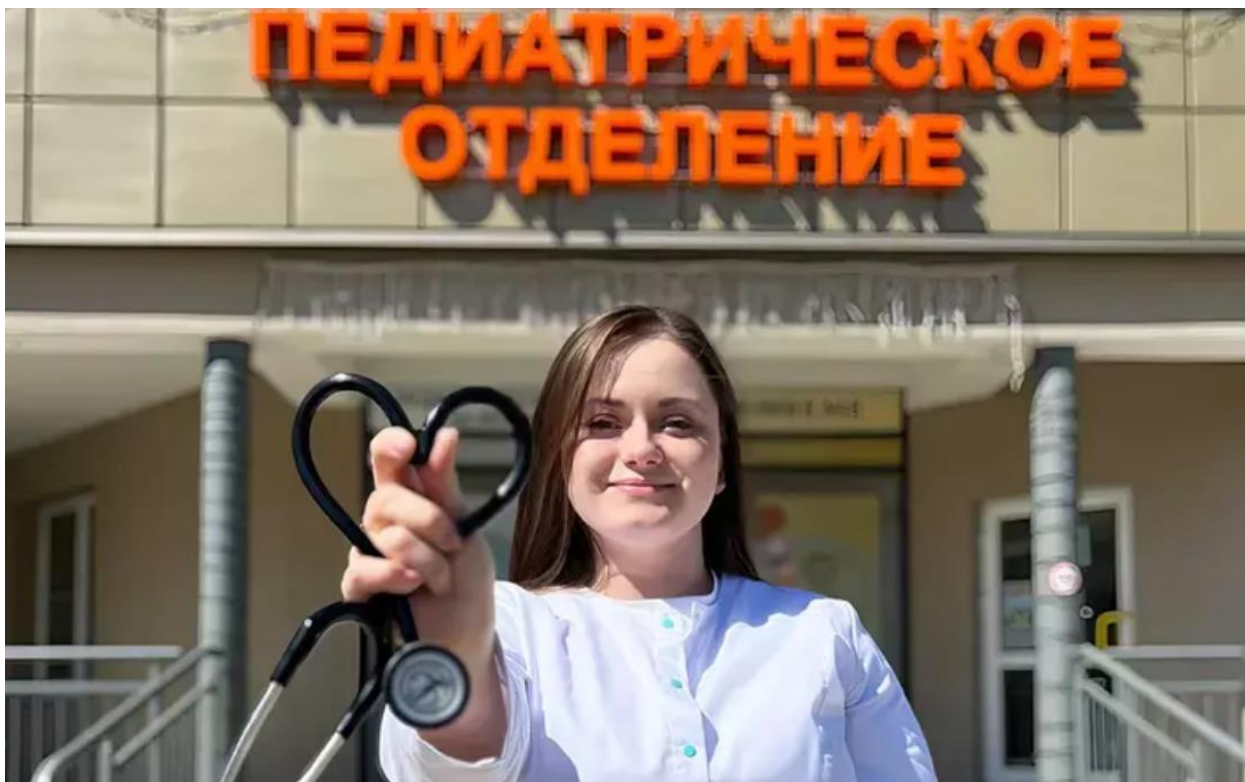


Маргарита Рымашевская: «В каждом дне нужно замечать хорошее!»



Маргарита Рымашевская — участковый врач-педиатр филиала № 2 Детской центральной городской клинической поликлиники Гродно — яркая, творческая, целеустремленная личность. Окончила музыкальную школу с отличием и не представляет своей жизни без фортепиано и вокала. А еще пишет стихи, увлекается выпечкой и декорированием десертов, вязанием игрушек крючком. В этом году стала лауреатом премии «Призвание» среди молодых работников здравоохранения.

Высокий посыл от мамы

Маргарита, расскажите немного о себе: как вы пришли в медицину и почему выбрали именно педиатрию?

Мечта про медицину родом из детства. Моя мама Лариса Викентьевна Конопацкая — медсестра. Она долгое время работала в роддоме, потом в областной больнице. Мама никогда не настраивала меня на то, что надо идти в ту же сферу: не понаслышке знала о всех сложностях, очень много сил и времени отдавала работе. Всегда говорила нам с сестрой, что работа в медицине еще и духовная. И сегодня я с этим согласна: нужно чувствовать, что это твое призвание, быть готовым помогать и отдавать, быть небезразличным к пациентам и их родным. Конечно, ее пример, рассказы о больнице и пациентах сыграли большую роль в моем профессиональном самоопределении. А еще меня очень увлекли и вдохновили популярные сериалы о медицине: «Доктор Хаус», «Анатомия страсти»... Я даже не думала ни о какой другой профессии, кроме врача. Хотя я окончила музыкальную школу с отличием, выступала на мероприятиях, пела в ансамбле и хоре. Многие говорили, что именно это мое призвание, я должна быть на сцене или стать преподавателем и обучать юные таланты. Но я для себя такие варианты не рассматривала, хоть и очень люблю музыку.

