistratūras telpai, kas tapa brīvajā laikā! 



Cēsu Rotary kluba pārstāve Māra Majore (pirmā no kreisās) nolasiņa balvas aprakstu par ilggadējo Cēsu klīnikas ārsti anestezioloģi reanimatoloģi Aigu Zēbergu, kas saņēma apbalvojumu par mūža ieguldījumu Cēsu klīnikas zelta fonds. Attēlā pa vidu - Jānis Ronis, Cēsu Rotary kluba šā gada valdes priekšsēdētājs, Piebalgas porcelāna fabrikas īpašnieks un balvas autors



No Cēsu Rotary kluba pārstāves Mārites Raudziņas apbalvojumu *Mirdzi kā zvaigzne* saņēma dr. Laura Liepiņa Ķeņģe



Daktere Aiga Zēberga, saņemot balvu par mūža ieguldījumu



Arī Cēsu klīnika pateicās rotariēšiem par auglīgo sadarbību un atbalstu vairāku gadu gājumā, pasniedzot darbinieku kopīgi veidoto sienas kalendāru



Ziemīgi gaišs un apcerīgās noskaņās viesus pavadīja mūziķi Gunita Bārda (balss), Solvita Jansone (klaviers) un Jānis Jansons (saksofons)

# Pateicības vārdi

Piesakot kolēģus nominācijām, saņēmām ļoti daudzas pozitīvas atsauksmes un pateicības par dažādās specialitātēs un struktūrvienībās strādājošajiem. Lai izskan visi labie vārdi arī šā gada nogalē.

## **Erlends Geruļskis, ķirurgs, flebologs, endoskopists**

Šajā gadā ir veiksmīgi uzsācis paplašinātu barības vadu vēnu endoskopisku līgēšanu, ko iepriekš ir apguvis teorētiskās apmācībās.

## **Līga Gabrāne, anestezioloģe reanimatoloģe**

Cēsu klīnikas rezidente, šogad ieguvusi anesteziologa-reanimatologa sertifikātu.

## **Baiba Gabrāne, ķirurģijas nodaļas virsārste**

Ir uzsākusi vairogdziedzera operācijas Cēsu klīnikā un ar neiromonitora palīdzību operācijas tiek veiktas augstā līmenī. Daktere turpina attīstīt ķirurģijas nodaļu un ir gatava piedāvāt jaunus pakalpojumus ķirurģijā pacientu dzīves kvalitātes uzlabošanai.

## **Ingūna Liepa, valdes priekšsēdētāja**

Dr. Liepa ir ieguvusi ne vienu vien apbalvojumu. Kā pēdējo varam atzīmēt "Sudraba bruņinieka" titulu. Jāatzīmē, ka dr. Liepa ir paraugs, kā vadīt uzņēmumu, kā komunicēt un veidot stipru komandu.

## **Lelde Petroviča, pakalpojumu reģistrācijas, uzskaites un informācijas daļas vadītāja**

No 1.12.2024. ir pieņēmusi izaicinājumu profesionālai izaugsmei, kļūdamā par pakalpojumu reģistrācijas, uzskaites un informācijas daļas vadītāju. Lelde lieliski saprotas ar saviem darbiniekiem reģistratūrā, rūpējas ne tikai par darāmo darbu, bet arī par darbinieku labsajūtu un darba apstākļiem. Bieži vien ir aizvietojusi kolēģus slimības vai atvaļinājumu laikā, sevi netaupot.

## **Liene Vegnere, juridiskās, iepirkumu un vadības lietu daļas vadītāja, juriste**

Sniedz atbalstu sarežģītu jautājumu risināšanā, neatsaka palīdzību.

## **Margarita Kapusta, māsa ķirurģiskā profila ambulatoro speciālistu kabinetā un ķirurģijas nodaļā**

Koleģiāli, nemanāmi, cienpilni un profesionāli Margarita ritina savus ikdienas neskaitāmos darbus un pienākumus. Ja jāapmāca jaunie kolēģi un studenti par individuālajiem aizsardzības līdzekļiem, tad – Margarita, ja jāpārsien ilgstoši dzīstošas brūces un jāapmāca personāls un piederīgie – tad – Margarita, ja jāpalūko nodaļās, kā norit pacientu izolācija un dažādu infekciju ierobežošana, - tad Margarita. Izaugsme veidojas, ja visi procesi norit saprotami un jēgpilni, un tos vada atbildīgi kolēģi.

