



UTRIP

Letnik XXIV
Številka 5
Junij/Julij 2016

Glasilo Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije

Poštnina plačana pri pošti 1102 Ljubljana

UVODNIK
Ta svet je nor

DELO ZBORNICE - ZVEZE
Nagovor Monike Ažman,
predsednice Zbornice – Zveze

PRILOGA
ZLATI ZNAKI 2016

POČITNICE v Termah Čatež v Čatežu in na slovenski obali

UGODNOSTI za članice in člane Zbornice - Zveze

Počitnice v Apartmajih*** v ČATEŽU

Paket vključuje:

- 2 - dnevni (2 noči) najem apartmaja Klasik (namestitev do 5 oseb),
- dnevno do 5 vstopnic za kopanje, s katerimi lahko gosti vstopijo dvakrat dnevno v zimsko ali na poletno Termalno riviero,
- uporabo posteljnega in kopalniškega perila,
- čiščenje objekta ob odhodu gostov,
- 53 % popust na nočno kopanje vsako soboto v zimski Termalni rivieri; cena s popustom 3,50 €/odrasla oseba oz. 2,50 €/otrok (5 - 14 let),
- animacijski program.

Termin veljavnosti ponudbe in cene : 01.06. - 08.07.2016

2 dnevni najem + 3 dni kopanja:

- v terminu 01.06. - 14.06.2016: 159 € - 5 % POPUST za člane Zbornice- Zveze: **151,05 €**
- v terminu 15.06. - 08.07.2016: 164 € - 5 % POPUST za člane Zbornice- Zveze: **155,80 €**



SUPER počitnice v Hotelu Čatež*** v ČATEŽU

Paket vključuje (na osebo):

- namestitev v sobah z balkonom in klimo v Hotelu Čatež,
- 2 polpenzion (na osebo),
- neomejeno kopanje v bazenskem kompleksu Hotela Čatež,
- en vstop dnevno v zimsko Termalno riviero oz. dva vstopa na dan na poletno Termalno riviero,
- animacijski program.

Termin veljavnosti ponudbe in cene : do 31.7. 2016

185 € za DVA - 10 % POPUST
za člane Zbornice - Zveze: **166,50 € ZA DVA**

Posebni popusti za otroke (v sobi z odraslo osebo) v Hotelu Čatež***:

- do 5,99. leta: brezplačni polpenzion v sobi z dvema odraslima osebama (brez lastnega ležišča),
- od 6. do 11,99. leta (na dodatnem ležišču): **v Hotelu Čatež: 25 €/dan;**
- odrasla oseba na pomožnem ležišču: 15% popusta na ceno odrasle osebe.

Obvezna doplačila: turistična taksa in prijavnina.

Pogoji za uveljavljanje popusta v Apartmajih in v Hotelu Čatež:

predhodno potrjena rezervacija Term Čatež (info@terme-catez.si, tel.: 07 49 36 700); obvezna predložitve kuponov iz revije Utrip na recepciji ob prihodu; popust velja za članico/člana Zbornice-Zveze in njegove ožje družinske člane; popusti se izključujejo.

Termalna riviera - 365 dni v letu



Do 31.07.2016 nudimo
članom Zbornice - Zveze
15 % popust pri nakupu
celodnevne vstopnice za kopanje v
TERMALNI RIVIERI TERM ČATEŽ
(v zimski ali poletni Termalni rivieri).

Pogoji za uveljavljanje popusta: • popust lahko članice in člani Zbornice-Zveze uveljavljajo s predložitvijo članske izkaznice in osebne dokumenta na blagajni Termalne riviere; • popust velja za članico/člana Zbornice-Zveze in njegove ožje družinske člane (mož/žena in njuni otroci); • popusti se izključujejo.

Več informacij na www.terme-catez.si ali pokličite na številko 07/49 36 000

GLAVNA UREDNICA:

Monika Ažman

ODGOVORNA UREDNICA:

Biserka Marolt Meden

UREDNIŠKI ODBOR:

Irena Keršič, Tatjana Nendl, Ksenija Pirš,
Anita Prelec, Veronika Pretnar Kunstek

NAKLADA:

14.700 izvodov

NASLOV UREDNIŠTVA:

UTRIP, Ob železnici 30 a, Ljubljana,
T. 01/544 5480, F. 01 544 5481

TRR Zbornice - Zveze pri NLB, d. d.,

poslovalnica Tavčarjeva, Ljubljana
številka: SI56 0201 5025 8761 480

OGLASI:

Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije –
Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic
in zdravstvenih tehnikov Slovenije.
T.01/544 5480, F. 01 544 5481
trzenje@zbornica-zveza.si

OBLIKOVANJE IN PRIPRAVA ZA TISK:

STARLING, d. o. o.,
Opekarska cesta 38, Vrhnika,
T. 01/ 7557-850, e-mail: starling@starling.si

TISK:

SET d. o. o.

SPLETNA STRAN ZBORNICE – ZVEZE:

www.zbornica-zveza.si Utrip (Online)

ELEKTRONSKI NASLOV UTRIPA:

utrip@zbornica-zveza.si

SPREMEMBE V ZVEZI Z NASLOVI

POŠILJAJTE NA:

clanarina@zbornica-zveza.si

ISSN1581-3738

Revija izhaja 9-krat letno.

Datum natisa: 6. 6. 2016

Fotografija na naslovnici: Jani Nendl

NAMESTO UVODNIKA

4 Ta svet je nor

DELO ZBORNICE – ZVEZE

- 6 Delo Zbornice – Zveze v maju 2016
- 10 Nagovor ministrice Milojke Kolar Celarc
- 11 Nagovor Monike Ažman, predsednice Zbornice – Zveze
- 13 Izjava Zbornice – Zveze ob mednarodnem dnevu babic
- 14 15. simpozij zdravstvene in babiške nege Slovenije
- 17 Zahvala in čestitka Zdravniške zbornice Slovenije
- 18 Pomen publiciranja za razvoj kakovosti kot znanosti v zdravstveni in babiški negi – 50 let izhajanja Obzornika zdravstvene nege
- 21 Nacionalni protokoli aktivnosti zdravstvene in babiške nege: Menjava dializne raztopine pri kontinuirani ambulantni peritonealni dializi – CAPD
- 20 Nagradni natečaj: Ta svet je nor

MEDNARODNA SREČANJA

- 26 CONSENSO – evropski projekt za boljše zdravstveno in socialno obravnavo ljudi starejših od 65 let

PREDSTAVLJAMO VAM

- 27 Aktivnosti v Splošni bolnišnici Jesenice ob Svetovnem dnevu higiene rok – 5. 5. 2016 – KROG VARNIH ROK
- 28 Celostna obravnava bolnikov s sladkorno boleznijo v ambulantni za bolezni ščitnice in diabetes v Zdravstvenem domu Nova Gorica
- 29 Babice in študenti babištva – združeni ob 5. maju – mednarodnem dnevu babic

PRIDOBIVAMO NOVA ZNANJA

- 30 Znanje v sodobni endoskopiji
- 43 Strokovno srečanje Zdravje žensk in babištvo v Radencih
- 44 Kakovostna nega v zobozdravstvu - ustna votlina
- 46 13. srečanje medicinskih sester v pediatriji
- 47 Kakovost in varnost v zdravstvu
- 48 7. april – svetovni dan zdravja, v letu 2016 posvečen sladkorni bolezni
- 50 Kritično bolan in poškodovan otrok

IZ DRUŠTEV

- 52 Podelitev »srebrnik znakov« DMSBZT Celje
- 54 Pohod na Bevkov vrh, DMSBZT Nova Gorica
- 55 Kultura oblačenja, DMSBZT Gorenjske
- 56 Česar nas niso naučili v šoli, DMSBZT Novo mesto
- 57 Strokovno srečanje in druženje po Koroški 17. 5.2016, DMSBZT Ljubljana
- 58 Povabilo na izlet – Cinque Terre, DMSBZT LJ

IZ DELA ZDRAVSTVENIH ŠOL

- 61 Učitelji zdravstvene nege se izobražujejo: predstavitev Pirkanmaa Hospice, Tampere, Finska
- 63 Celostna paliativna oskrba – primeri dobre prakse in možnosti razvoja
- 65 Evropski dan ozaveščanja o srčnem popuščanju: zdravstvenovzgojna stojnica študentov zdravstvene nege

ŽIVIMO ZDRAVO

- 68 Plastic-fantastic – ko je hrana kriva za nekaj, za kar ne more biti

PREJELI SMO

- 70 Ko medicinska sestra potrebuje medicinsko sestro ...

NAGRADNA KRIŽANKA Tosama d. o. o. 67

- 70 Nagrajenke

IZOBRAŽEVANJA 71

PRILOGA ZLATI ZNAK 2016 31–42

Prejemnice zlatih znakov in priznanja za življenjsko delo

Ta svet je nor

Biserka Marolt Meden

Ta svet je nor je tema našega zadnjega nagradnega natečaja za zgodbe, ki jih doživljate na delovnem mestu ali s sodelavci izven rednega delovnega časa. In kaj norega se je dogajalo odgovorni urednici pri pripravljanju Utripa?

Pred vami je zadnja številka Utripa, ki sem jo pripravila kot odgovorna urednica. Utrip sem urejala skupaj z glavno urednico **Darinko Klemenc** in zadnji dve številki z glavno urednico **Moniko Ažman**.

Za mano je osem let nočnega druženja z vami, osem let vikendov in praznikov ob koncu mesecev, ko je bil ves dan in del noči posvečen Utripu ...

Kako hitro teče čas, vidiš šele, ko ugotavljaš, kako hitro je minilo teh osem let. Začelo se je z majsko številko daljnega leta 2008, ko sem s prijateljico počitnikovala v najeti hišici v Provansi in sem se »na internet« delat Utrip vozila v več kot deset kilometrov oddaljeno mesto, kjer so imeli lokal, kjer si se lahko priključil na internet. Bilo je nepozabno, Provansa, da ne bo pomote in to morate doživeti, če se znajdete na internetu in si poiščete počitnikovanje primerno za vaš žep.

Urejanje glasil je bil moj konjiček še iz osnovne šole, ko smo skupaj z učiteljico slovenščine, nepozabno gospo **Danico Cedilnik**, s katero ste se lahko še pred nedavnim družili na izobraževanjih, ki jih organizira odlična **Klara Ramovš**, ustvarjali osnovnošolsko glasilo Cik - cak. Ne samo, da smo ga napisali in oblikovali, na koncu smo tudi vrteli stroj in ga natisnili ...

Sledilo je urejanje Informativnega biltena v prvi službi na SZDL in potem najljubše obdobje mojega službovanja – vodenje oddelka revij na Državni založbi Slovenije in urejanje revije Otrok in družina in prvega časnika za otroke Kratkočasnik.

Aktivnost v civilni družbi me je nato pripeljala v Klinični center Ljubljana, kjer bom kmalu že dvajset let – nora leta v norem svetu.

Klinični center Ljubljana je postal ponovno Univerzitetni klinični center Ljubljana in kar nekaj časa sem urejala glasilo Interno.

Vmes se je zgodila moja degradacija v službi, bolezen, invalidska polupokojitev in bilka, ki me je reševala – urejanje Utripa.

Otroci so namreč odrasli in kar naenkrat sem imela nekaj časa viška in sem ga namesto za depresijo uporabila za urejanje Utripa.

Danes so pametni telefoni, tablice in prenosni računalniki nekaj povsem običajnega, še pred osmimi leti pa ni bilo tako ... Ker sem se trudila, da bi bila avtorjem Utripa na voljo res vsak dan, sem prva leta mojega urednikovanja med počitnicami povsod oprezala za lokali z internetnimi priključki. Še v Petri v Jordaniji sem ga našla ..., da ne govorim, s kakšnimi uporabniki sem se v tovrstnih lokalih družila v Parizu ali pa v Tirani ...

Po zaslugi odličnega oblikovalca **Azmirja Čvoraka**, ki se je znal prilagoditi in upoštevati vsa prepozno oddana besedila, nikoli nisva zamudila datuma za oddajanje Utripa v tiskarno.

Z glavno urednico **Darinko Klemenc** sva imeli zanimivo sodelovanje in vedno sva se na koncu strinjali in bili zadovoljni ena z drugo, čeprav je kakšna vejica pri mojem lektoriranju včasih umanjala ...

Poznavanje področja zdravstvene in babiške nege, ki sem ga kar nekaj že imela po zaslugi sodelavk, odličnih glavnih medicinskih sester Pediatrične klinike gospe **Alenke Vračko** in kasneje **Jožice Peterke Novak** ter sodelavca in prijatelja **Petra Požuna**, sem še nadgrajevala in velikokrat sem lahko kar kompetentno sodelovala v razpravah s področja razvoja in reševanja problematike zdravstvene in babiške nege, saj sem se čutila opolnomočena ob večkratnem prebiranju vseh vaših strokovnih prispevkov, ki jih je bilo v osmih letih zelo veliko in vseh razprav, ki smo jih vodili ob različnih priložnostih. Lahko rečem, da sem na svojem delovnem mestu poslovne direktorice Pediatrične klinike stalna zagovornica medicinskih sester, saj vem, kaj in koliko delate, kaj znate, kaj zmorete in kaj še zmorete in da brez vas ne bi šlo ...

Trudili smo se, da bi pocenili izdajanje Utripa in to nam je tudi uspelo. Izkušnje iz založništva, urednikovanja in novinarstva pridejo tudi pri izdajanju Utripa še kako prav. Bili smo dobra ekipa, saj smo se poslušali in slišali.



Gospa **Veronika Pretnar Kunstek** je po zadnji seji uredniškega odbora zapisala:

Spoštovane članice Uredniškega odbora, spominjam se prvih začetkov na Zbornici – Zvezi, ko smo ugotovile, da za obveščanje našega članstva nujno potrebujemo redni mesečni informativni bilten, saj je takratni 'Zdravstveni obzornik' poredko izhajal in tudi njegov namen ter vsebina sta bila druga. Ker sem bila takrat glavna in odgovorna urednica Časopisno - založniške dejavnosti, sem dala predlog, da se 'Zdravstveni obzornik' poimenuje v 'Obzornik zdravstvene nege', kar je še danes in ker gre za našo stroko, imela sem pa tudi nalogo, da postavim temelje za naše lastno glasilo. A kako ga poimenovati? Še točno vem, kdaj in kje se mi je utrnila beseda UTRIP. Predlagala sem to na seji, ideja je bila sprejeta in pri tem je ostalo. Seveda je v tem času po vaši zaslugi, predvsem po zaslugi odgovorne in glavne urednice Utrip iz leta v leto kakovostnejši, boljši, pestrejši, dodane so nove rubrike itd. In ni primerjave z našimi skromnimi začetki. A pot je bila utrta in hvala vam, da sem lahko bila ves ta čas z vami ter od blizu spremljala ves razvoj. To mi res izjemno veliko pomeni. Hvala vam za vsa prijetna, konstruktivna, zanimiva srečanja in sodelovanje.

Vse dobro novemu vodstvu in uspešno naprej, Veronika

Čeprav se nismo pogosto sestajale, smo se veliko srečevale po delovnih dolžnostih in predvsem je bila živa naša spletna komunikacija.

Darinka Klemenc, Monika Ažman, Veronika Pretnar Kunstek, Irena Keršič, Ksenija Pirš, Tatjana Nendl – hvala za vse pobude, modre misli, podporo in pomoč pri urejanju Utripa. Novi odgovorni urednici **Kseniji Pirš** želim uspešno delo in da bi vsi člani in članice Zbornice – Zveze še več pisali, poročali o dobrih praksah, o uspešnih izobraževanjih, zanimivih mednarodnih srečanjih ... Vse zapisano ostane in je pomemben vir znanja za vse.

Upam, da bodo vsi avtorji in avtorice bolj upoštevali navodila za oddajanje prispevkov in ne bodo zamujali rokov za oddajanje prispevkov. Vedno, ko so bili roki zamujeni, sva bila z Azmirjem ob nočni počitek, načrtovani vikend in še kaj ..., kajti ves zamujeni čas sva morala nadoknaditi, da ni bilo penalov v tiskarni, kajti rotacija ne čaka ...

Še danes kdo težko razume, da se ne da dan pred tiskom Utrip povečati za eno stran. Utrip ne more imeti poljubno število strani, ker je število strani pogojeno z načinom tiska. V dolga leta najboljši **tiskarni Povše** je bilo to število pomnoženo (ali deljivo) s 16 strani (Utrip je imel lahko 16 x 3 ali 16 x 4 strani in tako naprej ...) na določenem tiskarskem stroju tudi 8 x 5, 8 x 6 itd ... na rotaciji pa je število strani običajno lahko deljivo s 4, zato je ena stran več mislija nemogoče ... Jasno?

Včasih smo se morali opravičiti, ker je bil na delu tiskarski oziroma računalniški škrt, a nič ni bilo tako noro, da bi to lahko zapisali v zgodbo.

Največje težave smo imeli vedno z naslovnici. Seveda jih ne bi radi plačali (na internetu jih je na voljo veliko, a je vse treba plačati) in smo zato prosili predsednice regijskih društev, objavili natečaj v Utripu, čakali, da nam kaj dobrega v ustreznem formatu pošljejo avtorji člankov in vedno je bila situacija zame napeta do zadnjega diha ... Potem smo se odločili, da bomo imeli naslovnice na temo, ki jo bomo dogovorili na uredniškem odboru in sem pošiljala na teren prostovoljce (iz kroga družine in prijateljev), ki se ljubiteljsko ukvarjajo s fotografijo in so vse naredili za medicinske sestre brez stroškov za naš Utrip. Letos je naslovnice za Utrip prispeval **Jani Nendl** s sončnimi vzhodi in zahodi ...

Ko listam po starih številkah Utripa, se spominjam, koliko mejlov smo izmenjali z avtoricami in avtorji prispevkov, da smo bili vsi zadovoljni. Kolikokrat sem popravljala sklic pri strokovnih izobraževanjih, kolikokrat sem popravila napačne nazive pri sodelavkah in sodelavcih s področja zdravstvene in babiške nege ... Najhujša nočna mora pa je bila, če je crknil internet ali pa računalnik ...

Kljub vsemu je bilo lepo. Hvala vsem za sodelovanje. ■

Vse zapisano ostane in je pomemben vir znanja za vse.

Delo Zbornice – Zveze v maju 2016

Monika Ažman

V aprilski številki smo zapisali, kako prijazno, sončno vreme nas je spremljalo in se nam vsaj nad tem ni bilo treba pritoževati. Pa se je z neba usipalo toliko bolj čez prvomajske praznike in nam nasulo tudi nepotrebni »beraški gnoj« in lopate za kidanje so bile spet v uporabi. Mesec maj pa ni le mesec ljubezni in maturantske četvorke, je tudi ali pa predvsem mesec, ko obeležimo naš praznik. Tudi letos smo ga. Posamezne utrinke smo vam že predstavili na naši spletni strani, še več vsebin pa v tej številki.

4. maj

Na redni 80. seji so se sestali člani **Stalne delovne skupine bolnišnične zdravstvene nege** pri RSKZN. Ponovno je bila obravnavana problematika vezana na izobraževanje in položaj izvajalcev zdravstvene nege s srednješolsko izobrazbo. Predlogi in pobude se še vedno usklajujejo.

Sestale so se članice **Častnega razsodišča I. stopnje** in pripravljale vsebino »etičnega kotička« v našem glasilu. **Na 2. seji Upravnega odbora Zbornice – Zveze**, se je članom prvič pridružila nova predstavnik DMSBZT Ljubljana. Dosedanji predstavnik **Ireni Buček Hajdarevič** je potekel mandat zato jo bo na podlagi sklepa Društva nadomestila **Gordana Lokajner**. Kolegici Ireni hvala lepa za dolgoletno aktivno delo v upravnem odboru, kolegici Gordani pa veliko energije za nove izzive.

Na seji so člani poročali o dogodkih, ki so se jih udeležili, sprejeli sklep o imenovanju komisije za izvedbo strokovnih nadzorov s svetovanjem, pregledali izvedbo sklepov sej upravnega odbora od 35. do 43. seje, ki so bili izvedeni kar v 90 %. Usklajevali smo še zadnje priprave na dva velika dogodka meseca, 15. simpozij in slavnostno akademijo na Bledu. Sprejeli sklep, da bo Zbornica – Zveza častna pokroviteljica študentske konference, ki se bo naslednji mesec odvijala na Visoki šoli za zdravstvene vede Slovenj Gradec in bo že osma po vrsti in sprejeli še nekatere druge odločitve.

5. maj

Mednarodni dan babic je letos potekal pod motom: »Ženske in novorojenčki: srce babištva«. Aktivnosti ob prazniku babic je bilo veliko. Študenti babištva in aktivne babice so pripravili dneve odprtih vrat in stojnice. Tradicionalno srečanje babic je bilo letos namesto na Šmarni gori, organizirano v Ljubljani, kjer so se ob 17. uri študentom babištva na Prešernovem trgu na petem dobrodelnem babiškem teku, pridružili mnogi tekači, mimoidoči, babice in vnučki pa tudi profesionalne babice. Mediji so o Mednarodnem dnevu babic izdatno poročali. Hvala lepa vsem kolegicam, ki so ta izjemni poklic predstavile na najboljši možen način in s tem še povečale zaupanje v njih same in poslanstvo, ki ga opravljajo.

V prostorih Zbornice – Zveze sta bila sestanka izvršilnega odbora Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini ter Sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji.

6. maj

V Rogaški Slatini je izvršilni odbor sekcije medicinskih se-

ster in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji pripravilo že svoje 25. strokovno srečanje. Izredna udeležba na srečanju kaže, da so izbrali prave vsebine pod skupnim naslovom »Znanje v sodobni endoskopiji«. Uvodni nagovor je bil posvečen ustanoviteljici strokovne sekcije in dolgoletni predsednici, višji medicinski sestri Aci Batič, ki se je srečanja tudi udeležila in s svojo prisotnostjo, srečanju dala poseben pečat. Srečanja se je udeležila tudi predsednica Zbornice – Zveze.

Delovni so bili na petek popoldan tudi v izvršilnem odboru sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v anesteziologiji, intenzivni terapiji in transfuziologiji in na svoji redni seji na Zbornici – Zvezi pripravljali program naslednjega strokovnega dogodka.

9. maj

Članice Komisije za specialna znanja so ovrednotile vse vloge, ki so prispele na naslov njihove komisije. V enakem časovnem terminu, le v drugi sejni sobi pa so se sestale članice izvršilnih odborov sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji in sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kardiologiji in pripravljale program novega izobraževalnega modula specialnih znanj s področja meritev gleženjskega indeksa. Povabilo k tej vrsti izpopolnjevanja boste lahko prebrali tako v Utrpu kot na spletnih straneh Zbornice – Zveze.

V prostorih Zbornice – Zveze so se sestale tudi članice izvršilnega odbora Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v socialnih zavodih. Ovrednotile so uspešnost zadnjega strokovnega seminarja in se posvetovale o pripravi dopolnjene knjižice poklicnih aktivnosti in kompetenc za področje izvajanja zdravstvene nege in oskrbe v socialno varstvenih zavodih.

10. maj

V **Veliki sejni dvorani v Mestni hiši v Ljubljani** je potekala predstavitev projekta CPC+, »Nadgrajena celovita obravnava pacientov na domu«, namenjena odločevalcem v slovenskem prostoru.

ZD Ljubljana, kot nosilec projekta, je skupaj s partnerji (Medicinska fakulteta Univerze v Ljubljani, Katedra za družinsko medicino; Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije; Akreditacijska hiša DNV GL iz Norveške; Mestna občina Ljubljana in Prava poteza) pripravil **zaključno predstavitev projekta CPC+**, financiranega s strani Norveškega finančnega mehanizma.

Tekom izvajanja projekta smo prišli do nekaj zanimivih,

sicer še delnih, sklopov podatkov in rezultatov. Ugotovitve so bile predstavljene nosilcem odločitev na področju zdravstva v Sloveniji. Veseli smo, da je bila lahko aktivni del tega projekta tudi Zbornica – Zveza. Zato si vsi skupaj želimo, da bi lahko z združenimi močmi povezali nosilce dejavnosti ter z izvajanjem storitev krepili zdravje državljanov Slovenije.

11. maj

Strokovnega posveta o financiranju, organizaciji in upravljanju osnovne zdravstvene dejavnosti v Sloveniji, ki je potekal 11. 5. 2016 v Ljubljani, sta se v imenu Zbornice – Zveze udeležila Jože Prestor in Ksenija Pirš. Posvet je potekal v okviru priprav na Nacionalno strategijo razvoja osnovne zdravstvene dejavnosti do leta 2025, ki jo pripravlja Ministrstvo za zdravje. Strategija je opredeljena v resoluciji "Skupaj za družbo zdravja", s katero se zavezuje, da v letu 2016 sprejmemo strategijo razvoja osnovne zdravstvene dejavnosti. Temeljila bo na prepoznanih dobrih praksah in naslovila pomanjkljivosti v sistemu, ki smo jih prepoznali v analizi zdravstvenega sistema v Sloveniji. Na strokovnem posvetu smo izmenjali mnenja o financiranju, organizaciji in upravljanju osnovne zdravstvene dejavnosti v Sloveniji na podlagi usmeritev, ki so bila predhodno dorečena na prvem posvetu o osnovni zdravstveni dejavnosti.

12. maj

Veliko se je pisalo in govorilo tako o babicah kot o vseh izvajalcih zdravstvene nege. Veliko se nas je družilo na Bledu. Še več vas je bilo na praznični dan na delovnih mestih, tako kot vse dni v letu. Hvala vsem za vsak vaš prispevek v kliničnih okoljih, v izobraževalnih institucijah, v lokalni skupnosti, na mestih odločanja in ne nazadnje tudi v stanovski organizaciji. **Naj bo posebna zahvala na**



Alenka Bijol, predsednica DMSBZT Gorenjske, pozdravlja ministrico Milojko Kolar Celarc

tem mestu namenjena vsem kolegicam in kolegom, ki so v tem tednu javno nastopali v medijih in na najboljši možen način predstavljali oba poklica. Tudi zaradi vas nam pacienti zaupajo in nas po zaupanja vrednih poklicih umeščajo na drugo mesto, takoj za gasilci in skupaj s piloti.

Bojana Strmec, diplomirana babica, je predstavila delo babice v Porodnišnici Ljubljana in smo jo spremljali na posnetku oddaje Odmevi, RTV Slovenija ob mednarodnem dnevu babic, gostja oddaje v živo je bila **Anita Prelec**, predsednica Sekcije medicinskih sester in babic

Milena Osolnik, diplomirana medicinska sestra, je predstavila delo medicinske sestre na primarnem nivoju zdravstvenega varstva v oddaji Odmevi, RTVS, 12. maj 2016, **Andreja Nuč**, pa delo medicinske sestre na kliničnem oddelku za plastično kirurgijo in opeklino, UKC Ljubljana, Odmevi, RTVS, 12. maj 2016.



Na slavnostni akademiji je zapela Monika Bohinec



Vse foto: Matej Glavinec

Sandi Novak, višji medicinski tehnik iz Splošne bolnišnice Jesenice in **Rok Janežič** dipl. babičar iz Splošne bolnišnice Trbovlje sta predstavila vlogo in podo-
bo zaposlenih moških sodelavcev v zdravstveni in babiški negi. Oba sta povedala, da bi se za enak poklic odločila še enkrat in se v večinsko ženskem poklicu (kar 90 % delež zavzemajo ženske) dobro počutita. V oddaji »**Dan najlepših sanj**« smo spremljali timsko delo, medsebojno spoštovanje in zaupanje sodelavk in sodelavcev ter skrb in partnerski odnos do in z bolniki. **Zaposleni na Kliničnem oddelku za torakalno kirurgijo na Kirurški kliniki v UKC Ljubljana** so dokazali, da so odličen tim, ki ne le, da zna na ganljiv način presenetiti svojo sodelavko, temveč so strokovno in prijateljsko povezani tudi na delovnem mestu. Verjame, da se pri njih dobro počutijo tako pacienti kot vsi, ki v njihovo profesionalno okolje šele vstopajo. **Hvala lepa vsem. Ponosni smo na vas!**

13. maj

Regijsko strokovno Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper je v svoji v regiji obeležilo mednarodna dneva babic in medicinskih sester, kjer so zaslužnim članom podelili najvišja regijska priznanja za strokovno delo, srebrni znak. Svečanost je potekala v Portorožu, v Hotelu Bernardin.

Ob dogodku je predsednica, Doroteja Dobrinja prisotne nagovorila s poslanico Zbornice – Zveze ob mednarodnih dnevih, izpostavila aktualna prizadevanja organizacije na strokovnem in družbeno političnem področju ter pomen stanovske pripadnosti in solidarnosti. V imenu Zbornice – Zveze se je svečanosti udeležila Ksenija Pirš, koordinatorica dejavnosti regijskih društev, ki je posebej omenila prizadevanja zaposlenih v zdravstveni negi, babištvu in oskrbi na področju kakovosti in varnosti v procesu obravnave pacientov ter pomen kakovosti medosebnih odnosov.

14. maj

Le nekaj dni pred Mednarodnim dnevom smo prejeli prijazno povabilo Italijanskega združenja »Infermieri professionali assistenti sanitari Vigliatrici D'infanzia- Collegio Provinciale di Gorizia«, da si želijo skupnega sodelovanja na okrogli mizi o obmejnem-čezmejnem sodelovanju v

zdravstvu. Skupaj s kolegicami smo se povabilu z veseljem odzvali in predstavili našo organizacijo in njeno delovanje ter izmenjali koristne informacije. Obljubili smo si, da se še srečamo, če prej ne pa naslednje leto, takrat v Novi Gorici.

17. maj

Na redni seji so se sestali člani Komisije za dodeljevanje sredstev iz sklada za izobraževanje. Razdeljena so bila vsa sredstva, ki so v tekočem mesecu namenjena podpori članom pri plačilu kotizacij oz. šolnin pri uresničevanju vseživljenjskega učenja.

V prostorih Zbornice – Zveze se je sestel izvršilni odbor Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji.

18. maj

Redno srečanje Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje je potekalo v zelo sproščenem vzdušju. Prisotne je nagovoril tudi podpredsednik Zbornice – Zveze, ki je v nagovoru čestital tudi vsem nagrajencem regijskega strokovnega društva, prejemnikom srebrnega znaka društva. Za prispevek k dobremu imenu poklica medicinskih sester pa se je zahvalil vsem članicam društva, ki so se upokojile v letu 2015. Ob tem je poudaril, da je združevanje v stanovsko organizacijo kljub različnosti zelo pomembno. Le tako bo naš glas slišan in se bomo lahko pogajali za boljši in naprednejši jutri.