И в итоге стала врачом, который при любой возможности поет. Тем, как все сложилось и движется в моей жизни, я довольна.

Выбрать специализацию было сложнее. Сначала я представляла себя кардиохирургом, который спасает людей. В детстве мне делали УЗИ сердца и обнаружили фальш-хорду. Я сначала подумала, что это какой-то страшный порок. Так и появилась мысль оперировать, помогать людям справиться с серьезными болезнями сердца.

Я не только училась в университете, но и рано начала подрабатывать. На втором курсе устроилась санитаркой в 1-ю реанимацию Гродненской областной больницы (сейчас университетская клиника). Меня с детства приучали к самостоятельности. Хотелось побыстрее и самой прикоснуться к медицине, и в то же время не обременять родителей своими расходами: я училась бесплатно, а моя младшая сестра через год поступила в вуз на платную форму обучения.

Совмещать работу и учебу было сложно, но интересно. Именно это помогло мне в итоге сделать более осознанный выбор специализации. Ведь я на деле со многим познакомилась в больнице,

На первом курсе у меня под впечатлением от медицинских фильмов появилось желание стать реаниматологом, спасать людей, которые находятся на грани жизни и смерти. Но спустя год, оказавшись в таком отделении, пусть и в роли санитарки, я довольно быстро поняла: это не мое, я очень впечатлительный, эмоциональный человек, морально не могу потянуть такую работу, пропускаю через себя каждую историю.

Чувства были противоречивые: я плакала, уставала и в то же время была очень довольна, что вместе с коллективом профессионалов причастна к великому делу, вношу в него свой вклад.

На пятом курсе я работала уже медсестрой в отделении гемодиализа. Пришлось углубиться в экстракорпоральные методы детоксикации. Это тоже был важный опыт. Так, постепенно, совмещая учебу и работу, я пришла к пониманию, что мне по душе педиатрия. О своем выборе не жалею. Общаясь с пациентами, получаю очень много положительных эмоций. Мне нравится, что нужно обладать широким спектром знаний, ведь в числе наших пациентов и новорожденные, и подростки, и семнадцатилетние юноши и девушки. Нужно уметь лечить и детей, и уже практически взрослых людей.

Радость за выздоравливающих пациентов

Каким было начало вашего профессионального старта в качестве терапевта?

Сейчас я работаю в учреждении здравоохранения, где проходила интернатуру. Только тогда наш филиал № 2 детской поликлиники был амбулаторией. Была рада попасть сюда: микрорайон новый, детей много. А мне очень хотелось максимально перенимать опыт и готовиться к следующему этапу своей жизни. Потом я была направлена в педиатрическое отделение поликлиники Скидельской горбольницы. На протяжении трех лет каждый день ездила на работу туда из Гродно. Сначала я была в растерянности и стрессе, а потом оказалось, что добираться довольно удобно. Скидельская городская больница стала тем местом, где я училась самостоятельности.

Оглядываясь назад, сравнивая с сегодняшней ситуацией, хочу сказать, что это хорошая схема — начинать врачебную деятельность в небольших городах.

За участком было закреплено меньшее количество пациентов. В то же время зона обслуживания была гораздо больше, некоторые населенные пункты находились в 20 километрах от города.

Время, когда я была молодым специалистом, совпало с ковидной пандемией. Так что я работала еще и в ковидной бригаде — это была настоящая закалка.

Со временем получив опыт, я устроилась на работу в родном Гродно, где живет моя семья. Меня неоднократно приглашали назад, в филиал детской поликлиники, где я проходила интернатуру. Когда такая возможность появилась, я вернулась сюда в педиатрическое отделение № 1. Моей наставницей во время интернатуры была Екатерина Николаевна Готто. Она меня всему учила, а потом снова взяла под свое крыло. Сейчас Екатерина Николаевна является заведующей нашим отделением.

Для меня самая большая радость в работе — видеть, что мои пациенты чувствуют себя лучше и выздоравливают, снова полны энергии. Конечно, не переживать за них невозможно.



Приходится сталкиваться с разными случаями. Важно ничего не упустить и действовать без промедления. Например, у одной девочки острая респираторная инфекция дала осложнение на почки, началась нефропатия. Благодаря тому, что реакция на изменения в анализах была быстрой, пациентка была направлена в больницу, где получила своевременное лечение, никаких последствий в дальнейшем не осталось. Родители были очень благодарны.