## **Dace Valnere, sabiedrisko attiecību speciāliste**

Vasaras dārza svētki Provansas noskaņās, vēl šobrīd atceroties šķiet, ka dzirdi franču mūziku un jūti lavandas; foto konkursa un kalendāra gatavošana; Bērnu veselības centra seminārs Cēsu novada jaunažiem vecākiem; tikšanās ar novada senioriem un studentu intervēšana; klīnikas avīzes gatavošana; vēl un vēl, un vēl nelielas un lielākas klīnikas gada aktivitātes. Kā mēs kļūstam atpazīstami? No tā, ka kāds profesionālis mūsu padarīto ar pietāti iepakoj smalkā "zīd papīrā" un pasniedz sabiedrībai – Cēsu novadam, dažādu ministriju ierēdņiem un politiķiem, veidojot klīnikas atpazīstamību un līdz ar to arī novērtējumu. Tos labos vārdus no pacientiem, kolēģiem no citām ārstniecības iestādēm mēs nesaņemtu, ja par notikumiem un speciālistiem klīnikā netiktu teikts sabiedriskajos medijos, sociālajos tīklos, žurnālu rakstos..., ja par to pasaule neuzzinātu. Bez Daces profesionālās varēšanas un nelielās devās "absolūtā trakuma" klīnika būtu grāmata ar plāniem vākiem, jo biežajiem vākiem, kurās visas

lapas turas kārtīgi saliktas, mums pārējiem pietrūktu prasmes.

Sniedza drosmi, ticību un sirdi sildošu novērtējumu tik daudziem kolēģiem šogad. Pateicoties Daces nesavtīgumam un lielajai mīlestībai pret cilvēkiem, klīnikas speciālisti vairākkārtīgi tika izcelti mediķu vidū. Pateicība par viņas draudzību un mīlestību!

## **Antoņina Ņikitina, māsa reanimācijas un anestezioloģijas nodaļā**

Veselības aprūpes speciālistu ir tik, cik ir. Neatliekamās palīdzības pakalpojums mums ir jānodrošina, bet NAV, kas strādā kādā brīdī Bērnu nodaļā, kādā brīdī NMP un uzņemšanas nodaļā. Reanimācijas un anestezioloģijas nodaļas māsa Antoņina saka: "Labi, došos uz dežūru citā nodaļā, tikai vienu reizi," un tad virsmāsa lūdz, un ir vēl viena un vēl citas reizes...

## **Daiga Jackēviča, virsmāsa Bērnu slimību nodaļā ar dienas stacionāru**

Paldies, par atsaucību, kolēģa plecu, profesionalitāti, drosmi un uzdrīkstēšanos, jo visi tā nevar! Virsmāsa pienākums ir plānot, koordinēt, vadīt, un vēl simts redzamu un neredzamu pienākumu un atbildību. Tik spraigs, dažāds gan darbu ziņā (pārvākšanās, kārtošāns utt.), gan emocionāli piesātināts gads. Daiga – ar saimnieces tvērienu, ar spēju pieņemt populārus un nepopulārus lēmumus, ar sirsnību, atbildību un sapratni pret kolēģiem un mazajiem pacientiem nodaļā. Ar vīziju un izpratni par savu nodaļu. Paldies par šo gadu, un saglabāt un paturēt spēku sevī un savos kolēģos nākamajam gadam.

## **Anita Baltgalve, klientu apkalpošanas speciāliste ambulatorajā reģistratūrā**

Vienmēr izpalīdz, ja vajag samainīt darba maiņas. Vienmēr izpalīdzēs sarežģītos jautājumos. Radīs risinājumus pat neiespējamās situācijās. Vienmēr ir darbā pati pirmā pirms darba laika. Paliek ilgāk un izpalīdz, ja jūt, ka kolēģis nav paspējis visu izdarīt, vai daudz pacientu vēl gaida rindā. Kopā ar "Labrīt!" Anitai bieži vien jautājam: "Tu mājās šonakt biji?" (kad viņa aizgājusi no darba pēdējā, bet nākamajā rītā ir darbā pirmā). Pienāk un pasaka nomierinošus vai uzmundrinošus vārdus. Kolosāls cilvēks!

