

# Jak se stát dobrým lékařem ?

K. Cvachovec

KARIM 2. LF UK ve FN Motol

FZS TU v Liberci

KAIM IPVZ Praha

# Prohlášení

- V souvislosti s tématem sdělení jsem **neměl** a **nemám** žádný střet zájmů



# Norimberský trychtýř neexistuje!



Jen dýně roste vleže..

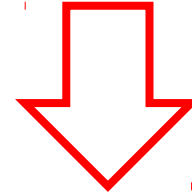
Turecké přísloví

Když nevíš kam jdeš, tak můžeš skončit někde jinde

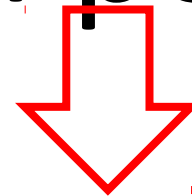


L. P. „Yogi“ Berra, (1925 - 2015)  
profesionální hráč a trenér baseballu

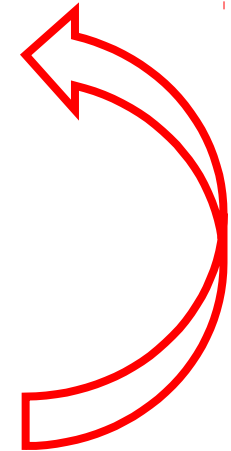
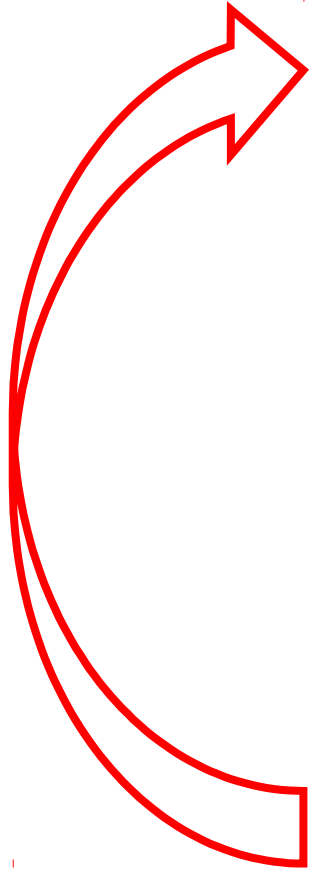
Stanovení cíle