V prostorih ZZZS v Ljubljani je potekal sestanek za ustanovitev Slovenskega združenja za kakovost in varnost v zdravstvu (SZKVZ), sestanka sta se v imenu Zbornice – Zveze udeležili Darinka Klemenc in Ksenija Pirš. Na sestanku so bila predstavljena izhodišča za ustanovitev in delovanje SZKVZ ter predlog Statuta. Predstavniki ustanoviteljev so v svojih predstavitvah podprli predlagano idejo ustanovitve SZKVZ in izrazili pripravljenost, da pri tem aktivno sodelujejo. Posebej so izpostavili dve pomembni pobudi, ki naj bi ju podprla tudi SZKVZ, integrirano usposabljanje za vse poklicne skupine, ki sodelujejo v procesih zdravstvene obravnave (pobuda Zbornice – Zveze in Zdravniške zbornice Slovenije) in priprava in sprejetje Zakona o kakovosti in varnosti v zdravstvu (pobuda Nacionalne mreža NVO s področja javnega zdravja 25x25). Sklenili so dogovor o ustanovnem občnem zboru SZKVZ, ki bo potekal 8. 6. 2016.

20. maj

42. redno srečanje timov družinske medicine je potekalo v modri dvorani Zdravniške zbornice Slovenije. Udeleženke sta nagovorila prim. doc. dr. Danica Rotar Pavlič, predsednica Združenja zdravnikov družinske medicine Slovenije in Jože Prestor, podpredsednik Zbornice – Zveze. Podpredsednik Zbornice – Zveze je v nagovoru poudaril, da projekti, kot so referenčne ambulate družinske medicine, ponujajo medicinskim sestram izziv za prevzemanje novih odgovornosti in tudi na ta način zagradimo kakovostne izvajalce zdravstvene nege v državi. Povsod tam, kjer je razširjen tim družinske medicine uspel postaviti pacienta v središče, pomeni obravnava pri referenčni medicinski sestri pomembno dodano vrednost za uporabnike. V Zbornici – Zvezi si želimo podobnih pro-



Od leve proti desni: Mira Peroša, Darinka Klemenc, gostiteljica srečanja Orietta Masala, Monika Ažman in Doroteja Dobrinja

Foto: Matej Glavinec

jektov tudi v pediatriji, ginekologiji in socialno varstvenih zavodih.

Regijsko strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja je 20. 5. 2016 priredilo svečanost ob mednarodnih dnevih babic in medicinskih sester. Prireditev je potekala v hotelu Vivat v Moravskih Toplicah. Članicam in članom društva so ob obeležju čestitali tudi župan Aleksander Jevšek, predstavniki vodstev zavodov v regiji in drugi. Predsednica društva Daniela Mörec je ob dogodku poudarila pomen prizadevanj in delovanja organizacije Zbornice – Zveze in regijskega strokovnega društva, ki deluje v lokalnem okolju, še posebej v luči aktualnih dogodkov. Ob regijski obeležitvi so podelili tudi najvišja regijska priznanja za strokovno delo, Srebrni znak in zahvale članicam, katerih prispevek so posebej zaznala njihova delovna okolja. V imenu Zbornice – Zveze se je svečanosti udeležila Ksenija Pirš, koordinatrica dejavnosti regijskih društev, ki je ob tem izpostavila prizadevanja zaposlenih v zdravstveni negi, babištvu in oskrbi na področju kakovosti in varnosti v stroki.

18.–21. maj

V Ženevi je potekalo zasedanje združenj medicinskih sester članic ICN. Zasedanje so otvorili: predsednica ICN Judith Shamian, ki smo jo lansko leto gostili tudi v Sloveniji, Jimm Campbell, direktor oddelka SZO za človeške vire v zdravstvenem sektorju in predsednica mednarodnega združenja babic (ICM) Frances Day – Stirk. Zasedanje je bilo oblikovano na vzporednih in ločenih posvetih predstavnikov združenj medicinskih sester, regulatornih organov za medicinske sestre in babice ter tako imenovanih "ministrskih" medicinskih sester. Razprave so bile ves čas usmerjene v zagotavljanje zadostnega števila kadra v zdravstveni in babiški negi, ki ne sme biti predstavljen kot strošek temveč kot naložba. Zdravstvo postaja pomembna panoga. V Nemčiji na primer je že danes vsak sedmi zaposleni zaposlen v zdravstvu. Velik izziv in priložnost za zdravstveno nego predstavlja intenzivno staranje zemljanov. Za doseganje večje in boljše kakovosti življenja pa je izrednega pomena obravnava posameznika na primarnem nivoju, v lokalni skupnosti na njegovem domu. Aktivnosti za odpravljanje neenakosti pri zdravstveni obravnavi bodo tudi v prihodnje pomemben segment dela odločevalcev in izvajalcev. Razlike v svetu so še ved-

no enormne. **Zbornico – Zvezo, kot predstavnico Slovenije, smo na konferenci zastopali mag. Peter Požun, član boarda ICN, Monika Ažman, predsednica in Anita Prelec, novo imenovana izvršna direktorica Zbornice – Zveze.** Državni svetnik Peter Požun spremlja na rednem že 69. zasedanju generalne skupščine Svetovne zdravstvene organizacije tudi našo ministrico za zdravje Milojko Kolar Celarc. Na skupščini bodo govorili predvsem o resoluciji SZO: "Human resources in health sector 2030", za katero si vsi močno prizadevamo, da bo na generalni skupščini tudi sprejeta. Tako ministrici, kot našemu kolegu Petru Požunu želimo, da odlično izvedeta vse načrtane razgovore s predstavniki drugih držav. Urnik, v katerega smo imeli priložnost pokukati, je bil milo rečeno (pre)natrpan.

Ob zaključku meseca ljubezni vam želim zapisati sporočilo naše kolegice, upokojene višje medicinske sestre Ace Batič, Takole pravi:

»V življenju so tri stvari, ki se ne vračajo – čas, besede in priložnost.

In so tri stvari, brez katerih ne moreš – mir, upanje, poštenost.

In so tri stvari, ki življenje težijo – aroganca, predrznost in jeza.

In so tri stvari, ki jih vedno sam izbereš – svoje sanje, svoj uspeh in svojo usodo.

In v življenju imaš tri bisere – samospoštovanje, pravo prijateljstvo in ljubezen.

Življenje je tvoje ...«

Objavljeno v Zborniku predavanj strokovnega seminarja Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji, Rogaška Slatina, 2016.

Kaj več ob tem res ni dodati, obdarimo se z biseri in živimo svoje sanje. Tudi zato, ker je pred nami vroče poletje, ki je namenjeno tudi počitku, dopustom, veselju na plaži, v planinah, na domačem vrtu. Srečno vsem skupaj. ■



Od leve proti desni: Monika Ažman, Judith Shamian, predsednica ICN, Peter Požun in Anita Prelec

UTRIP Junij/Julij 2016 | 9

Nagovor ministrice Milojke Kolar Celarc

na slavnostni akademiji ob mednarodnem dnevu babic in mednarodnem dnevu medicinskih sester,

Bled, 12. 5. 2016



Foto: Marej Glavinec

Špoštovana predsednica Zbornice – Zveze gospa Monika Ažman, spoštovane medicinske sestre, tehniki zdravstvene nege, babice in cenjeni gostje, v veliko zadovoljstvo mi je, da vas lahko nagovorim ob mednarodnem dnevu babic in mednarodnem dnevu medicinskih sester. Na rojstni dan Florence Nightingale, začetnice moderne, na podatkih utemeljene zdravstvene nege. To sta dneva, ki obeležujeta delo več kot 80 milijonov medicinskih sester in babic širom sveta in njihova prizadevanja za boljše zdravje vseh prebivalcev. Letošnje geslo je "Medicinske sestre, sila za spremembe, ki izboljšujejo odpornost zdravstvenega sistema."

Že Florence Nightingale se je zavzemala, da bi bila zdravstvo dostopno vsem, ne glede na položaj ali dohodek. Danes njeno delo nadaljujemo skupaj. Na Ministrstvu za zdravje smo se v Resoluciji Nacionalnega plana zdravstvenega varstva zavezali k evropskim vrednotam zdravstvenih sistemov – k univerzalnosti, solidarnosti, pravičnosti in dostopnosti.

Zavezani tem vrednotam, smo na podlagi analize odločili za 4 prioriteta področja, ki jih bomo v procesu spre-

memb naslovili z različnimi kratkoročnimi, srednjeročnimi in dolgoročnimi ukrepi iz Resolucije.

V nacionalnem planu zdravstvenega varstva so konkretno navedeni ukrepi, njihovi nosilci in časovnica ter pričakovani merljivi rezultati. Nekateri bodo zahtevali zakonodajno ukrepanje, drugi pa bodo uresničeni na izvedbeni ravni.

Resolucija v središče postavlja uporabnika in izvajalca ter si v predvidenih ukrepih prizadeva za:

- krepitev in varovanje zdravja ter preprečevanje bolezni;
- optimizacijo zdravstvene oskrbe;
- povečanje uspešnosti sistema zdravstvenega varstva;
- pravično, solidarno in vzdržno financiranje zdravstvenega varstva.

Izboljšanje odpornosti zdravstvenih sistemov zahteva medsektorska prizadevanja vseh akterjev na vseh ravneh. Medicinske sestre ter babice, ki v timske sodelovanju s kolegi iz zdravstvenih in nezdravstvenih sektorjev zagotavljate večino zdravstvenih storitev, imate pomembno vlogo v tem procesu. Pomembno je, da se te vloge zavedate ter da jo tudi na ustrezen način izvajate.

Zagotavljanje kakovostnih storitev zdravstvenega varstva za vse ljudi v stiski je vaša etična in profesionalna odgovornost. Kot zavzeti, v inovativne rešitve usmerjeni strokovnjaki, medicinske sestre in babice še naprej zagotavljate ustrezno zdravstveno in babiško nego tudi v obdobjih pomanjkanja ustreznih virov.

Pomembno je, da v reformah, ki krepijo odpornost zdravstvenih sistemov, aktivno sodelujete. Spremembe zdravstvenih politik imajo namreč pomemben vpliv na delovna okolja medicinskih sester in pogoje, v katerih zagotavljate vašim pacientom zdravstvene storitve.

Florence je poznana tudi pod vzdevkom Žena s svetilko – znani so njeni nočni obhodi po bolnišnici, ko je z leščerbo v roki hodila po barakah, da pogleda, če je vse v redu, da poreče temu bodrilno besedo in se onemu spodbudno nasmehne. Vaše delo zahteva veliko srčnosti, potrpežljivosti in razdajanja.

Dovolite mi torej, da tudi jaz, v tem trenutku izrazim zahvalo vsem medicinskim sestram, babicam, zdravstvenim tehnikom in bolničarjem za ves trud, strokovnost, srčnost in dobro voljo, ki jo vsakodnevno vlagate v to, da pomoči potrebnim ponudite pot k ozdravitvi ali lažšanju trpljenja, k uspešno izpeljanemu porodu in zdravemu novorojencu, k temu, da počasi postaja tudi timsko delo osnovni partnerski odnos med sodelavci.

Ob zaključku želim izreči posebno zahvalo in priznanje tudi letošnjim dobitnikom najvišjega priznanja zlatega znaka za delo na področju zdravstvene in babiške nege. Spoštovani prejemniki, bodite zgled vašim sodelavcem, predvsem pa mlajšim generacijam zdravstvenih delavcev, ki vstopajo na poklicno pot, ki veliko daje vašim pacientom in veliko tudi vam. ■

Nagovor Monike Ažman, predsednice Zbornice – Zveze, na slavnostni akademiji 12. maja 2016

Spoštovani ministrica za zdravje Milojka Kolar Celarc, državni svetnik mag. Peter Požun, župan Občine Bled, gospod Janez Fajfar, častna članica Zbornice – Zveze izr. prof. Antonija Poplas Susič, predsednice in predsedniki regijskih strokovnih društev, strokovnih sekcij, člani Upravnega odbora, drugi funkcionarji Zbornice – Zveze, Darinka Klemenc in druge predhodnice, predstavniki izobraževalnih ustanov, managementa, predstavniki sindikatov, letošnje prejemnice zlatih znakov, dobitnica priznanja za življenjsko delo Angele Boškin Maruša Šolar, cenjeni gosti, kolegice in kolegi, gospe in gospodje, V veselje in čast mi je, da vas lahko nagovorim na našem največjem in najlepšem dogodku leta – slavnostni akademiji, s katero vsako leto obeležimo mednarodni dan medicinskih sester – in mednarodni dan babic. Torej najprej moje iskrene čestitke za oba praznika vsem izvajalcem zdravstvene, babiške nege in oskrbe.

Nocojšnji nagovor je **moj prvi** tako pomemben nagovor v vlogi predsednice in ker se nas je zbralo zares veliko in je med nami tudi ministrica za zdravje in pomembni drugi želim poudariti le projekte in aktivnosti, ki so nas v zadnjem letu povezovali, in opozoriti na tiste naloge, ki jih bomo povezani skupaj zagotovo lahko uspešno rešili v korist izvajalcev zdravstvene in babiške nege in v korist pacientov.

Ponovna **podelitev javnih pooblastil Zbornici – Zvezi** januarja letos je bila v strokovni javnosti sprejeta kot priznanje stroki zdravstvene in babiške nege.

Priznanje, da stroka zna, zmore in je sposobna sama regulirati svoj poklic. Zavedamo se, da je na **področju vodenja registra izvajalcev** zdravstvene in babiške nege treba opraviti še veliko dela, ki je v nekem trenutku zastalo, a smo na dobri poti. Tvrno sodelovanje z Ministrstvom za zdravje smo v preteklem tednu nadgradili z ministričnim soglasjem k izvedbi strokovnih nadzorov s svetovanjem, ki jih bomo začeli izvajati meseca junija. Z njimi želimo prispevati k še večji odgovornosti, varnosti in kakovosti zdravstvene obravnave, kar je vodilo našega dela in je bilo tudi vodilo današnjega uspešnega simpozija. Veliko izzivov nas še čaka, že danes pa sporočamo, da bomo do konca leta ministrici posredovali osnutek področij, kjer pripravljamo vsebine za pripravo in izvedbo specializacij s področja zdravstvene nege.

Današnji **simpozij, že 15.** po vrsti, smo posvetili letošnjemu mednarodnemu motu: Medicinske sestre – moč za spremembe: vpliv na izboljševanje (prožnosti) zdravstvenega sistema.

Res je, da smo medicinske sestre in babice največja skupina zaposlenih v zdravstvu, res pa je tudi, da nas že dolgo ni bilo tako kronično premalo. Podatki o kadrih iz lanskega leta, ki jih zbira delovna skupina pri Razširjenem strokovnem kolegiju za zdravstveno nego, kažejo, da je bilo v bolnišnicah na bolnišničnih oddelkih zaposlenih nekaj manj kot 6.000 medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov (preračunano iz ur), kar predstavlja 78 % po-



trebnega kadra. Povedano drugače: samo v bolnišnicah primanjkuje 1.923 (22 %) zaposlenih v zdravstveni negi. Če bi spremljali sorodne podatke tudi na primarnem nivoju in na področju socialno varstvenih zavodov, bi se ta številka zagotovo podvojila.

V zdravstveni in babiški negi torej ni prostora za dodatne racionalizacije in zmanjševanje stroškov dela. Zdravstvena nega je naložba za prihodnost, zato v dobro pacientov, svojcev in družbe pričakujemo ustrežnejši trend zaposlovanja v zdravstveni negi, boljše pogoje dela in s tem manjši odhod mladih, kakovostno izšolanih izvajalcev zdravstvene nege v tujino. V času izvajanja javnih pooblastil (v komaj 3 mesecih) smo izdali že 42 potrdil o dobrem imenu, ki jih izvajalci potrebujejo za zaposlitev v tujini.

Prožnost razumemo v iskanju novih oblik dela, v (re)organizaciji dela in drugih izboljšavah. Na eni strani zato, ker se staramo tudi medicinske sestre in babice, ker se podaljšuje delovna doba, ker zaposleni delajo več kot zmorejo, da zadostijo vsem potrebam pacientov in so posledično veliko prej podvrženi poklicnim obolenjem in izgorostim.

Na drugi strani, zato, ker medicinske sestre nenehno pridobivamo nova, napredna znanja, s katerimi prepoznavamo pomanjkljivosti, nepravilnosti, in nove pristope ce-

lostne obravnave pacientov tudi znotraj zdravstvene in babiške nege.

Medicinske sestre se zelo zavedamo pomena **varne in kakovostne oskrbe**. Varne za paciente in za nas same. Poleg strokovnega znanja je naše osnovno vodilo pri delu spoštovanje etičnih načel in empatičen odnos do pacientov in sodelavcev.

Slednje je zagotovo tisto, kar vliva zaupanje v naše delo in kot kažejo raziskave javnega mnenja nam pacienti še vedno zelo zaupajo. Nekaj **več volje in energije bi** morda morali zaposleni posvetiti drug drugemu. Še bolj podpirati, pomagati drug drugemu, biti solidarni, medsebojno deliti in se povezovati. Z veliko manj napora in v krajšem času bi lahko dosegli marsikaj.

Prav to je bilo v zadnjih mesecih tudi vodilo vseh, ki želimo in smo dolžni po (pre)dolgi desetletjih **najti sistemске rešitve** za vse izvajalce zdravstvene nege.

Dejstvo je, da smo kot člani Evropske unije dolžni spoštovati tudi evropski pravni red, ki poklic medicinske sestre in babice opredeljuje kot reguliran poklic. Direktiva jasno opredeljuje, da je nosilka dejavnosti zdravstvene nege diplomirana medicinska sestra, ki z dodatnim izobraževanjem in kliničnim usposabljanjem lahko postane specialistka na ožjem strokovnem področju oziroma lahko svoje znanje nadgradi v smeri magistrskega in doktorskega študija.

Smernice, ki se pripravljajo s strani EFN (**Evropske federacije združenj medicinskih sester**) jasno opredeljujejo tudi sodelavca medicinske sestre, ki je stalni in pomembni član zdravstvenega tima.

Zatorej so odveč vse špekulacije, da ukinjamo/ zapiramo srednje zdravstvene šole. Zavedamo se, da je izobraževanje na nivoju srednjega strokovnega izobraževanja potrebno, zlasti z vidika večjih potreb starajoče se populacije in finančne vzdržnosti. Potrebno ga je le poenotiti tudi na nivoju odprtega izobraževalnega kurikulumoma in natančno opredeliti kompetence izvajalcev.

Nič manj pomembna kot vloga izobraževalnih institucij je tudi vloga managementa, ki mora sprejeti odgovornost za primerno umestitev slehernega izvajalca zdravstvene nege na delovno mesto, za katerega ima ustrezno pridobljeno znanje. Pravilno postavljena pravila igre, če se smem tako izraziti, bodo vnesla delitev dela na podlagi kompetenc izvajalcev, dala občutek pomembnosti in pripadnosti slehernemu članu tima zdravstvene nege, da dela to, za kar ima znanje, sposobnosti in je za svoje delo tudi ustrezno nagrajen. **Zagotovo je to sodoben timski pristop, ki vpliva tudi na boljše delovno klimo in medosebne odnose.**

Številne mednarodne raziskave in študije vedno znova potrjujejo **velik prispevek medicinskih sester in babic** pri izboljšanju in promociji zdravja, preprečevanju bolezni ter pri vodenju in obvladovanju kroničnih bolezni.

V domačih projektih **Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju – »Skupaj za zdravje«** in **»Nadgrajena celovita obravnava pacienta (CPC+)«**, imajo medicinske sestre na primarni ravni zdravstvene dejavnosti, še posebej tiste na področju patronažnega varstva, zelo pomembno vlogo. Projekt referenčnih ambulant še zdaleč ni več projekt, pač pa sistemski ukrep, ki v to družbo prinaša več zdravja in ga je zato treba podpreti.

Izvajalci zdravstvene in babiške nege torej imamo strokovno znanje in **potencial za izboljšanje zdravja prebivalstva**, ki ga je treba le še **dodatno aktivirati**.

Če si v zdravstveni in babiški negi ves čas prizadevamo za odpravo neenakosti pri zdravstveni obravnavi pacientov, pa to ne drži za naši poklicni skupini v odnosu do drugih zdravstvenih delavcev. V nasprotju z *medicinsko, farmacevtsko* ali *socialno-varstveno stroko* zdravstvena in babiška nega **nima lastnega zakona**, ki bi sistemsko urejal poklicni področji, **relativno nedorečeno** sta urejeni v **Zakonu o zdravstveni dejavnosti** in s **podzakonskimi akti**. Prav tako v slovenski zdravstveni zakonodaji še vedno ni implementiranih vseh določil **evropske direktive o priznavanju poklicnih kvalifikacij** glede medicinskih sester in babic. Ko bomo uredili to področje, bomo morda lažje urejali tudi nedopustne zdrse, kakršni so bili napotitve medicinskih sester v obvezen tečaj tujega jezika za nemoteno delo s svojimi sodelavci v zdravstvenem timu, ki prihajajo iz drugih držav.

Na tem mestu želim slediti začrtani poti mojih predhodnic, ki si za zakonsko ureditev področja z lastnim zakonom prizadevajo že vse od 90. let prejšnjega stoletja. Cilji, ki smo si jih s konkretno zakonsko opredelitvijo postavili, so povezani z vsem prej povedanim, zagotavljajo **večjo kakovost obravnave pacientov in jasno umestitev zdravstvene in babiške nege ter oskrbe v sistem zdravstvenega varstva in v prihodnosti tudi v sistem dolgotrajne oskrbe!**

Danes je poseben dan. Zato naj nagovor sklenem z zahvalo in iskrenimi željami.

V nacionalni organizaciji zdravstvene in babiške nege Zbornici - Zvezi se **zavedamo ključne vloge in pomena sleherne medicinske sestre, babice, tehnika zdravstvene nege in bolničarja negovalca.**

Ob tem se oziram na vse tiste kolegice in kolege, ki so s svojim aktivnim profesionalnim delom že zaključili, a dali odlične temelje tako stroki kot naši organizaciji.

Na teh temeljih so gradile tudi nocojšnje prejemnice najvišjih priznanj zlatih znakov, ki v tem času in prostoru prispevajo nekaj več, so gonilo razvoja in napredka tudi za jutri in za vse, ki na profesionalno pot šele vstopajo. Iskrena hvala.

Spoštovana ministrica, hvala za tvorno sodelovanje. Podpiramo vaša prizadevanja za ureditev sistema zdravstvenega varstva v državi v celoti in ne le parcialno, kar izkazuje z umeščanjem zdravstvene in babiške nege v zdravstveni sistem na vseh ravneh.

Prepričana sem, da boste podprli naša prizadevanja v dobrobit pacientov, stroke in zdravstvenega sistema ... **Želim, znamo, zmoremo in vi to veste.**

Hvala Društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske in njegovi predsednici Alenki Bijol, ki je ob 60. letnici delovanja društva podala pobudo, da ta večer preživimo v njihovem okolju, kjer nam je lepo.

Zavedam se, da lahko strokoven, delaven, predan, motiviran ... posameznik tudi v zdravstveni, babiški negi in oskrbi zmore in naredi marsikaj. Še veliko več, hitreje in lažje pa nam bo uspelo, če bomo posamezniki delali in delovali skupaj.

Za paciente, za družbo, za nas.

Zato se skupaj veselimo in praznujmo tudi nocoj. ■



International
Confederation
of Midwives

Strengthening Midwifery Globally



Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije -

Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije

Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana, tel. +01/544 54 80; e-mail: tajnistvo@zbornica-zveza.si

Sekcija medicinskih sester in babic



Globalno babištvo MEDNARODNI DAN BABIC – 5. MAJ

Letošnji moto mednarodnega dneva babic se glasi: ŽENSKÉ IN NOVOROJENČKI – SRCE BABIŠTVA

Tudi Sekcija medicinskih sester in babic pri Zbornici – Zvezi, ki je članica svetovne babiške konfederacije od leta 1999, se pridružuje ciljem za izboljšanje zdravja žensk in otrok doma in po svetu. Babice se v Sloveniji strokovno združujejo že vse od leta 1925, ko je bilo ustanovljeno slovensko babiško društvo. Tako smo v lanskem letu praznovali 90-letnico strokovnega združevanja in delovanja babic. V skrbi za zdravje žensk, otrok in družin v Sloveniji deluje več kot 700 babic in babičarjev. V letu 2011 smo sprejeli prvi kodeks etike za babice.

Babiško delovanje sega globoko v zgodovino človeštva. O babiškem poklicu in babicah govorimo lahko šele od obdobja usposabljanja in šolanja babic. Ustanovitev prve babiške šole v Ljubljani leta 1753 na pobudo avstrijske cesarice Marije Terezije je bil velik korak pri profesionalizaciji poklica babice, obenem pa je pomembno vplivalo na razvoj ginekologije in porodništva v Sloveniji. Danes si diplomirane babice pridobijo naziv z zaključkom izobraževanja na Zdravstveni fakulteti v Ljubljani.

Cilj in vizija razvoja babištva v Sloveniji je, da bi vsaka ženska imela dostop do kontinuirane babiške obravnave – v času nosečnosti, poroda in v poporodnem obdobju. V roke babic se je v lanskem letu rodilo nekaj več kot 21.000 otrok. Slovenija se lahko pohvali z eno izmed najnižjih stopenj umrljivosti novorojenčkov na svetu, k zagotavljanju kakovostne in varne porodne in obporodne oskrbe pa pomembno prispevajo tudi babice. Glede na kompetence in znanja, ki jih babice imajo za spremljanje zdravih nosečnic, potekajo prizadevanja, da bi se v prihodnje še več žensk srečalo z babicami.

V obporodnem obdobju se je v zadnjih desetih letih zgodilo kar nekaj sprememb v slovenskih bolnišnicah, vendar so možnosti izbire žensk o kraju in načinu poroda še vedno omejene. V prihodnosti je potrebnih še več organizacijskih in strokovnih sprememb, ki po vzoru dobrih praks in lastnih dokazov zmanjšajo možnost medikalizacije poroda in spodbujajo pristop k fiziološkemu porodu, ki ženskam in novorojenčkom zagotavlja najboljše izide – ob podpori babic. Ženske in novorojenčki so srce babištva, pravi letošnji moto.

V zdravstvenih ustanovah bodo ob tem dnevu potekale različne aktivnosti, dnevi odprtih vrat in stojnice. Tudi letos bomo organizirali tradicionalno srečanje babic iz Slovenije – 5. 5. 2016 na Prešernovem trgu v Ljubljani, kjer se bomo ob 17. uri pridružili študentom babištva, ki bodo organizirali BABIŠKI TEK. Zbrani denar bo šel v humanitarne namene – podpori varni hiši v Ljubljani.

Projekt Dojenju prijazen lokal bo potekal med 1. in 31. 5. 2016.

15. simpozij zdravstvene in babiške nege 2016 in slavnostna akademija Zbornice – Zveze ob mednarodnem dnevu babic in mednarodnem dnevu medicinskih sester bo v četrtek, 12. maja 2016, na Bledu.

31. 5. 2016 bo na Zdravstveni fakulteti organiziran 3. Babiški forum z naslovom POROD DOMA.

*Predsednica Sekcije medicinskih sester in babic
Anita Prelec*

*Predsednica Zbornice – Zveze
Monika Ažman*

15. simpozij zdravstvene in babiške nege Slovenije

Darinka Klemenc

Prožnost zdravstvene in babiške nege skozi odgovornost, varnost, kakovost

Štem naslovom smo na Zbornici – Zvezi in v *Nacionalnem centru za strokovni, karierni in osebnostni razvoj medicinskih sester in babic*, ki je pripravil strokovni del dogajanja ob mednarodnem dnevu babic (5. maju) in mednarodnem dnevu medicinskih sester (12. maju), poimenovali letošnji **15. simpozij zdravstvene in babiške nege Slovenije**. Simpozij je potekal točno na mednarodni dan medicinskih sester – 12. maja, letos na Bledu. V tem letu namreč Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske obeležuje 60 let organiziranega delovanja. Zato veljajo čestitke k jubileju in tudi zahvala predsednici društva Alenki Bijol, ki nas je povabila na Gorenjsko in pomagala pri organizaciji obeh dogodkov – simpozija in slavnostne akademije. Strokovni program 15. simpozija je privabil na Bled okrog 170 udeležencev; izdan je bil tudi zbornik povzetkov, ki je dostopen tudi na spletnih straneh Zbornice – Zveze. Naša zahvala velja vsem sodelujočim: predavateljem, moderatorjem, razstavljalcem in seveda vsem udeleženkam in udeležencem simpozija. Upamo in želimo, da smo tako s strokovnim programom, tudi s posebej obeleženo **50-letnico neprekinjenega izhajanja Obzornika zdravstvene nege**, skupaj z udeleženci simpozija in slavnostne akademije, z devetimi dobitnicami zlatega znaka in dobitnico priznanja Angele Boškin za življenjsko delo gospo Marušo Šolar, dostojno obeležili naše mednarodne dneve. Letošnji moto ICN – Mednarodnega sveta medicinskih sester – ki združuje medicinske sestre iz 135 držav po vsem svetu, in katerega članica je tudi Zbornica – Zveza, sporoča: **Medicinske sestre – moč za spremembe: vpliv na izboljševanje (prožnosti) zdravstvenega sistema**. In moto ICM – Mednarodnega združenja babic – se je ob njihovem mednarodnem dnevu glasil: **Ženske in novorojenčki: srce babištva**.

Tako je bil tudi letošnji mednarodni dan slovenskih medicinskih sester, babic in tehnikov zdravstvene nege kot vsako leto, zaznamovan z izobraževanjem – 15. simpozijem, ki, skupaj z desetimi kongresi pomeni **srebrni jubilej našega izobraževanja v novejši zgodovini zdravstvene nege in babištva v državi**. Letošnji simpozij smo, vključujoč del mota ICN, poimenovali: **PROŽNOST ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE SKOZI ODGOVORNOST, VARNOST, KAKOVOST**.

Vsebinsko je bil simpozij razdeljen na tri sklope, vse vezane na odgovornost, kakovost in varnost v naši stroki in zdravstvu nasploh. V prispevku je na kratko povzetih nekaj vsebinskih sporočil prvih treh predavateljev, vse drugo je na voljo v zborniku simpozija na spletnih straneh Zbornice – Zveze.