## **Agnija Bahmane, māsa operāciju blokā ar sterilizācijas nodaļu**

Atsaucīgākā kolēģe. Pazīstama arī kā "biktsmāte".

## **Aiga Zēberga, anestezioloģe reanimatoloģe**

Vienmēr atsaucīga, vienmēr atbalstīs kolēģus grūtā brīdī.

## **Sandra Inga Baltroka, internās medicīnas ārste iekšējā slimību nodaļā**

Nekad neatsaka palīdzību, padomu kolēģiem, arī brīvdienā. Vienmēr pozitīva attieksme, māk atrast vidusceļu konfliktsituācijās.

**Jeļena Artemjeva, māsa VMĶDC**

Vienmēr izpalīdzīga. Vienmēr gatava aizvietot, ja vajag kādā kabinetā vai ķirurģijas nodaļā.

**Taiga Galeja Gruntmane, galvenā māsa**

Nekad neliedz padomu grūtā vai nezināmā situācijā. Sniedz atbalstošu roku, palīdz ar ierosinājumiem. Nemitīgās pārmaiņās spēj sakārtot darbus. Viens no klīnikas padomdevējiem.

**Līga Ločmele, Rehabilitācijas nodaļas fizikālās terapijas māsa**

Elastīgi pieiet darba grafikam.

**Iveta Puncule, Māsa ambulatorajā nodaļā**

Vienmēr izdomā un realizē veidus, kā atrisināt radušos problēmu. Aktīvi meklē atbildes, izmantojot dažādas tehnoloģijas. Ir īsts "drauga plecs". Tajā pašā laikā neuzsver savus nopelnus, uz uzslavām atbildot ar: "Es tikai daru savu darbu".

**Līga Rācene, rehabilitācijas nodaļas vadītāja (ilgstošā prombūtnē)**

Līgas spēja strukturizēt, sistematizēt ir apbrīnojama. Gudrība, sirsnība un spēja klausīties raksturo viņu kā ļoti labu vadītāju, jo Līga spēja iedvesmot darīt vairāk, mainīt un uzlabot.

**Rita Šterna,****jaunākā klientu apkalpošanas speciāliste**

Rita vienmēr atradīs veidus, kā darbu padarīt pēc iespējas ātrāk un kvalitatīvāk. Pastums, pakoriģēs kolēģus, lai darbi ietu uz priekšu. Laipna, izpalīdzīga, zinoša un ar vēlmi strādāt. Iesaka risinājumus darbības uzlabošanai.

**Baiba Gorovenko, ergoterapeite**

Atrud īstos vārdus, ko teikt, ja kāds jūtas slikti vai dzirdēts kas nepatīkams. Vienmēr smaidīga, draudzīga. Prieks redzēt darbā! Iedvesmo savā Feisbuka profilā citus sportot.

**Baiba Sprōģe, personālvadības daļas vadītāja**

Baiba prot atrast laiku uzklaut un atbalstīt kolēģus, kam darbā radušies kādi sarežģījumi vai konflikti. Baiba ir gatava iesaistīties un meklēt risinājumus.

**Vinta Gulbe,****vecākā klientu apkalpošanas speciāliste**

Vinta vienmēr uzklausa kolēģus, kas ļauj justies sadzirdētiem. Paskatās uz situācijām no cita skata punkta un tādējādi palīdz nolīdzināt nesaskaņas. Bieži kolēģus pacienā ar ko īpaši garšīgu.

**Justīne Zaļaiskalna,****NMP un uzņemšanas nodaļas virsmāsa**

Justīne cenšas saliedēt kolektīvu, organizējot aktivitātes, pasākumus.

**Ilze Dambe,****pediatre, Bērnu veselības centra vadītāja**

Pateicoties viņas enerģijai un spējai piesaistīt arvien jaunus speciālistus, Bērnu veselības centrs attīstās. Viņai rūp savi kolēģi, komanda kopumā. Dakterei Ilzei piemīt laba līdera īpašības.