Stanovení postupu



Hodnocení a korekce



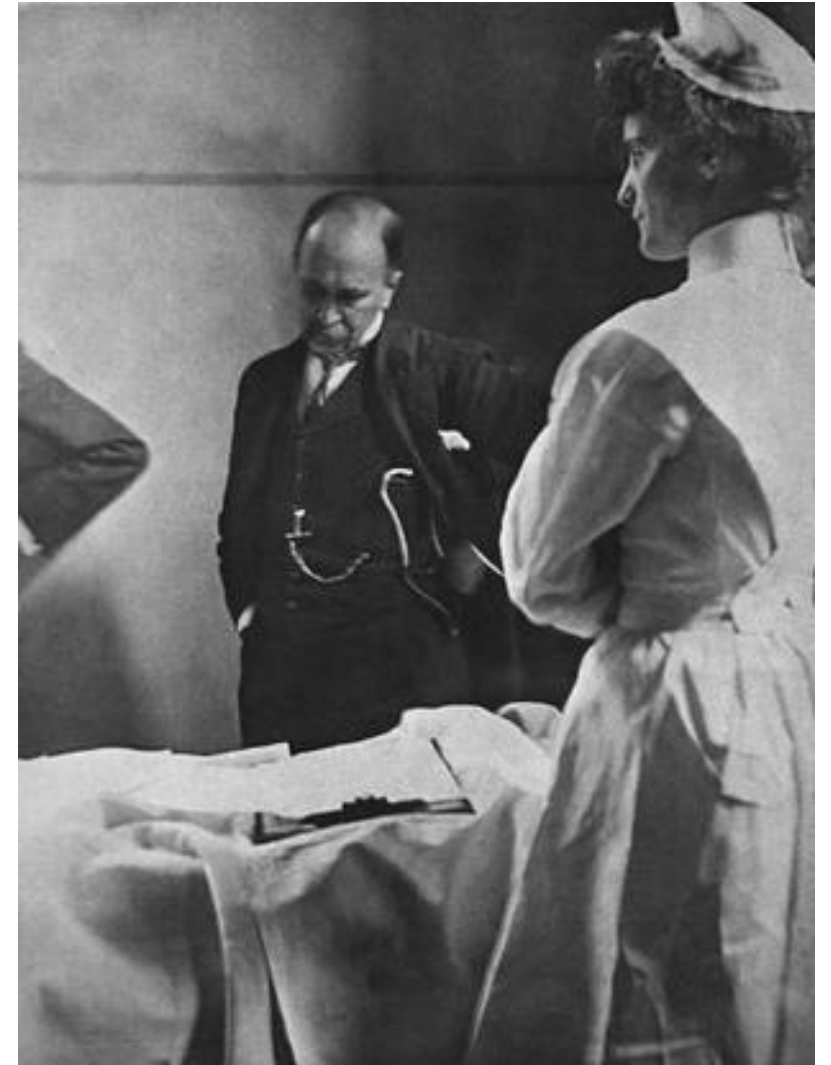
# Podmínky úspěchu

- Vrozený základ
- Prostředí
- Motivace
- **Píle**
- Štěstí





Kdo je dobrý lékař?





# Kdo je dobrý lékař?



The good physician treats the disease; the great physician treats the patient who has the disease.

~ William Osler

AZ QUOTES

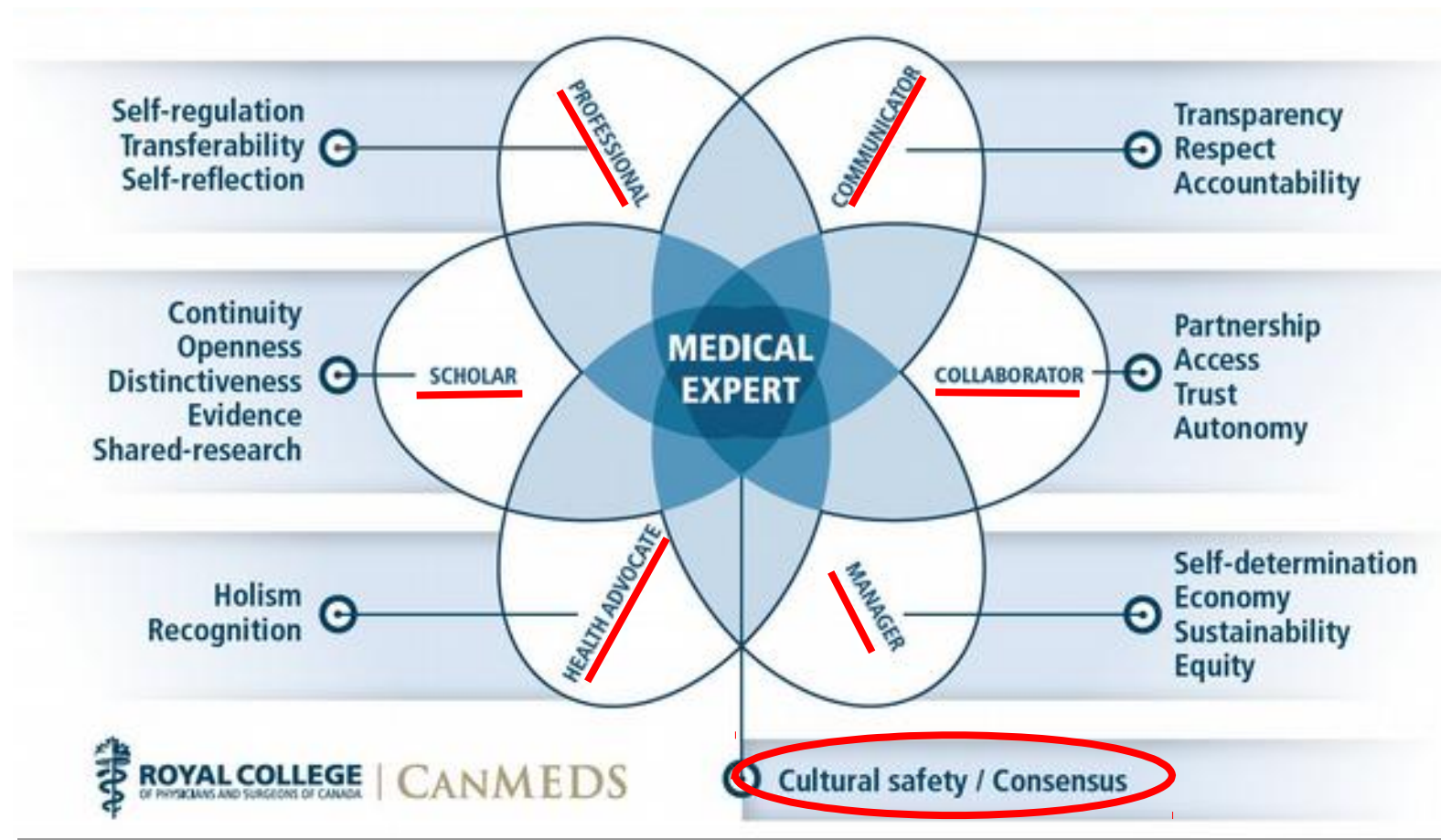
**Zásadní otázka**

Vybrali jste si dobře?

