



Kardioloģe, kura darbu dara no sirds, – šo vārdu spēli pilnā mērā var attiecināt uz Liepājas reģionālās slimnīcas Terapijas nodalas višārsti. Tas pamanīts un novērtēts ne tikai dzimtajā pilsētā, bet arī visā Latvijā – pasludinot 2013. par Sirds veselības gadu un godinot labākos speciālistus, kuri ar savu ilggadējo darbu snieguši īpašu ieguldījumu Latvijas kardiologijas attīstībā, tika izcelts arī IVETAS ŠIMES veikums.

Iluta Dreimane, foto: Jānis Kārkliņš

# VAJAG, LAI BŪTU INTERESANTI

**Esat liepājniece, kura pēc studijām Rīgas Medicīnas institūtā atgriezās dzīmtajā pil-sētā.**

Tobrīd Liepājā atklāja jaunu slimnīcu un mūs pieņēma pēc skolas sola. Mans toreizējais vadītājs teica – nodalā viņai netik, viņa varēs kaut 10–15 gadus palikt ātrojā palīdzībā. To-laik bija kardioloģijas–reimatoģijas nodaļa. Tad nu braucu ātrojā palīdzībā, uz pusslodzi strādājot nodaļā. Toreiz ātrajos nebija ne vienas – bija ārsti, kardioloģijas brigādes, kas arī ārsteja, ne tikai sniedza neatliekamo palīdzību. Patiesībā tā bija ļoti laba pieredze.

Arī rezidentūra, kā to tagad sauc, man bija ātrojā palīdzībā. Atvedu slimnieku, noliku uzņēmšanā. Pēc tam nākamajā ritā kīrurgi pasauc – nāc, apskaties zālē, ko tu esi atvedu si. Protams, tad arī izmācis. Tā bija laba padomju laika sistēma. Arī tie ārsti, kuri stradaja poliklinikās, slimnīcā nāca dežurēt.

**Vai piepildījās prognoze par 10-15 gadiem?**  
Jā. Nostrādāju ātrajā palīdzībā, tad aizgāju strādāt zālu firmā, jo naudas bija tik, cik bija. Es aizgāju vienu no pirmajām, kad lielas firmas atlašja ārstus. Darīju to tikai un vienīgi materiālu apsvērumu dēļ. Drusciņ tomēr piestrādāju ari par ārsti, sertifikāti palika. Sākumā nauda tem laikiem bija lielāka, pēc tam vairs ne tik daudz, lai motivētu turpināt.

**Kā notika atgriešanās?**  
Nogurdināja palikšana vienā līmenī. Tu tirgo tirgo vienu tabletī. Loti labi tirgo, karjeras

Pieturzīmes  
IVETA ŠIME

- Liepājas regionālā slīmīcas Terapijas nodalas virsārste, kardioloģe, arodislimbu ārste, diētas ārste.
  - Dzimusi un augusi Liepājā.
  - Mācījusies Liepājas 5. vidusskolā.
  - Lemjot par nākamo profesiju, izdarījuši izvēli starp filoloģiju un medicīnu.
  - Vecāki, nebūdami saistīti ar medicīnu, ieteikuši stāties Rīgas Medicīnas institūtā.
  - Tris dēļi māte.
  - Patik lasīt, klausīties mūziku, doties skrējenos gar jūras krastu.
  - Recepte veiksmīgai dzīvei – dari darbu, kas patik un ir interesants, tad labi jutīsies pats un arī apkārtējie.

izaugsmē it kā ir iespējama. Es jau nebiju vairs tikai tablešu tirgotājs, biju produktu mēnešeris, veidoju līnijas. Un tā bezgalīgi brauc pa šoseju – īstenībā vairs nevari atcerēties, kuru dienu jābūt Rīgā, Tallinā vai Viļnā. Citei nedēļām kursē uz Rigu... Vienā brīdī tev pazūd bērni – nezini, kas viņus savācīs, vai viņi pie mammai vai mājās.