V treh prispevkih na temo **odgovornost, kakovost, varnost** smo lahko slišali:

V prispevku **Kakovost in varnost skozi akreditacije slovenskih bolnišnic: priložnosti in izzivi** je Biserka Sim-

čič, izkušena poznavalka tega področja, v imenu Zveze za razvoj kakovosti in varnosti v zdravstvu podala kratek zgodovinski pregled razvoja akreditacij slovenskih bolnišnic, vlogo resornega ministrstva in nakazala smer razvoja tega področja za naprej:

*Naloga in vloga Ministrstva za zdravje na področju akreditacij zdravstvenih ustanov mora biti tako ureditev regulative za akreditacijo zdravstvenih ustanov, sodelovanje pri vzpostavitvi finančnih spodbud za vzpostavitev in neprestano izboljševanje kakovosti in varnosti sistema zdravstvenega varstva, spremljanje aktivnosti in rezultatov zdravstvenih ustanov na področju kakovosti in varnosti na podlagi mednarodnih standardov ter sodelovanja z izbrano akreditacijsko institucijo. Dobra organizacija izboljševanja kakovosti obsega dobro organizacijo različnih dejavnosti in procesov izboljševanja kakovosti, vključevanje različnih udeležencev v zdravstvenem varstvu in ustvarjanje ugodnih pogojev za izboljševanje kakovosti na vseh organizacijskih ravneh zdravstvenega varstva. Izboljševanje kakovosti mora biti dobro organizirano na osrednji ravni (država, pokrajina), na krajevni ravni (bolnišnica, zdravstveni dom, ...), na ravni oddelka (oddelek, ambulante) in na ravni posameznika (posamezni izvajalec zdravstvenega varstva). **Po uspešni uvedbi sistema akreditacije na področju bolnišnic je tako smiselno in potrebno, na podlagi preizkušenega modela, postopoma razširiti sistem akreditacije na zdravstvene domove, specialistične ambulante, izvajalce dolgotrajne oskrbe in vse ostale izvajalce zdravstvenih storitev.** Pogoji, ki jih je potrebno zagotoviti za izvajanje teh nalog, so oblikovanje političnih usmeritev, organizacija in sredstva. Pomembna pogoja sta tudi izobraževanje in motivacija ... **Namen zunanje presoje je, da deluje kot spodbujevalec in ne kot sredstvo nadzora.** Želje in pričakovanja so, da se bo v naslednjih letih sistem trdno zasedel v praksi in pripeljal do takih sprememb obnašanja vodstev in zaposlenih v zdravstvenih zavodih, da bodo dejavnosti v zvezi s kakovostjo zdravstvene oskrbe in varnostjo pacientov nekaj samo po sebi razumljivega. Dosedanji rezultati kažejo, da akreditacija ni končni cilj, ampak koristen okvir, v katerem je potrebno kakovost in varnost neprestano vzdrževati in razvijati ... Namen zunanje presoje je, da deluje kot spodbujevalec in ne kot sredstvo nadzora. Želje in pričakovanja so, da se bo v naslednjih letih sistem trdno zasedel v praksi in pripeljal do takih sprememb obnašanja vodstev in zaposlenih v zdravstvenih zavodih, da bodo dejavnosti v zvezi s kakovostjo zdravstvene oskrbe in varnostjo pacientov nekaj samo po sebi razumljivega. Dosedanji rezultati kažejo, da akreditacija ni končni cilj, ampak koristen okvir, v katerem je potrebno kakovost in varnost neprestano vzdrževati in razvijati (Simčič*, 2016).*

*Citati (Simčič, Premelč in Lokajner) so vzeti iz zbornika simpozija 2016.



Udeleženci simpozija

David Premelč, odvetnik, ki se v zadnjem času poglobljevano ukvarja tudi s področjem zdravstva in zdravstvene ter babiške nege, je v auditoriju povzročil popolno tišino, saj se izvajalci zdravstvene in babiške nege vedno bolj zavedamo svoje odgovornosti, tudi pravne, še posebej, če nam strokovnjak pravne stroke nastavi ogledalo s konkretnimi primeri iz prakse. Kje so **meje pravice do samostojnega odločanja o zdravljenju?** Avtor je za izhodišče referata vzel dilemo, pred katero so danes pogosto postavljeni zdravstveni delavci, to je, kako ravnati v primerih, ko si stojita nasproti na eni strani poklicna dolžnost zdravnikov in drugih zdravstvenih delavcev pomagati pacientu, ki je v nevarnosti za življenje (in z njo povezana odgovornost zaradi opustitve zdravstvene pomoči), ter na drugi strani **pravica pacienta do zasebnosti in do svobodnega odločanja o lastnem zdravju, ki vključuje tudi pravico do zavrnitve zdravstvenega posega**. ... precejšen del zdravnikov in drugih zdravstvenih delavcev v Sloveniji še ni povsem ozavestil pomena pojasnilne dolžnosti za njihovo morebitno odgovornost. Izkušnje kažejo, da se **v praksi pojasnilna dolžnost ne izvaja dosledno**, zlasti npr. obveznost, da morajo biti ustrezna pojasnila dana pacientu v neposrednem stiku, na pacientu razumljiv način, da morajo biti pred operativnim ali drugim težjim posegom dana tudi ustna pojasnila (in ne zadošča zgolj pisni privolitveni obrazec) ... **gre upati, da se bodo določila ZPacP glede pojasnilne dolžnosti in posledično veljavne privolitve v zdravstveni poseg dosledno izvajala, še predno pride do morebitne prve (kazenske) sodbe za kaznivo dejanje (posebno) hude telesne poškodbe zaradi odsotnosti ustrezne privolitve** (Premelč*, 2016).

Gordana Lokajner, naša kolegica, je prva opozorila na žvi-

ggače tudi v zdravstveni negi, pravi, da so »žvižgači« (ang. whistleblowers) tisti, ki zaobidejo običajne procese, da bi razkrili informacije, ki izpostavljajo neetične, nezakonite, nevarne ali neustrezne prakse. V zdravstvenem varstvu so ti »žvižgači« pogosto medicinske sestre. Ker so dobro usposobljene za klinično prakso in so stalno v neposrednem stiku s pacienti, ki jih negujejo, **so v edinstvenem položaju, da prepoznajo napake in situacije, ko so pacienti ali drugi zdravstveni delavci izpostavljeni tveganju, da se jim zgodi kaj slabega** (Kingma, 2010). ... Medicinske sestre – žvižgači **so v svojih delovnih okoljih označene kot problematične, nezadovoljne, moteče ter seveda velikokrat nezaželeni** v širšem negovalnem in zdravstvenem timu zaradi opozarjanja o kršenju zaščite pravic in varnosti pacientov. V popolnem svetu medicinski sestre ne bi bilo treba nikoli »žvižgati«. Opozarjanje na odklone, slabe prakse ali celo etično dvomljive odločitve je v zdravstveni oskrbi nujno prepoznati, odpraviti in se iz njih naučiti. ... V večini primerov žvižgači vstopajo v sisteme, ki nimajo jasnih poti za opozarjanje in izražanje skrbi v primerih slabe prakse (Lokajner*, 2016).

V drugem sklopu, ki smo ga poimenovali **Konkretne oblike za izboljševanje varne in kakovostne zdravstvene in babiške nege**, so te konkretne oblike predstavili strokovnjaki, ki se poglobljeno ukvarjajo prav s temi področji. Nekatera od njih še razvijamo, zato je bilo udeležencem zanimivo slišati novosti – kaj vse počnemo na posameznih področjih in v posameznih okoljih. Dobili smo več pohval, da jih s tekočim delom in rezultati ažurno seznanjamo. **Referenčne ambulate družinske medicine** sta predstavili Nataša Medved in Barbara Bukovnik iz Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v dru-

žinski medicini, ki sta obe tudi imenovani članici ožjega Projektnega sveta za to področje pri MZ. **Koordinatorja/ica zdravstvene oskrbe** so intenzivno razvijali na KO-PA Golniku, naredili so tudi randomizirano klinično raziskavo z namenom preveriti učinkovitost intervencije koordinatorja odpusta v obravnavi pacientov s KOPB in opredelitve zadovoljstva pacientov s KOPB z obravnavo koordinatorja odpusta, kar je predstavila Saša Kadivec. **Manchestrski sistem triažiranja pacientov** sta predstavili ključni akterki, ki se že več let ukvarjata s tem področjem, Majda Cotič in Vida Bračko iz Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci, o pomenu in nujnosti **neprekinjenega zagotavljanja patronažnega varstva** pa Andreja Krajnc in Martina Horvat iz Sekcije v patronažni dejavnosti pri Zbornici – Zvezi. **Vzpostavitev Centra za krepitev zdravja v zdravstvenem domu - izkušnje pilotnega testiranja iz zdravstvenih domov Celje, Vrhnika in Sevnica** je predstavila skupina kolegic, konkretno pa Vladimira Tomšič, direktorica ZD Sevnica (prispevek so sicer pripravile Sanja Vrbovšek z NIJZ, Vladimira Tomšič, Marjana Iršič, Jerneja Filipič, Mojca Vidmar iz zdravstvenih domov, kjer je potekalo pilotno testiranje). O aktualnem **ISO certificiranju v praksi, njegovih prednostih in pomanjkljivostih** je spregovoril Jože Šimenko, soavtorici sta bili Irena Buček Hajdarevič in Dragica Karadžić iz UKC Ljubljana.

Tretji sklop simpozija je postregel z **novimi vidiki in konkretnimi izzivi stroke zdravstvene in babiške nege: Pomen publiciranja za razvoj kakovosti kot znanosti v zdravstveni in babiški negi – 50 let izhajanja Obzornika zdravstvene nege** (ki ga je pripravila glavna in odgovorna urednica Brigita Skela Savič, predstavil pa Bran-

ko Bregar), je zaradi pomembne obletnice posebej objavljen v tej številki Utripa.

Z vidika odgovornosti, kakovosti in varnosti postaja vedno bolj pomembno (tudi zaradi dogodkov zadnjih let) **medpoklicno sodelovanje**, kjer skuša Zbornica – Zveza kot pobudnica spodbujati oblikovanje skupnega protokola s tega področja z Zdravniško zbornico Slovenije (Branko Bregar, Darinka Klemenc), v nadaljevanju je isto temo – **orodja za učinkovito komunikacijo v medpoklicnem sodelovanju** – SBAR nadgradila Majda Pahor, ki se s področjem medpoklicnega sodelovanja v zdravstvu poglabljeno ukvarja, zlasti s sociološkega vidika, že dalj časa, tudi v mednarodnem prostoru. Konkretni izziv babiški stroki predstavljajo **porodi na domu**, zato se na Zbornici – Zvezi pripravlja protokol za strokovno opolnomočanje babic in timov na tem področju, kar so predstavile Anita Prelec, Rosemarie Franc, Teja Škodič Zakšek in Ana Polona Mivšek iz Sekcije medicinskih sester in babic. O **nacionalnih protokolih kot konkretni obliki pomoči stroki** je ključne vsebine predstavila Majda Oštir, vodja Delovne skupine za protokole pri Zbornici – Zvezi, ki se trudi strokovno javnost opolnomočiti z vedno novimi protokoli, ki jih sproti objavljamo tudi v Utripu in na spletnih straneh Zbornice – Zveze.

Zadovoljni, da je simpozij v veliki meri izpolnil pričakovanja udeležencev, se zahvaljujemo za aktivno sodelovanje in vas že sedaj vabimo za posredovanje vaših idej, vsebinskih predlogov in tem, ki bi jih želeli obravnavati drugo leto na 11. kongresu zdravstvene in babiške nege, ko bomo praznovali tudi 90-letnico delovanja naše organizacije. ■



Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije -

Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije

Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana, tel. +01/544 54 80; e-mail: tajnistvo@zbornica-zveza.si

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini

Obvestilo o razpisu za volitve predsednika/ce in članov/ic izvršnega odbora strokovne Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini

Na osnovi Pravilnika o delu strokovnih sekcij Zbornice – Zveze Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini pri Zbornici – Zvezi razpisuje volitve za mandatno obdobje 4 let (2016-2020) za:

1. Predsednico/ka strokovne sekcije

2. Člane/ice izvršnega odbora strokovne sekcije - 4 člane/ice po regijskem principu za: pomursko, po-dravsko, dolensko in koroško regijo.

Pri izbiri kandidatov za izvršni odbor strokovne sekcije se upoštevajo regijsko in strokovno načelo. Vloge s potrebnimi dokazili pošljete **do vključno 7. 9. 2016** na naslov: Zbornica - Zveza, Ob železnici 30a, 1000 Ljubljana s pripisom: »Volitve Sekcije MS in ZT v splošni medicini - NE ODPIRAJ.« Volitve bodo izvedene na rednem strokovnem srečanju, ki bo **30. 9. 2016 v Ljubljani**.

Celotno besedilo razpisa je objavljeno na spletni strani Zbornice – Zveze v rubriki aktualni razpisi.

Tadeja Bizjak

Predsednica Sekcije MS in ZT v splošni medicini



Zdravniška zbornica Slovenije

Dunajska cesta 162
p. p. 439, SI-1001 Ljubljana

Medical Chamber of Slovenia

Tel.: +386/1/30 72 100, faks: +386/1/30 72 109
E-pošta: gp.zzs@zss-

Datum: 12. 5. 2016

Gospa
Monika Ažman, predsednica
ZZBNS – ZSDMSBZTS
Ob železnici 30 a

1000 Ljubljana

Spoštovana gospa predsednica,

ob mednarodnem dnevu medicinskih sester, vam in vašim kolegicam ter kolegom, v svojem imenu in imenu Zdravniške zbornice Slovenije iskreno čestitam, zavedajoč se kako pomembno je vaše odgovorno poslanstvo ob delu, ki ga vsakodnevno opravljate v najrazličnejših trenutkih življenja ljudi, v času rojevanja, zdravlja, obolevanja in umiranja, v vseh okoljih vašega delovanja.

Časi v katerih živimo, so tudi vam pogosto neprijazni, zato vam želim, da bi položaj medicinskih sester v družbi ostal čim trdnjši in da bi bile prepoznane kot nepogrešljiv del zdravstvenega sistema.

S spoštovanjem.



Prim. Andrej Možina, dr. med.

Predsednik Zdravniške zbornice Slovenije

Zahvala

*Zahvaljujemo se vsem skupaj in vsakemu posebej,
 ki ste nam čestitali ob mednarodnem dnevu babic in mednarodnem dnevu medicinskih sester.*

Vodstvo Zbornice – Zveze

Pomen publiciranja za razvoj kakovosti kot znanosti v zdravstveni in babiški negi – 50 let izhajanja Obzornika zdravstvene nege

Izr. prof. dr. Brigita Skela-Savič

Ključne besede: raziskovanje, profesionalizem, vrednote, pacienti, kompetence, na dokazih podprta praksa

Uvod: Raziskave zadnjih let kažejo, da medicinske sestre še vedno v zadostni meri ne dojemajo raziskovalnega dela in s tem povezanega publiciranja rezultatov raziskav, kot del njihove profesionalne identitete (Kelly *et al.* 2013, Loke *et al.* 2014, Skela-Savič & Kiger 2015). Profesionalizem je več dimenzionalni koncept, ki medicinskim sestram zagotavlja priložnosti za osebnostno in profesionalno rast. Ta proces zahteva znanje, veščine, razvoj značilnosti poklicne identitete profesije in internacionalizacijo vrednot in norm profesionalne skupine (Alidina, 2013). Profesionalizem se v zdravstveni negi kaže, kako medicinske sestre dojemajo vsakodnevno klinično delo in hkrati, kako so medicinske sestre orientirane v zagotavljanje kakovosti in varnosti v zdravstvu. Koncept profesionalizma sam po sebi pokaže na pripadnost profesiji in od medicinskih sester se pričakuje, da se izobražujejo, publicirajo svoje raziskave, izboljšujejo prakso in teorije zdravstvene nege ter da delujejo avtonomno (Čelik & Hisar, 2012). Watkins (2011) profesionalizem kot koncept opiše v obliki treh spremenljivk. Prva je *Oblikovanje profesije*, ki vključuje poklicno skupino, definirana znanja na področju delovanja, vzpostavljeno samoregulacijo, kontinuiran razvoj profesionalnega znanja in veščin za nenehno izboljševanje kakovosti dela. Druga je *Priznavanje profesije*, ki vključuje temeljne komponente, kot so znanje, avtonomija, odgovornost za profesionalno presojo in učinek le tega na učinkovitost kliničnega dela. Tretja spremenljivka je *Uspešnost profesije*, ki je lahko dosežena samo s formalnim izobraževanjem, ki mora vključevati znanje, pridobljeno s sistematičnim raziskovanjem, in vključuje strokovno presojo skozi razvoj kritičnega razmišljanja in odločanje na osnovi dokazov.

Ustrezno komuniciranje z javnostjo je prepoznano kot ena ključnih dimenzij uspešnosti profesije (Hoeve, *et al.*, 2014). Medicinske sestre morajo močnejše komunicirati svoj profesionalizem z javnostjo in pokazati, kaj resnično delajo. Družba mora prepoznati, da raziskovanje v zdravstveni negi obstaja in da je pomembno za zdravje pacientov. To zavedanje bo imelo pozitiven učinek na javno podobo in bo medicinske sestre opolnomočilo v oblikovanju, priznavanju in uspešnosti profesije.

Spoznanja raziskav: Za razumevanje profesionalizma je pomembno, da poznamo in razumemo dojemanje profesionalnih vrednot in kompetenc. V eni od zadnjih večjih slovenskih raziskav (Skela-Savič, Pesjak, Lobe, 2016) je bilo ugotovljeno, da sta med diplomiranimi medicinskimi

sestrami v slovenskih bolnišnicah prisotni dve skupini vrednot. Prva je skupina vrednot, ki opisujejo strokovne dimenzije dela, in druga skupina so vrednote razvoja zdravstvene nege. Slednje so prisotne značilno manj in so tudi pomemben pojasnjevalni dejavnik, kako diplomirane medicinske sestre razumejo na dokazih podprto zdravstveno nego. Podobne rezultate dobimo pri profesionalnih kompetencah, kjer smo odgovore anketirancev lahko oblikovali v dve dimenziji, in sicer v praksi pričakovane kompetence in napredne oblike kompetenc, kjer se slednje uporabljajo značilno manj in ravno tako pojasnijo razumevanje na dokazih podprte prakse in za razliko od vrednot, tudi implementacijo le te. Ugotavljamo, da se anketiranci čutijo značilno manj kompetentni v zagotavljanju kakovosti, fleksibilnosti dela, posodabljanju standardov/smernic, oblikovanju predlogov, pripravi strokovnih ekspertiz in uporabi izsledkov raziskav pri delu. Tako lahko pritrdimo že prehodnim raziskavam na tem področju, da je profesionalizem v zdravstveni negi v Sloveniji še vedno v razvoju, da mu primanjkuje podpore znotraj in izven profesije in da se premalo dela na njegovi implementaciji. V raziskavi smo dokazali vzročne dejavnike, ki pogojujejo prepričanja in implementacijo na dokazih podprte prakse v bolnišnični zdravstveni negi v Sloveniji. Poleg že dveh omenjenih naprednih dimenzij vrednot in kompetenc so ti dejavniki še samoocena znanja o raziskovanju in dokazih podprti praksi, izobraževanje na obeh področjih samoocene znanj in dostop do podatkovnih baz. Spoznanja raziskave nam dajejo možnosti za uvajanje izboljšav tako na področju managementa zdravstvene nege kot visokošolskega management in tudi dajejo usmeritve za delo nacionalnega združenja v zdravstveni negi Zbornice – Zveze.

Prispevek Obzornika zdravstvene nege k profesionalizaciji zdravstvene nege v Sloveniji: Zgoraj zapisani rezultati raziskave so tudi odraz sposobnosti, ki jih slovenska zdravstvena nega ima na področju raziskovanja in publiciranja in le to se odraža v nacionalni reviji kot pomanjkanje večjega števila kakovostnih člankov, ki bi uredništvu dali več možnosti pri izbiri člankov za objave. Revija se še vedno ukvarja s pomanjkanjem kakovostnih člankov za izdajo posameznega letnika.

V letu 2013 smo zapisali naša pričakovanja, da se bo v bližnji prihodnosti kakovost in znanstvena vrednost člankov dvigovala, saj smo v Sloveniji, gledano z drugimi post-socialističnimi državami, zelo pozno razvili drugostopenjski (magistrski študij) zdravstvene nege (Skela-Savič, 2013). Žal ni tako; glede na obseg vpisa na magistrski študij bi pričakovali pomembno več kakovostnih člankov, saj

morajo diplomanti druge stopnje doseči kompetence sedme ravni izobraževanja po Evropskem kvalifikacijskem okvirju, kar pomeni, da imajo znanja, kompetence in sposobnosti za aplikativno raziskovanje in publiciranje rezultatov raziskav. Od visokošolskih učiteljev se pričakuje, da študente spodbudijo k objavi magistrskega dela in jim pri tem pomagajo. Več raziskovalnih aktivnosti in objav rezultatov dela se pričakuje od diplomiranih medicinskih sester, ki delajo v referenčnih ambulantah, strokovnih sekcijah, društvih idr. Pomemben zgled raziskovanja in publiciranja morajo biti visokošolski učitelji.

Brez avtorjev, ki jih pri raziskovanju in pripravi člankov podpirata klinično okolje in management, ni Obzornika zdravstvene nege. Od avtorjev pričakujemo, da se zavedajo, da je objava članka odgovorno ravnanje. Članek naj bo pripravljen na način, da izkazuje poznavanje raziskovanja in visoke etične standarde in norme, kar se kaže: v zagotavljanju objektivnosti v vodenju raziskave in pisanju članka, v uporabi relevantnih raziskovalnih metod za postavljena raziskovalna vprašanja, v uporabi točnih in natančnih metod in tehnik za zbiranje in analizo podatkov, v izbiri ustreznih interpretacij dobljenih podatkov, v natančnem poročanju o raziskavi in ugotovitvah raziskave, v preprečevanju napačnih interpretacij podatkov in dobljenih rezultatov, v preprečevanju ponarejanja podatkov in dobljenih rezultatov, v jasnem razumevanju, da je plagiatstvo nedopustno in v doslednem citiranju uporabljen literature v besedilu članka in v seznamu literature (Skela-Savič, 2013).

Za dvig kakovosti dela v zdravstveni negi in razvoja zdravstvene nege kot profesije in znanstvene discipline potrebujemo lastno raziskovalno delo in publiciranje le tega, napredno znanje in uveljavljanje na dokazih podprte prakse. V uvodniku revije je poudarjen pomen Obzornika zdravstvene nege k dvigu znanj in profesionalizaciji zdravstvene nege v Sloveniji (Skela-Savič, 2016). Obzornik zdravstvene nege je naša revija, je del profesionalizacije slovenske zdravstvene nege in kaže tudi nivo publiciranja, ki smo ga dosegli v petdesetih letih delovanja. Zato naj bo revija del vrednostnega sistema razmišljanja vsake medicinske sestre, strokovnih vodij in managerjev v zdravstvenih, izobraževalnih in socialnih zavodih in strokovnjakov v strokovnih sekcijah Zbornice – Zveze, ker vsaka medicinska sestra, ki gre skozi objavo v reviji, osebno in profesionalno raste ter prispeva k razvoju zdravstvene nege. Naj vas ne zmoti zahtevana urejenost in si-

stematičnost, ki jo uredniški odbor zahteva pri oddaji članka in na poti do objave. Le ta je primerljiva z mednarodnimi revijami in je eden od temeljev oblikovanja, priznavanja in uspešnosti profesije zdravstvene nege v Sloveniji.

Literature

- Alidina, K., 2013. Professionalism in post-licensure nurses in developed countries. *Journal of Nursing Education and Practice*, 3(5), pp. 128–137.
- Çelik, S. & Hisar, F., 2012. The influence of the professionalism behaviour of nurses working in health institutions on job satisfaction. *International Journal of Nursing Practice*, 18(2), pp. 180–187.
<http://dx.doi.org/10.1111/j.1440-172X.2012.02019.x> PMID:22435982
- Hoeve, Y., Jansen, G. & Roodbol, P., 2014. The nursing profession: public image, self-concept and professional identity. A discussion paper. *Journal of Advanced Nursing* 70(2), 295–309. doi: 10.1111/jan.12177
- Kelly, K.P., Turner, A., Gabel Speroni, K., McLaughlin, M.K. & Guzzetta, C.E., 2013. National survey of hospital nursing research, part 2: facilitators and hindrances. *The Journal of Nursing Administration*, 43(1), pp. 18–23.
<http://dx.doi.org/10.1097/NNA.0b013e3182786029> PMID:23207718
- Loke, J., Laurenson, M. & Lee, K., 2014. Embracing a culture in conducting research requires more than nurses' enthusiasm. *Nurse Education Today*, 34(1), pp. 132–137. <http://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2012.09.006> PMID:23031532
- Skela-Savič, B., Pesjak, K. & Lobe, B., 2016. Evidence-based practice among nurses in Slovenian Hospitals: a national survey. *International Nursing Review*, 63(1), pp. 122–131, March 2016
<http://dx.doi.org/10.1111/inr.12233>.
- Skela-Savič, B., 2016. Professionalism in nursing: what is its current level in Slovenia? *Obzornik zdravstvene nege*, 50(1), pp. 4–9.
<http://dx.doi.org/10.14528/snr.2016.50.1.94>
- Skela-Savič, B. & Kiger, A., 2015. Self-assessment of clinical nurse mentors as dimensions of professional development and the capability of developing ethical values at nursing students: a correlational research study. *Nurse Education Today*, 35(10), pp. 1044–1051.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2015.04.003> PMID:25981136
- Skela Savič B. Publiciranje v zdravstveni negi: rezultati bodo prišli s pridobivanjem znanj in spodbudami. *Obzor Zdrav neg.* 2013;47(1):5–7.
- Watkins, D., 2011. The influence of Masters education on the professional lives of British and German nurses and the further professionalization of nursing. *Journal of Advanced Nursing*, 67(12), pp. 2605–2614.
<http://dx.doi.org/10.1111/j.1365-2648.2011.05698.x> PMID:21615461

Opravičilo

Na željo Anemarije Smonkar, ki nam je pisala v imenu pevskega zbora La Vita, se opravičujemo, ker smo v majski številki Utripa ob povabilu na koncert na strani 42 v rubriki Iz društev, dodali simbolno fotografijo, ki pa ni fotografija pevskega zbora La Vita. Če bi nam poslali svojo fotografijo, bi jo objavili.

Za nenamerno »napako« se opravičujemo.

Odgovorna urednica



Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije -
Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije
Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana, tel. +01/544 54 80; e-mail: tajnistvo@zbornica-zveza.si

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v otorinolaringologiji

Razpis za volitve člana izvršnega odbora Strokovne sekcije MS in ZT v otorinolaringologiji

Na podlagi 13. in 15. člena Pravilnika o delu strokovnih sekcij Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije in v skladu s Pravilnikom o volitvah in imenovanjih Zbornice – Zveze, zaradi poteka mandata članu izvršnega odbora, Strokovna sekcija MS in ZT v otorinolaringologiji, razpisuje **ponovljene volitve za štiriletno obdobje** (2016 – 2020):

• za člana/članico izvršnega odbora (1 mesto).

Pri izbiri članov izvršnega odbora strokovne sekcije se upoštevajo regijski princip in strokovno področje otorinolaringološke zdravstvene nege. Rok za prijavo kandidatov je **do vključno 30. 9. 2016**. Kandidati pošljejo vloge na sedež volilne komisije v zaprti ovojnici **na naslov Zbornice – Zveze**, Ob železnici 30 a, 1000 Ljubljana, s pripisom "Volitve Sekcija MS in ZT v otorinolaringologiji – NE ODPIRAJ!" Volitve članov izvršnega odbora bodo izvedene ob izvedbi seminarja v letu 2017.

Celotno besedilo razpisa je objavljeno na spletni strani Zbornice – Zveze v rubriki aktualni razpisi.

S spoštovanjem,

predsednik Sekcije MS in ZT otorinolaringologiji

Matjaž Mrhar

NAGRADNI NATEČAJ ZA NAJBOLJŠO ZGODBO Z NASLOVOM

TA SVET JE NOR!

Življenje je polno zgodb, smo zapisali lani in predlani, ko smo vas nagovarjali k pisanju zgodb iz vašega delovnega vsakdana. Zgodbe so bile dobro sprejete in v decembru 2015 smo zaključili že drugi nagradni natečaj. Nagrajene avtorice so bile presenečene nad nagradami, ki niso bile kar tako

Letos nadaljujemo.

Na sestanku uredniškega odbora so kar deževali predlogi, kakšna naj bi bila tema tokratnega nagradnega natečaja.

Želeli smo si kaj veselega. Zgodbe z delovnega mesta ali pa prostega časa, ki ga nekateri preživljate s sodelavci, ki vas družijo v timu.

Nekateri skupaj praznujete življenjske jubileje, organizirate pohode (tudi na Triglav), piknike, maratone, dobrodelne prireditve in takrat doživite marsikaj. In velikokrat vam uide komentar: Ta svet je nor!

Vabimo vas, da delite z nami spomine na prej opisane dogodke, ki jih bomo objavljali do novembra in v decembru spet izbrali najboljše zgodbe in jih nagradili. V skladu z vašo željo zgodbe lahko označimo s šifro, ali pa jih objavimo z vašim podpisom.

Vabljeni k pisanju. Besedilo zgodbe naj obsega 5.000 do 7.000 znakov brez presledkov.

Besedila oddajte do 20. v mesecu pred izidom Utripa. Prve zgodbe torej pričakujemo do 20. julija za objavo v poletni avgust/september številki. Utrip namreč julija in septembra ne izide.

Zgodbe bo ocenjeval uredniški odbor Utripa

Monika Ažman, predsednica Zbornice – Zveze



Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije

Nacionalni protokoli aktivnosti zdravstvene in babiške nege

naziv **MENJAVA DIALIZNE RAZTOPINE PRI KONTINUIRANI AMBULANTNI PERITONEALNI DIALIZI – CAPD** koda **20.09**

Ključne besede: **Vtok, iztok, kopel, dializna raztopina**

Namen aktivnosti:

Zagotoviti varno izmenjavo dializne raztopine. Zagotoviti ustrezno raven presnovnih produktov in elektrolitov v telesu ter tekočinsko ravnovesje.

Predvideni čas izvajanja protokola (aktivnosti):

**45 minut
3 do 5-krat dnevno**

Skrbnik protokola aktivnosti zdravstvene in babiške nege:

Sekcija MS in ZT za področje nefrologije, dialize in transplantacije

Potrebno število oseb za izvedbo aktivnosti:

1

odgovorna oseba protokola:

Mirjana Rep, dipl. m. s.