У другого маленького пациента была энтеровирусная инфекция тяжелой формы. Появилась настолько обширная сыпь, что на ребенке практически не было живого места. От госпитализации мама отказывалась. Поэтому мальчик находился под наблюдением на дому. Я колола ему противоаллергические уколы, чтобы облегчить зуд. Постепенно состояние кожи нормализовалось. Родители тоже были рады, что удалось справиться с недугом в домашних условиях, не усиливать стресс ребенка нахождением в больнице.

Что вас как молодого педиатра волнует и радует сегодня?

Беспокоит прежде всего тенденция роста некоторых заболеваний. К примеру, даже за годы своей работы с сожалением отмечаю, что столько пневмоний раньше не было. Когда я трудилась в Скиделе, то на участке было пару пневмоний за год. Для сравнения, в прошлом году такой диагноз был поставлен без малого 30 пациентам. Гораздо больше стало и ларингитов, тяжелых

энтеровирусов, аллергических реакций, в том числе и ангионевротических отеков, даже на укус какой-то мошки. Приходилось сталкиваться и со скарлатиной, мононуклеозом, о которых во время учебы в университете нам говорили как о большой редкости...

Обязательно напоминаю пациентам и их родителям, что нужно укреплять иммунитет, а значит и полноценно питаться, и вести активный образ жизни, бывать на свежем воздухе.



Современных детей и подростков порой очень сложно оторвать от гаджетов. В то же время меня радует, что сейчас больше возможностей для того, чтобы вести здоровый образ жизни и формировать правила пищевого поведения, регулярно делать зарядку. Многие блогеры пропагандируют такой подход, делятся собственным опытом.

Среди моих пациентов также есть осознанная молодежь: ребята ходят в тренажерные залы, занимаются разными видами спорта, танцуют... Чаще внимание на этом акцентируют не они сами, а их родители. Но порой и без того худенькие девушки в погоне за суперстройной фигурой изводят себя диетами, мало едят. Всегда провожу беседы, объясняю, что у них не может быть красивой внешности, волос, ногтей, если они недостаточно питаются.

А кому-то, наоборот, приходится объяснять, что лишний вес, привычка переедать, злоупотреблять жирной пищей, сладким не пустяки: можно самому себе с юности серьезно ухудшить здоровье на всю жизнь.

Педиатры ведут своих пациентов от младенческого возраста до окончания школы. Хочется работать на опережение, не лечить, а предупредить какие-то болезни, учить правильному отношению к своему здоровью. С этой целью я с интересом участвовала в мероприятиях ко Всемирному дню ребенка и Дню педиатра. Проводила для ребят викторины, в игровой форме объясняла важность вакцинации против гриппа. Мне хотелось показать: забота о здоровье может быть веселой, интересной.

Сочувствие — ключ к пониманию

Насколько сложно находить общий язык с пациентами и их родителями?

Мне нравится общаться с детьми, наблюдать за тем, как они меняются. Часто, когда на приеме малыши, использую игровые элементы. Простой пример: вместо «Покажи живот» можно сказать: «А давай послушаем, что говорит твой животик?», «Покажи свой пузик-арбузик», «Давай посветим на зубки», «Покашляй как старый дедушка». Помогают и игрушки, раскраски, наклейки... Продумываю варианты таких небольших сюрпризов. Есть изначально очень недоверчивые пациенты, которых сложно осмотреть. Но со временем они привыкают ко мне, и проблема исчезает. Потом приходит уже совершенно другой, открытый ребенок, который по моей просьбе и майку без проблем подымает, и глубоко дышит, как серый волк на поросят... С детьми важно уметь говорить на их языке.

Родителей надо уметь слушать и слышать. Порой мамы очень эмоционально ведут себя и реагируют на мои слова. Нужно делать на это скидку, ничего не принимать на свой счет. Надо оставаться спокойным и помнить, что влияние оказывает и стресс: женщины переживают за своих болеющих детей.

У меня на приеме хватало и слез даже в случаях, когда волноваться, казалось бы, особенно не из-за чего. Но я знаю, что передо мной мама нескольких детей, которые болеют один за другим. Она частый гость в поликлинике, возможно, у нее давно нет возможности нормально выспаться. Конечно, порой выдержать все это эмоционально очень сложно. В таких случаях надо просто отнестись с пониманием, поговорить и успокоить человека.

Спустя время ребенок выздоравливает, мама приходит в совершенно другом настроении, улыбается. Я понимаю, что не зря училась и тружусь. Было очень приятно, когда я узнала, что стала лауреатом премии «Призвание». Я на это и не рассчитывала, хотя коллеги поддерживали и убеждали, что иначе и быть не может, ведь у меня много достижений в разных сферах.