Tad kļūst ari neinteresanti. Tu saproti, ka tā ir gandrīz vai neirolingvistiskā programmēšana – pārdošana. Ja tas kļūst neinteresanti, tad ej atpakaļ, meklē kaut ko citu, kas ir aizraujošāks. Man noteikti vajag, lai būtu interesanti. Ja no rīta celies un eju uz darbu, domājot, cik tas ir šausmīgi, tad labāk neej, bet dari kaut ko citu.

Atceros – teicu, ka negribu atpakaļ kardiologījā, tur mirst. Bet izrādījas, ka kardiologījā mirst daudz mazāk nekā no hroniskajām slimībām. Kardiologijā slimnieka nāve – tas ir negaidīti, pēkšni. Piemēram, slimnieki nefroloģijā mirst ilgi, grūti.

Tātad nevajag ticēt statistikas datiem, ka vairāk nekā puse mirst no sirds un asinsvadu slimībām?

Jāsprot – statistika ir tāda, kādu izveidojam. Ar ārstu rokām, pildspalvām, viņu galvās. Ārs-tiem ir klasifikators, pēc kā jāstrādā. Ja neder ūsi slimība, varam piemeklēt citu, bet piemek-lēt mēs varēsim. (*Pasmaida*)

Liepājas reģionālā slimnīca šajā jomā ir ļoti kvalitatīva – neskaidrās nāvēs tiek pata-natomiski izmeklētas. Manuprāt, mums ir visvairak izmeklejumu Latvija. Ľoti uzmanīgi sekojam, kas, cik un kāpēc notiek. Arī, lai paši mācitos. Jo ne vienmēr viss ir tik skaidrs, kā gribētos. Piemēram, pēc pacientes nāves jādzara atzīme par smēķešanu – vai tā vei cināja, neveicināja, vai cilvēks nesmēkēja. Bēt sievīņa savos 86 gados vairs neatcerējās, veicināja vai neveicināja. Pēdējos sešus gadus nesmēkēja, bet jaunības gados smēkēja. Cits pacients iestājas komā. «Nezinā» vai «neietekmē» nav labi statistikai, šie jēdzieni nav analizējami, bet kaut kas ir jāatzīmē. Tādējādi veidojas māksligi veidojati dati.

## MEDICUS BONUS

smaga niero slimība un vēl kāju artēriju slimības. Kuru izvēlēties, kāpēc viņš nomira? Vai no sirds mazspējas, bet varbūt no smadzeņu mazspējas? Tāda ir statistika – kaut kas jāizvēlas.

**Jūsu pienākumu loks Liepājas reģionālajā slimnīcā ir plašs, strādājat arī par arodslimību un diētas ārsti.**

Tas nācis viens aiz otru. Par arodslimībām runājot, kādam tas vienkārši bija jādara. Tā nav dīži brīva izvēle, bet tas nav arī piespiedu kārtā – vienkārši tā dabiski noticis. Diētas ārstam – tādam ārstam, kurš prot ārstēt cukurslimību (droši vien arī niero slimības), jābūt arī kardiologam, jo tas viss iet kopā. To parādīja arī pēdejais reģistrā apkopojums par kardioloģiskajām slimībām, par akutu kardioloģisku sindromu. Arvien lielāks ir to cilvēku skaits, kuri ir resni. Nevis vienkārši apļi, bet resni. Pieaug slimnieku skaits, kuriem notiek akūtas sirds katastrofas un pirmo reizi vienlaikus tiek diagnostēti diabēts. Tās divas lietas iet kopā, un jābūt speciālistam. Mūsu slimnīca ir diezgan nozīmīga arī bariatrijai. Tādu pacientu, kam tas vajadzīgs, ir daudz. Kardioloģijā tas noder.

Cilvēki arī daudz jautā. Jautājumi ir ļoti tradicionāli – par kafijas, tējas dzeršanu, par dažādu produkta ēšanu. Par to brižiem brīnos, jo interētā var uzzināt, izslīst un apskaitīties dažādus viedokļus.