Potrebni pripomočki:

- dvojna vrečka (sestavljena iz prazne in polne vrečke, ki sta med seboj povezani s cevjem) predpisanega volumna in sestave, ogreta na telesno temperaturo, z veljavnim rokom uporabe
- zaščitna jodova objemka in jodov pokrovček
- dve ščipalki
- dve zaščitni obrazni maski
- stojalo za vtok raztopine
- tehtnica (za tehtanje iztočene dializne raztopine)

Aktivnost ZBN lahko izvede:

bolničar	NE
tehnik zdravstvene nege	DA
diplomirana medicinska sestra	DA
diplomirana babica	NE

omejitve, pripombe

pod določenimi pogoji (omejitve)

Nacionalni protokoli aktivnosti zdravstvene in babiške nege

Izvedba aktivnosti zdravstvene nege:

Opombe:

1.	Odstranimo ovojnino dvojne vrečke (brez uporabe ostrih predmetov) in jo položimo na tla	<i>Preprečimo poškodbo vrečke</i>
2.	Preverimo bistrost tekočine in nepoškodovanost vrečke	<i>Zagotovimo uporabo nedotaknjene raztopine</i>
3.	Ločimo cevje dvojne vrečke in ga zvijemo pod polno vrečko tako, da barvna zaščita na koncu cevja visi prosto čez rob delovne površine	<i>Izpolnimo pogoje za aseptično menjavo</i>
4.	Razkužimo roke Odpremo vrečko z jodovo objemko Razkužimo roke	<i>Zagotovimo aseptično uporabo sterilnih pripomočkov in materiala</i>
5.	Z eno roko držimo cevje, z drugo roko odstranimo barvno zaščito na koncu cevja, nato primemo jodovo objemko in jo namestimo na konec cevja	
6.	Z eno roko primemo pretočni set in ga trdno držimo, z drugo roko odvijemo jodov pokrovček na pretočnem setu in ga zavržemo (pazimo, da se ne dotaknemo odprtega konca pretočnega seta)	
7.	Cevje z nameščeno jodovo objemko povlečemo k pretočnemu setu in ga nanj privijemo (vedno zavijamo cevje in ne katetra) Prazno vrečko položimo na ovojnino	<i>Preprečimo poškodbe izstopišča</i>
8.	Odpremo navoj na pretočnem setu	<i>Omogočimo iztok dializne raztopine iz trebušne votline</i>
9.	Preverimo ohlajenost cevja na iztočni vrečki in opazujemo dvigovanje zračnih mehurčkov	<i>Ugotovimo konec iztoka</i>
10.	Zapremo navoj na pretočnem setu	<i>Preprečimo vtok iztočene dializne raztopine (izpirka) nazaj v trebušno votlino</i>
11.	Vrečko dvignemo in pregledamo izgled izpirka (bistrost, barvo iztočene tekočine in prisotnost fibrina)	<i>Ukrepamo ob odstopanju v izgledu izpirka</i>
12.	Vrečko s svežo dializno raztopino obesimo na stojalo poleg pacienta, tako da cevje ni nategnjeno	<i>Omogočimo vtok sveže dializne raztopine s pomočjo prostega pada ter preprečimo vlek katetra in poškodbo izstopišča</i>
13.	Speremo cevje dvojnih vrečk: - prelomimo zeleni zatič v cevju s polno vrečko - odpremo ščipalko na iztočni cevi in počakamo 15 sekund - zapremo ščipalko na iztočni cevi	<i>Preprečimo vdor zraka in mikroorganizmov v trebušno votlino</i>
14.	Odpremo navoj na pretočnem setu	<i>Omogočimo vtok sveže dializne raztopine v trebušno votlino</i>
15.	Po končanem vtoku zapremo navoj na pretočnem setu S ščipalko zapremo vtočno cevko	<i>Preprečimo iztekanje raztopine iz trebušne votline</i>
16.	Razkužimo roke Odpremo jodov pokrovček Razkužimo roke	<i>Preprečimo okužbo</i>
17.	Z eno roko primemo pretočni set in ga trdno držimo v roki, z drugo roko odvijemo cevje s pretočnega seta in ga spustimo na tla	

Opombe, omejitve protokola:

Temeljna literatura:

TEHNIK ZDRAVSTVENE NEGE: Delo ZT pri menjavi dializne raztopine je v okviru razmejitev zdravstvene nege(1997) in v okviru Aktivnosti ZN na področju nefrologije, dialize in transplantacije(2012). OPOMBE: CAPD je metoda zdravljenja, ki poteka neprekinjeno 24 ur. Postopek izvajanja CAPD metode sestoji iz vtoka, izтока in kopeli. Izток uporabljene dializne raztopine oz. izpirek in zamenjava s svežo dializno raztopino se imenuje menjava. Čas med dvema menjavama imenujemo kopel. - Asistirana CAPD – oblika zdravljenja na domu ali v domovih starejših občanov - Na vrečki preverimo rok uporabe, sestavo in volumen dializne raztopine – zagotovimo uporabo predpisanih in varnih dializnih raztopin. - Povprečen čas izтока je 20-30 minut. - Povprečen čas vtoka je 10-15 minut. - Če je v iztočeni tekočini fibrin, v svežo dializno raztopino apliciramo heparin po navodilih. - Po prvi jutranji menjavi dializne raztopine pacienta stehamo in izmerimo vitalne funkcije - Ukrepajmo pri: - okužbi sterilne PD opreme (konec vrečke, pretočni set, jodova objemka, jodov pokrovček), - mehanskih poškodbah peritonealnega katetra in PD opreme, - težavah vtoka in izтока, - odstopanju v izgledu izpirka (moten, temno rumen, krvav, vsebuje fibrinske nitke). - Ne uporabljajmo nesterilnega ali poškodovanega PD materiala. Navodila o aplikaciji heparina intraperitonealno (i. p.): V iztočeni PD raztopini (izpirku) včasih opazimo plavajoče beljakovinske delce v obliki nitk, kosmičev, kepic ali sluzi. To so delci fibrina, ki se med kopeljo izločajo v dializno raztopino in lahko zamašijo lumen PD katetra ali vmesno cevje (pretočni set). Posledica so motnje v iztoku dializata in vtoku dializne raztopine. Heparin je potrebno aplicirati v svežo dializno raztopino pred vtokom: - ob pojavu fibrina v izpirku, - ob pojavu peritonitisa (moten izpirek), - po operativni vstavitvi katetra, - pri lavažah po vstavitvi katetra. Vsak pojav fibrina v izpirku in dodajanje heparina je treba beležiti na evidenčni list za izvajanje CAPD menjave. Enkratni odmerek je 500 E heparina / 1 liter dializne raztopine.	- Aktivnosti zdravstvene nege na področju nefrologije, diaize in transplantacije; Zbornica zdravstvene nege; Ljubljana 2012. - Bernardini J, Price V, Figueiredo A. Recommendations Peritoneal Dialysis Patient Training, ISPD. PDI 2006; 26:625-632. - Delovna skupina pri Ministrstvu za zdravje. Strokovne podlage za pripravo programa obvladovanje in preprečevanje bolnišničnih okužb. Ljubljana: Slovensko zdravniško društvo, Sekcija za klinično mikrobiologijo in hospitalne infekcije, 2003. Uredili: Tatjana Lužnik-Bufon, Marjeta Škerl. - Dolinšek M, Škerl M. Bolnišnična higiena. MF v Ljubljani,1998. - EDTNA/ERCA. Peritonealna dializa. Priročnik za klinično prakso. 2009 - Ivanuša A, Železnik D. Standardi aktivnosti zdravstvene nege. Maribor: Univerza v Mariboru, Visoka zdravstvena šola, 2002. - Kovač D, Lindič J, Malovrh M, Pajek J. Bolezni ledvic. 3 izd. Ljubljana: Klinični oddelek za nefrologijo, Univerzitetni klinični center; 2014. - Miller T, Findon G. Touch Contamination of Connection Devices in Peritoneal Dialysis. PDI 1997; 17: 560-567. - Piraino B, Balie G, Bernardini J, et al. Peritoneal Dialysis Related Infections Recommendations: 2005 Update. PDI 2005;25:107-131.
--	---

Sklep	organ, ki izdaja sklep o ustreznosti:	številka sklepa:	datum:	odgovorna oseba:
Sklep skrbnika nacionalnega protokola	Sekcija MS in ZT za področje nefrologije, dialize in transplantacije	3/2014	13.11. 2014	Mirjana Rep
I. sklep o ustreznosti nacionalnega protokola	Delovna skupina za protokole aktivnosti ZBN	1/15	6. 2. 2015	Majda Oštir
II. sklep o ustreznosti nacionalnega protokola	Upravni odbor Zbornice – Zveze	583/32	8. 4. 2015	Darinka Klemenc
III. sklep o ustreznosti nacionalnega protokola	Razširjeni strokovni kolegij za zdravstveno nego pri MZ	04-03a/04-2015	17. 6. 2015	mag. Branko Bregar



Članstvo v Zbornici zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezi strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (Zbornica – Zvezi)

Spoštovana kolegica, kolega,

veseli nas, da ste naša članica ali član. Hvala za zaupanje. Morda razmišljate, da bi to postali? Lepo povabljeni. Z vpisom se vključujete v enotno 85 let staro nacionalno stanovsko organizacijo, ki združuje 15.000 medicinskih sester, babic, zdravstvenih tehnikov in bolničarjev v državi.

Kratka zgodovina: 27. novembra 1927 je bila ustanovljena "Organizacija absolventk šole za sestre v Ljubljani". Leta 1951 se je združenje preimenovalo v Društvo medicinskih sester, leta 1963 v **Zvezo društev** medicinskih sester Slovenije ter se povezovalo v Zvezo društev medicinskih sester Jugoslavije. 15. 12. 1992 je bila v okviru Zveze društev ustanovljena še **Zbornica** zdravstvene nege Slovenije; tako organizacija lahko izvaja tudi naloge regulacije stroke.

Organiziranost: Zbornica – Zveza je pravna oseba zasebnega prava (društvo) in je **ni mogoče deliti samo na »zbornični del« ali samo na »zvezo društev« oz. »društvo«**. Sestavlja jo **enajst regijskih strokovnih društev**; posameznik/ca se sam/a odloči, kateremu regijskemu strokovnemu društvu želi pripadati (Ljubljana, Maribor, Celje, Pomurje, Ptuj-Ormož, Nova Gorica, Koper, Slovenj Gradec, Novo mesto, Velenje, Gorenjska). Obstaja tudi možnost vključitve **fizičnih članov** oz. aktivna fizičnih članov, če kdo ne bi želel biti član regijskega strokovnega društva. Člani regijskih strokovnih društev in aktivna fizičnih članov so tudi člani Zbornice – Zveze. V organizaciji deluje **31 strokovnih sekcij**, ki povezujejo izvajalke/ce na ožjih strokovnih področjih po vsej državi, ter več začasnih ali stalnih delovnih skupin in teles.

Včlanitev: preko pristopne izjave. Na osnovi slednje vsak/a član/ica prejme najprej začasno potrdilo o članstvu in nato še člansko

izkaznico, s katero lahko koristi ugodnosti članstva.

Članstvo v Zbornici – Zvezi je **prostovoljno**.

Članarina znaša 0,6 odstotka bruto mesečnega osebnega dohodka za redno zaposlene, za upokojene in študente 20 € letno, za čas porodniškega dopusta in brezposelnosti pa 3€ mesečno.

Članstvo fizični osebi preneha: na podlagi pisne izjave, da izstopa, in vrnjene članske izkaznice, če eno leto ne plačuje članarine in je ne plača tudi po opominu, z izključitvijo, če ne deluje v skladu s statutom, če krši Kodeks etike medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije ali Kodeks etike za babice Slovenije, če s svojim ravnanjem škoduje delu in ugledu Zbornice – Zveze in s smrtjo. Zbornica – Zveza na podlagi pisne izjave o izpisu obvesti delodajalca in regijsko društvo.

Ponovni vpis: če se je član/ica izpisal/a iz organizacije in se v tekočem letu želi ponovno vpisati, za ponovni vpis v register članov Zbornice – Zveze, za izdajo potrdila in članske izkaznice plača pavšalno članarino od izstopa dalje. Če je član/ica prekinil/a članstvo v preteklem letu ali letih nazaj, za ponovni vpis poravnava pavšalno članarino v višini 35€.

Spremembe podatkov: v pisarni Zbornice – Zveze si prizadevamo, da bi bili podatki o članstvu pravilni in ažurni. Zato vas prosimo, če nam spremembe, vezane na delodajalca, status (študent, zaposlen, upokojenec), naslov prebivališča, porodniški dopust ipd. pisno javljate na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30 a, 1000 Ljubljana ali po e-pošti – clanarina@zbornica-zveza.si. Najhitrejša možnost sporočanja vaših podatkov je preko portala članov na naši spletni strani www.zbornica-zveza.si – zavihek »pripombe«. ■

Kupon ugodnosti

www.tosama.si

10% popusta na celoten nakup

15% popusta na vse higienske vložke in tampone

Bela štacunca

TOSAMA
Since 1923

- **Vir**, Šaranovičeva cesta 35, 1230 Domžale
- **Maribor**, Jezdarska ulica 4, 2000 Maribor
- **Koper**, Pristaniška 4, 6000 Koper
- **Izola**, Ulica oktobrske revolucije 11, 6310 Izola
- **Ljubljana**, Šmartinska 152, BTC - Hala A, 1000 Ljubljana
- **Jesenice**, Center Tuš Jesenice, Cesta železarjev 4b, 4270 Jesenice
- **Idrija**, Drogerija Tuš Idrija, Lapajnetova ulica 33 5280 Idrija
- **Kranj**, Planet Tuš Kranj, Cesta Jaka Platiše 18, 4000 Kranj

Kupon ugodnosti velja do 31. 12. 2016 ob predložitvi ID kartice Zbornice-Zveze.

Popusti se ne seštevajo in ne veljajo na izdelke na naročilnico, ki jo predpiše zdravnik, na izdelke v akciji, darilne bone in izdelke z zaklenjeno ceno.



Prednosti in ugodnosti članstva:

- **vođenje osebne mape** (portfolia) strokovnih izpopolnjevanj in izobraževanj;
- številne možnosti za **vseživljenjsko učenje**: izobraževalni dogodki v okviru strokovnih sekcij, regijskih strokovnih društev, delovnih skupin, drugo;
- vključevanje posameznikov ali skupin v področje **raziskovanja lastne stroke**;
- različne **interesne dejavnosti**: skrb za zdrav življenjski slog, izletništvo, kulturne, športne in druge prostočasne aktivnosti, zlasti v okviru regijskih strokovnih društev;
- možnost enkratnega letnega zaprosila za **sredstva iz sklada za izobraževanje**;
- možnost **koriščenja različnih popustov**, odvisno od trenutne ponudbe;
- drugo.

Pravice člana/ice:

voliti in imenovati ter biti voljen/a in imenovan/a v organe Zbornice – Zveze, uresničevanje poklicnih interesov preko svojih predstavnic/kov ali neposredno v organih Zbornice – Zveze, soodločanje o zadevah, ki so pomembne za zdravstveno in babiško nego za izboljševanje kakovosti, varnosti, humanosti in učinkovitosti zdravstvene oskrbe, posredovanje idej, pobud, vprašanj organom in telesom Zbornice – Zveze, prejemanje informativnega biltena.

Dolžnosti člana/ice: spoštovanje statuta in drugih pravnih aktov in sklepov Zbornice – Zveze, delovanje v skladu z etičnimi načeli stanovskih kodeksov, širitev poslanstva in delovanje v skladu z vrednotami organizacije, redno plačevanje članarine in redno obveščanje odgovornih o spremembah podatkov, ki so potrebni za vođenje registra članstva in dobro delo pisarne Zbornice – Zveze.

Združeni v enotni nacionalni stanovski organizaciji – za kakovostno in varno stroko, za solidarnost med nami, za boljše prepoznavnost in več vpliva v družbi.

Vaša Zbornica – Zveza ■

OBVESTILO

Svetovalni telefon za pomoč osebam z izkušnjo nasilja na delovnem mestu, ki deluje v Društvu SOS telefon od leta 2011, je 1. 1. 2016 prenehal delovati.

Svetovalno delo se bo nadaljevalo po spletu na e-naslovu: mobing@drustvo-sos.si
Svetovanje je anonimno in zaupno.

Vabimo vas, da se nam oglosite po e-pošti,

- če imate izkušnjo spolnega nadlegovanja ali nadlegovanja zaradi vaše osebne okoliščine: invalidnosti, zdravstvenega stanja, starosti, politične, etnične ali verske pripadnosti, istospolne usmerjenosti ...
- če preživljate sistematično psihično nasilje, vas na delovnem mestu izločajo, vam škodujejo in onemogočajo vaš karierni razvoj,
- če ste zaradi izkušnje z nasiljem v stiski in potrebujete pomoč,
- če bi radi pomagali sodelavki ali sodelavcu in ustavili nasilje, pa ne veste, kako.

CONSENSO – evropski projekt za boljšo zdravstveno in socialno obravnavo ljudi starejših od 65 let

mag. Tamara Štemberger Kolnik, Ester Benko

Na Univerzi na Primorskem, Fakulteti za vede o zdravju, smo se vključili v evropski projekt CCommunity Nurse Supporting Elderly in a Changing Society (CO.N.S.E.N.SO).



Torino, 15. 4. 2016.

Udeleženci (od leve proti desni): Aleš Kenda, Martina Horvat, Tatjana Buzeti, Tamara Štemberger Kolnik, Ester Benko, Lea Lebar, Urban Boljka

Projektno dokumentacijo smo oddali v letu 2015 na razpis za sofinanciranje razvoja socialno zdravstvenih programov Območje Alp 2014-2020. Nosilni partner projekta ima sedež v Italiji, v projekt so vključeni še partnerji iz Avstrije in Francije. Projekt je vsebinsko namenjen zdravstveno socialni obravnavi starostnika v domačem okolju in vključuje oblikovanje modela obravnave ljudi starejših od 65 let s strani medicinske sestre. Osnova za oblikovanje modela je model »Family nursing« od Svetovne zdravstvene organizacije in devet vlog medicinske sestre v »Family nursingu«, ki jih je oblikoval ICN. Prav tako smo v model vnesli elemente organizacije patronažnega varstva v Sloveniji. V modelu predvidena medicinska sestra bo izvajala preventivno dejavnost ter bo prevzela vlogo koordinatorja zdravstvene nege in zdravstveno-socialne oskrbe, oskrbo s strani drugih vladnih ali nevladnih organizacij (profilov, posameznikov), ki kakor koli vplivajo na boljšo zdravstveno socialno oskrbo starostnika. Skrbela bo za populacijo 500 starostnikov. Prvi del projekta predvideva oblikovanje ideje, ki se bo v drugem delu udeležila, 18 mesecev bomo na terenu testirali predvideni model oskrbe starostnika. Seveda predvidevamo, da bo implementacija projekta predstavljala ključni doprinos za slovenski prostor na področju povezovanja socialnih in zdravstvenih služb ter kakovostni in učinkoviti obravnavi starostnika v domačem okolju. Za doseganje navedenih ciljev projekta je nujno sodelovanje čim širšega kroga zainteresiranih deležnikov že na

začetku projekta, da lahko zagotovimo korektno spremljanje in predstavitev kratkoročnih in dolgoročnih predvidenih prednosti pri zdravstveni negi in zdravstveno-socialni oskrbi oseb, starejših od 65 let, obravnavanih v projektu. Sodelujoči partner v projektu v Sloveniji je Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo, poleg tega je v okviru projekta predvideno še budno spremljanje priprave, implementacije in evalvacije oblikovanega modela s strani političnega in strokovnega opazovalca. Strokovni opazovalec izvedbe projekta je Martina Horvat, predsednica Sekcije medicinskih sester v patronažni dejavnosti, ki v tej vlogi predstavlja Zbornico – Zvezo. S strani političnega opazovalca je v projektu predstavnik Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve RS, na pobudo sodelovanja v projektu se je odzvalo tudi Ministrstvo za zdravje RS. V aprilu je potekal uvodni »pre-Steering Group Meeting« v Torinu, ki smo se ga udeležili vsi ključni akterji v projektu.

Projekti, sofinancirani iz programa Območje Alp 2014-2020, imajo namen priprave skupnih razvojnih rešitev, s poudarkom na krepitvi institucionalnih zmogljivosti javne uprave in javnega sektorja, tudi v povezavi z zasebnim sektorjem, in na izboljšanju razvojnih politik ter strategij. Namen projekta bo v celoti dosežen, če bodo rešitve, ki bodo nastale tekom projekta, predložene v obravnavo oblikovalcem politik, da se le-te lahko uvedejo v sektorske politike in prakso tudi v Sloveniji. ■

Aktivnosti v Splošni bolnišnici Jesenice ob Svetovnem dnevu higiene rok – 5. 5. 2016 – KROG VARNIH ROK

Jana Lavtižar

Kampanja REŠIMO ŽIVLJENJA - RAZKUŽIMO ROKE si vsako lepo postavi cilj, s katerim želi globalno povezati ljudi in z njihovo podporo poudariti pomembnost higiene rok v zdravstvenih organizacijah.



Objem tudi okoli nove urgence

Za svetovni dan higiene rok, ki je 5. maja, je Svetovna zdravstvena organizacija v letu 2016 v središče postavila kirurškega pacienta, oziroma higieno rok na vseh področjih kirurške oskrbe pacientov – na oddelkih in v operacijskih prostorih. Poudarja, da je razkuževanje potrebno pred:

- stikom z rano
- odstranitvijo preveze rane
- pred pripravo pripomočkov za prevezo rane
- pred odvzemom kužnin rane
- pred odstranitvijo šivov
- pred prevezo rane
- po možnem stiku s telesno tekočino
- po odstranitvi preveze

Vir: <http://www.who.int/gpsc/5may/en/>

Prizadevanjem Svetovne zdravstvene organizacije, ki ob 5. maju – mednarodnem dnevu higiene rok – skuša globalno povezati ljudi in z njihovo podporo poudariti pomembnost higiene rok v zdravstvenih organizacijah, smo se v jeseniški bolnišnici letos pridružili na prav poseben način.

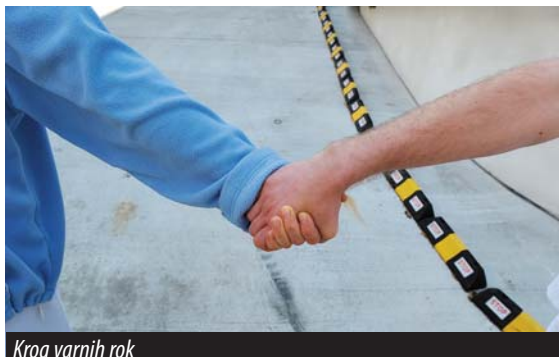
Ob 8.30 smo v avli bolnišnice postavili dve stojnici z reklamnimi izdelki za higieno in nego rok. Z Box-om (učni pripomoček z UV lučko) smo preverjali, kako temeljito si znajo obiskovalci in zaposleni razkužiti roke. Na stojnici so sodelovali študenti Fakultete za zdravstvo in dijaki Srednje zdravstvene šole Jesenice, ki so vabili k razkuževanju rok in seznanjali obiskovalce, kako pomembna je higiena rok doma in v bolnišnici. Kako dosledno si znajo razkužiti roke, je preverilo 82 obiskovalcev.

Ob 11. uri smo se pred bolnišnico zbrali zaposleni iz vseh naših oddelkov, več kot 100 otrok iz jeseniških vrtcev, dijaki, klinični mentorji in ravnateljica Srednje šole Jesenice,

študenti Fakultete za zdravstvo Jesenice, sodelavci Doma dr. Franceta Berglja ter tudi obiskovalci bolnišnice. Podali smo si roke in sklenili krog, ki je bil speljan okoli glavne stavbe bolnišnice. Del kroga je potekal skozi trakt kirurškega oddelka, s čimer smo simbolično poudarili idejo kampanje REŠIMO ŽIVLJENJA – RAZKUŽIMO ROKE. Sklenjen krog je simbolično preprečil, da okužbe pridejo do naših pacientov.

Vsi si želimo varne in kakovostne obravnave v zdravstvenih ustanovah, zato smo bili veseli sodelovanja predstavnikov podjetij, ki so na dveh stojnicah predstavili izdelke za higieno rok ter poskrbeli, da so bile rok vseh, ki so sklenili krog, razkužene.

Otroci so se razveselili sladkega darila in mini helikopterja, ki je spremljal dogajanje iz zraka. Malčki, ki obiskujejo VVO Jesenice, so naši redni in dobrodošli gostje ob podobnih dogodkih, saj si želimo, da bi že v najzgodnejših letih razvili pravi odnos do zdravja in higiene. Utrip dogodka vam predstavljamo s fotografijami našega fotografa in sodelavca Sandija Novaka. ■



Krog varnih rok

Celostna obravnava bolnikov s sladkorno boleznijo v ambulantni za bolezni ščitnice in diabetes v Zdravstvenem domu Nova Gorica

Leonida Colja

V ZD Nova Gorica, v Ambulanti za bolezni ščitnice in diabetes poteka obravnava bolnikov s sladkorno boleznijo od leta 2007. Na začetku delovanja ambulate sta bila zaposlena zdravnik specialist in srednja medicinska sestra. Ambulanta se je hitro polnila in obravnava bolnikov s sladkorno boleznijo je postala prezahtevna za tako majhno ekipo.



Edukacija sladkornega bolnika v Ambulanti za diabetes Nova Gorica, maj 2016

Leta 2013 sem se zaposlila v tej ambulanti, kjer sem opravljala edukacijo bolnikov s sladkorno boleznijo. Z letom 2015, po upokojitvi dr. Antona Zajca je vodenje ambulate prevzel zdravnik dr. Dejan Fabčič. Prav tako je z delom začela nova srednja medicinska sestra. Sama pa še naprej opravljam edukacijo bolnikov s sladkorno boleznijo. Postali smo nov delovni tim, zato smo se morali na začetku dogovoriti o načinu dela, ter odgovoriti na štiri ključna vprašanja:

- Kašne odnose bomo vzpostavili med seboj?
- Kašne odnose si želimo vzpostaviti z bolniki in njihovimi svojci?
- Kako se bomo najbolje povezali s krajem, v katerem deluje ambulanta?
- Kakšni naj bodo prostori, v katerem bomo delali?

Za zadovoljstvo na delovnem mestu so ključnega pomena dobri odnosi; način dela pri katerem vsak zaposleni pozna svoje naloge in kompetence, pripravljenost si pomagati in se med seboj spoštovati. Trudimo se, da imamo do bolnikov tak odnos, kot si ga želimo sami od zdravstvenega osebja, ko smo bolni. Spoštljiv, razumevajoč, predvsem pa tak odnos, da bolnik začuti, da je v ambulanti zaželen in se lahko oglasi kadarkoli ima težave. Upam si trditi, da naši bolniki radi prihajajo v

Ambulanto za bolezni ščitnice in diabetes, nam zaupajo in nas spoštujejo. Za boljše sodelovanje smo v čakalnico postavili knjigo pohval, pritožb in predloge za spremembe po mnenju bolnikov. Nekaj dobrih predlogov smo že upoštevali.

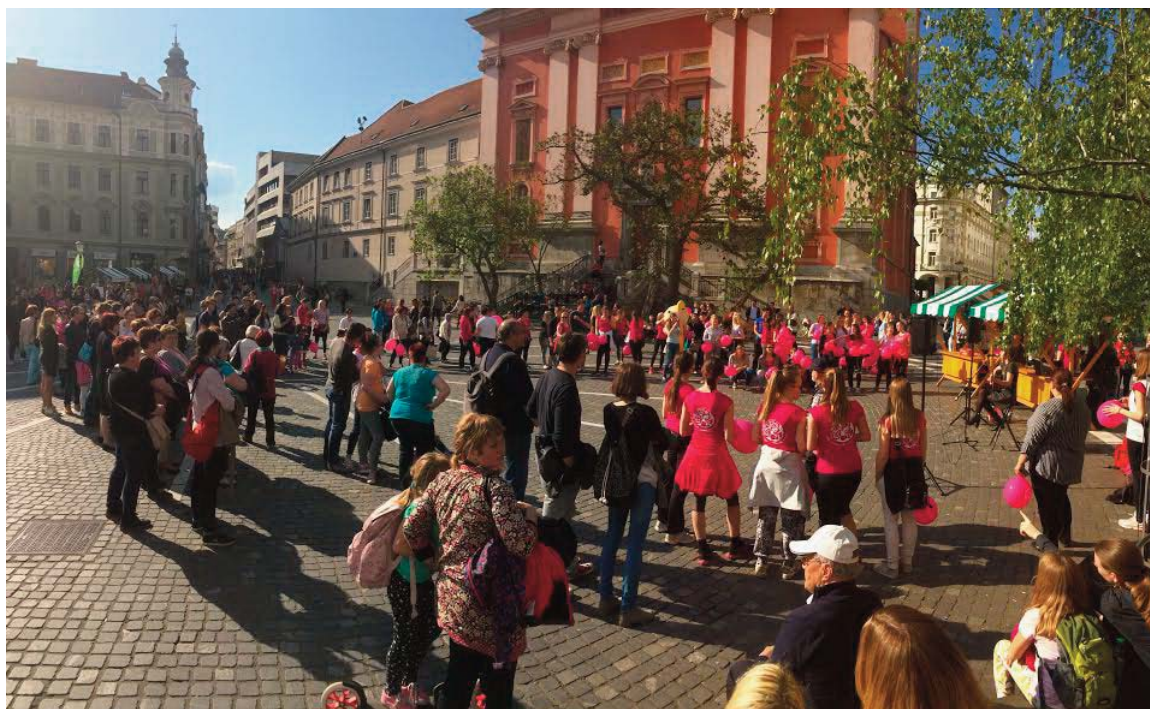
Ker je za učinkovito obravnavo bolnikov s sladkorno boleznijo pomembno strokovno znanje, sem opravila Podiplomsko usposabljanje-izobraževanje s področja diabetesa na UKC Ljubljana. Podiplomsko usposabljanje je potekalo 9 tednov v dopoldanskem času, v katerem sem spoznala vsa področja oskrbe bolnika s sladkorno boleznijo. Pod vodstvom podiplomskega usposabljanja ge. Milenke Poljanec Bohnec, prof. soc. ped. in glavne mentorice ge. Ranke Đurđević Despot, dipl. m. s. sem pridobila dodatna znanja in veščine ter predvsem potrditev, da ta poklic zmorem in znam opravljati. S tem znanjem lahko sedaj v edukacijo sprejemam tudi bolnike, ki zdravijo sladkorno bolezen s pomočjo insulinske črpalke ter nosečnice z nosečnostnim diabetesom. Moje delo in obravnava tovrstnih bolnikov je postalo celovito. Za boljše sodelovanje z mestom Nova Gorica, kjer ambulanta deluje, smo se povezali z društvom diabetikov Nova Gorica. Ob dnevu zdravja, ki je bil letos posvečen sladkorni bolezni, smo z NIJZ Nova Gorica pripravili 3-dnevni program osveščanja na temo sladkorne bolezni in s tem osveščanjem bomo v septembru 2016 tudi nadaljevali.