**Vaše povolání vás musí bavit, jinak  
úspěchu nedojdete**

# Pokus o typologii – charakteristické domény

- **Vědomosti**
- Profesionalita
- Komunikace
- Spolupracovník
- Vůdce a manažer
- Propagátor zdraví
- **Kulturní ukotvení**



# Kulturní ukotvení ?!

„Co tím básník míní ?“

- Poctivost
- Zdravé sebevědomí
- Empatie a obětavost
- Slušnost a uměřenost
- Pokora a sebereflexe

1. ~~V jednoho Boha věřit budeš.~~
2. ~~Nevezmě jména Božího nadarmo.~~
3. ~~Domni abys den sváteční světil.~~
4. Cti otce svého a matku svou.
5. **Nezabiješ.**
- ? 6. Nezesmilníš.
7. Nepokradeš.
8. Nepromluvíš křivého svědectví  
proti bližnímu svému.
- ? 9. Nepožádáš manželky bližního svého.
10. Nepožádáš statku bližního svého.

Jak se stát dobrým lékařem ?

**Jak se stát dobrým anesteziologem a/či  
intenzivistou ?**

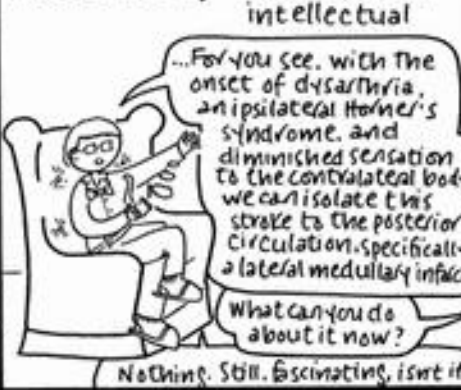


# The 12 Medical Specialty Stereotypes

**ORTHOPEDECS:** The meatheads



**NEUROLOGY:** The armchair intellectual



**EMERGENCY MEDICINE:** The cowboys



**NEUROSURGERY:** Workaholic Egomaniacs



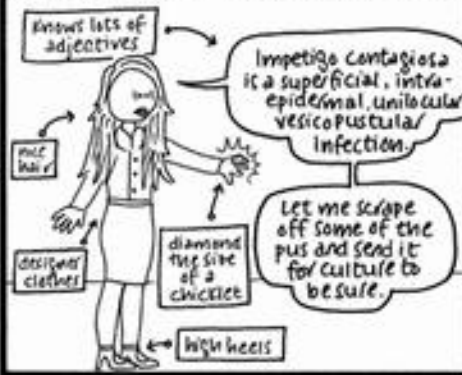
**FAMILY MEDICINE:** Hippy Dippy Country doctor



**PSYCHIATRY:** The fake doctor



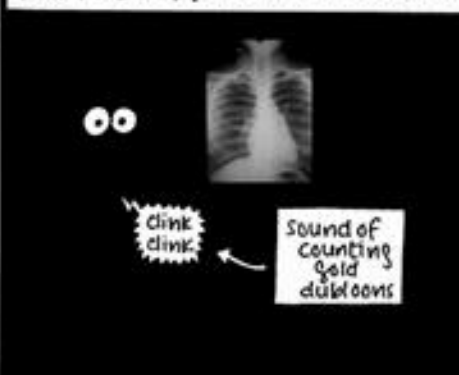
**DERMATOLOGY:** Glamazon.com



**OB-GYN:** Overworked bitch Goddess



**RADIOLOGY:** Rich in the dark



**PEDIATRICS:** If Patch Adams and Mister Rogers mated.



**INTERNAL MEDICINE:** Wonks.



**ANESTHESIOLOGY:** Lazy bums



# Kdo je dobrý anesteziolog či intenzivista?

- Existuje typologie dobrého anesteziologa či intenzivisty?
- Jaké vlastnosti, znalosti či dovednosti by měl mít ?