**Varbūt dzīvajam dakteram vārdam lielāks svars?**

Jā, jā, tev dakteris visu smalki paskaidro! Sīktakts variants, kā diezgan bieži noteik endokrinoloģijā. Ārsts izsniedz labos padomus par ēšanu, kādam, jābūt svaram, bet es aizeju uz asociācijas sēdi, kur redzu, ka speciālistiem pašiem nav labākie panākumi – tas slimnieku motivācijai noteiktī nenāk par labu. (Smaida.) Savukārt, ja aizbrauc uz kardiologu kongresiem, semināriem, satieku varbūt dažus kolēgus, kuri drusku apļāki. Taču kopumā – labā izskata un formā. Viņi nesmēķē, sporto. Īpaši invazīvie – pavismi tievi.

**Vai pati arī sevi apzināti turat formā, lai pacientiem rādītu labo piemēru?**

Neesmu nekad bijusi resna. Trīsreiz mūžā esmu bijusi astoņus kilogramus smagāka nekā tagad. (Daktere ir trīs dēlu mamma. – Aut.) Pirmām kārtām ģimenē ēdam veselīgu pārtiku. Mana mamma visu, kas ir zaļš, izaudzē laukos. Diezgan ilgus gadus vira vecāki arī gaļu audzēja paši.

Mēs, piemēram, ēdām trusi, kas tiek ieteikts kā ļoti diētisks. Ēdam zivis.

Pēdējā laikā ģimenē tāda maza apceļšanās, ka «ledusskapi neviens nedzīvo». Laiku pa laikam kāds ienāk virtuvei un paskatās ledusskapi. Prasu – kaut ko vēlējies? Atbild – nē, es jau ēst negribu. Pēc brīza atkal nākamais tāpat. Prasu – vai tur ledusskapi kāds dzīvo, ka visu laiku jāuzmanī? Ir paēdis, ēst negribas, vienkārši meklē kaut ko tādu. Bet no tā «kaut kā» tāda jau arī «uzēdas».

**Kā tad pārmācīt, lai tā nedara?**

Domāju, ka nevajag nevienu īpaši mācīt. Jo nav pierādīts, ka apāļīgie cilvēki dzivotu isāku mūžu nekā ļoti tievie – nav tādu pierādījumu. Apāļie tāpat dzīvo laimīgu un ilgu mūžu. Teta ģimene sievietes ir apalīgas, dzīvo pāri 90 gadiem, ir laba atmiņa, viņas ir runātīgas, dziedošas, tamborē. Gēni tomēr lielā mērā nosaka mūsu veselību.

Daudz strīdu ir par to, ka mums vajag jaunākas zāles, ka nepietiek ar tām, kas ir. Viena tablete pazemina asinsspiedienu, cita – cukura līmeni, vel kāda – holesterīnu. Droši vien nākamie pieci septiņi gadi mainīs zāļu lietošanu medicīnā un to, kā cilvēki tiek motivēti tās lietot. Jo gribēs dzīvot ilgāk.

**2013. gads pasludināts par Sirds veselības gadu. Vai šādām akcijām ir kāda jēga un atdeve?**

Pierādīts, ka atkārtošana kaut ko iemāca. Cīrīz liekas – vecas, vecas lietas, ko pagājušogad vai aizpāgājušogad mācījām, kāpēc lai šogad atkal sludinātu to pašu? Bet cilvēka atmiņa ir īsa. Piemēram, kāda liela kompānija jaunu produktu prezentē ar prestiža profesora lekcijām. Noklausos, man viss skaidrs. Tad aizbraucu uz kongresu, bet tur atkal lasa to pašu. Saku – kā, nepilna pusotra mēneša laikā tās pašas lekcijas ar tiem pašiem cilvēkiem? Viņi – mums ir nolemts, ka sēsās reizes vienu un to pašu klausīties, tad zināsiet. Tāpat ir ar kampaņām. Varbūt katru otro gadu sešas reizes pēc kārtas – tie ir 12 Sirds veselības gadi, tad arī kaut kas mainīsies. Jo no vienas reizes nemainās! Cīrvēkiem jāizaugs pareizās informācijas vidē. Kaut kas jau mainīs mūsu bēmiem – kā viņi ir iemācīti un kā viņi mācis savus bērnus. Taču sīktāk klājas, mēģinot iemācīt ko jaunu saviem vecākiem.