Največ težav pa smo imeli s prostorom, v katerih poteka edukacija bolnikov. Na začetku smo si prostor delili z izvajanjem zdravstvene vzgoje, v sklopu programa CINDI. Ker je število bolnikov s sladkorno boleznijo začelo skokovito naraščati in je prostor postal premajhen za dve dejavnosti, smo ga s pomočjo vodstva ZD pridobili samo za edukacijo bolnikov s sladkorno boleznijo in opravljanje presejalnega testa za diabetično stopalo. Delo v ambulanti za bolezni ščitnice in diabetes poteka načrtovano, trudimo se, da so bolniki sprejeti v obravnavo ob naročeni uri. Obravnavamo jih celostno-multifaktorsko. Poleg koncentracije glukoze v krvi sledimo zdrav-ljenju arterijske hipertenzije, hiperlipidemije, debelosti in druge. Poslušamo njihove zgodbe in se trudimo po naj-boljših močeh pomagati. Spodbujamo jih, da v zdravljenje vključijo svojce, sorodnike, prijatelje. Naš cilj je opolnomočen bolnik. Bolnik, ki pozna svojo bolezen, se zna z njo soočati, se zna pravilno odločati, ter prevzemati odgovornost za svoja dejanja v življenju. ■

Babice in študenti babištva – združeni ob 5. maju – mednarodnem dnevu babic

Petra Petročnik, Anita Prelec

Tudi letošnji praznik z motom *Ženske in novorojenčki: srce babištva* smo aktivno obeležili.



Dogodki na Prešernovem trgu

z delovnih okolij širom po Sloveniji ste nam pošiljali informacije o dnevu odprtih vrat v porodnišnicah, stojnicah v zdravstvenih domovih, na lokalnih radijih in televizijah so potekali številni razgovori – in tako smo vsi pripomogli k promociji poklica babištva in dostopnosti žensk do babiške obravnave. Tradicionalno srečanje babic je bilo letos organizirano v Ljubljani, z vodenim ogledom starega mestnega jedra in druženjem s študenti v centru mesta. Pod okriljem Zdravstvene fakultete so tudi študentje babištva organizirali številne aktivnosti v sklopu mednarodnega dneva babištva. Tako so v četrtek, 5. maja 2016, pripravili izobraževalne stojnice na Prešernovem trgu, kjer so med drugim predstavljali tudi teme, kot so rokovanje z dojenčkom, lajšanje porodne bolečine in kontracepcija. V popoldanskem času pa so se številni udeleženci podali na peti dobrodelni babiški tek. Študentje so ob tem pripravili kratek kulturni program, zbrana sredstva pa so namenili varni hiši v Ljubljani. Z obiskom so nas 5. maja razveselili tudi avstrijski študenti in profesorici iz Celovca, s katerimi smo obiskali porodnišnico Ljubljana in Zdravstveno fakulteto. Čez celoten mesec maj, poteka tudi projekt "Dojenju prijazen lokal". Študentje babištva že tretje leto zapovrstjo pripravljajo tudi študentski babiški forum, ki bo 31. 5. 2016. Povabili so številne govornike, letošnja tema pa je porod na domu. ■

Znanje v sodobni endoskopiji

Stanka Popovič

Seminar z mednarodno udeležbo, ki smo ga poimenovali Znanje v sodobni endoskopiji, je potekal 6. in 7. maja 2016 v Hotelu Sava v Rogaški Slatini, kjer so za vse odlično poskrbeli. Predsednica Tatjana Gjergjek, dipl. m. s., in podpredsednica Lučka Kočevar, dipl. m. s., sta poskrbeli, da je skrbno izbran in pripravljen program potekal nemoteno.



Vodstvo sekcije z gospo Aco Batič

Prvi dan seminarja nas je pozdravila predsednica, ki je številnim udeležencem zaželela dobrodoščilo in se zahvalila vsem sponzorjem za njihovo pomoč. Povedala je, da je 25. strokovni seminar dogodek, na katerega se spodobi povabiti upokojeni kolegi Aco Batič, pobudnico za ustanovitev Endoskopske sekcije in Marinko Štefančič, ki je skupaj z Lučko Kočevar pomagala pri realizaciji pobude. Aca Batič se je povabilu odzvala in v zbornik predavanj prispevala spomine na svoje delo, ki nam jih je prebrala Lučka Kočevar. Misel Ace Batič, ki nam jo je posredovala: »Nobena stvar ne naredi človeka srečnejšega kot prepričanje, da je naredil najboljše, kar je zmožel.«, smo pozdravili s toplim aplavzom in se ji za delo zahvalili s šopkom cvetja.

S svojo prisotnostjo in nagovorom nas je počastila predsednica Zbornice – Zveze Monika Ažman, dipl. m. s. Klavdija Medja in Metka Zajc, obe dipl. m. s., sta nas prepričali, da bo za naše otroke v endoskopski enoti dobro poskrbljeno, da jih bodo znali osvoboditi strahu.

Jerneja Škorjanc, dipl. m. s., nam je odstrnila zastor, ki nam preprečuje, da bi k pacientom z duševno motnjo pristopali brez strahu. Izvedeli smo, da prihajajo tisti, ki spremstvo potrebujejo v našo enoto na pregled vedno z njim in da naj se s pacientom istočasno pogovarja samo eden.

Sonja Pungertnik, dipl. defektologinja, nam je zaupala stisko slepih in slabovidnih pacientov. Za nas je pomembno, da spoštujemo njihov čas, ker spremljevalca plačajo sami, da se o vsem pogovarjamo s pacientom in ne s spremljevalcem. Prav tako je pomembno, da pacienta usmerjamo z gibi in besedo in ga nikoli ne potiskamo pred sabo.

Jadranka Brljak, dipl. m. s., iz Kliničnega centra Rebro – Zagreb nam je predstavila njihovo od ESGENE akreditirano

učno endoskopsko enoto, kjer imajo možnost poučevanja na modelih ter nas povabila, da jih obiščemo.

Tanja Štraus, dipl. san. inž., mag. manag., nas je opozorila na oteženo zagotavljanje preprečevanja prenosa bolnišničnih okužb, ko se v endoskopskih enotah izvajajo razne prenovne.

Študija: Prostorsko higienski pogoji v slovenskih endoskopskih enotah je pokazala, da so le-te veliko boljše urejene, kot so bile leta 2005. Predavala je Marija Petrinec Primožič, dipl. m. s.

Darja Gnezda Mugerli, dr. med., s predavanjem Bolnik z antikoagulacijskim zdravljenjem v endoskopskih enotah in asist. mag. David Drobne, dr. med., s predavanjem Zapleti endoskopskih preiskav, sta nas opozorila na to, da mora biti pacient na endoskopski poseg vedno dobro pripravljen. Za paciente je mnogo bolj nevaren šok, kot pa krvavitve.

Kako kirurško oskrbeti paciente po iatrogenih predrtjih prebavne cevi, nam je nazorno pojasnila doc. dr. Tadeja Pintar, dr. med.

S sestankom IO sekcije se je zaključil prvi dan predavanj, nakar je sledilo prijetno druženje pri skupni večerji.

Drugi dan predavanj je začela asist. dr. Nataša Dernovšek Hafner, ki nam je predstavila Program promocije zdravja pri delu, projekt UKC Ljubljana: Čili za delo. Samo če poskrbimo zase, lahko skrbimo tudi za druge.

Slavica Mohorič, dipl. m. s., je govorila o vplivu sedacije na paciente po opravljeni anesteziji. Večina pacientov je bila zelo zadovoljna. Predavateljica pa nas je opozorila na to, da lahko varno, globoko sedacijo opravlja samo anesteziolog.

Mojca Tomažič, dipl. m. s., spec. manag., nas je poučila o pomembnosti higiene rok in uporabi varovalne opreme z vidika zagotavljanja zdravja in varnosti zdravstvenih delavcev, na kar ne smemo pozabiti niti takrat, ko se nam zelo mudi.

Na prednosti in slabosti endoskopskih pripomočkov za večkratno in enkratno uporabo nas je s svojim predavanjem opozorila Tatjana Gjergjek, dipl. m. s.

Do poznega popoldneva so se udeleženci zvrstili še na štirih delavnicah: mehanično čiščenje endoskopov, ročno in strojno razkuževanje endoskopov, reprocesiranje endoskopskih pripomočkov za večkratno uporabo ter uporaba osebne varovalne opreme. Vodile so jih: Tatjana Gjergjek, Lučka Kočevar, Marija Petrinec Primožič, Stanka Popovič ter Mojca Tomažič. Na prvih treh delavnicah smo preverjali uporabnost naših protokolov in ugotovili, da so dobri.

Hvala vsem, ki ste se seminarja udeležili in vsem, ki ste ga sooblikovali. Naj zaključim, da je bil to seminar za duha, dušo in telo. ■

ZLATI ZNAK 2016



Prejemnice zlatih znakov in priznanja za življenjsko delo



MARIJA (MARUŠA) BRVAR

se je po opravljeni diplomi zaposlila v Kliničnem centru v Ljubljani, kjer še danes uspešno opravlja dela in naloge diplomirane medicinske sestre. Zaprisežena je internistični zdravstveni negi, sprejemala je številne izzive in se zavzemala za stroko zdravstvene nege življenjsko ogroženih pacientov. Ker se je v srcu zapisala delu z življenjsko ogroženimi pacienti in ji je to predstavljalo strokovni izziv, je sprejela vabilo vodstva Internistične prve pomoči in prevzela odgovornost na tej enoti kot glavna medicinska sestra. Danes uspešno strokovno vodi zaposlene v zdravstveni negi internistične prve pomoči. Je zavzeta mentorica številnim študentom zdravstvene nege, pripravnikom in novo zaposlenim medicinskim sestram ter je habilitirana strokovna sodelavka na Zdravstveni fakulteti v Ljubljani, kjer ob rednem delu opravlja tudi naloge pedagoške medicinske sestre.

V želji po čim boljši usposobljenosti pri reševanju sporov in konfliktnih situacij je pri Združenju zdravstvenih zavodov Slovenije opravila izobraževanje Mediacija in mediacijske veščine v zdravstvu in si pridobila naziv mediator v zdravstvu.

Bila je med prvimi ustanovnimi člani Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci in vse od ustanovitve strokovne sekcije se aktivno vključuje v njeno delo in je vodja Internistične strokovne delovne skupine. S številnimi predavanji in strokovnimi članki je sodelovala na kongresih, seminarjih in učnih delavnicah strokovne sekcije, kakor tudi na simpozijih Urgentne medicine in drugih strokovnih srečanjih doma in v tujini. Je sourednica vsakoletnih zbornikov, ki izidejo ob strokovnih dogodkih Sekcije MS in ZT v urgenci.

Je pomembna predstavnica Sekcije v Evropskem združenju medicinskih sester za oskrbo življenjsko ogroženih pacientov (EfCCN-a). Sodelovala je pri pripravah številnih evropskih kongresov, pri izvedbi raziskav na evropskem nivoju in se udeleževala rednih strokovnih sestankov združenja. Skrbela je, da je bila Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci aktivno vključena v evropska dogajanja na področju oskrbe kritično bolnih.

Marija Maruša Brvar, dipl. m. s., vso svojo poklicno pot posveča razvoju in humanizaciji zdravstvene nege in odnosov s pacienti, njihovimi svojci in sodelavci. Odlikujejo jo številne vrline, kot so preudarnost, uvidevnost, zanesljivost, kritičnost, vztrajnost, poštenost, strpnost, preprostost ... in je lojalna organizaciji in/ali skupini, ki ji pripada. Zaradi odgovornosti, ki jo čuti do dela in do svoje okolice, je v stalnem dialogu s svojo vestjo, s presojo svojih misli in dejanj. Po opravljenem delu analizira, ali je bilo vse korektno opravljeno, so bili upoštevani vsi podatki, argumenti, bi bilo mogoče kaj bolje narediti, vse v smislu odgovornega ravnanja do vsega in do vsakogar. V svoji dosedanji karieri je prispevala tako stroki zdravstvene nege kot krovni stanovski organizaciji velik pečat.

Predlagatelj: Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci s podporo Strokovnega sveta zdravstvene nege Interne klinike UKC Ljubljana



ANDREJA KRAJNC

se je po zaključeni diplomi zaposlila v Zdravstvenem domu dr. Adolfa Drolca Maribor, kot patronažna medicinska sestra na mestnem in izven mestnem terenskem področju. Kasneje je prevzela vlogo vodje službe polivalentne patronaže. Eno mandatno obdobje je bila v istem zavodu pomočnica direktorja za področje zdravstvene nege in po zaključenem mandatu prevzela vodstvo v kadrovske službi. Zaradi želje po novih izzivih je že peto leto zaposlena kot patronažna medicinska sestra s koncesijo.

Pri Slovenskem združenju za kakovost je pridobila certifikat za notranjega presojevalca. V okviru CINDI Slovenija pa certifikat za vodenje šole za promocijo zdravja in preprečevanje kroničnih bolezni v osnovnem zdravstvu in certifikat za vodnika nordijske hoje Mednarodnega združenja za nordijsko hojo. Na GEA Collegu je zaključila program Management v zdravstvu. Tako skozi vseživljenjsko učenje utrjuje svoj položaj kakovostne strokovnjakinje na področju zdravstvene nege, še posebej v patronažnem varstvu. Kot predavateljica je nosilka predmeta Zdravstvena nega v patronažnem in dispanzerskem varstvu.

V patronažnem varstvu se na svojem terenskem območju posveča prebivalcem in njihovim družinam, koordinira delo s službami na vseh ravneh zdravstvenega varstva, s službami izven zdravstva ter nevladnimi organizacijami glede na zdravstveno stanje posameznika, druga stanja, razmere v družini in zdravstveno-socialno stanje v lokalni skupnosti. Je koordinatorka vseh oblik pomoči na domu in je vez med posameznikom in njegovim osebnim zdravnikom. Je članica Delovne skupine za zagotavljanje in spremljanje uresničevanja državnega programa paliativne oskrbe. Na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje je bila sodelavka pri projektu »Skupaj za zdravje«. V okviru Zbornice – Zveze je aktivna predavateljica na številnih strokovnih srečanjih, seminarjih, simpozijih in kongresih. Vsa leta se aktivno vključuje v delo DMSBZT Maribor in je že tretji mandat predsednica Nadzornega odbora.

Je tajnica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti, kjer s svojimi bogatimi izkušnjami sodeluje pri razvoju stroke. Bila je članica delovne skupine za pripravo Metodoloških navodil k prenovljeni Evidenci patronažne zdravstvene nege in v delovni skupini, skupaj z ZZZS, pripravila prenovljen model beleženja in obračunavanja storitev v patronažnem varstvu.

Je članica Delovne skupine za pripravo dokumentov v zvezi z izvajanjem peritonealne dialize na domu in članica Stalne delovne skupine za paliativno zdravstveno nego pri Zbornici – Zvezi. V okviru Zbornice – Zveze je aktivno sodelovala v projektu »Nadgrajena celovita obravnava pacienta«, katerega nosilec je Zdravstveni dom Ljubljana.

Z raziskovalnim delom se ukvarja v okviru sodelovanja v različnih projektih.

Andreja Krajnc, viš. med. ses, univ. dipl. org., posveča največ pozornosti področju patronažnega varstva s poudarkom na kadrih, obremenjenosti in mreži, ki so sestavni del njenega magistrskega dela. Tudi njeno delo ob pacientu je vseskozi raziskovalno v iskanju novih možnosti in izboljšav. Sodelovala je pri pripravi vsebin za publikacijo Priporočila obravnave pacientov v patronažnem varstvu za diplomirane medicinske sestre. Je mentorica diplomantom in avtorica ter soavtorica pomembnih dokumentov Zbornice – Zveze.

Predlagatelj: Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti s podporo Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor



Dr. MATEJA LORBER

je začela svojo poklicno pot v takratni Splošni bolnišnici Maribor, danes UKC Maribor, na Oddelku za nefrologijo, kjer je delovala kot pomočnica glavne medicinske sestre oddelka in vodja tima. V tem času se je aktivno vključevala v zdravstveno vzgojo nefroloških pacientov. Bila je članica evropskega združenja medicinskih sester s področja nefrologije, dialize in transplantacije. Po večletnem praktičnem delu v zdravstveni negi se je odločila za akademsko pot in se zaposlila na Univerzi v Mariboru Fakulteti za zdravstvene vede (UM FZV) kot visokošolska učiteljica za predmetno področje Zdravstvene vede. Svojo predanost pedagoškemu delu dokazuje s stalnim dodatnim izobraževanjem in usposabljanjem na področju visokošolske didaktike, raziskovanja, managementa in zdravstvene nege. Sodeluje na različnih domačih in tujih strokovnih srečanjih, konferencah in kongresih.

Njeno akademsko-raziskovalno sodelovanje sega tudi izven matične fakultete, in sicer deluje kot članica:

- Uredniškega odbora Obzornika zdravstvene nege
- Zbornice – Zveze
- Sveta za javno zdravje Mestne občine Maribor (MOM)
- Statutarne komisije Univerze v Mariboru
- Je recenzentka Obzornika zdravstvene nege, Saudi Medical Journal, North American Journal of Medical Sciences, Journal of Health Science, International Nursing Review in American Journal of Nursing Science.

Na Zbornici – Zvezi sodeluje v projektu Znanje za zdravstveno in babiško nego v okviru skupine Izobraževanje, z namenom raziskovanja na področju izobraževanja zdravstvene in babiške nege, ki deluje v okviru Nacionalnega centra za strokovni, karierni in osebni razvoj medicinskih sester in babic (Center SKOR).

Kot članica Sveta za javno zdravje MOM se zavzema za izboljšanje zdravstvene dejavnosti v lokalnem okolju. Na fakulteti je koordinatorica skupine prostovoljcev, kjer skrbi za pomoč pri organizaciji aktivnosti s starostniki v domovih za ostarele, z mamicami in otroki iz Materinskega doma in pomaga študentom pri pripravi različnih izobraževanj o obvladovanju kroničnih obolenj za različne skupine prebivalstva.

V mednarodnem znanstveno raziskovalnem okolju se je izkazala s sodelovanjem v dveh bilateralnih projektih v sklopu UM FZV: Kultura varnosti in kultura skrbi v zdravstvenih institucijah v korelaciji z varnostjo pacientov ter Varnost in skrb za paciente v kliničnem okolju v korelaciji z izobrazbo medicinskih sester. V obeh primerih je šlo za znanstveno raziskovalno sodelovanje med Republiko Slovenijo in Rusko federacijo. Aktivno sodeluje tudi pri Intersasma Global Asthma Association, EPS Global Medical Development ter ENDA (European Nurse Directots Association). V letu 2015 je opravljala trimesečno raziskovalno delo na Western Sydney University v Avstraliji. Njeno raziskovalno delo je usmerjeno na področja: obvladovanje kroničnih obolenj, zdravstvena nega starostnika, organizacija in management v zdravstvu.

Je avtorica in soavtorica številnih izvirnih znanstvenih in strokovnih člankov. Prav tako je avtorica poglavij v dveh različnih znanstvenih monografskih publikacijah z naslovoma Emotional intelligence in Job satisfaction in je cenjena predavateljica na tujih univerzah. Viš. predav. dr. Mateja Lorber izkazuje posluš do sočloveka, prispeva k dobrim medosebnim odnosom in k prepoznavnosti stroke zdravstvene nege doma in v tujini.

Predlagateljca: Univerza v Mariboru Fakulteta za zdravstvene vede in Katedra za zdravstveno nego UM FZV s podporo Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor



EMA MESARIČ

je začela svojo poklicno pot v Splošni bolnišnici Ptuj, nadaljevala pa jo je kot referent za izobraževanje in družbeni standard v podjetju Gorenje Varstroj v Lendavi. Z željo, da bi svoje strokovno znanje delila z ljudmi, se je zaposlila na Zavodu za zdravstveno varstvo v Murski Soboti, kot regijski koordinator za promocijo zdravja in zdravstveno vzgojo. Z novo reorganizacijo ji je bilo dodeljeno novo delovno mesto, nacionalni promotor zdravja in zdravstvene vzgoje, na NIJZ OE Murska Sobota.

Ema Mesarič je glavni del svoje uspešne poklicne poti delala na področju promocije zdravja, tako na regijskem, kot nacionalnem nivoju. Zdravstveni in babiški negi je dvignila vlogo in pomen v promociji zdravja, ki vključuje razvoj zdravih javnih politik, ustvarjanje podpirajočih okolij, krepitev skupnosti, razvoj osebne usposobljenosti in preoblikovanje služb. Povezala je teoretične pristope v zdravstveni negi z delovanjem in pristopi v praksi.

Je soavtorica in glavna koordinatorica programa Živimo zdravo, mednarodno priznanega programa, namenjenega odraslim prebivalcem lokalnih skupnosti ruralnega območja. Odgovorna je bila za prenos programa v celotno Slovenijo.

Pomemben pečat je s svojimi izkušnjami z ljudmi na terenu pustila tudi v razvojnem projektu "Za boljše zdravje in zmanjševanje neenakosti v zdravju v Sloveniji" za ciljno skupino otroci in mladostniki ter odrasli.

Z organizacijskim delom, z delom na področju kakovosti ter zdravstveno vzgojnim delovanjem je bistveno prispevala k zagotavljanju kakovosti zdravstvene nege na primarnem nivoju in v lokalni skupnosti.

Odlika njenega dolgoletnega delovanja, na področju promocije zdravja med ljudmi, predvsem na terenu, tam kjer ljudje živijo in delajo, je bilo dostojanstvo, avtonomija zaupnost in partnerski odnos.

Njen prispevek k humanizaciji odnosov se kaže v integriteti, strokovni odličnosti, sočutju, altruizmu, spoštovanju, empatiji ter velikodušnem odmerjanju časa, talenta in strokovne usposobljenosti vsem ljudem.

Sooblikovala je politiko zdravja in skupno s predstavniki lokalne oblasti ustanavljala lokalne akcijske skupine za zdravje. Uresničevala je cilje, ki si jih je zastavila in sicer: povečati zmožnost skupnosti, zmanjšati medgeneracijske neenakosti v zdravju s pomočjo krepitev zdravja, dvig informiranosti in opolnomočenje posameznih ciljnih skupin prebivalstva za varno čisto in zdravo naravno okolje. Kot regijska koordinatorica za zdravstveno vzgojo je zgradila trdne vezi med medicinskimi sestrami v primarnem zdravstvenem varstvu in lokalno skupnostjo.

Je soavtorica številnih knjig, priročnikov in strokovnih besedil. Je članica Izvršnega odbora Strokovnega društva medicinskih sester babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja, Območnega združenja Rdečega križa Murska Sobota, Pomurskega društva za boj proti raku, Društva za zdravje srca in ožilja Slovenije, Strokovnega sveta Športne unije Slovenije in članica IO Nacionalne mreže nevladnih organizacij s področja javnega zdravja 25x25.

V svojem bogatem spektru spodbujanja zdravja prebivalcev ob Muri je vplivala na njihovo boljše zdravje, zmanjševanje neenakosti v zdravju in dala pomemben prispevek k razvoju in napredku pomurske regije.

Predlagatelj: Daniela Mörec s podporo Strokovnega društva medicinskih sester babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja



BARBARA MOŽGAN

je šele na polovici svoje poklicne kariere in si za prispevek in delo na področju zdravstvene nege zasluži najvišje priznanje Zbornice – Zveze zlati znak. Svojo poklicno pot je začela kot anestezijska medicinska sestra. Psihiatrija in psihiatrična zdravstvena nega pa je področje, kjer je pokazala čut za pacienta z duševno motnjo in za svoje sodelavce. Zdravstveno nego na področju psihiatrije aktivno sooblikuje zadnjih 15 let. Vodila je tudi Sekcijo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji. Sodelovala je v Delovni skupini za negovalne diagnoze v psihiatriji, pri oblikovanju aktivnosti zdravstvene nege v psihiatriji in pri oblikovanju Nacionalnega plana za duševno zdravje. V Univerzitetni psihiatrični kliniki Ljubljana se aktivno vključuje kot članica programsko organizacijskega odbora za pripravo izobraževalnih dogodkov v zdravstveni negi. S temi aktivnostmi pušča sledi v stroki, saj vedno v ospredje postavlja dobro počutje pacientov z duševno motnjo in odnos zaposlenih do njih. Med njenim strokovnim udejstvovanjem izstopa pobuda za mednarodno vključevanje Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji v mednarodno združenje HORATIO → Evropsko združenje psihiatričnih medicinskih sester, kjer je predstavnica Slovenije. V tem združenju je tudi članica strokovne podskupine, ki se ukvarja z vlogo zdravstvene nege v družbi (Nursing Politics Subgroup). Njeno strokovno delovanje sega tako v domači prostor kot tudi izven meja. Vedno je pripravljena aktivno sodelovati v različnih projektih, ki so se zaključili s pisnimi objavami v strokovnih revijah in kot aktivnimi predstavitvami na strokovnih seminarjih, simpozijih in konferencah. Pogosto je posebej povabljen k različnim projektom, saj je njena pripravljenost za raziskovanje močno opazna. Posebno mesto ima njena pripadnost strokovnemu združenju in stroki zdravstvene nege. Barbara Možgan razmišlja in deluje na način, da utrjuje in širi pot razvoju zdravstvene nege z ustrezno komunikacijo in vztrajnostjo. V vsem času, kar je v vrhu strokovne sekcije, prevzema vodenje ali sodelovanje pri organizaciji mnogih seminarjev, je urednica strokovnih glasil, predavateljica in mnenjska voditeljica. V kliničnem okolju je odlična organizatorica delovnega procesa, mentorica študentom, predvsem pa medicinska sestra, strokovno naklonjena pacientom in svojcem. Aktivno deluje pri varovanju pravic pacientov z duševno motnjo, ki predstavljajo v družbi eno izmed najbolj ranljivih in ogroženih skupin prebivalstva, kar dokazuje njene visoke moralne in etične standarde, po čemer jo poznajo sodelavci in prijatelji. Barbara Možgan je medicinska sestra, ki nosi v sebi poslanstvo za izboljšanje stroke in s tem zdravstvenega varstva nasploh. S svojo profesionalno samopodobo predstavlja in suvereno zastopa svojo poklicno skupino.

Barbara Možgan, viš. med. ses., je medicinska sestra, ki je do pacientov razvila veliko mero pristne empatije, varne čustvene razdalje in potrpežljivosti. Ima posluh za pacientovo čustveno doživljanje ter razume njihovo vedenje. K pacientom pristopa individualno in z razumevanjem za njihovo stisko. S prijaznostjo, toplino in spoštljivostjo sprejema drugačnost. Odlikuje jo subtilno razvit občutek za pomoč sočloveku, ki je ob enem tudi njen temeljni motivator pri delu.

Predlagatelj: Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji



MIRA PEROŠA

je svojo karierno pot začela v Bolnišnici Koper, kasneje pa se je zaposlila v Zdravstvenem domu Koper, v patronažni službi in je zaprisežena tej zaposlitvi še danes. Zaradi bogatih izkušenj pri delu in kot specialistka patronažne zdravstvene nege, je prevzela delovno mesto vodje patronažne službe. Posebno skrb posveča dvigu strokovnosti pri izvajanju zdravstvene in babiške nege na terenu. S svojimi vrednotami gradi in zagotavlja učinkovito in kakovostno izvajanje patronažne zdravstvene nege pacienta na domu. Brezhibno in nemoteno delovanje te dejavnosti patronažnega varstva je pogojeno z ogromno nevidnega in trdnega dela, ki ga opravlja z veliko mero veselja in entuziazma. Spodbuja vsa strokovna izobraževanja patronažnih medicinskih sester. Je habilitirana mentorica študentom za klinične vaje Univerze na Primorskem - Fakultete za vede o zdravju Izola. Po sklepu Ministrstva za zdravje je članica komisije za strokovni izpit pripravnika s srednjo izobrazbo v Zdravstvenem domu Koper. Znanje in veščine s področja komunikacije, medosebnih odnosov, skrbi za zdravje, obvladovanja stresnih, napornih, mnogokrat težkih okoliščin na delovnem mestu in preprečevanja izgorelosti, pridobiva z lastnim vseživljenjskim učenjem. Z lastnimi idejami in spodbudo pomembno prispeva k marsikateremu napredku v aktivnostih zdravstvene nege. Bila je članica Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno nego pri Ministrstvu za zdravje in več let tudi članica Razširjenega strokovnega kolegija za patronažno varstvo. Še vedno je aktivna članica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti. V okviru sekcije je bila članica strokovne delovne skupine, ki je izdala "Aktivnosti zdravstvene nege v patronažnem varstvu".

Poseben podvig je tudi dosegla s pomembno vlogo Koordinatorja za paliativno oskrbo in je aktivna članica delovne skupine za zagotavljanje in spremljanje uresničevanja Državnega programa paliativne oskrbe in Akcijskega načrta pri Ministrstvu za zdravje RS.

Zaprisežena je stroki patronažne zdravstvene nege, regijskemu Strokovnemu društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper in krovni organizaciji Zbornici – Zvezi. V ZD Koper je uspešna notranja presojevalka za ISO standard kakovost – ISO 9001-2008. Išče področja, kjer je možno uvajati še izboljšanja, spoznava delo sodelavcev, izmenjuje dobre prakse in dviguje zavest zaposlenih o pomenu kakovosti. Mira Peroša, mag. zdr. nege, je izjemna promotorka zdravja in sodeluje z lokalno skupnostjo, z nevladnimi, kot tudi z vladnimi organizacijami. Odlikuje jo visoka strokovnost, etičnost in pokončna drža, je borka za pravice, zaradi česar je vzor vsem zaposlenim v zdravstveni negi. Poklicno pot je namenila ljudem, ki potrebujejo pomoč in podporo za ohranitev, krepitev ali povrnitev zdravja na eni strani, in sodelavkam, patronažnim medicinskim sestram v podpori za kakovostno, strokovno in varno opravljanje poklicnega dela na drugi strani. Njeno vodilo je slediti strategiji razvoja zdravstvene nege nasploh, s posebnim poudarkom na področju patronažne zdravstvene nege, saj se zaveda, da mora biti sodobna zdravstvena nega kakovostna, varna, učinkovita in humana zdravstvena nega.

Predlagateljce: Članice strokovnega kolegija za zdravstveno nego ZD Koper s pomočnico direktorja za področje zdravstvene nege ZD Koper Vanjo Kosmina Novak s podporo Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti in Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper.



