



مصاحبه با بهورز بازنشسته

روایتی از ۳۰ سال ایستادگی و عشق در روستا

اعظم درویشی

کارشناس آموزش بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی گلستان



مرضیه جباری

کارشناس مسؤول آموزش بهورزی و رابط فصلنامه بهورز
دانشگاه علوم پزشکی گلستان



مقدمه

در دل روستاهای دورافتاده، جایی که دسترسی به امکانات مدرن گاهی دشوار است، بهورزان ستون‌های اصلی سلامت جامعه هستند. در این گفتگو با یک بهورز بازنشسته، از ترس‌های روزهای اول خدمت تا چالش‌های فرهنگی، از مدیریت بحران‌های اورژانسی با امکانات محدود تا نگاه به آینده بهداشت با تکیه بر علم و تجربه، صحبت می‌کنیم. این مصاحبه فقط یک گزارش کاری نیست؛ بلکه سفری است از دل انسانیت و تعهد در سخت‌ترین شرایط.



• لطفاً کمی از خودتان بگویید؛ از چه سالی کار بهورزی را شروع کردید، در کدام روستا خدمت کردید و چند فرزند دارید؟

رقیه اسلانی هستم بهورز روستای پیچک محله و دارای ۲ فرزند پسر هستم و از ۱۳۷۳/۱۲/۱ کار خودم را آغاز کردم.

• اولین روزی که به عنوان بهورز وارد روستا شدید، چه حسی داشتید؟ بزرگ‌ترین چالش یا ترس آن روز چه بود که الان با خنده به آن فکر می‌کنید؟

اولین روز حسی عجیب بود. انگار بین دو دنیا معلق بودم؛ هم خوشحالی می‌کردم که بالاخره وارد این مسیر شده بودم و هم ترس بزرگی در دلم بود. می‌ترسیدم نکند آن آموزش‌هایی که دیده‌ام، نتوانم در عمل انجام دهم. از مسؤلیت می‌ترسیدم؛ اینکه آیا می‌توانم همان واکسنی که یاد گرفته‌ام را با اعتماد به نفس در بازوی یک کودک تزریق کنم یا نه؟

اولین بار که خواستم واکسن هیپاتیت را تزریق کنم، انگار تمام وجودم لرزید. آن لحظه، تمام آن دانش کتابی، در برابر نگاه مردم و لرزش دست من، به چالش کشیده شد. اما همان لحظه بود که فهمیدم آن ترس، جرقه شروع عادی شدن این مسیر است.

• به نظر شما روحیه نسل جدید بهورزان (مثل شما) با نسل‌های قبل چه تفاوت‌هایی دارد؟ چه چیزی را در نسل جدید بیشتر تحسین می‌کنید؟

من نسل جدید را دوست دارم؛ چون جسور هستند. تا به یقین نرسند، چیزی را قبول نمی‌کنند. سی سال پیش، اگر بزرگ‌تری به ما چیزی می‌گفت، حتی اگر اشتباه بود، می‌پذیرفتیم. اما امروز، آن‌ها می‌پرسند: چرا؟ نصیحت من به آن‌ها این است: جسور باشید، اما با احترام. جسارت بدون احترام، قدرت خود را از دست می‌دهد.

• بهورزها اغلب در شرایطی کار می‌کنند که دسترسی سریع به پزشک یا بیمارستان سخت

هست. لطفاً یک خاطره از یک موقعیت اورژانسی یا چالش‌برانگیز تعریف کنید و بگویید چطور با

منابع محدود تصمیم گرفتید و اقدام کردید؟

سال اول خدمت بود. فاصله ما با شهر زیاد نبود، اما وسیله نقلیه عمومی و ماشین هم نبود. ناگهان خیر رسید: یک خانم باردار در حال زایمان است! وقتی رسیدیم، صحنه تکان‌دهنده بود. نوزاد تازه به دنیا آمده بود، اما بند ناف هنوز قطع نشده بود. با همان منابع محدود و در آن شرایط اضطراری، باید تصمیم می‌گرفتیم. با کمک ماما روستا که با تجربه‌تر بود، بند ناف را قطع کردیم و از یک استریل خانه بهداشت که همراه من بود استفاده کردیم. آن روز فهمیدم که در روستا، بهورز فقط یک کارمند نیست؛ او سرباز خط مقدم سلامت است.