**Vai atliek samierināties, ka viņi domā un dara citādi?**

Piemēram, grūti ieskaidrot kundzei gados, kura

atnāk ārstēt augstu asinsspiedienu – tam jābūt tādam un tādam, jālieto zāles. Viņa saka – bet mana mamma nomira no augsta asinsspiediena, un viņu tās zāles neizārstēja, kāpēc man jādzēr? Jā, taču tikai no 1995. gada ir pētījumi un kvalitatīvi medikamenti, kas asinsspiedienu ne tikai pazemina, bet arī ārstē. Viņas mamma nebija tādu zālu. Sirmajai kundzei tas neliekas saprotami. Cīlēkam tās šķiet pavisam iss posmīš – viņas mamma un tagad viņa.

**Kāds jūsu skatījumā Latvijā ir līmenis kardiolīģijā?**

Latvijā kardioloģijas līmenis ir augsts. Un Liepāja nav mazpilsēta, Liepājas slimnīca nav maza slimnīca. Tā ir optimāli aprīkota. Tādas attiecīgos reģionos veido visā pasaulē. Mūsu izrakstus rādīt nav kauns. Ir bijusi slimīnieki no visas pasaules. Nāk izraksti no Madrides, no Toronto. ļoti smalki izraksti, protams, no Vācijas. Mūsējie nav ne par matu sīktāki, tie ir pat labāki. Mums ir jaunākās paaudzes zāles, ko kompensē valsts. Nav šaubu – mums ir ļoti augsts līmenis, kāda vairumā valstu nav.

**Kā jums šķiet, kas nodrošinājis, lai tā būtu?**

Domāju, ka gudri cilvēki, kuri tajā laikā, kad attīstījās tehnoloģijas, saprata, cik tās būs nodergas, un sāka tās laikus izmantot. Kaut vai invāzīvā kardioloģija, kas 1992.–1995. gadā visā pasaulei strauji attīstījās, līdztekus arī pie mums.

**Vai ārsts uz tehniku vienmēr var paļauties?**

Varbūt vajadzīga arī intuīcija? Kāds neonatologs reiz apgalvoja, ka tajā, kas medicīnā tiek darīts, ir arī sava daļa mākslas.

Man šķiet, ka vēl lielāka māksla ir būt dzīvnieku ārstam – tur jābūt tikai māksliniekam un sensoram domu lasītājam. (Pasmaida.) Nē, nepietiek tikai ar datiem vien. Visi dati jau nav glūži tehniski. Visur ir cilvēciskais faktors. Tapēc jaunajam ārstam mūsdienās jāiemāca institūtā domāt, taču, šķiet, tas īsti nenotiek. Studentu mums daudz, viņi slimīcā var apgūt to, kas turpmāk noderēs, pādarīs darba dzīvi vieglāku. Taču šai lietai viņi nav gatavi. Piemēram, negrib klausīties, kā vieglāk pildīt dokumentāciju. Jābūt saprašanai, kā veidojas tava alga, jo slimnīcas ir uzņēmumi, tās nav labdarības iestādes. Jāzina, cik tu tērē. Ja valsts apmaksā manipulācijas, ko dari, tad, lūdzu, pieraksti! Valsts iestādēs jau arī nesēž zīlnieki, bet cilvēks pie datora.

Ja studentus mācītu domāt, viņi būtu daudz gatavāki, drošāki, justos komfortablāk. Pēc

8  
oktobris  
2013



## MEDICUS BONUS

būtības viņi tāču ir gudri, ja izgājuši *cauri* pieciem studiju gadiem. Un arī izturība tad jau ir. (Pasmaida.)