**Signe Riemere,****iekšķīgo slimību nodaļas virsmāsa**

Būt lielākās (pacientu skaita ziņā) nodaļas virsmāsai ir jāpiemīt tieši tādām īpašībām, lai nodaļa ir kā saliedēta komanda. Viņai tādas ir.

**Aira Upane, radiologu asistente**

Vienmēr laipna gan ar kolēģēm, gan ar pacientiem.

**Ieva Priedīte, klientu apkalpošanas speciāliste zvanu centrā**

Ieva ir ļoti sirsnīga, laipna un izpalīdzīga kolēģe, sarunās ar pacientiem - vienmēr iejūtīga un uzmanīga, gatava katram atrast vislabāko iespējamo risinājumu.

**Līga Liepiņa, klientu apkalpošanas speciāliste zvanu centrā**

Vienkārši – super!

**Rita Ozoliņa un Ilona Andrēviča, mūsu palīgi iekšķīgo slimību nodaļā**

Rita un Ilona ir mūsu palīgi iekšķīgo slimību nodaļā, no kurām varētu smelties cilvēkmīlestību ar Lielo burtu. Sarunāties mierīgā, laipnā valodā un paveikt ikdienas darbus bez nīgruma, dusmām un paviršības. Šīs kolēģes ir klīnikas profesionālo spēju stūrakmeņi, ar kuru palīdzību veidojas pacientam droša un empātiska vide.

**Dace Blūma, garderobiste apkopes un pacientu atbalsta dienestā**

Smaidīga, laipna, redzama, bet nedzirdama. Savus soļus neskaita, ja nepieciešama palīdzība, tad zini, ka esi palūdzis cilvēkam, kas neatteiks. Pacientu plūsmas menedžētāja vasarā, lai katrs nokļūst, kur tam ir plānots.

**Izolde Lāce, māsa EKG kabinetā**

Vienmēr laipna un smaidīga gan pret kolēģiem, gan pacientiem.

**Inta Brance,****klientu apkalpošanas speciāliste**

Laipna, profesionāla, atbildīga pacientu reģistratūrā.

**Jurate Pecikonite, sanitāre ķirurģijas nodaļā**

Vienmēr smaidīga, draudzīga. Varam kopā pasmieties. Vienmēr, ieraugot Jurati, arī man prieks nākt uz darbu un sejt smaidis.

**Uģis Baķis, neirologs ambulatorajā nodaļā**

Dakteris ir laipns un smaidīgs ne tikai pret Klīnikas darbiniekiem, bet arī pret pacientiem. Ik rītu novēl veiksmīgu dienu, pēcpusdienā – jauku vakaru. Bieži sastopams steidzīgs, bet vienmēr pozitīvi noskaņots. Aktīvs ceļotājs brīvajā laikā un klīnikas pasākumu apmeklētājs un atbalstītājs.

Lai iedvesmotu vairāk kolēģus – to varētu uzticēt kā nākamā gada pienākumu dr. Uģim!

**Zinta Bērziņa, ārste pneimonoloģe plaušu slimību un tuberkulozes kabinetā**

Ļoti rūpīga, laipna pret pacientiem. Liela atbildības sajūta. Zinoša, iejūtīga.

**Ludmila Zaviša,****apkopēja apkopes un pacientu atbalsta dienestā.**

Katru reizi darbā satiekoties, viņa pasmaida un novēl labu dienu. Viņa ir sirsnīga un laipna, vismaz pret mani noteikti.

**Gunta Zemīte, slēgta tipa aptiekas vadītāja**

Vienmēr ir smaidis!

**Nadežda Streļčika, fizioterapeite**

Iekustina ne tikai pacientus, kuriem spēki apsīkuši, bet arī klīnikas darbiniekus grupas vingrošanās.

**Agita Untere, klientu apkalpošanas speciāliste**

Agita ir aktīva ne tikai darbā, bet arī ārpus tā. Iesaista, iedvesmo savās aktivitātēs citus kolēģus. Agita var pastumt gan uz fiziskām aktivitātēm, gan iepriecināt ar skaistiem dekoriem. Ārpus darba mēdz apmeklēt dažādas aktīvas, radošas nodarbes.