• بزرگ‌ترین مانع برای پذیرش خدمات بهداشتی در روستاها چه بوده؟ چطور اعتماد مردم محلی را جلب کردید و مقاومت‌های فرهنگی را شکستید؟



داشت و اگر جوانی سالمی داشته باشیم، میانسالی و به تبع آن سالمندی بهتری خواهیم داشت. اگر این زنجیره رعایت شود، توازن بین پیشگیری و درمان به درستی برقرار خواهد شد.

• **دنیای پزشکی و بهداشت خیلی سریع تغییر می‌کند. شما چگونه خودتان را با دانش‌های جدید به‌روز نگه می‌داشتید؟ چه منبع یا روشی را به همکاران جوان پیشنهاد می‌کنید؟**

بازآموزی‌های برگزار شده در سیستم، تلویزیون، کتاب‌های مربوط به کار، تجربه ای که در روستا به دست آوردیم را با علمی که در کتاب‌ها بود تلفیق می‌کردیم. زمان ما یک فصلنامه بود و یک کتاب، ولی الان دسترسی به اینترنت هست و منابعی از اطلاعات به روز در سامانه ناب و دستورالعمل‌ها و کتابچه‌های الکترونیکی ارسالی از وزارت که همه در دسترس جوانان است.

مقاومت خانواده‌ها خیلی زیاد بود. به طور مثال مردم فکر می‌کردند فرزند، فقط باید پسر باشد. ما ساعت‌ها با مادران می‌نشستیم و صحبت می‌کردیم. ما همیشه می‌گفتیم: «پسر و دختر، هر دو لطف خداوند هستند. هر کدام که باشد، یک امانت است.» کم‌کم، با صبر و تکرار، آن سد بزرگ سنت‌ها شکسته شد و باورشان تغییر پیدا کرد.

• **با توجه به تجربه طولانی شما، فکر می‌کنید تمرکز بیش از حد روی درمان‌های دارویی، چه آسیب‌هایی به برنامه‌های پیشگیری و ترویج سلامت ایجاد کرده است؟ چطور می‌توانیم تعادل را برگردانیم؟**

در همه زمینه‌ها، از دیابت گرفته تا بیماری‌های دیگر، باید بر پیشگیری تمرکز کرد. به نظر من، برنامه‌های فعلی برای گروه سنی میانسالان و جوانان بسیار خوب طراحی شده است. اگر برای نوجوانان برنامه درستی داشته باشیم، جوانی سالم‌تری خواهیم

• چگونه جلوی فرسودگی شغلی را گرفتید؟ چه

روتین‌هایی داشتید که به شما انرژی می‌داد؟

در خصوص "فرسودگی شغلی" و اینکه چگونه در طول این ۳۰ سال انرژی خود را حفظ کردیم؛ به همکارانم می‌گویم که کار در خانه بهداشت اگر فقط به عنوان یک روتین اداری دیده شود، فرساینده است. اما برای من، هیچ‌کدام از آن روزها تکراری نبود. من یک همکار بسیار خوب داشتم که در این سی سال، نه فقط دوست، بلکه مثل خواهرم بود. اگر با همکاران صمیمی باشید، کار لذت‌بخش می‌شود. ما در شرایط سخت، برای خودمان تنوع ایجاد می‌کردیم؛ گاهی با هم برنامه‌های آموزشی خلاقانه برای کودکان داشتیم، گاهی برای آموزش تغذیه سالم به مردم در روستا سبزی‌کاری و رسیدگی به باغچه را آموزش می‌دادیم یا حتی برای تشویق زنان باردار به پیاده‌روی، همراه آن‌ها می‌شدیم. همچنین توصیه می‌کنم به بهورزی به چشم یک "شغل" نگاه نکنید؛ بلکه آن را به عنوان "تجربه‌ای برای زندگی" ببینید.