**Bet ir lietas, kas nāk tikai ar pieredzi.**

Vienmēr atceros rezidentu Konrādu Funku, nu viņš gastroenteroloģijā strādā. Viņam bija palāta, drīkstēja ārstēt pacientus. Protams, pieskatīju, gājām kopējās vizītēs. Bija tāda kundze – sež gultā, skatās spozām acīm, ātrs sirds ritms, aritmija. Ārstē, ārstē – nekas nesanāk. Viņš saka: «Iveta, nāc apskaties! Visu daru pareizi, tā kā vienmēr, bet nekas nesanāk.» Labi – kundzi zinu, paskatīšos klusu pie durvīm, kas tur ir, kamēr viņš iet vizītē. Tad nu skatos – viņai vairogdziedzeri šausmīgi palielināta funkcija, tāpēc tās acis! Visu izstāstu, un Konrāds man prasa – cik gadu jānorādā, lai tā, pie durvīm stāvot, noteiku diagnozi? To viņš gribetu panākt.

**Un cik jānorādā?**

Droši vien citam tas ir dots, citam nav. Bet darbā arī ir cikli. Kad strādā ātrajos, pēc pirmajiem trīs gadiem tev liekas, ka esī speciālists, visas slimības pazīsti. Un tad sākas! Viena nepareiza diagnoze, otra... Tu iestrēdz – kā tas var būt? Pārējie kolēgi, kuri norādājuši ilgāk, saka – tā ir visiem trīsgadniekiem, tas pāriet.

Tad pājet kādi desmit piecpadsmit gadi – tev liekas, vēl esi jauns, bet jau zini. Un tad atkal liktenis kaut ko piespēlē. Nezinu, vai tas tādēļ, lai atstādinātu atpakaļ uz zemes?

Nostrādājot 25 gadus, neesi neklūdīgs, bet māki izskaidrot, kāpēc tā notiek. Vai tas kāds ļoti rets un sarežģīts gadījums, vai tu esi bijis vienkārši nevērīgs vai noguris, neesi kaut ko noklausījies, ticejīs kādam kolēgiim. Varbūt vienkārši esi pārliku uzticījies aparātūrai. Ja proti analizēt un saproti, kā tas notiek, labi – tā dzīvē ir. Nav visas tikai baltas vai gaiši zilas govis, lielākoties ir zebras.

**Kas kaspringtājā ikdienas ritmā palīdz noturēt līdzsvaru?**

Tas, ko jaunajiem vienmēr saku, – jāiemācās atšķirt to, ko vari mainīt, no tā, ko nevari. Ir lietas, kurās tu vari cesties neatlīkt, citādi tās tevi urbiņa, kaitina un dzen stresā. Un ir tādas, ko nevari mainīt – tad neatzītēc, nedomā, neapspriед ne ar draudzenēm, ne ar kolēgiem. Labāk dzivo tie, kuri nemaināmo noliek malā. Nav vērts uztraukties tikai uztraukšanās pēc. Tas neko tavā dzīvē neuzlabo, tikai sabojā attiecības ar kolēgiem, ar ģimeni. Pienāk laiks, un cilvēks to saptot.

**Ja visi ienems nogaidošu pozīciju, iestāsies stagnācija.**

Neviens ugunsdzēsējs viens pats nedodas ugunsgrēkā – viņš sagaida komandu, ūdeni un tikai tad dzēš. Jāatšķir varoniba no muļķības.

**Vai valaspriekam arī paliek laika?**

Es daudz lasu. Man patīk tādas grāmatas, kur ir absolūti neiespējamās misijas, kur es zinu – ar dzīvi tas nav saistīts, tā nevar notikt. Bet jābūt kvalitatīvam darbam, lai neparedzu beigas. Tā var būt fantastika, arī labs kriminālstāsts. Ir grāmatas, kuras palasus norises vietas dēļ. Pieiemēram, pēdējo Dena Brauna grāmatu, jo pagājušo vasarā bijam Venēcijā. Tad salīdzinu ar redzēto, vai visu aprakstītu esmu apskatījusi.

Klausos mūziku. Mani kolēgi zina – ja skan Metallica, tad ir kaut kādas ziepes un pašreiz tiek domāts, kā to labot. Ja ir Depeche Mode, tad visi ir priecīgi, apmierināti, drīz būs alga.