DAMJANA POLANC

se je sprva zaposlila na oddelku za predšolsko invalidno mladino Stara Gora Splošne bolnišnice »Dr. Franca Derganca« Šempeter pri Gorici, kjer je izvajala zdravstveno nego na različnih oddelkih. Kasneje je kot glavna medicinska sestra uspešno vodila zaposlene v zdravstveni negi otorinolaringološkega oddelka. V bolnišnico je »prinesla« sodobne fiksacijske materiale in kasneje sodobne obloge in VAC sistem za zdravljenje ran. Skupaj s kolegicami in kolegi je zaslužna, da so izvedli marsikatero raziskavo, ki so jo objavili in strokovne izsledke uporabili na svojem strokovnem področju in drugje. V bolnišnici je pustila svoj veliki pečat in po devetnajstih letih je poiskala nove izzive v Zdravstvenem domu Nova Gorica, kjer zadnjih osem let planira in izvaja, skupaj z dr. Evo Breclj in medicinsko sestro Jano Koron, otroško in šolsko preventivo. Zanj je značilno, da ima rada svoje delo, da verjame vanj in da ji je skrb za dobre medsebojne odnose med zaposlenimi na prvem mestu.

Kot diplomirana medicinska sestra v dispanzerskem zdravstvenem varstvu se popolnoma zaveda pomembnosti pristopa, uporabe in ohranjanja dispanzerske metode dela v primarnem zdravstvenem varstvu, ki je še tako pomembna pri obravnavi predšolskih in šolskih otrok ter mladine. Posveča se zdravstveno vzgojnemu delu v smislu svetovanja o načinu življenja, prehrani in vseh ostalih novih situacijah, v katerih se šolarji in mladostniki znajdejo. Pri svojem delu se zaveda pomembnosti povezave z drugimi službami v širši lokalni skupnosti. S svojimi bogatimi in dolgoletnimi izkušnjami ter znanjem pri svojem delu učinkovito in uspešno razrešuje problematiko, prenekatere stisko in skuša pozitivno vplivati na kakovost življenja občutljive populacije otrok in mladostnikov in je odlična mentorica.

Aktivno je sodelovala pri ustanavljanju Šole za starše, v kateri uresničuje ideje, vodi predavanja in telesno vadbo v nosečnosti. Neponovljiva je njena vloga pri ohranjanju, razvoju in širjenju Šole za starše.

V vseh teh letih se je aktivno in pasivno udeleževala različnih strokovnih izpopolnjevanj in tako dopolnjevala in nadgrajevala pridobljena znanja na področju stroke, pedagoškega dela, psihologije, komunikacije in vodenja. Ta znanja in z leti pridobljene izkušnje ter osebnostne vrednote, so ji izostrile čut, da danes zna pogledati človeku v dušo. Od začetka svoje poklicne poti, pa vse do danes, je prispevala k humanizaciji odnosov med uporabniki in člani negovalnega ter zdravstvenega tima. Njeno delo je kakovostno, učinkovito in uspešno, izredno se izkazuje v izobraževalnem delu na področju zdravstvene in babiške nege.

Že drugi mandat predseduje regijskemu DMSBZT Nova Gorica, kjer kot odlična organizatorica vodi dejavnost društva, prispeva k njegovemu delovanju in s tem k razvoju stroke zdravstvene nege ter ga uspešno promovira v celotnem slovenskem prostoru. Neprecenljivo je tudi njeno aktivno delo v dobrotelčnih ustanovah in širši lokalni skupnosti, kjer rešuje prenekatere stiske ljudi.

Njeno publicistično in raziskovalno delo obsega številne strokovne prispevke, kjer je kot avtorica ali soavtorica pomagala razvijati posamezna strokovna področja, zlasti na področjih, ki jih je tudi sama strokovno pokrivala v svojem bogatem kariernem razvoju. Damjana Polanc, dipl. m. s., je oseba, ki je velikokrat dokazala, da je ne le velik strokovnjak, ampak predvsem velik človek z velikim poslušom za soljudi!

Predlagatelj: Monika Kalin Vodopivec in Judita Vrtovec s podporo članov DMSBZT Nova Gorica



Mag. JOŽICA RAMŠAK PAJK

ves čas službovanja na različnih področjih vodenja, izkazuje neprecenljivo pripadnost zdravstveni negi. Z aktivnim strokovnim izobraževanjem nenehno skrbi, da se znanje o patronažni zdravstveni negi širi tako znotraj Zdravstvenega doma Bežigrad, kot tudi drugje po Sloveniji in izven nje. Zavzetost za patronažno zdravstveno nego, visok nivo strokovnosti in organizacijski izzivi so nekaj, čemur je vedno predana. Njena multidisciplinarnost in skrb, da svoje ideje in cilje izpelje do konca in nenehno mreženje med različnimi profili zdravstvenih delavcev dokazujejo, da svoje delo opravlja preudarno in premišljeno, kar vodi v nenehen napredek, uvajanje sprememb in odličnost. Odlikujejo jo strokovnost, pedagoška in didaktična znanja ter komunikacijske veščine, tako v odnosu s pacienti in njihovimi svojci, kot tudi v odnosu s sodelavci in študenti.

Pomembno je prispevala k delu delovne skupine za pripravo meril in izhodišč za postavitve mreže javne patronažne službe v Republiki Sloveniji pri Ministrstvu za zdravje. Je članica uredniškega odbora Obzornika zdravstvene nege in recenzentka strokovnih prispevkov domačih in tujih strokovnih revij. Sodelovala je v številnih projektih, kot so »Interprofessional experiential learning solutions«, »Norveški finančni mehanizem – nadgrajena celovita obravnava pacienta«, »Family Health Nursing« »Erasmus izmenjave« in mnogih drugih. Njeno publicistično in raziskovalno delo v slovenskem in mednarodnem prostoru, obsega številne pomembne strokovne prispevke, kjer je kot avtorica ali soavtorica pomagala razvijati posamezna strokovna področja, zlasti na področjih, ki jih je tudi sama strokovno pokrivala v svojem bogatem kariernem razvoju. Od vsega začetka je bila ključna akterka in gonilna sila, tako v strateških, kot v izvedbenih odločitvah.

Na Fakulteti za zdravstvo Jesenice je habilitirana v višjo predavateljico in je nosilka številnih strokovnih predmetov. Je članica senata in komisij senata in se vključuje v programe mednarodnih izmenjav visokošolskih učiteljev. Uvajala je pionirske vsebine, kot je tutorski sistem, bila je predstojnica Katedre za zdravstveno nego in strokovni vodja mednarodnega projekta Family Health Nursing in Palliare. Sooblikovala je in aktivno vodila ideje in programe šol za klinične mentorje. Pedagoška in didaktična znanja z leti izpopolnjuje in se prilagaja generacijam študentov po čim kakovostnejšem izboru učnih metod in možnosti podajanja znanja. Razvija in uspešno uporablja komunikacijske veščine, ima sposobnost empatije in dela s težko bolnimi ali posamezniki v stiski, kar je pomembno pri izvajanju zdravstvene nege pri vseh pacientih, še posebej pa v paliativni oskrbi.

Strokovni prispevek mag. Jožice Ramšak Pajk, k napredku stroke zdravstvene nege, je neprecenljiv tako v Sloveniji kot v tujini. S svojim delom pomembno prispeva k prepoznavnosti in razvoju stroke zdravstvene nege v patronažnem varstvu in na svoji poklicni poti teoretična znanja ves čas uspešno prepleta s prakso. Njena znanja so pripomogla h kakovostni obravnavi pacientov. Zastavljene naloge opravlja z vso resnostjo in z veliko odgovornostjo. Ima posebne zasluge pri številnih slovenskih in mednarodnih projektih, ki so pomemben prispevek k napredku v zdravstveni obravnavi pacientov v slovenskem in mednarodnem prostoru.

Predlagatelj: Robertina Benkovič, dipl. m. s, univ. dipl. org., svetovalka v zdravstveni negi ZD Ljubljana, s podporo IO Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti



VLADIMIRA TOMŠIČ

je v vlogi patronažne medicinske sestre v Zdravstvenem domu Laško začela svojo karierno pot in v občini pričela tudi z izvajanjem zdravstvene vzgoje, kar ji je velik izziv še danes. Ker je na terenu spoznavala vzorčno - posledično povezavo socialnega stanja z vzroki bolezni, je menila, da je treba na področju socialne politike zadeve drugače reševati. Ugotovila je, da je treba spremembe (v načinu življenja, v zdravljenju pacientov in v socialnem vidiku) združiti v enoten pristop in le tako uspešno pristopiti k odpravljanju zaostalih razmer. Po številnih pridobljenih strokovnih in organizacijskih izkušnjah je bila izbrana za vodjo zdravstveno negovalne službe v Domu upokojujencev Sevnica. Kasneje je sprejela ponudbo Zdravstvenega doma Sevnica in se sprva zaposlila kot glavna medicinska sestra na enem od vodilnih delovnih mest v zavodu. Za zaposlene s srednjo in poklicno izobrazbo je opravljala kadrovske, organizacijske in strokovno vodstvo, slednje ji je pomenilo velik strokovni, organizacijski in vodstveni izziv. Danes je v ZD Sevnica uspešna direktorica.

Je pobudnica in uresničevalka stalnih strokovno organizacijskih izboljšav na področju zdravstvene nege v ZD Sevnica in širše ter vlaga svoj trud v zagotavljanje visoke strokovne usposobljenosti zaposlenih v zdravstveni negi. V zavod je uvedla zdravstveno vzgojni program in uspešno promovirala pomen preventivnih programov ter interdisciplinarnega pristopa v širši lokalni skupnosti. Implementacija prenovljenih preventivnih programov v okviru pilotnega projekta Skupaj za zdravje, je njen veliki prispevek v skrbi za zdravje ljudi. Uspešno predseduje Koronarnemu klubu Sevnica in je podpredsednica Posavskega in obsoveljskega društva za boj proti raku in Društva nekadilcev Sevnice vse od ustanovitve. Je nosilka zlate plakete Zveze društev za boj proti raku Slovenije in nosilka bronaste plakete Diabetikov Slovenije. Na Rdečem križu Sevnica je predavateljica in učiteljica z licenco za praktični pouk prve pomoči. Njeno delo je vseskozi raziskovalno in publicistično, iskanje novih možnosti, raziskovanje in organiziranje aktivnosti za zadovoljevanje potreb pacientov in izvajanje zdravstvene nege v skrbi za ljudi.

Zaveda se, da so pacienti v zdravstvenem sistemu najpomembnejši in si prizadeva za prijazen videz in ugled celotnega zavoda. Ima izreden čut za poštenost, pomoč, empatijo in optimizem. S temi vrednotami in nasmejanim obrazom ter zaupanja vrednim pogledom zmore premagati vse ovire. Zanj je značilno, da veliko gradi na dobrih medsebojnih odnosih, saj je prepričana, da je dobro razumevanje med sodelavci osnova za dobro delo in osnova za dobro organizacijsko kulturo zavoda. Pozitivne vrednote in življenjski optimizem pridobiva s pomočjo svoje življenjske naravnosti do družine, kulture, narave, prostovoljstva in do drobnih malih pozornosti vsakdana. Je človek, ki prisluhne vsem in je človek, ki ne skrbi samo za svojo strokovno rast, temveč v prvi vrsti za razvoj stroke zdravstvene nege, za izboljšanje izobraževalnih programov, posebej pa si prizadeva za pripravo strokovnih smernic s področja zdravstvene nege. Vladimira Tomšič, dipl. m. s., univ. dipl. org., je velika strokovnjakinja in zagovornica zdravstvene nege. Sprehod skozi življenje in njeno opravljeno delo na zavidljivi ravni nedvomno izražajo dejstva, da je svoje delovne obveze sprejemala in izvajala v prvi vrsti v skladu z zdravstveno stroko, pri svojem delu pa je uspešno razvijala dobre delovne in korektne medsebojne odnose, skrbela za timsko delo in za vso pozitivno naravnost v kolektivu Zdravstvenega doma Sevnica, na terenu, pa tudi širše. Torej skrbi za dvig kakovosti zdravstvene nege, si prizadeva za pacientom prijazen zavod in v dejavnosti zdravstvene nege in celotnega ZD Sevnica jo zelo cenijo.

Predlagatelj: Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v splošni medicini in Tadeja Bizjak, Zdravstveni dom Piran



MARUŠA ŠOLAR

Priznanje Angele Boškin za življenjsko delo

se je v svoji bogati poklicni karieri zapisala zdravstveni negi pacientov, pretežno tistih s težavami na področju duševnega zdravja in medicine dela, prometa in športa. Razvijala in plemenitila je stroko in za seboj pustila vidne sledi številnim generacijam medicinskih sester na Slovenskem. Njena zanimiva profesionalna pot se je začela z zaključeno Šolo za zaščitne sestre v Ljubljani leta 1947, z nazivom diplomirana zaščitna sestra. Absolvirala je tudi biologijo in kemijo na Višji pedagoški šoli in nato diplomirala na Višji šoli za medicinske sestre v Ljubljani leta 1962. Ob delu je bila pobudnica, ustanoviteljica, študentka, mentorica in inštruktorica podiplomskega študija psihiatrične zdravstvene nege na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani in razširila praktični del izobraževanja v Zagreb in Beograd. Pedagoško izobraževalno kariero je oplemenitila z nazivom svetnice. Bila je prva predavateljica psihiatrične zdravstvene nege v Ljubljani in v Mariboru. Kot psihiatrična medicinska sestra je bila vključena tudi v komisijo psihiatrov za nadzor psihiatričnih bolnišnic po Sloveniji. Z nadzori psihiatričnih ustanov je v bistvu postavljala temelje regulative tudi v zdravstveni negi. Vključila se je v prvo izobraževanje za klic v duševni tiski in pridobila za to še nekaj kolegic. Po končani Šoli za zaščitne sestre leta 1947, se je z dekretom najprej zaposlila v Mladinskem domu v Mokricah, ki je bil namenjen nastanitvi bosanskih sirot po vojni. Nato je kot inštruktorica službovala deset let na Šoli za zaščitne sestre, kasneje preimenovani v Šolo za medicinske sestre v Ljubljani. Od leta 1957 do leta 1964 je delovala v obratni ambulanti Kartonažne tovarne v Ljubljani. Medicinske sestre, ki so bile takrat zaposlene v obratnih ambulantah, so pri takratni Zvezi društev medicinskih sester Slovenije, ustanovile prvo strokovno sekcijo. Na pobudo Maruše Šolar je bila ustanovljena Sekcija medicine dela, prometa in športa, ki ji je tudi predsedovala. Leta 1964 se je zaposlila v Klinični bolnišnici za psihiatrijo, kjer je ostala vse do upokojitve 1984. Njeno strokovno delo se je nadgrajevalo in dopolnjevalo z vzgojno izobraževalno dejavnostjo skozi vse karierno obdobje.

Pogled gospe Šolar v preteklost razkriva, da je to, kar se nam dandanes zdi samoumevno, plod in rezultat prizadevanj številnih posameznikov, ki so delali in še delajo na občutljivem področju duševnega zdravja in bolezni. Ko je namreč ob svojem prihodu prevzela dela in naloge glavne medicinske sestre Klinične bolnišnice za psihiatrijo, je bila soočena s številnimi strokovnimi in organizacijskimi izzivi, a ji je kljub temu, skupaj s

sodelavci uspelo spremeniti bolnišnico s premalo številnim in slabo izobraženim osebjem, z zamreženimi okni, zaklenjenimi vrati in pomanjkljivo ali celo neobstoječo sanitarno opremo, v sodobno psihiatrično ustanovo. Delovala je v obdobju, ko je bilo potrebnih mnogo naporov za postopno detabuizacijo psihiatrične diagnoze, ki je mnoge paciente dokončno ali za vedno zaznamovala, jih iztrgala iz domačega okolja in odtujila svojcem in prijateljem. Poleg tega, da je bolnišnica odprla svoja vrata in da se je uredila ustrezna kadrovska zasedba, je gospa Šolar pripomogla tudi k uvedbi številnih novosti. Med drugim je uvedla izobraževanje medicinskih sester in specializacijo iz zdravstvene nege na področju psihiatrije.

Na začetku službovanja je na primer obiskala vse bolnišnice za duševno zdravje v Sloveniji in pri tem ugotovila, da je potrebno strokovno druženje medicinskih sester in izpopolnjevanje njihovega znanja s tega področja. S tem namenom je bila leta 1969 ustanovljena Nevropsihiatrična sekcija, ki se je kasneje preimenovala v Psihiatrično in nevrološko sekcijo, danes pa je priznana in poznana kot Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji pri Zbornici – Zvezi. Gospa Maruša Šolar je bila prva predsednica omenjene strokovne sekcije.

Ves čas zaposlitve in tudi po upokojitvi je aktivna članica Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana in s tem Zbornice – Zveze. Kar mimogrede, ob prijetnem druženju s kolegicami, je leta 1987 dala ljubljanskemu društvu pobudo za ustanovitev Aktiva upokojenih medicinskih sester in postala njegova prva predsednica za celih enajst let. Prežeta z energijo, optimizmom, voljo in spoznanjem, da je stroka cenjena, poznana in priznana toliko kot ceni in pozna samo sebe, je tudi danes enciklopedija znanja in spominov, ki jih v pisnem, ustnem in slikovnem izročilu rada posreduje tako strokovni kot splošni javnosti. Delo gospe Maruše Šolar je bilo opaženo, zato je bila nagrajena z več strokovnimi, društvenimi in družbenimi priznanji.

Glede na vse povedano in na številne druge zasluge za razvoj stroke in organizacije zdravstvene nege v slovenskem prostoru, tudi ob dejstvu, da je gospa Šolar še vedno aktivna članica strokovne organizacije, se ji s spoštovanjem podeli nagrada za življenjsko delo Angele Boškin.

Obrazložitev oblikovali: Irena Keršič, Darinka Klemenc
Predlagatelj: člani UO Zbornice – Zveze



Prejemnice zlatih znakov z Moniko Ažman in Milojko Kolar Celarc



Od leve proti desni: Monika Ažman, Maruša Šolar, prejemnica priznanja za življenjsko delo in Milojka Kolar Celarc

Strokovno srečanje Zdravje žensk in babištvo v Radencih

Karolina Kovač

V petek, 22. 4. 2016, je Sekcija medicinskih sester in babic v Radencih organizirala strokovno srečanje pod naslovom Zdravje žensk in babištvo, ki se ga je udeležilo več kot 130 medicinskih sester in babic.

Ker je tokrat potekalo v Pomurski regiji in ker smo bili soorganizator srečanja, nas je na začetku vse skupaj pozdravil predstojnik Ginekološko- porodniškega oddelka SB Murska Sobota, dr. Kous Boris. Sledila so predavanja z zanimivimi temami: o programu cepljenja in zakonski ureditvi cepljenja v Sloveniji in državah EU (v večini evropskih držav je cepljenje otrok neobvezno, pa je precepljenost zaradi visoke zavesti prebivalcev 100 %) o urinski inkontinenci, ki tare vsako tretjo žensko, o vnetju dojke, do katerega pride lahko zgodaj po porodu ali tudi kasneje. V Prekmurju živi največja etnična skupina Romov v Sloveniji, zato smo se v zanimivem predavanju seznanili z njihovimi posebnostmi v reproduktivnem zdravju - od deklinstva do starševstva. Lajšanje porodne bolečine z epiduralno analgezijo v Splošni bolnišnici Murska Sobota je ustaljena praksa, ki je prinesla dobre izide poroda. Virus influence pri nosečnicah je redek, a se lahko razvije tudi v hudo obliko s slabim perinatalnim izidom, zato je cepljenje proti gripi priporočljivo tudi pri nosečnicah, ne glede na starost ženske in višino nosečnosti. Zadnje predavanje je bilo namenjeno humano mlečni banki, noviteti v slovenskem prostoru.



Po kosilu je sledil še ogled filma z naslovom Mikrorojstvo. Dokumentarec, ki raziskuje najnovejša znanstvena odkritja o mikroskopskih dogajanjih med porodom, dokazuje, kako lahko ti povzročijo dolgoročne posledice v mikrobiomu in posredno tudi za zdravje otrok in celotno človeštvo.

Za konec pa smo povabili udeleženske strokovnega srečanja na ogled naše porodnišnice. Čeprav bo drugo leto že deset let, odkar je odprla vrata, jih je še vedno presenetila s svojim udobjem in opremljenostjo, ki jo ponuja tako staršem kot tudi zdravstvenemu osebju. Jeseni se vidimo na Koroškem. ■

KAKO ZMANJŠATI VPLIV STRESA NA LASTNO ZDRAVJE?

Slovenci smo ponosni na svojo pridnost. Ko komaj še zmremo nositi breme na plečih in nam nekdo doda še novega, smo prepričani, da bomo zmogli tudi tega. **Dokler nas ne zlomi.** Če to traja leta, **pride do izgorelosti, ki trajno poslabša naše telesne sposobnosti.**

Izgorelost nastaja postopoma in se pojavlja v treh stopnjah. Po zadnji fazi izgorelosti si telo ne more več popolnoma popraviti. **Zato moramo paziti, da pravočasno prepoznamo svojo izčrpanost in da se pred njo zaščitimo.**

Verjetno ste pred kratkim zasledili poročilo raziskave, ki je ocenjevala stres med zdravstvenimi delavci v Sloveniji. **Prof. dr. Alojz Ihan je ugotovil, da ste prav medicinske sestre najbolj pod stresom.**

Zato smo povabili medicinske sestre, k sodelovanju v raziskavi, da bi ugotovili, kako slovenski naravni **izvleček iz lubja kočevske bele jelke v izdelku Enduranza®,** vpliva na **utrujenost, izčrpanost in izgorelost.**

Medicinske sestre so 30 dni jemale Endurazo in njihovo počutje se je izjemno izboljšalo*:

- za 42% se je zmanjšala napetost
- za 45% se je zmanjšala izčrpanost
- za kar 63% se je zmanjšala depresija
- in za 70% izboljšalo splošno počutje.



Poskusite Enduranzo in ublažite vplive stresa na vaše zdravje na naraven način. Antioksidativna moč polifenolov iz slovenske bele jelke vam bo v veliko pomoč.

Posebna ugodnost za vas
25% POPUST

Z ID kartico Zbornice-Zveze

080 87 66 ali
info@arspharmae.com

Ars Pharmae d.o.o., Litostrojska c. 46a, Ljubljana
01 4205 730, info@arspharmae.com



Kakovostna nega v zobozdravstvu - ustna votlina

Loti Hreščak

Osmega in devetega aprila letos smo organizirali že 24. strokovni seminar Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v zobozdravstvu z naslovom »Kakovostna zdravstvena nega v zobozdravstvu – ustna votlina«. Strokovni seminar je potekal v prelepem in prijaznem okolju Štajerske, v Rimskih Toplicah, v hotelu Rimske terme.



Dosedanje in novo izvoljene članice IO sekcije

Na začetku je predsednica sekcije ga. **Marina Čok** pozdravila vse navzoče, ter nam vsem skupaj zaželela uspešen in obenem prijeten delovni dan. Z veseljem in ponosom smo ugotavljale, da smo se ponovno zbrale v velikem številu, kar nam do neke mere potrjuje, da delamo dobro.

Prvi predavatelj **g. asist. Robert Šifrer, dr. med.**, nam je predstavil predavanje z naslovom **Rak ustne votline**. Nazorno je predstavil epidemiologijo, premaligne spremembe in histologijo, vzroke za nastanek, klinično sliko, diagnostično obravnavo, zdravljenja in posledice zdravljenja pri bolnikih z rakom ustne votline. Izjemno pomembno je, da se rak ustne votline zgodaj diagnosticira, zato je še kako nujno, da prepoznamo prve spremembe v ustni votlini. Zobozdravstveni delavci lahko in moramo prepoznati sumljive spremembe v ustni votlini in pravilno usmeriti pacienta.

G. David Dovšak, dr. med., maksilofacialni kirurg, nam je predstavil predavanje z naslovom **Interdisciplinarna obravnava pacientov z zobnimi vsadki**. V svojem predavanju je izpostavil, da v zdravljenju pacientov z zobnimi vsadki (implantati) danes za uspeh zdravljenja ni pomembno samo to, da pride do uspešnega vraščanja vsadkov v kost, ampak je vedno bolj v ospredju estetski rezultat zdravljenja. Zdravljenje z implantati je najbolj uspešno, tudi pri zelo zapletenih primerih, kadar v zdravljenju sodeluje več strokovnjakov, ki med seboj sodelujejo in komunicirajo že od načrtovanja zdravljenja naprej. Interdisciplinarni pristop k obravnavi pacientov se po zaključnem zdravljenju ne sme prekiniti, ampak je z njim treba nadaljevati tudi pri spremljanju pacientov z zobnimi vsadki. Vedno več pacientov, ki ima vstavljene zobne vsadke in dejstvo, da se prebivalstvo stara, pomeni, da bo vedno več tudi zapletov (predvsem periimplantitisa), ki jih bo v

prihodnosti potrebno znati preprečevati in prepoznavati. **Ga. Vesna Jurkošek, dipl. san. inž.**, nam je na naslednjem predavanju z naslovom **Kako preprečiti okužbo povezano z zdravstveno dejavnostjo** predstavila, kako pomembno je za uspešno preprečevanje prenosa okužb v zobozdravstvu potrebno dosledno upoštevanje standardnih zaščitnih ukrepov. Predstavila je ukrepe, vezane na razkuževanje in praktično uporabo razkužil. Programi razkuževanja, oziroma pisna navodila o razkuževanju, morajo zajemati postopke vzdrževanja inštrumentov in pripomočkov, aparaturo, opreme in površin kot tudi postopke higiene rok, s katerimi učinkovito preprečujemo prenos okužb v zobozdravstvu.

Po krajšem odmoru smo nadaljevali s higieno. **Ga. Majda Medved, dipl. m. s., higienik**, nam je v svojem prispevku z naslovom **Pretočnost vode v zobni ambulanti** prikazala vse potrebne ukrepe in postopke za zagotavljanje neoporečne pitne vode v zobozdravstveni enoti. Preventivni ukrepi preprečujejo nastanek neskladij in zmanjšujejo možnost porasta mikroorganizmov in legionel v internem vodovodnem omrežju.

Po dobri hrani in počitku smo popoldne nadaljevali ponovno s perečo temo **Pomen in pomembnost sterilizacije v zobozdravstvu**, ki nam jo je predstavila **ga. Nataša Piletič, dipl. m. s.** Glede na odziv slušateljc na vse tri predhodne teme, se je samo potrdilo dejstvo, da te teme še kako potrebujemo in da na žalost v Sloveniji v zobozdravstvu niso postavljene nacionalne smernice sterilizacije v zobozdravstvu. Prav dejstvo, da ni nacionalnih smernic, pa daje priložnost za različno tolmačenje pomena »sterilnosti« v zobozdravstvu. Veliko kolegic je izrazilo nemoč glede zahtev, ki bi jih morale zagotoviti za izpolnjevanje prikazanih smernic v sterilizaciji, ki nam jih narekujejo priporočila Evropske unije. Ravno tako so izrazile nemoč, saj v svoji dejavnosti dejansko niso nosilke stroke in tako velikokrat tudi nimajo formalnega vpliva na spremembe.

Po burni razpravi in zavedanju, da bomo morali na tem področju veliko narediti, pa je bila na vrsti bolj sproščajoča tema z naslovom **7 ključev do dobrega odnosa**, ki nam jo je predstavila **Klara Ramovš**. Dobra komunikacija lahko zdravi posameznika in organizacijo, slaba izzove bolezen in neuspeh. Dobri medsebojni odnosi neposredno in odločilno vplivajo na uspešno sodelovanje v organizaciji in zunaj nje in prispevajo k uresničevanju njenih temeljnih ciljev. So torej ključnega pomena za obstoj organizacije. A ne le to, so tudi ključnega pomena za zdravje in počutje zaposlenih. Zato je za vse zaposlene eno najpomembnejših »delovnih orodij« komunikacija. Obvladovanje komunikacije s strankami in sodelavci odlo-

čilno vpliva na uspeh in zadovoljstvo pri delu. V prispevku je predstavila 7 ključev do dobrih medsebojnih odnosov: zavedanje, zdrava samopodoba, moč dobrega stika, aktivno poslušanje, moč besed, obvladovanje čustev in moč potrditev.

V popoldanskem času se nam je pridružila novoizvoljena predsednica Zbornice – Zveze **ga. Monika Ažman**. Z zadovoljstvom je ugotovila, da je naše srečanje dobro obiskano in da slušateljice zelo dobro in konstruktivno sodelujejo v razpravah. Seznanila nas je tudi z novostmi v Zbornici – Zvezi, problemi in željo po reševanju le-teh. Kljub temu, da se je dan že prevesil v pozno popoldne in da smo bili že utrujeni od novih znanj in vtisov, nas je na koncu dneva čakala še volilna skupščina.

Število prisotnost kolegic v dvorani je zadostovalo, da smo bili sklepčni in lahko smo po ustaljenem protokolu izglasovali ponovni štiriletni mandat za predsednico sekcije Marino Čok in za člane v izvršnem odboru sekcije. Ker sta kolegici, **ga. Dora Masten** in **ga. Sonja Bernot**, končali svojo dolgoletno aktivno delo v izvršnem odboru sekcije, smo z glasovanjem potrdili novi članici **ga. Manuelo Kaluh** in **ga. Sando Šifkovič**.

Menim, da je prav, da se na tem mestu še enkrat zahvalimo kolegicam ga. Dori Masten in ga. Sonji Bernot. Dragi kolegici! V čast in veselje nam je bilo sodelovati z vama in že sedaj čutimo vrzel, ki je nastopila ob vajinem odhodu. V življenju je že tako, da se srečujemo, hodimo nekaj časa skupaj in se mnogokrat tudi razidemo. Zagotovo pa vemo, da se naše poti še zdaleč niso razšle in verjamemo, da se bomo še vedno lahko obrnile na vaju s kakšno prošnjo, idejo, po navet ali pa kar tako zato, ker vaju imamo rade in vaju bomo pogrešale.

Večer smo ponovno zaključile z dobro hrano, glasbo in plesom, kot je to pri nas že prijetna navada.