• اگر الان بهورز بودید، چه ابزار یا تکنولوژی‌ای را

حتماً در کارتان ادغام می‌کردید؟ فکر می‌کنید هوش مصنوعی یا اپلیکیشن‌های سلامت چه تاثیری روی کار روزمره شما خواهد گذاشت؟

من حتماً از اپلیکیشن‌های آموزشی و ابزارهای دیجیتال استفاده می‌کردم. اگرچه بومی بودن روستا چالش‌هایی دارد، اما مزایای اپلیکیشن‌های آموزشی بسیار بیشتر است. من می‌خواستم دانش علمی که در اپلیکیشن‌ها می‌خوانم را با تجربه عملی خود در روستا پیاده کنم. من هرگز منکر علم نیستم و معتقدم علم بسیار پیشرفت کرده است، اما آنچه در هر فرد و در هر شرایطی متفاوت است، "تجربه" است. اگر نسل جدید بتواند علم روز را با تجربه فرهنگی، اقتصادی و جمعیت‌شناختی محلی تلفیق کند، بسیار موفق خواهد بود.

• اگر می‌توانستید فقط یک جمله یا یک نصیحت

به بهورزی بگویید که الان تازه کارش را شروع کرده یا در روزهای سخت کاری احساس خستگی می‌کند، آن جمله چیست؟

می‌خواهم به فردی که تازه مسیر حرفه‌ای خود را آغاز کرده و در روزهای سخت، دچار خستگی شده، جمله‌ای بگویم؛ شاید تکراری به نظر برسد، اما می‌خواهم بگویم: «به بهورزی تنها به چشم یک شغل نگاه نکنید؛ بلکه آن را با عشق و علاقه انجام دهید.» اگر می‌خواهید از کارتان لذت ببرید، باید بدانید که مردم با تمام مشکلات و ناراحتی‌هایشان، وقتی به شما مراجعه می‌کنند، به دنبال آرامش هستند. گاهی کسانی که در پشت میز می‌نشینند، شاید درک نکنند که مراجعه‌کننده چقدر با نگرانی به سراغ شما آمده است؛ مثلاً مادری که برای واکسن زدن فرزندش می‌آید، با تمام دلهره‌های زایمان و نگرانی برای سلامت نوزادش، به شما اعتماد می‌کند. اگر انگیزه و اعتمادبه‌نفس داشته باشید، موفقیت حتماً از راه می‌رسد.

• دوست دارید همکارانتان شما را با چه ویژگی یا

دستاوردی به یاد بیاورند؟

من نمی‌گویم «من در کارم صادق بودم»، چون می‌خواهم ارزش صداقت فراتر از کلمات من باشد. می‌خواهم وقتی از من یاد می‌کنند، بگویند: «او در کارش صادق بود، فارغ از اینکه با ما دوست بود یا دشمن، یا از قومیت دیگری بود؛ او با وجدان کار می‌کرد.» من خوشحالم که در طول این سی سال، با تمام توانم خدمت کردم و وجدان کاری‌ام را در اولویت قرار دادم. امیدوارم همه شما با تن سالم و روحیه‌ای بالا، پس از سال‌ها خدمت، بازنشسته شوید.

در انتها از اینکه با صبر و حوصله، خاطرات و تجربیات ارزشمندتان را با ما در میان گذاشتید، صمیمانه سپاسگزاریم. حضور شما در این مسیر، نه تنها برای مردم روستا، بلکه برای نسل جدید بهورزان، چراغ راهی روشن و الهام‌بخش بوده است. امیدواریم همیشه سلامت و سربلند باشید.