Jūrmala ir piemērota vieta skriešanai. Ja māc

valsti. Es zinu, ka mans gads vēl nav pensiju plānā – uzskatu, ka tas ir nenormāli. Ja cilvēkam, kuram ir 30 gadu darba stāžs un vairāk, maksati nodokļi, bet tu neesi pensiju plānā, nevari plānot savas vecumdienas...

Ārsts manā specialitātē kaut kā var «novilk» un strādāt arī 65 gados. Bet, ja viņš ir ļoti augstas klases speciālists kaut vai tai pašā invazivajā kirurgijā, nezinu, vai viņam būtu labi un saprātīgi to darīt līdz tādam vecumam, kā mums plāno. Jābūt iespējai, ka ārsts ir konsultants – viņam ir labas zināšanas, liela pieredze, viņš audzina jaunos. Bet tas ir sirds darbs, tas jau ir nopeļnīts, nevis būtu jāuztraucas, kā dzīvot.

Cilvēkiem ar intelektu diskomfortu rada tas, ka viņi nevar apmierināt savas intelektuālās vajadzības. Tas bija viens no iemesliem, kāpēc es savulaik aizgāju strādāt uz firmu. Ne tādēļ, ka visu laiku jāstaiga vienās biksēs – zilas. Labi izskatījās, nekāda vaina. Bet nomāca, ka nevarēju nopirk grāmatas, kuras gribēju. Mūzikas diskus.

**Ja proti analizēt un saproti, kā tas notiek, labi – tā dzīvē ir. Nav visas tikai baltas vai gaiši zilas govis, lielākoties ir zebras.**

nogurums, tad der ātra staigāšana. Staigāšana pat ir labāks kardioloģisks treniņš. Skriet var tikai tie, kuri visu mūžu skrējuši. Tā kā mans tēvs uzskatīja, ka bērniem jābūt sportiskiem, tad to daru. Bet nevienam neiesaku kaut ko tādu sākt vecumā.

**Kā ar ārstes bērnu veselību?**

Ļoti labi. (Piesit pie koka.) Viņiem patīk audzēt muskuļu masas, aizrāvusies ar virietisko smukumu. Visi trīs jauni vīrieši. Viens vēl mācās skolā, pārējie divi cenšas atrast sevi dzīvē. Kad sakū, ka jāatrod ātrāk (man jau viņu vecumā bija jāsāk strādāt par ārsti), viņi atbild – mūsdienās jau netieši ir līdz 36 gadu vecumam, un no daudzām lietām ir grūti izvēlēties. Viņiem intereses mainās ik pēc dieniem gadiem, man tas šķiet briesmīgi, bet viņiem – normāli.

**Kā izteļojaties savas vecumdienas? Esat par to domājusi?**

Es milu šo zemi, bet nevaru to pašu teikt par

Mums visu mūžu ir bijis abonements teātrī. Lai arī tajos gados tur neko dižu nerādīja, tik un tā tas pasākums, iziešana ļaudis. Kad vairs nevarēju aizvest bērnus uz izrādēm – tas bija iemesls.

Tas pats ir ar pensijām. Ja zini, ka varēsi samaksāt par dzīvokli, ka aplūsis putekļusūcējs nebūs traģēdija. Nemaz nerunājot par tām lietām, kas ir apdrošināmās. Tagad, ja tev ir jāmaksā par to, ka salauz potīti, kaut arī tu maksā nodokļus, – tas nav normāli. Zinu, ir dažādas medicīnas apdrošināšanas, bet zinu arī Argentinas variantu. Kad tur medicīna sabruka, valsts bankrotēja – cik viņiem ielās bija amputēto kāju! Vai mēs arī «ejam» uz tādu modeli? Tas man liekas netaisnīgi. Es esmu izdarījusi to, kas pienākas, – trīs bērni man ir, strādājusi esmu.

**Ir kāds dzenulis, kas tomēr liek iet uz priekšu?**

Nekad neesmu teikusi, ka man nepatik strādāt. Man patīk! Ja gribas atpūsties, varu «panemt» kadas pāris nedēļas, pat nevajag tās 30 dienas. Vajag izveleties darbu, ko vari darīt no sirds.



9  
oktobris 2013