**Sandra Kuhaļska, māsa rehabilitācijas nodaļas fizikālajā terapijā**

Jauka, sirsnīga, atsaucīga kolēģīte, kas pārvietojās ar elektroauto. Spēj būt progresīva, uzdrīkstas iet savu ceļu, iedvesmojot citus sekot.


**Sandra Kiršteine, radiologs**

Varētu teikt, ka dakterei Kiršteinei ir "zaļākie pirkstiņi". Viņa aizrautīgi audzē dažnedažādu šķirņu tomātus un labprāt dalās savās zināšanās arī ar kolēģiem. Ar to veicina dabai draudzīgu dzīvesveidu.

**Baiba Lubiņa, māsa NMP un uzņemšanas nodaļā**

Ir "zaļākais" kolēģis, jo Baiba uztraucas par katru izmesto lapiņu, uzlīmi vai citu lietu.

**Ilze Ančiņa, apkopes un pacientu atbalsta dienesta vadītāja**

Atsaucīga, rūpējas par klīnikas saimniecību. 

# Labas komunikācijas zelta likumi saskarsmē ar pacientiem



Esot darbā Cēsu klīnikā, pie apģērba vienmēr nēsā darbinieka identifikācijas karti.



Pienākot pie pacienta, sasveicinies, iepazīstini ar sevi neatkarīgi no tā, vai esi ārsts, māsa, māsu palīgs vai cits speciālists.



Izstāsti par veicamo manipulāciju, izmeklējumu, paskaidro pacientam, ko tu darīsi.



Atbildot uz telefona zvanu, stādies priekšā, nosaucot struktūrvienību, amatu un savu vārdu. "Ķirurģijas nodaļa, māsa Zane klausās".



Neapspried pacientu informāciju vai situāciju gaitēnos un citiem pacientiem dzirdot.



Esi pieklājīgs, uzklausi, problēmsituācijās orientējies uz risinājumu un centies saglabāt mieru.



Esi lojāls, izsakies pozitīvi par savu darba vietu, nekritizē kolēģus pacientu priekšā.



Ievēro pacientu datu aizsardzību. Nekad neizpauž klīnikā uzziņātos pacientu medicīniskos datus ārpus darba pienākumu veikšanas.

## APSVEIKUMI

**Sirsnīgi sveicam kolēģus, kuri oktobrī, novembrī un decembrī atzīmē apaļas jubilejas:**

apkopes un pacientu atbalsta dienesta strādnieci **Ilzi Talci** (20.11.) un tuberkulozes un plaušu slimību kabineta māsu **Svetlanu Leonovu** (31.12.)!

*Atvēli laiku draudzībai,  
jo tā ir ceļš uz laimi.  
Atvēli laiku sapņiem,  
jo tie tevi aiznesīs līdz pat zvaigznēm.  
Atvēli laiku, kad mīlēt un būt mīlētai,  
jo tā patiesi ir debesu dāvana.  
Atvēli laiku, lai redzētu, kas notiek ap tevi,  
jo diena ir par īsu, lai varētu ļauties savtībai.  
Atvēli laiku smiekliem,  
jo smieklis ir dvēseles mūzika.*

**Mīļi sveicam arī kolēģes, kuru ģimenes pēdējo mēnešu laikā piedzīvojušas īpaši priecīgu notikumu – bērniņa piedzimšanu!** Diabēta apmācības māsu **Ivetu Runci** un rehabilitācijas nodaļas vadītāju, fizioterapeiti **Līgu Rāceni** ar dēliņa piedzimšanu un oftalmologē **Līgu Dumpi** ar meitiņas sagaidīšanu!

*Liec, Laimīte, baltu ziedu  
Mazajā rociņā,  
Lai ir balta tā dzīvīte,  
Kura būs jādzīvo.*



SEKO  
JAUNUMIEM

[www.cesuklinika.lv](http://www.cesuklinika.lv)

<https://www.facebook.com/cesuklinika>  
[https://twitter.com/cesu\\_sia](https://twitter.com/cesu_sia)



Redakcija:  
Dace Valnere, Sarma Enere  
Foto: Dace Valnere