# Dokonalý profesionál



Podává **bezchybně** anestézii, zajišťuje pacientovy vitální funkce; má plán, vyvaruje se komplikacím. **Zkušenost, zručnost a rozhodnost** jsou důležité atributy. Má „situaci pod kontrolou“.

# Milosrdný Samaritán/Matka Teresa

Hlavní úkol i cíl je **bezpečí a komfort operovaného**; zná rizika a dokáže jim **předejít**; umí skvěle s nemocným **komunikovat**. Vnímá ho jako jedince, jemuž může v těžké situaci **pomoci**. Vysoká míra **empatie**, je oblíben.



# Komorník – „týmový hráč“



**Poskytuje službu celé nemocnici, aby bylo možné ošetřit nejtěžší nemocné; je **oporou** všech, **spolehlivý a výkonný**. O všem **ví**, všem **pomůže**, všichni si uvědomují jeho **nepostradatelnost**.**

# Koordinátor a manažer



Cílem je operační provoz, jeho spád, kvalita a koordinace; **plánuje** ale je schopen **improvizace**. Důraz na organizaci, **výkonnost**, přirozenou **autoritu** a **komunikaci**.

Acta Anaesthesiol Scand 2003; 47: 787—793

Další důležitá otázka

Co mi tam chybí ?

**Zručnost, zručnost, zručnost**





Další důležitá otázka

A co ještě ?

Fyzická a mentální odolnost



# Co to je ?



## **Fyzická a mentální odolnost**

je schopností překonávat stres, přizpůsobovat se novým situacím, neztrácet motivaci a neopouštět své vytyčené cíle, a to ani v podmínkách, kdy nám okolnosti nejsou příznivě nakloněny.

Je i schopností dívat se skutečnosti do očí, zbytečně se nestrachovat a neutíkat před problémy.

[www.idnes.cz/finance](http://www.idnes.cz/finance)

21. 8. 2018

# Fyzická a mentální odolnost

- Schopnost podat alespoň standardní výkon, i když jsem pod tlakem, unaven a zjevně se mi nedaří

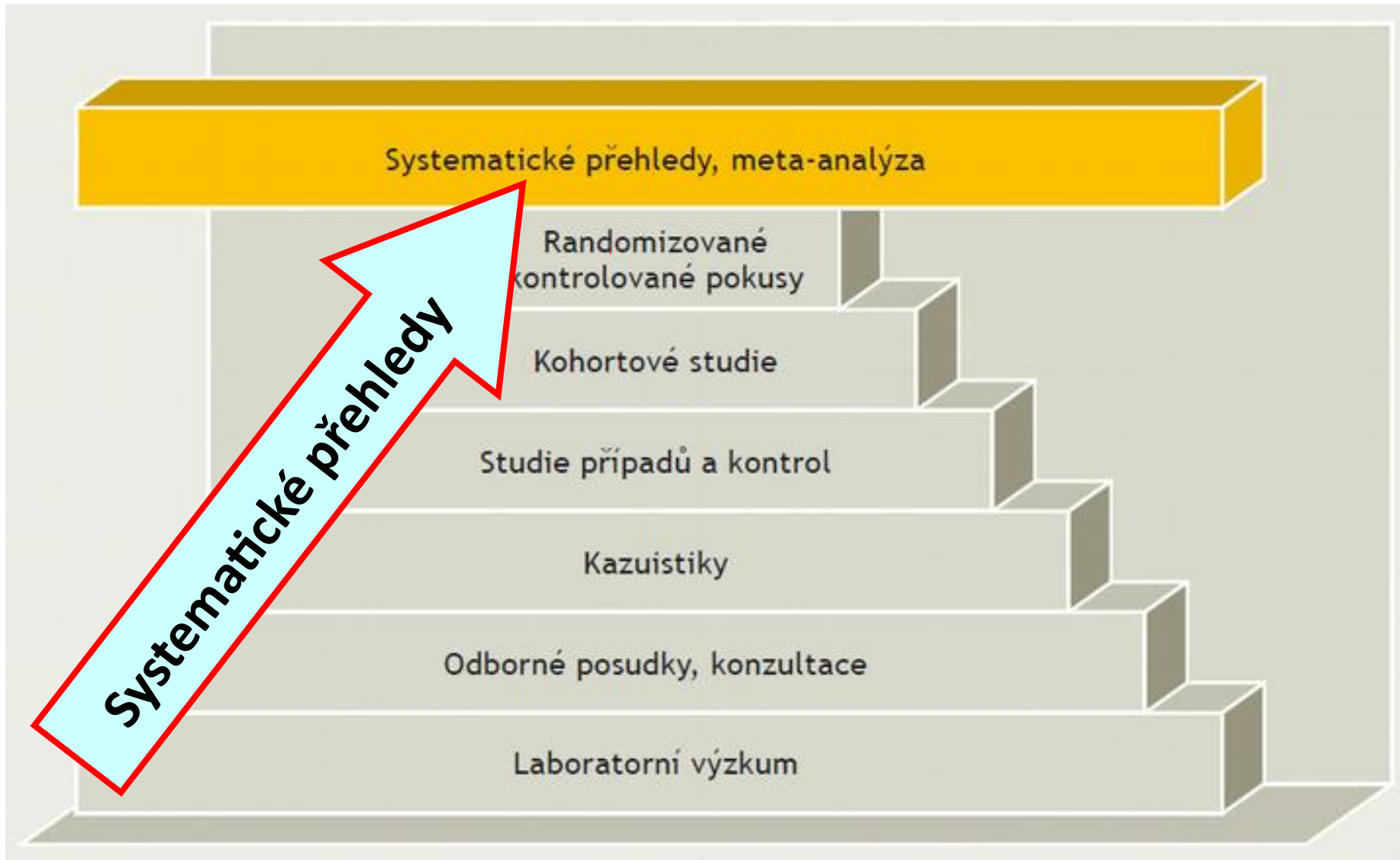
# Stručně, prosím ...