V sobotnem dopoldnevu smo nadaljevali s strokovnim seminarjem in **g. Andrej Vojnovič, univ. dipl. pravnik**, nam je v svojem predavanju z naslovom **Zakonske podlage zdravstvene in babiške nege** poudaril, da sta zdravstvena nega in babištvo poklicni področji, ki sta nujno potrebni v sistemu zdravstvenega varstva, vendar v nasprotju z medicinsko, farmacevtsko ali socialno-varstveno stroko nimata lastnega zakona, ki bi celovito in sistemsko urejal to strokovno področje. S pravnega vidika nam je osvetlil, komu je namenjena regulacija, kakšne so kompetence izvajalcev zdravstvene in babiške nege, stopnje poklicne kvalifikacije in pogoje za samostojno opravljanje dela v zdravstveni negi. **Ga. Maja Koudila, dipl. m. s.**, nam je v nadaljevanju predstavila svojo diplomsko nalogo z naslovom **Pomen preventive zobozdravstvene vzgoje pri šoloobveznih otrocih**. V svoji diplomski nalogi je postavila teoretično izhodišče, da je oralno zdravje sestavni del splošnega zdravja in da je higiena zob in ustne votline v neposredni povezavi z nastankom zobnega plaka, ki je bistven za nastanek zobnega kariesa. Zobozdravstvena preventiva je pri tem ključnega pomena. Ob koncu predstavitve diplomske naloge nam je **ga. Rosita Stojković, dipl. m. s.**, predstavila kako lahko na prijeten način poteka pouk o zobozdravstveni vzgoji v ZD dr. Adolfa Drolca v Mariboru.

V nadaljevanju je **ga. Janja Hribar, mag. farm.**, v svojem



Udeleženci izobraževanja

predavanju z naslovom **Učinkovito delovanje RemiDent-a z reminalizacijo zobne sklenine** predstavila, na kakšen način deluje gel Multi-Oral Remident.

Za navdušujoč, pristrčen konec našega dvodnevne družjenja pa je poskrbela predavateljica **ga. Emilija Pavlič, kuharica** in avtorica kuharskih knjig **Za otroke kuhajmo zdravo in Mamica, nauči me kuhati**.

Emilija Pavlič je vso svojo poklicno kariero posvetila ozaveščanju posameznikov in institucij o pomenu zdrave in pravilno pripravljene hrane. Osebo meni se je vtisnil stavek, ki ga je velikokrat med predavanjem omenila »Naučimo mlade mame kuhati, da bodo otroci jedli zdravo hrano«.

V zgodnjem sobotnem popoldnevu smo zaključile 24. strokovni seminar. Ko razmišljam, kaj naj zapišem ob koncu poročila, ne morem mimo razmišljanja, ki sta ga v uvodniku Zbornika zapisali **ga. Damjana Grubar** in **ga. Marina Čok**. Takole sta razmišljali:

»Ves čas se nam dogajajo spremembe, ki naj bi izboljševale delovni proces, vendar ni vedno tako. Pogosto v nas puščajo sledi nezaupanja in nezadovoljstva. Vedno manj je pozitivnih občutkov in motiviranosti. Kje je tu naše poklicno poslanstvo in kje na tej poti je vsak posameznik? Vprašajmo se ali sedanja splošna kriza, tako finančna, kot kriza vrednot vpliva na naše delo, na naše sodelavce in ne nazadnje na naše varovance. Odgovor je vsekakor pozitiven.

Vse to nas pogosto bremeni, utruja in spravlja v slabo voljo. Nezadovoljstvo, obremenjenost in utrujenost na delovnem mestu pa močno vplivajo na naše preživljanje prostega časa. Tako se hitro ujamemo v začarani krog, v katerem se vrtimo kot v centrifugi in ne vidimo poti iz njega. Cepetamo na mestu, prikrajšani za osebno rast in razvoj. Vendar, »kjer je volja, je tudi pot.«

Naše življenje je v naših rokah. Mi sprejemamo odločitve in mi nosimo posledice svojih odločitev. Izbirajmo pozitivne odločitve, brez opravičevanja in prelaganja odgovornosti, predvsem pa ne trosimo energije za gojenje negativnih občutkov. Zaupajmo vase in v svoje sposobnosti in stopimo skupaj na pot učenja za doseganje lastnega uspeha.«

Z našim srečanjem smo želeli doseči prav to. Čudovita pokrajina in prisrčna gostoljubnost Rimskih Term je prekinila naš vsakdan. Prijeten klepet ob kavici nam je popestril pomladni dan. Upamo, da nam je uspelo izpolniti pričakovanja stroke, vaša pričakovanja, da je bilo naše srečanje kakovostno, vsebine zanimive, aktualne in uporabne za vsakdanjo strokovno dejavnost. ■

13. srečanje medicinskih sester v pediatriji

Monika Pevec

V letos smo že trinajstič zapored pripravili obsežno paleto predavanj, ki obravnavajo široko in pomembno, a hkrati zahtevno področje zdravstvene nege otroka. Predavanja so potekala v okviru 26. srečanja pediatrov. Kako pomembno je izobraževanje in nadgrajevanje znanja so obiskovalci dokazali s svojo prisotnostjo. Udeležencev je bilo skoraj 500, tako zdravnikov, medicinskih sester in drugih, ki se pri svojem delu srečujejo z otroki in mladostniki.



Udeleženci srečanja

Prvo področje, ki smo mu tokrat dodelili posebno mesto, je obdobje mladostništva oz. odrasčanja. Zaradi obsežnosti problematike smo adolescentno medicino predstavili predvsem s strani obravnave na primarni zdravstveni ravni. Organizatorji teme, Marjana Stanko-Flakus, Gordana Štrković-Tomaško in Milena Frankič so sestavili zelo zanimivo paleto predavanj.

Težava, na katero v današnjem času nenehnih sprememb pogosto pozabljamo in jo nehote vse prevečkrat tudi spregledamo, je bolečina. Iz tega razloga sta se organizatorici teme, Simona Borovnik in Mira Mlakar resno lotili in oblikovali zanimiv sklop predavanj. Zlasti pri otrocih in mladostnikih je zaradi njihove ranljivosti in predvsem kompleksnosti tako telesne kot tudi psihične bolečine njeno prepoznavanje z nadaljnjo obravnavo in nujnostjo obvladovanja obvezen pogoj za uravnoteženo in kakovostno nadaljnje življenje.

In v življenju se danes neobhodno srečujemo z neustavljivim napredkom – izrazito in nenehno napreduje tudi medicina. Nova spoznanja, ki smo jim priča praktično vsak dan, nas nagovarjajo – celo zavezujejo –, da jih kar se da hitro in modro vpeljemo v vsakdanje delo z bolniki. Izvrsten primer so novosti v pediatrični pulmologiji, ki jim prav tako namenjamo posebno mesto v sklopu letošnjih predavanj. Organizatorici teme sta bili Bojana Forštnarič Klobasa in Gordana Rudelič.

Otroci in mladostniki so enkratne in edinstvene osebnosti, a tudi zdravstveni delavci smo. Smo namreč ljudje, ki ob izobrazbi in izkušnjah bolnikom nudimo tudi svoje srce, ki zmore bistveno več kot le znanje in večletne izkušnje. Zato sem na nas in na naše delo ponosna. Zahvaljujem se vsem, ki so kakorkoli pripomogli k nastanku in izvedbi srečanja, vsem, ki so nas podpirali, vsem, ki so v tem času ostali na delovnem mestu in vsem, ki so se srečanja udeležili.

Upamo, da nam bo tudi v bodoče tako dobro uspevalo. ■



Nagovor

Kakovost in varnost v zdravstvu

Branka Šket

Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije je 22. 4. 2016 organizirala strokovno srečanje z naslovom **Kakovost in varnost v zdravstvu**.

Orodja za doseganje kakovosti nam je predstavila **Draga Štromajer**. Zdravje je vrednota posebnega in družbenega pomena in pričakovanje stalnega optimalnega zdravja so včasih lahko nerealna. Z dobrim sistemom zdravstvenega varstva in zagotavljanjem kakovosti in varnosti zdravstvenih storitev pa lahko izboljšamo kakovost zdravja ljudi in s tem celotne družbe. Izvajalci zdravstvenih storitev se posvečamo potrebam uporabnikov, njihovim pričakovanjem, omogočamo jim aktivno vlogo in sodelovanje z zdravstvenim timom. Najpomembnejši kazalnik kakovosti in varnosti je gotovo zadovoljstvo uporabnikov in kazalniki, s katerimi merimo kakovost stroke. Obstajajo številni standardi kakovosti, vendar s spremljanjem kazalnikov kakovosti in iskanjem dobrih praks načrtno razvijamo kakovost in varnost. Orodje za spremljanje kakovosti in varnosti zdravstvenih storitev so, že dobro znane, klinične poti.

Uvajanje sprememb je bil prispevek **Nike Škrabl**. Pri uvajanju sprememb je treba upoštevati različna strokovna področja, ki v zdravstvu med seboj tesno sodelujejo. Vsaka stroka se trudi za izboljšave, uvajanja sprememb in novosti na svojem strokovnem področju. Medicinska stroka in zdravstvena nega (v nadaljevanju ZN) se povezujeta, zato morata delovati z roko v roki. Temelji za uvajanje sprememb in novosti so izobraževanje in vzgoja vodilnih izvajalcev ZN, strokovni sestanki, timi za razvoj ZN, motiviranje izvajalcev ZN, zagotavljanje dobrih delovnih pogojev, razmejitev del in nalog v ZN, specializiranje posameznih področij ZN in izobraževanje specialistov.

Osnovna izhodišča kakovosti in varnosti v zdravstvu je na slikovit način predstavil **prim. mag. Miran Rems**. Zdravstvena dejavnost je bila pred desetletji preprosta, malo uspešna in relativno varna. Razvoj medicinske tehnologije pa je povzročil, da je sedaj postala zapletena, uspešna in potencialno nevarna. Zaradi teh elementov je varnost bolnika najpogosteje uporabljen pojem, ki dobiva vse večji pomen v strokovni in laični javnosti. Napake, sistemske in institucijske se bodo dogajale. Vzrok je običajno v instituciji, ne v posamezniku. Institucija mora napako razkriti in sprejeti odgovornost, fokusiranje odgovornosti na posameznika je neproduktivno. Ni rešitev obtoževati izvajalce, namesto popravljati sistem! Kakovost ni dejanje, ampak navada! Pri zagotavljanju kakovosti in varnosti v zdravstvu so pomembne tudi klinične poti. To so strokovni procesi, ki se vpeljujejo predvsem za opisovanje poti zdravljenja in poenotenja obravnave pri posamezni bolezni ali vrstah bolezni. Številni avtorji pojmujejo klinične poti kot vodilo k varnosti in kakovosti zdravstvenih storitev.

Sistem vodenja kakovosti je predstavila **Zdenka Kramar**. Najbolj poznan, celovit, sistematičen in operativno uporaben model sistema poslovanja v svetu je družina standardov ISO 9000, oziroma nosilni standard ISO 9001. Pomembna je tudi njegova nadgradnja za področje zdravstva, EN 15224, ki predstavlja velik izziv zavodom in zahteva določen pogum vodstva za to odločitev in pripravljenost zaposlenih, da se seznani z aktivnostmi in spremembami, ki jih zahteva uvedba modernega sistema vodenja kakovosti poslovanja. Kakovost v zdravstvu lahko dvignemo samo s skrbnim načrtovanjem, uvajanjem in vzdrževanjem sistemov vodenja. Takšen pristop je podlaga za izboljševanje funkcionalnosti, zagotavljanje pravočasnosti, dvig zanesljivosti, razbremenitev zaposlenih in zmanjševanje stroškov. ■



Vam UŠESNO MASLO
povzroča TEŽAVE?

A CERUMEN
sprej/plastenke

Raztaplja zamaške
iz ušesnega masla
in preprečuje njihov
nastanek



S površinsko aktivnimi snovmi
rastlinskega izvora!

Od 6 mesecev starosti dalje.

Na voljo v lekarnah
in specializiranih prodajalnah

www.a-cerumen.si **Dr. Gorkič**

7. april – svetovni dan zdravja, v letu 2016 posvečen sladkorni bolezni

Jana Klavs

7. aprila leta 1950 je Svetovna zdravstvena organizacija dan razglasila za DAN ZDRAVJA, letos je bil posvečen sladkorni bolezni. O bolezni smo se 8. aprila pogovarjali tudi v Državnem zboru.

Sladkorna bolezen v Sloveniji leta 2014



104.550 bolnikov



s sladkorno boleznijo je prejemalo zdravila za zniževanje krvnega sladkorja

28,3 milijona evrov  za zdravila za zniževanje krvnega sladkorja	16,2 milijona evrov  za medicinske pripomočke za zdravljenje sladkorne bolezni	35.400 bolnikov  je naredilo preko 25 milijonov meritev krvnega sladkorja	435 referenčnih ambulant družinske medicine  je izvajalo preprečevanje, zgodnje prepoznavanje in oskrbo sladkorne bolezni tipa 2
---	---	--	---

»Po oceni Svetovne organizacije je imelo leta 2008 kar 347 milijonov ljudi na svetu sladkorno bolezen in do leta 2030 bo sladkorna bolezen 7. glavni vzrok umrljivosti na svetu. Vse pogosteje se pojavlja tudi v Sloveniji – od leta 2010 do 2014 se je za 12,5 % povečalo število bolnikov, ki zaradi sladkorne bolezni prejemajo zdravila. Hitreje narašča število prebivalcev s sladkorno boleznijo tipa 2, kar je v večini primerov povezano s staranjem prebivalstva in neugodnimi spremembami v življenjskem slogu. Vendar pa se trend naraščanja sladkorne bolezni tipa 2 vse bolj kaže tudi pri otrocih in mladostnikih v povezavi s povečanjem telesne teže in pomanjkanjem gibanja. Sladkorna bolezen zaradi svoje pogostosti, zahtevne in kompleksne obravnave predstavlja velik javno-zdravstveni izziv in zahteva usklajeno delovanje zdravstvenega sistema in socialnega okolja.(NIJZ)«

Sladkorna bolezen v številkah

- 1 od 11 ljudi ima sladkorno bolezen
- 1 od 7 nosečnic ima nosečnostno sladkorno bolezen
- 46,5 % bolnikov s sladkorno boleznijo še nima potrjene diagnoze
- vsakih 6 sekund umre človek zaradi posledic sladkorne bolezni« (IDF Diabetes Atlas, 2015)
- človek s sladkorno boleznijo pomisli na svojo bolezen vsaj 8 krat na dan

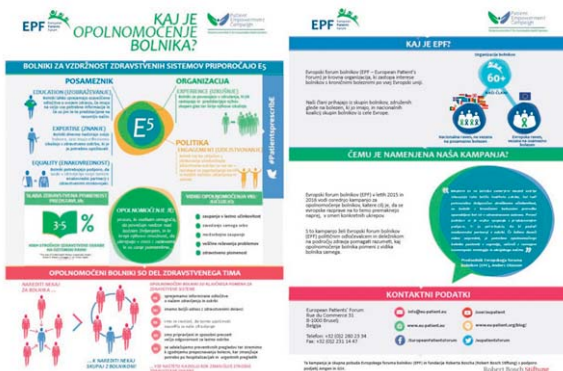
Breme sladkorne bolezni

Sladkorna bolezen predstavlja veliko breme, tako za bol-

nika, njegove bližnje, kot za družbo in državo. Kronična bolezen ima drugačne zakonitosti kot akutna bolezen. Sladkorna bolezen tipa 2 ima tudi svojo zgodovino, saj se je začela razvijati že leta pred postavitvijo diagnoze. Pri spopadanju s kronično boleznijo se bolnik ne spopada samo z bolečino in oslabljenim telesom, ampak s psihičnimi in socialnimi posledicami bolezni; z mnogimi negotovostmi in strahovi, ki so povezane z boleznijo, sedanjostjo, prihodnostjo, s spremenjeno samopodobo oziroma odnosom do sebe, s spremenjenimi odnosi do sveta, do bližnjih, do dela. Te posledice so včasih bolj obremenjujoče kot sama telesna težava. Pri zdravljenju bolnikov s sladkorno boleznijo sodeluje multidisciplinarni tim, katerega aktivnosti so usmerjene v izboljšanje oziroma preprečevanje poslabšanja zdravja ter doseganju višje kakovosti življenja. Za kakovostno zdravljenje bolnik potrebuje edukacijo, ki obsega tako izobraževanje kot usmerjanje k spremembam. Procesi edukacije skušajo bolniku zagotoviti razgledanost, danes je cilj edukacije opolnomočenost.

Stigme povezane s sladkorno boleznijo tipa 2 – je za sladkorno bolezen kriv bolnik sam?

Raziskave so potrdile, da stigmatizirajo prijatelji, svojci, zdravstveni delavci, mediji, družba, politiki, država in celo bolniki sami. Zaradi stigme bolnik s sladkorno boleznijo ne pove za svoje specifično stanje, predvsem psihološke stiske. Stigme povzročijo slabše klinične izide, občutek krivde, manjvrednosti, občutke obsojanja,



občutke zavrnitve, diskriminacije, bolnik se družbeno težko uveljavlja. Vplivi stigmatiziranja imajo močne vplive:

1. družbeno zaznane (obsojanje, biti nadzorovan od drugih, nepošteno zdravljenje)
2. stereotipi (nezdrav življenjski slog, debel, premalo discipliniran, len, pije)
3. stigmatizacijske prakse: omejene možnosti za zaposlitev, omejitve v družabnih odnosih, prikrajšan za potovanja, neenakost v zdravljenju, vplivi na zdravljenje spremljajočih bolezni

Vplivi stigmatizacije imajo lahko posledice:

1. psihološke (strah, sramota, samoobtoževanje, nizka samopodoba, anksioznost, zaskrbljenost, depresija, stres, osamljenost)
2. vedenjske (zanikanje, prekrivanje bolezni/stanja, slabša skrb za bolezni, zavračanje insulina, zmanjšajo se družabni odnosi, manjšo delovno storilnost)
3. zdravstvene (slabši izvidi zdravljenja)

Stigmatizacijo je možno bistveno omiliti ali preprečiti z ustrezno edukacijo, vključevanjem bolnika v proces zdravljenja, vzpostavljanjem partnerskega odnosa, s socialnim marketingom, družbeno podporo in promocijo zdravja.

... in kje so priložnosti?

Koordinativna skupina za obvladovanje sladkorne bolezni pri Ministrstvu za zdravje aktivno deluje na konkretnih akcijah, v letu 2016-17 je ena od krovnih akcij razvijanje Modela edukacije, cilj je zagotoviti dostopnost in enakost. Želimo, da bi prave informacije o sladkorni bolezni bolnik prejel v bližini domačega okolja. Za razvijanje ustrezne edukacije pričakujemo dodatna razvojna sredstva, ki bi omogočala izobraževanje novih kadrov, predvsem na primarnem nivoju zdravstvene dejavnosti (diplomirane medicinske sestre s specialnimi znanji o edukaciji). Potreben je dodaten razvoj mentorjev edukatorjev na obstoječem sekundarnem nivoju. Prizadevamo si zagotoviti čim večjo enakost in dostopnost, v tem pogledu je treba razviti programe edukacije, prilagojene stanju in zmožnostim bolnika. Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji skupaj s svojo krovno organizacijo Zbornico zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezo strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije skuša s strokovnim delovanjem vplivati na strokovno in občo javnost, o pomenu zgodnjega prepoznavanja sladkorne bolezni tipa 2, ozaveščanja in destigmatizacije. ■



Priporočeno branje

ATUL GAWANDE,

Minljivost

Medicina in kaj je na koncu pomembno

Izdala Mladinska knjiga, 2015

Ugledni ameriški kirurg, predavatelj in pisatelj Atul Gawande v izjemnem delu Minljivost obravnava starost, ki smo jo v sodobni družbi uspešno potisnili v domeno medicine in bolnišnic, čeprav še zdaleč ni bolezensko, ampak naravno stanje. Odkrito spregovori o tem, kaj je staranje, kako ga sprejemati in kaj je treba spremeniti v naši miselnosti ter socialnem in zdravstvenem sistemu, da bi se življenje iztekalo kar se da kakovostno, mirno in dostojanstveno. Medicina vse bolj premaguje bolezni in kljubuje smrti, toda ko je slovo neizogibno, je neredko oropano človečnosti, ker gre bolj za trajanje življenja kot kakovost. Pogumna, pomembna in - ob pomanjkanju ustrežnejšega izraza - navdušujoča knjiga o temi, ki jo vse preradi odpravimo iz zavesti in si s tem delamo medvedjo uslugo. Zanimivo branje, v katerem lahko vsakdo najde razlago ali odgovor na vprašanje za svoje osebne in profesionalne potrebe.

Branje priporočajo članice Stalne delovne skupine za paliativno zdravstveno nego.

Kritično bolan in poškodovan otrok

Matjana Koren Golja, Danilo Mencigar

Klinični oddelek za otroško kirurgijo in intenzivno terapijo, Kirurška klinika, UKCL, je 21. in 22. 4. 2016 v prostorih Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana organiziral tradicionalni 17. izobraževalni seminar s specialnimi učnimi delavnicami – Kritično bolan in poškodovan otrok, razpoznava, zdravljenje in zdravstvena nega, ki se ga je udeležilo 85 medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov iz različnih otroških oddelkov slovenskih bolnišnic in porodnišnic ter zdravstvenih domov.



Udeleženci seminarja

Znanje o obravnavi otroka, ki je kritično bolan ali poškodovan, je nujno potrebno za povečanje uspešnosti oživljanja in nadaljnjega zdravljenja. Poklic, ki ga opravljamo, od nas zahteva nenehno učenje in spremljanje novosti.

Prvi dan seminarja so potekala predavanja, ki so bila razdeljena v tri sklope. Drugi dan so bile organizirane učne delavnice s poudarkom na reševanju otrok. Seminar je bil letos organiziran izven tradicionalnega termina (november). Razlog je bila objava novih smernic za oživljanje, ki so bile predstavljene tako v prvem sklopu predavanj, kot tudi na učnih delavnicah.

Spremembe smernic za oživljanje so nastale kot odgovor na prepričljive nove znanstvene dokaze in so z uporabo kliničnih, organizacijskih in izobraževalnih novosti prilagojene, da spodbujajo njihovo uporabo in olajšajo učenje.

Otrok ni le pomanjšana odrasla oseba, zato tudi obravnavanje odraslih in otrok z zastojem dihanja in bitja srca ni enaka. Začetek pubertete je nekakšna ločnica pri prehodu otroka v odraslo osebo, kar je pomembno tudi za sam postopek oživljanja. Kadar ne moremo določiti, ali je pri osebi, ki potrebuje oživljanje, puberteta že nastopila, postopamo kot pri oživljanju otroka. V tem prehodnem obdobju je namreč večja verjetnost, da je zastoj srca

nastopil zaradi vzrokov, ki so pogostejši pri otrocih, kot zaradi vzrokov, ki srčni zastoj povzročajo pri odraslih.

Najpogostejši vzrok zastoja srca in posledično dihanja pri odraslih je dejansko v sami srčni mišici, medtem, ko je pri otrocih v prvi vrsti prizadeto delovanje pljuč oziroma nadzor dihanja s strani možganov. To je vzrok tudi za razlike pri oživljanju. Pri oživljanju otrok začnemo s 5 »reševalnimi vpili«, saj se predvideva, da je vzrok zastoja srca pri tej skupini v dihalni stiski in je ob nastopu zastoja srca najverjetneje vsebnost kisika v krvnem obtoku že občutno zmanjšana.

Bistvene spremembe temeljnih in dodatnih postopkov oživljanja ter prve pomoči na terenu so bile predstavljene v prvem sklopu predavanj.

V drugem sklopu predavanj so bile teoretično obdelane najpogostejše bolezni otroške dobe, ki lahko vodijo v kritična stanja otrok in zahtevajo takojšnje ukrepanje ter pravilno zdravljenje. Tako kot pri prepoznavi otroka, ki potrebuje oživljanje, se izvajalci zdravstvene nege običajno prvi srečamo tudi z otrokom, ki je kritično bolan. Zato je zelo pomembno, da prepoznamo prve znake bolezni in znamo v okviru svojih kompetenc pravilno ukrepati.

Za kakovostno delo je vsekakor treba dvigniti zavest vseh zaposlenih o pomenu zagotavljanja varnosti bolnikov. Področje zdravstvene dejavnosti lahko



Učna delavnica – periferna venska pot.

Učna delavnica – periferna venska pot

opišemo kot področje z visokim tveganjem, ker neželeni dogodki lahko vodijo do nepopravljivih posledic. Predavanja v tretjem sklopu so se dotaknila tudi pomena zagotavljanja kakovosti pri delu, dvigu varnostne kulture, pomenu poročanja o varnostnih zapletih in uporabi komunikacijskih veščinah pri delu z otrokovimi starši.

Na našem oddelku smo trenutno v fazi implementacije elektronskega predpisovanja zdravil z uporabo črtne kode, kar bo v veliki meri pripeljalo do zmanjšanja neželenih dogodkov pri uporabi zdravil. Sam postopek je bil poleg teoretičnega predavanja predstavljen tudi v kratkem filmu.

Pri delu z otroki se srečujemo tudi z njihovimi starši, ki so zelo prizadeti, če je njihov otrok bolan. Poleg običajnega dela je pomembno tudi delo na področju komunikacijskih spretnosti in sodelovanju s kliničnim psihologom, ki je nepogrešljiv partner v zdravstvenem timu.

V zadnjem obdobju se veliko govori o pravilnem ravnanju z zdravili z visokim tveganjem. Tudi o tej zelo pomembni temi so imeli udeleženci možnost diskutirati in pridobiti nova znanja oziroma zahteve o varnem ravnanju.

Vsekakor pa brez predavanja o etičnih dilemah, s katerimi se srečujemo v zdravstvu, ni šlo. In ravno s tem predavanjem se je zaključil prvi dan.

Drugi dan seminarja so potekale učne delavnice, kjer so udeleženci pridobivali praktična znanja in veščine, ki so nujno potrebne pri obravnavi kritično bolnih in poškodovanih otrok.

Po končanem seminarju so udeleženci s pomočjo

vprašalnika imeli možnost izraziti svoje mnenje, ki nam bo v pomoč pri izvedbi naslednjega seminarja. Vodstvo Kliničnega oddelka se skupaj s člani organizacijskega odbora najlepše zahvaljuje vsem predavateljem in vodjem učnih delavnic za aktivno sodelovanje na seminarju.

Prav tako hvala tudi vsem ostalim udeležencem, da so se odzvali vabilu.

Za obravnavo kritično bolnega in poškodovanega otroka je potrebno veliko znanja in izkušenj in drži izjava Francisa Bacona, ki pravi: »Suverenost človeka je v znanju«. ■



Predsednica org. odbora Matjana Koren Golja med uvodnim nagovorom

Predsednica org. odbora Matjana Koren Golja med uvodnim nagovorom

Podelitev »srebrnik znakov« DMSBZT Celje

Tomica Kordiš



DRUŠTVO MEDICINSKIH SESTER,
BABIC IN ZDRAVSTVENIH
TEHNIKOV CELJE



Prejemnice in prejemniki srebrnih znakov z vodstvom društva

V Društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje smo imeli 18. 5. 2016 svečano proslavo, na kateri smo podelili »srebrne znake« društva najuspešnejšim in zaslužnim v preteklem letu. Proslave se je udeležilo veliko članov, s svojo prisotnostjo pa nas je počastil tudi podpredsednik Zbornice – Zveze Jože Prestor. V preteklem letu so se v naši Celjski regiji upokojile naslednje kolegice: Mirjana Rep, Milka Šmerc, Zdenka Tamše, Irena Vrban, Silva Čretnik, Milka Mlekuž, Darinka Ograjenšek, Snežana Vasiljevič, Alojzija Grobelšek, Tatjana Višner, Helena Antloga, Darinka Ograjenšek, Jelka Gal, Majda Povše, Majda Kokot, Marta Kodrič, Anica Slekovec. Vsem kolegicam se iskreno zahvaljujemo za preteklo delo in prispevek k napredku stroke zdravstvene nege. Srebrne znake DMSBZT Celje smo letos podelili naslednjim sodelavkam in sodelavcem:

Julijan Špes

je vso delovno dobo zvest Splošni bolnišnici Celje, kjer se je zaposlil leta 1974 v takratni delovni enoti bolnišnice, v Vojniku.

Aprila 1081 je začel uspešno delovno pot v mavčarni, takratnem TOZD-u, ki se je imenoval Center operativnih oddelkov z anestezijo in leta 1983 postal vodja ekipe mavčarne. Ob delu je leta 1989 končal takratno višjo šolo za zdravstvene delavce. Vodja odseka mavčarne je ostal vse do leta 2016, ko se njegova uspešna poklicna pot zaključuje.

Ves čas je skrbel za razvoj stroke, pisal strokovne članke in bil aktiven član Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci. Sekcija ga je leta 2014 tudi na-

gradila za dosežke na ožjem strokovnem področju. Aktivno je sodeloval na delavnicah v okviru strokovnih srečanj in kongresov ter skupaj s sodelavci učil mavčarje novih tehnik mavčenja in dela s sodobnimi materiali. Zadnja leta je njegov največji prispevek sodelovanje v skupini, ki je oblikovala nacionalno poklicno kvalifikacijo za poklic ortopedskega tehnologa, ki je zamenjal prejšnjega, bolj poznane mavčarja. Je član strokovne skupine za preverjanje znanja za področje ortopedskega tehnologa. Poleg izredno uspešne poklicne poti pa Julijana Špesa odlikujejo večna vedrina, optimizem in spoštljiv odnos do vseh sodelavcev in pacientov. Sodeluje povsod, kjer se družijo ljudje dobrega srca, saj prepeva v kar treh pevskih zborih, s planinci odkriva lepote gora, zadnja leta pa ga spoznavamo kot ljubečega dedka.

Julijan Špes je izjemen sodelavec v timu zdravstvene nege. V njegovem profesionalnem delovanju so v ospredju empatičnost, strokovnost in natančnost. Srebrno priznanje si za delovanje na področju razvoja zdravstvene nege mavčenja zagotovo zasluži.

Milena Gudalo

je srednje zdravstveno šolo končala v Novem mestu leta 1976 in se takoj vpisala na Višjo šolo za zdravstvene delavce v Ljubljani in jo končala leta 1979. Od takrat naprej je kot njihova štipendistka zaposlena v Zdravstvenem domu Brežice. Leta 2000 se je vpisala na izredni študij na Višoki šoli za zdravstveno nego v Mariboru in po dveh letih uspešno končala študij ter postala diplomirana medicinska sestra. Delala je v dispanzerju za žene, kasneje v dispanzerju za medicino dela, prometa in športa. Kasneje

je bila razporejena na delovno mesto odgovorne sestre splošnih ambulant. Delo je opravljala slabo leto, a ker se nikakor ni ujela na tem področju, je iskala možnost, da dela v dispanzerju za žene, dobila jo je leta 1988 in jo opravljala do leta 2003, ko je bila imenovana za glavno medicinsko sestro zdravstvenega doma, danes je pomočnica direktorja za zdravstveno nego. A še vedno dvakrat tedensko dela v ambulant, če je to potrebno, včasih tudi večkrat. Usklajuje delo zaposlenih v zdravstvenem domu in poskrbi za strokovno plat zaposlenih.