Вы нашли призвание и вместе с тем смогли не отказываться от своих хобби...

Я по-прежнему не представляю своей жизни без музыки. Постоянно что-то напеваю — и когда принимаю душ, и когда занимаюсь домашними делами. Окончила музыкальную школу по классу фортепиано. Вокалом занялась позже. Во время учебы в университете, за исключением первого

курса, времени на участие в мероприятиях у меня не было. К активной творческой деятельности я вернулась благодаря нашей заведующей, поддержке коллег. Теперь снова являюсь ведущей и пою на разных праздниках, участвую в конкурсах... Например, очень ярким получился новогодний утренник для детей наших сотрудников. Также мы с коллегами посещали Гродненский областной специализированный дом ребенка и Понемуньский детский дом. Устроили яркий праздничный утренник для воспитанников. В этом году в рамках патриотической акции на студии записали легендарные песни Победы: «Катюша», «Мы за cenой не постоим», «На безымянной высоте». Кроме того, я попробовала свои силы в кастинге телевизионного проекта «Звездный путь».

Несколько лет назад я с интересом окончила курсы «Домашний кондитер» и «Wow-десерты». Я с удовольствием занималась выпечкой и раньше, однако захотелось делать это более креативно, чтобы радовать близких и знакомых. Мне нравится самой придумывать дизайн, удивлять своей вкусной и красивой выпечкой. К слову, на работе это хобби тоже пригодилось. Приносила свои тортики, капкейки, чтобы угостить и поздравить с праздниками коллег.



В университетские годы вместе с подругой загорелись и научились вязать игрушки крючком, началось с мотивации — хотелось порадовать каких-то детей. Гораздо приятнее не просто купить что-то, а придумать и сделать своими руками, вложить частичку души. И процесс создания, и результат дарят мне радость. Из петелек благодаря твоему творчеству появляется милый зверек.



А еще я очень люблю читать, не представляю свободного времени без книжки. Со школьных лет сама пишу стихи. Раскрываю в них свое виденье мира, рассказываю о вечных ценностях. Для меня это еще и мой своеобразный дневник, в котором запечатлены важные моменты жизни. Отрадно, что стихи, написанные в юности, где я мечтала «закончить школу на отлично» и «найти свое призвание», воплотились в реальность.

Все мои увлечения дополняют друг друга и приносят в мою жизнь разнообразие и гармонию.



Акцент — на позитивные моменты

Как вы успеваете все успешно совмещать? Благодаря чему получается быть такой энергичной и позитивной?

Жизнь интереснее и разнообразнее, вдохновения и энергии больше, когда двигаешься в нескольких направлениях. Нужно уметь отвлечься, переключиться на что-то другое, чтобы не выгореть, по-прежнему с радостью спешить и на работу, и домой. Иногда бывает тяжело, мало времени остается на сон. Но самое главное — всем важно чувствовать не одиночество, а понимание в любой ситуации. Муж всегда готов подставить мне плечо, поддерживает меня во всех начинаниях. И это очень ценно.

Я стараюсь в каждом дне замечать хорошее, то, что доставляет мне радость. Ведь и бытовыми делами можно заниматься в разном настроении. Настроиться на позитив мне помогают хорошая книга, прогулка по парку, любимая песня. Раньше занималась в спортзале, сейчас посещаю фитнес-занятия в балетной студии.

Все мы стремимся к тому, чтобы быть счастливыми, а для этого нужно быть в гармонии с собой, принимать себя, видеть свои достижения и дальнейшие цели. Мне важно не только планировать, но и понимать в конце дня, что все удалось выполнить.

Сейчас для меня в числе приоритетных задач — профессиональное развитие и крепкая семья, в которой царят взаимопонимание и уют. Все это требует постоянной работы над собой. Каждодневных больших и маленьких шагов.

Наверняка, у вашей молодой семьи сложились свои интересные традиции.

Самое важное — найти действительно близкого по духу и ценностям человека и потом идти вместе в тандеме, поддерживая друг друга, делая жизнь ярче, полнее и счастливее. У нас разные рабочие графики. Муж — водолаз, у него посуточные смены. Однако при возможности мы стараемся вместе

позавтракать и начать новый день. Для нас это важная традиция. А еще каждое лето обязательно отправляемся в походы с палатками, плаваем. Еще в числе наших увлечений сплав на байдарках и дайвинг. Такие приключения дарят незабываемые, яркие впечатления и напоминают, насколько прекрасен и разнообразен наш мир.



Татьяна Шимко, «МВ».

06.10.2025