- Znalosti
  - Soustava hlubokých poznatků, spojených s pochopením a abstrakcí, jejich uložení v paměti je strukturované, kritické myšlení
- Dovednosti (psychomotorické)
  - Složité uvědomělé činnosti prováděné za účelem splnění určitých úkolů
  - Vykonávání činností náročných na vnímání, pohyby a vzájemné spojení vjemů a pohybů
- Postoje
  - Procesy individuálního vědomí, které se projevují jako aktuální i potenciální reakce každé osoby k jejímu okolí. Postoj je vždy spojený se vztahem k nějaké hodnotě

# Znalosti

- **Číst, číst, číst...**
  - Aktivně pracovat s textem (rešerše, sdělení kolegům, přehledové články)
- Základ: patofyziologie, farmakologie
  - Ale vždy také širší vědní základ
- **Odborné postupy v oboru AIM**
- Konfrontovat vlastní poznání s ostatními
- Neustrnout na dosaženém, ale stále se vzdělávat – vědomosti se rozšiřují, poznání se mění

# Pyramida poznání

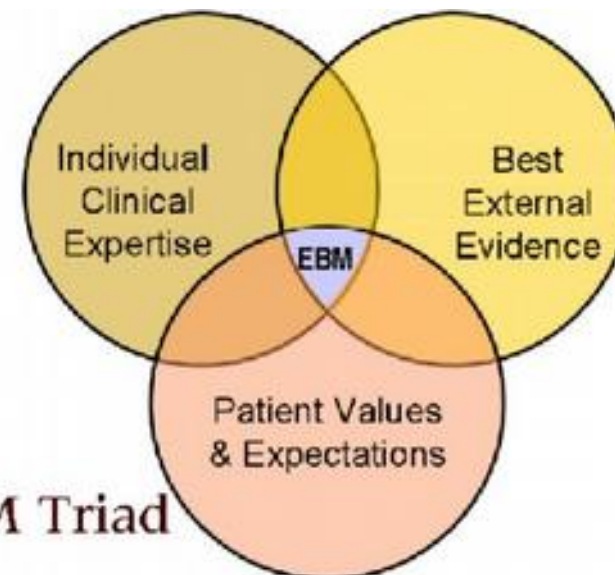


Co je medicína založená na důkazech?

- Medicína založená na důkazech (EBM) je **integrace**
  - nejlepšího důkazu získaného výzkumnou činností
  - klinické zkušenosti a znalostí lékaře
  - s hodnotami pacienta



David Sackett, 1996



The EBM Triad

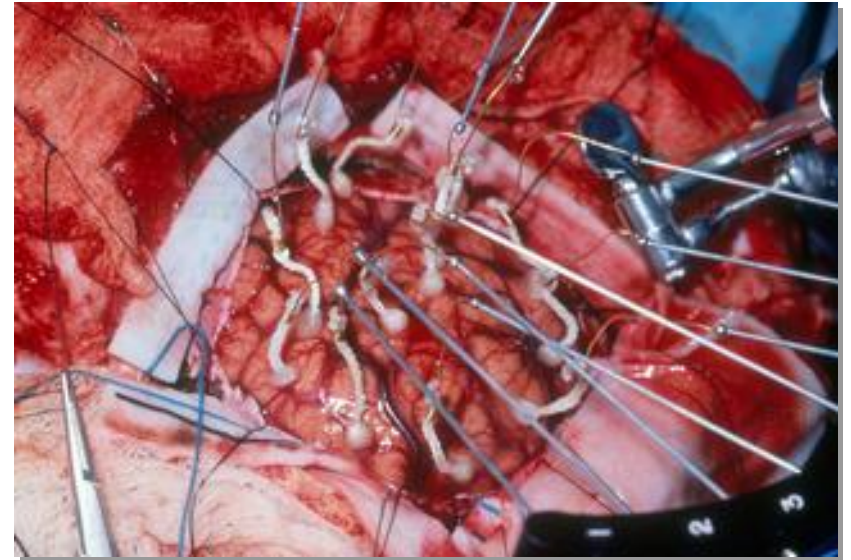
# Má klinická zkušenost svůj význam v době EBM ?

- Jistěže **ano!**
- Klinická zkušenost **není v protikladu** k EBM, je její **nedílnou a nepominutelnou součástí!**
- Klinická zkušenost umožňuje
  - snáze zhodnotit stav **konkrétního** pacienta
  - **hodnotit kvalitu** pramenů a sílu doporučení
  - kvalifikovaně se **rozhodnout**
  - řádně **provést** vše potřebné a **zhodnotit** efekt



# Dovednosti

- Rozvíjet obecnou manuální zručnost
- Snažit se a vyhledávat manuální činnosti
- Nepolevovat v úsilí
- Soustředit se především na vlastní slabiny
- Požádat zkušenějšího
  - O ověření, zda postup ovládám
  - O doplnění výkladu postupu
  - O asistenci, možnost provedení pod dozorem
  - O hodnocení – chyby?
- **Procvičovat, procvičovat, procvičovat..**



# Postoje ..

## **Ve vztahu k pacientům**

- Respekt k autonomii
- Nonmalaficience
- Beneficience
- Rovnost v přístupu, spravedlnost
- **EMPATIE**

## **Ve vztahu k prostředí**

- Kolegialita
- Otevřenost
- Poctivost
- Ekonomická racionalita
- Schopnost vést i být veden
- Respekt k organizaci

# A co já ?

- Empatie
- Píle
- Sebekritičnost
- Uměřenost projevu
- Skromnost



- Ctižádost
- Pevná vůle
- Důslednost
- Zdravé sebevědomí

Doporučení č. 1

Měli byste mít vzory !



**MUDr. Vladimír Lemon 1923 – 2012**



**MUDr. Bedřich Nejedlý 1927 - 2003**

## Doporučení č. 2

Píle, píle, píle...

Bez práce nejsou koláče ..

Abyste byli nejlepší, musíte  
pracovat přesčas

Floyd Mayweather



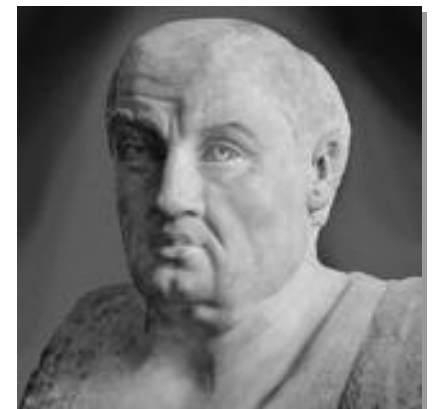
Pracujte, zatímco ostatní se  
baví

Sir Winston Churchill



Píle je největší pomocí i  
prostřednímu nadání

Seneca





# Snad několik slov závěrem

- „Hlavně, aby se nevytratila radost..“

Ivan M. Jirous, 1944 - 2011

- Máte-li možnost, vyjeďte na zkušenou do zahraničí
- Medicína je věda o nejistém a umění pravděpodobnosti
- Dobrý lékař dneška může být pozítří nepoužitelný
- Smyslem lékařství je vyřešení konkrétního problému daného pacienta

Děkuji za pozornost

[karel.cvachovec@fnmotol.cz](mailto:karel.cvachovec@fnmotol.cz)