V minulih letih je vodila šolo za bodoče starše, organizirala delo v dispanzerju za žene, kjer ji zdravstveno vzgojno delo predstavlja velik izziv. Vključevala se je v medicinsko dela in opravljala najzahtevnejše meritve, kot je avdiometrija.

V tistih časih je pripravljala tudi članke in prispevke za takratni radio in lokalni časopis.

Veliko dela na področju timskega dela, spremlja novosti na področju primarnega zdravstva in ga spodbudno implementira v zavodu.

Kot glavna in odgovorna mentorica študentom in dijakom si prizadeva ohranjati učni zavod in uspešno sodelovanje s fakultetami in srednjimi šolami.

Vrednote, ki odlikujejo gospo Mileno, so vztrajnost, požrtvovalnost, odgovornost, pripadnost delovnemu kolektivu in delu. Ima izreden občutek za prepoznavanje stisk in težav sodelavk in sodelavcev in se po najboljših močeh trudi pomagati.

Redno se vključuje v timske sestanke zdravnikov in tudi na tem področju prevzema marsikatero zadolžitev – predvsem organizacijsko.

V Zbornici – Zvezi je brez prekinitev aktivna članica od leta 1979 do danes. Prostovoljno se vključuje v Posavsko in Obsoletjsko društvo proti raku, vključuje se tudi s predavanji na seminarjih.

Skozi vsa obdobja njenega dela v zdravstveni negi se je aktivno vključevala v proces zdravstvene nege, stremela k izboljšanju dela in pogojev dela na delovnih mestih. Vključevala se je v organizacijo pogojev nujne pomoči v zdravstvenem domu, nato urgentnega centra v Brežicah, ki je bil prestavljen h kompleksu bolnišnice. Predvsem je stremela h kakovostni politiki vodenja in izboljšanju celostnega pristopa do pacienta ter k timskega delu.

Njeno vodilo je slediti strategiji razvoja zdravstvene nege, saj se zaveda, da je sodobna zdravstvena nega varna, učinkovita, humanana in kakovostna.

Njena moralna načela in njeno strokovno znanje poudarjajo veličino medicinske sestre v vseh pogledih.

Tim zdravstvene nege NEVROLOŠKEGA ODDELEKA Splošne bolnišnice Celje

Razlogov je več.

Kakovostno izvajanje zdravstvene nege, ki jo neprestano izboljšujejo. Vedno v ospredje postavljajo potrebe pacientov in njihove želje. Zdravstveno nego načrtujejo in izvajajo po individualnem pristopu. Zdravstvena nega nevrološkega pacienta je zelo zahtevna, tako fizično kot psi-

hično. Zahteva veliko znanja, strokovnosti, potrpežljivosti, empatije, profesionalne komunikacije in tudi fizične moči medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov.

ln potrditev kvalitetne zdravstvene nege so številne pisne, ustne in celo radijske pohvale in zahvale pacientov ter kazalniki kakovosti. Število padcev se iz leta v leto zmanjšuje, razjed zaradi pritiska v letu 2015 ni bilo, razen pri pacientih, ki so bili premeščeni od drugeje.

Nevrološki oddelek je učni oddelek za dijake Srednje zdravstvene šole Celje in za študente Višje zdravstvene šole Celje, ki jim z veliko pozornostjo prenašajo svoje znanje, potrebno za nadaljnjo strokovno pot.

Oddelek aktivno sodeluje pri razvoju zdravstvene nege, izpopolnjevanju in oblikovanju dokumentacije zdravstvene nege skupaj z ostalimi področji zdravstvene nege.

Aktivno deluje na področju širjenja in izpopolnjevanja znanj o zdravstveni negi nevrološkega oddelka (po možganski kapi, multipli sklerozi, parkinsonizmu, epilepsiji in drugih) z aktivnimi udeležbami na seminarjih, strokovnih delavnicah, namenjenih za širšo strokovno javnost. Tim zdravstvene nege sodeluje in organizira strokovne delavnice za zdravstvene delavce.

Na oddelku je organiziran aktiven tim medicinskih sester. To so medicinske sestre, ki se ukvarjajo s pacienti z multiplo sklerozo. Nudijo jim vso podporo ob pojavu stoterih težav, vprašanj in dilem. Za te paciente organizirajo delavnice, na katerih poskušajo odgovoriti na vsa vprašanja in jim pomagati. S tem so pacienti celostno in kvalitetno obravnavani.

Medicinske sestre in zdravstveni tehniki se intenzivno vključujejo in uvajanje številnih novosti pri zdravljenju bolnikov po akutni možganski kapi in ostalih obolenjih, kjer so pomemben člen za doseg kakovostne, celostne obravnave pacientov. Med te novosti sodijo žilna diagnostika in zdravljenje.

Medicinske sestre in zdravstveni tehniki nevrološkega oddelka se morajo neprestano izobraževati, seznanjati z novostmi, ki jih je na področju ogromno. Pogosto se izobražujejo v svojem prostem času. Vključevati se morajo v vse veje nevrologije in s tem izboljševati kakovost zdravstvene nege – kljub kadrovskemu primanjkljaju, saj vse te aktivnosti izvajajo ob rednem delu. Ogromno dejavnosti ni zabeleženo, torej so dokumentacijsko nevidne, a za paciente zelo pomembne.

Največje zadovoljstvo pa za medicinske sestre in zdravstvene tehnike predstavljajo zadovoljni pacienti in njihovi svojci. Zaposleni odlično vzdržujejo zelo pomembne dobre medosebne odnose, kar se kaže v pozitivnem vzdušju na oddelku.

Zato si **medicinske sestre in zdravstveni tehniki nevrološkega oddelka zaslužijo priznanje SREBRNI ZNAK**, ki jim je potrditev njihovega trdega dela in zagon za delo v prihodnje.

Vsem skupaj še enkrat želim srečno pri ustvarjanju in delu naprej, predvsem pa, da se še naprej trudijo in timsko delujejo, se razumejo in med sabo spoštujejo. ■

Pohod na Bevkov vrh

Slavica Babič



Negotovo vreme v prvih dneh maja, napoved popoldanskih ploh in neviht. To nam je vzbujalo malce negotovosti glede izvedbe planiranega pohoda. Pa so se vse silnice usmerile v pozitivno smer in ... uspelo nam je. V Novi Gorici je bilo v soboto, 7. maja, že zgodnje jutro svetlobno ožarjeno in nas navdajalo z optimizmom. Po soški dolini še jutranja megla, nato pohod v sončnem, naokrog pa deževne plove.



Skupinska na Mrzlem vrhu

Foto: Slavica Babič

Zbralo se nas je 32 medicinskih sester Društva MSBZT Nova Gorica in naših svojcev, prijateljev. Z avtobusom smo se odpeljali na Cerkljansko, novim dogodivščinam naproti. Pohod je načrtovala in vodila naša kolegica ga. Nada Pisk. Veliko nam je povedala o krajih in ljudeh, koder smo hodili. Vedno se pripravi kot prava vodička. Tokrat nam je pripravila celo »nagradna« vprašanja. Vsa so se nanašala na področje našega izleta.

Na Sovodnju, kjer je bil začetek našega pohoda, smo doživeli prvo presenečenje – največje pa je bilo prav za Nado. Doživeli smo pravi sprejem ob zvoku harmonike in pesmi iz mladih grl. To je bilo namenjeno predvsem naši Nadi, čeprav smo bili vzdušja in rojstnodnevne torte deležni vsi.

Po prelepi pokrajini, med skrbno urejenimi, pisanimi travniki, smo se počasi vzpenjali proti 1051 m visokemu Bevkovemu vrhu. Pri spomeniku na Mrzlem vrhu – pri Mrzlikarju, smo si privoščili kratek postanek, malico in skupinsko fotografiranje. Tu smo doživeli ponovno gostoljubje Nadinih sorodnikov.

Že med vzpenjanjem smo oči in dušo pasli na lepotah narave. Na vzorno urejenih travnikih je med lepo zeleno travo blestelo tisoče regratovih cvetov, na obronkih množica spominčic, vmes pa še paleta drugega cvetja. Na vsakem koraku je bilo čutiti prisotnost skrbnega, pridnega, vztrajnega, marljivega domačina, ki mu ta zemlja daje kruh. Na vrhu pa ... razgled vsenaokrog. Videli smo skoraj pol Slovenije: Polhograjske Dolomite, Škofjeloško, Cerkljansko in Idrijsko hribovje, čez Trnovski gozd, do Matajurja in Kaninskega pogorja, pa vse do Triglava.

Velik del poti smo hodili po nekdanji Rapalski meji. Po teh grebenih poteka razvodje med Jadranskim in Črnim morjem.

Postanek smo imeli tudi na kmetiji Na Ravan. Tu smo si nabavili domače mlečne izdelke, da se bomo še doma razvajali. Okušali smo domače dobrote od sira, salame, zaseke, domače žganje in kavo.

Skupno kosilo smo si privoščili v koči pod Ermanovcem. Še malce sprehoda na Štor, 1005 m in do verskega znamenja z velikim zvonom pod Ermanovcem – pri Stari Oselici. Zvon je zadonel, želje so ostale skrite, izrazil pa je zadovoljstvo vseh prisotnih. V dežju je sledila še vožnja proti domu.

V mozaik majskih praznovanj medicinskih sester, smo si, pod Nadinim skrbnim vodstvom, dodali še en čudovit dan. Hvala! Se vidimo na naslednjem pohodu. ■



Še malo pod vrhom

Foto: Nada Pisk

Kultura oblačenja

Sandra Jerebic in Alenka Bijol



Društvo
medicinskih
sester, babic in
zdravstvenih
tehnikov
Gorenjske

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske, je na sredino popoldne, 14. aprila, organiziralo prijetno druženje z gospo Leo Pisani, ki izobražuje in svetuje v Sloveniji, Italiji in Avstriji. Svetovalka za celovito podobo je že 20 let.

Svetuje in izobražuje v okviru izobraževalnih sistemov v različnih uspešnih podjetjih, ministrstvih, Upravni akademiji, oblikovala je programa Modni stilizem in Sodobna moda na Visoki šoli za dizajn. Zanima jo vpliv videza na uspeh posameznika in oblikovanje podobe v skladu z osebnostnimi lastnostmi posameznika ali profesionalnimi sposobnostmi uporabnika uniforme. Je avtorica prvega in edinega slovenskega priročnika o obleki: Obleka - kaj, kdaj, kako. Marca 2016 je izdala novo knjigo Ravnih oblačenja (Dress Code).

Pregovor, da obleka še ne naredi človeka drži, vendar je v vsakdanjem življenju zelo pomembno, da se glede na življenjske situacije primerno oblečemo in upoštevamo osnovna pravila.

Gospa Pisani nam je v sproščenem vzdušju predstavila preprosta pravila, kako vedno izgledati »TOP«.

Zelo pomembno je, da najprej pospravimo svojo garderobno omaro in odstranimo vsa oblačila, ki jih 3 leta ali več nismo oblekli. Ko se odločimo za nakup novih oblačil, kupujemo v kompletu, na primer hlače in srajca, krilo in blejzer itd. V trgovinah prosimo za nasvet prodajalke – svetovalke. Če želimo biti modno urejeni, kupujemo na začetku sezone, to je od 8. marca in 8. septembra dalje.

Pomembno je, da skrbimo za svoja oblačila, jih ustrezno negujemo, peremo s tekočim detergentom, pralni stroj ne napolnimo popolnoma.

Žensko smo rade urejene, še posebno nam je všeč, če s svojim videzom pritegnemo pozornost. Gospa Pisani nam je podala kar nekaj dejstev, kaj moškim ni všeč:

- če je ženska oblečena kot moški, zato ne nosimo kravate
- hlače »aladin« in razni kombinezoni
- tetovaže in izrazito naličena ženska
- oblačila z živalskimi vzorci.

Vsakodnevno moramo poskrbeti za urejenost, seveda je na prvem mestu ustrezna osnovna higiena, nato ustrezna obleka in nato naličen obraz. Ženske naj bi se vsak dan naličile, saj s tem damo drugim ljudem informacijo, da skrbimo zase, postavimo distanco/bariero z drugimi in poudarimo, da nam ni vseeno, kako izgledamo. S tem pa delujemo bolj profesionalno.

V različnih življenjskih situacijah je pomembno, da upoštevamo osnovna pravila oblačenja. Tako na poroki svatje nikoli ne oblečejo bele barve oblačila, saj je to barva neveste. Velikokrat smo v dilemi, kako naj se oblečemo za pogreb. Gospa Pisani je poudarila, da je pogreb enako slovesen dogodek kot poroka, zato moramo s spoštovanjem do pokojnika za na pogreb obleči slavnjejša oblačila, najpogostejše v črni barvi, moški belo srajco s kravato. Za večerne priložnosti nam bo ženskam zelo koristilo, če imamo v omari tako imenovano malo črno oblekico, saj lahko z raznimi kombinacijami s čevlji, nakitom,



blejzerjem vsakič izgledamo drugače. Če želimo biti opažene, obujemo rdeče, lakaste čevlje. Za večerne priložnosti obujemo čevlje z visoko peto, nikoli balerinke. Nogavice niso z vzorci, barvo prilagajamo glede na letni čas, zato pozimi največkrat oblečemo temne, črne, v spomladanskih mesecih pa svetlejše. Za slovesno priložnost ne oblečemo pletenine.

Pomembno je tudi kakšen barvni tip smo. Gospa Pisani je vsaki udeleženci glede na barvo las in oči določila, katera barvna koleristika ji pripada. Tako smo spoznali ali pa dobili potrditev, zakaj se v določenih barvah boljše ali slabše počutimo. Barve, ki pristojijo vsem ljudem, so vijolična, petrol – gozdnato zelena, roza, ogleno siva, peščena in vse barve, ki se nahajajo v naši šarenici. Pri barvnih kombinacijah pa je potrebno upoštevati naslednje:

- modra barva se ne kombinira s črno
- rumena barva ne s črno
- zelena barva ne s črno
- rjava barva ni slovesna ...

Medicinske sestre smo na svojih delovnih mestih v uniformi. Z uniformo poudarjamo svoj poklic, zato je gospa Pisani poudarila, da moramo ponosno nositi svojo uniformo, za katero pa veljajo enaka pravila kot za svoja osebnostna oblačila. Tako mora biti uniforma iz ustreznih, kakovostnih materialov, ne prekratka in ne predolga, ne pretesna in ne preširoka.

Naučili smo se tudi različnih trikov in načinov zavezovanja šalov in rutic. Pri nošenju rutic je zelo pomembno, da je le ta kvalitetna, svetlikajoča, iz svile, saj nam naredi »naravni lifting« vratu.

Vse udeležence srečanja z gospo Pisani smo zelo uživale in z velikim zanimanjem poslušale vse nasvete in ideje, ki jih bomo poskušale upoštevati vsakodnevno. ■

Česar nas niso naučili v šoli

Marjeta Berkopec



V počastitev mednarodnega dneva babic in mednarodnega dneva medicinskih sester smo v dolenjskem DMSBZT organizirali strokovno srečanje z naslovom *Česar nas niso naučili v šoli* in medse povabili mlado in simpatično podjetnico, predavateljico in pisateljico Petro Škarja, ki kar prekipeva od energije, kreativnosti in neverjetnega žara. Iskrenost in pozitivna naravnost navdušujeta tudi bralce njenih knjižnih uspešnic: *Česar nas niso naučili v šolah*, *Najdi svojo srečo in mir*, *Virusi Slovenije*. Knjiga *Ameriški milijonarji so spregovorili* pa je prevedena že v hrvaščino, angleščino, ruščino, prodane so tudi avtorske pravice na Kitajsko.



Medicinske sestre iz sladkega testa za trajen spomin, ki pa se lahko tudi pojejo, saj so v celoti izdelane iz užitnih materialov

Foto: M. Martinčič

Predavateljica je s svojo neverjetno nalezljivo energijo navdušila tudi zbrane v dvorani Fakultete za zdravstvene vede Novo mesto. V uvodnem delu je predstavila svoj trdi pristanek na tleh, ko se kot odličnjakinja, športnica šole, dobitnica mnogih zlatih priznanj in uspešna glasbenica, na svojem prvem delovnem mestu ni tako zelo izkazala. Ne samo, da ni bila niti povprečna, bila je med najslabšimi tržniki v podjetju. In takrat je začela razmišljati o tem, česa je v šoli niso naučili. Ugotovila je, da šolsko znanje ni dovolj za uspeh na trgu dela, saj nas v šoli ne naučijo prevzemanja odgovornosti, samozavesti, samoiniciativnosti, organizacije časa, sledenja ciljem, ... Mnogih večšin se moramo naučiti sami in potem znati uporabiti to znanje. Petra si je zapisovala

svoja spoznanja, cilje in nastala je knjiga, s katero je želela pomagati vsem, ki se podajajo na podjetniško pot. Kljub temu, da so ji "pametno" svetovali, da se v Sloveniji ne spleča pisati in izdajati knjige, je danes avtorica več knjižnih uspešnic.

Na predavanju, ki ga je pripravila za naše srečanje, je opozorila na neverjeten potencial, ki ga imamo Slovenci: "Imamo skorajda vse! Zakaj torej ne naredimo več kot posamezniki in kot narod? Zakaj nismo uspešnejši, srečnejši, mirnejši? In zakaj nas več ne uresničuje svojih sanj? Zaradi virusov našega okolja. Virusi so priučena in pridobljena prepričanja, mišljenja, ki so glavni zaviralci uspeha in doseganja pristne sreče pri večini ljudi v Sloveniji. Prav zato je nujno, da jih prepoznamo. Vsak mora sam spremeniti zmotna prepričanja, ki ga omejujejo. Slovenci smo pogosto obremenjeni s stereotipi, kot so: 'Kaj bodo pa ljudje rekli ...', 'To se ne izplača ...', 'Kaj imam od tega ...', 'Se ne spodobi ...' Pogosto se dogaja, da se odločamo glede na pričakovanja okolice in ne na podlagi lastnih želja."

Petra obožuje potovanja in rada hodi v hribe. Vtise in izkušnje s svojih popotovanj je delila tudi z nami. Kljub svoji mladosti se človek od nje lahko veliko nauči, saj je polna življenjskih modrosti. Za svoj življenjski moto si je izbrala slogan: "Just do it!" Življenje jo je naučilo, da se je treba po padcih čim prej pobrati in se ne smiliti samemu sebi ter za vse kriviti druge. Če neuspeh sprejememo kot priložnost za učenje in akcijo, si bomo v življenju veliko več upali in bomo uspešnejši. Življenje prinaša vzpone in padce in ne moremo se jim izogniti. Na nas pa je, da po porazu ne ostanemo na tleh, pač pa se vsakič znova poberemo in gremo naprej. Vse delajmo na temeljih pozitivnih vrednot, kot so poštenost, pravičnost, dobrot, povezovanje in pozitivna naravnost, saj se dobro, ki ga delimo, vrne k nam nazaj.

Notranja moč, ki jo za pozitivne spremembe v življenju premore Petra Škarja, je lahko navdih tudi medicinskim sestram. In lažje bomo sledile motu letošnjega mednarodnega dne medicinskih sester: "Medicinske sestre – moč za spremembe"

V predverju dvorane tokrat ni bilo razstavljalcev medicinske opreme in pripomočkov, pač pa smo udeleženci lahko občudovali unikatne izdelke mladih podjetnikov. Širokogrudno so razstavljalci nekaj svojih izdelkov poklonili tudi udeležencem srečanja. Posebej so nas razveselili "Sladki zakladki", kot se pod svoje izdelke podpiše gospa Magda Lešnik, ki je prav za naš praznik iz sladkega testa umetno izdelala podobo medicinske sestre. ■

Strokovno srečanje in druženje po Koroški 17. 5. 2016

Marija Filipič



Z udobnim avtobusom in toplim sprejemom predsednice sekcije gospe Olge Koblar in zvestega spremljevalca gospoda Borisa Sima smo polni pričakovanj zapustili Ljubljano. V svežem in lepem jutru smo prvi postanek naredili pri jezeru na Jezerskem. Jezero je ostanek ledenika. V mnogih letih je narava močno spreminjala podobo kraja. Tudi močan potres je spremenil tok Jezerščice in izsušil kar precejšen del Jezerske doline. Sedaj je ta del prav idilično urejen za številne obiskovalce poleti in pozimi. Nudi številna izhodišča na Kamniško-Savinjske Alpe in hribovja. Danes dajejo čudovit videz, obsijane s soncem in rahlim snežnim poprhom.

Ves čas vožnje nas je gospod Boris Sima opozarjal in seznanjal s posebnostmi krajev, od ogromnega pomena Koroških Slovencev v Železni Kaplji do dogodkov iz druge svetovne vojne v Poljani pri Prevaljah.

Prispeli smo v Črneče, kraj, ki je le malo oddaljen od Dravograda. V lepem, mirnem okolju smo obiskali najstarejši dom starostnikov v Sloveniji. Zavod je sredi polj, travnikov in obdan z velikim, lepim parkom. Pričakovali so nas. Glavna medicinska sestra, socialna delavka in oskrbovanci so nam z generalko za modno revijo prikazali številne dejavnosti. S pravimi slikarskimi mojstrovinami in številnimi ročnimi deli se družijo. Ob spoznavanju zgodovine zavoda in spremljanju današnjih dogajanj smo bili prijazno postreženi z drobnim pecivom in pijačo. Sprehodili smo se po zavodu. Spoznali smo, da imajo stanovalci: bolni, invalidni ali nemočni primerno nastanitev, prehrano, osebno nego, zdravstveno in delovno terapijo ter rekreacijo. Obiskali smo tudi sobo, ki je nudila gospe Miri Pridgar – prvi glavni medicinski sestri ljubljanskega kliničnega centra mirno preživetje zadnjih trenutkov življenja.

Pohiteli smo v Libeliče, kraj tik ob Avstrijski meji. Kraj s 600 prebivalci, ki se zelo razveselijo vsakega prišleka. So zelo prijazni, zgovorni in s ponosom govorijo o svojem ozemlju, ki jim daje dom. Močno se zavedajo, da so Slovenci. V preteklosti so z odločnim uporom zahtevali, da ostanejo na Slovenski zemlji, čeprav so Avstrijci že razmejili to področje in ga priključili k Avstriji. Njihov voditelj v teh zahtevah je bil župnik Vogrinec, ki so mu domačini odločno sledili. V starem župnišču smo si ogledali muzejske dokaze o plebiscitu iz leta 1922, staro šolo celo iz 12. stoletja in črno kuhinjo s številnimi kuhinjskimi pripomočki. Libeliško pražupnijo zastopa cerkev svetega Martina, ki je že pred 800 leti imela pogrebne pravice in je zajemala zelo širok okoliš. Hitro je zmanjkovalo prostora za nove pokope, zato so grobove kmalu začeli prekopavati in zelo skrbno zbirati pokojnikove kosti v kostnici poleg cerkve. Kostnica je okrogla stavba, nadzemni del služi kot kapela, v podzemnem delu pa so zbrane kosti in zaščitene s steklom. To je ena od treh kostnic v Sloveniji.

Program je vseboval ogled dvorca v Bukovju, ki se nahaja nad reko Dravo, v čudovitem naravnem okolju s kapele Matere Sedme pri vstopu na grajsko posest, s čudovitim parkom in ostanki starega gradu, ki so dvignjeni nad sedanjim objektom. Življenje v gradu zaznamuje čas od 13. do 19. stoletja. Zadnji lastnik grof Kometter je dvorec prenovil tako dobro, da je bil spoznan za najpomembnejši spomenik v zgodovini grajske arhitekture.

Ker ni imel naslednika, je posestvo z dvorcem prešlo v last sorodnice, ki pa je vse imetje zapravila in lastnica je postala država. Najprej se je tu naselila Avstro-ogrska vojska, nato jugoslovanska vojska in nazadnje Slovenska vojska. Leta 2008 pa je Ministrstvo za obrambo Slovenije graščino in del parkovnih površin predalo občini Dravograd. Danes je tu sedež javnega zavoda Dravit - zavoda za šport, turizem, kulturo in mladinske dejavnosti. Vendar ničesar tu ne bi bilo v taki podobi, če ne bi bilo delovnih krajanov, ki z veliko ljubeznijo in požrtvovalnostjo dvorec delček za delčkom urejajo v podobi stanja iz preteklosti. Slišali smo: V Sloveniji ni treba imeti političnih strank, ne levih ne desnih, ampak le eno se moramo zavedati: SLOVENCI SMO. In to je edina možna stranka. Domačini se tega še kako zavedajo. V njih čutiš delavnost, pripadnost kraju, medsebojno ljubezen, prijaznost do obiskovalcev in pripravljenost, da vse kar so ustvarili in naredili, delijo z drugimi. S prikazom filma o dogodkih iz osamosvojitvene vojne smo dobili še dodatno potrditev navedb. Z globokimi čustvi podajajo zgodovinske dogodke in njihov sedanji trud. Se pa prav nič ne hvalijo. Ob njih smo se tudi mi zavedali slovenstva. Besede so se nam močno usedle v srce. Močno jih občudujemo.

Nadaljevali smo z ogledom Dravograda. Mesto se razprostira po obeh bregovih Drave. Naseljeno je bilo že v rimskih časih. Večja omenjenost o kraju in prebivalcih pa je iz časov po letu 1100. Reka Drava je bila plovna, zato so jo takratni prebivalci izkoriščali za trgovanje z obrtniški izdelki. V 19. stoletju so pridobili ogromno industrije. Nujno je bilo zgraditi ceste in železnico. V 2. svetovni vojni so prebivalci ogromno utrpeli. Ogledali smo si muzejsko zbirko v kleti občinske uprave. Gestapovski zaporji pričajo o kruti resnici, kako so brutalno in krvočno mučili in zapirali ujete partizane in njihove privržence. Požigali so njihove domove, jih streljali v bližnjih gozdovih ali pa transportirali v koncentracijska taborišča. Le malo ujetih je te grozote preživel. Od nekaj preživetih so predstavljene grozote življenja v teh prostorih.

Ne da se vsega opisati, kar smo videli in spoznali. Zopet ponavljamo, treba je videti.

Srečanje smo zaključili na turistični kmetiji Uranjek v Zgornjem Viču. Pridružila se nam je častna gostja, v častitljivi starosti – mama naše predsednice. Ob medsebojnem spoznavanju se nam je zarosilo oko. Bile smo ganjene, kajti draga gospa je bila tudi zaslužna pri organizaciji današnjega dne. Domača, dobra hrana in popolna družba nam je dodala k popolnosti dneva.

Preživelimo smo najlepši dan. ■



Povabilo na izlet – CINQUE TERRE

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana in Sindikat delavcev v zdravstveni negi SE Klinični center, v sodelovanju s turistično agencijo CONDOR TRAVEL, organizirata prijeten tridnevni izlet.

Datum izleta: 23. 9. – 25. 9. 2016

Program: Odhod iz Ljubljane ob 2.00 uri (BTC pri Atlantisu) do Cremona. Sledil bo krajši ogled mesta, ki je znano po izdelovalcih violin. Nato vožnja naprej do Parme in ogled mestnih znamenitosti. Ob kozarčku vina bomo poskusili njihove specialitete, kot so sir, pršut in spoznali zgodovino in proces pridelovanja parmezana. Nastanitev hotelu in večerja. Drugi dan se bomo z ladjico podali na celodnevni izlet v Cinque Terre. Ustavili se bomo na polotoku Portovenere, vasici Vernaza, občudovali te prečudovite italijanske tipične vasi, se popeljali do vasi Monterosso, kjer si bomo v idiličnem kmečkem okolju vzeli čas za njihovo tipično malico. Popoldan se bomo vrnili v La Spezia. Čas za osvežitev in večerjo. Tretji dan se bomo odpeljali do Modene in si ogledali nekaj znamenitosti. Po želji se bomo odpeljali do Maranelle in obiskali Ferrari muzej. Med potjo si bomo ogledali še Mantovo. Sledila bo vožnja proti domu, kamor bomo prispeli v poznih večernih urah.

Cena (ob prijavi najmanj 35 ljudi): **210 €** (ob predložitvi obeh članskih izkaznic ali potrdila, da ste član obeh združenj DMSBZT Ljubljana in SDZNS SE KC), **235 €** plačate, če ste član enega izmed združenj ali DMSBZT Ljubljana ali SDZNS SE KC, **nečlani** plačajo **260 €**. Možnost plačila na štiri obroke (če se prijavite in plačate prvi obrok do 20. junija 2016). V primeru večjega števila prijav (več kot 35 oseb), se cena na posameznika še zniža. Podrobnejši program izleta, kako vplačati in se prijaviti na izlet si lahko preberete na spletni strani www.drustvo-med-sester-lj.si.

*Predsednica SE KC:
LJ: Saša Kotar*

*Predsednica za interesne
dejavnosti pri DMSBZT LJ:
Nada Sirnik*

*Predsednica DMSBZT LJ:
Đurđa Sima*

Ekipa študentov Visoke zdravstvene šole v Celju najboljša v kategoriji profesionalcev na tekmovanju »Best CPR team«

Rajko Gajšek

Študenti prvega in drugega letnika Visoke zdravstvene šole v Celju (VZŠCE) smo se letos prvič udeležili izobraževalnega tekmovanja iz reanimacije »Best CPR team«. Organizator dogodka je bil Simulacijski center Ljubljana (Zdravstveni dom Ljubljana) v sodelovanju s Fakulteto za zdravstvene vede Novo mesto. Namen udeležbe študentov naše šole je bil predvsem izobraževalen, in seveda malce tudi tekmovalen. Hkrati pa je tekmovanje predstavljalo neko vrsto priprave na tekmovanje, na katerega se študenti pripravljamo že dlje časa, in sicer tekmovanje iz prve pomoči in nujne medicinske pomoči, ki ga organizira Fakulteta za vede o zdravju v Izoli v mesecu maju.



Zmagovalna ekipa v tekmovanju CPR Team 2016 (od leve: Rajko Gajšek, viš. pred. Branko Kešpert, David Sušnik, Matjaž Andrejc in Miha Cmok)

Ker je bil interes študentov velik, smo se odločili, da sestavimo dve ekipi študentov. **Rajko Gajšek, Matjaž Andrejc, David Sušnik in Miha Cmok** smo bili člani prve ekipe, **Mario Martinović, Bratislav Tešenović in Urban Sitar** pa so bili člani druge ekipe iz VZŠCE. Tekmovali smo v dveh kategorijah, in sicer v kategorijah študentov/dijakov ter profesionalcev. Vseh ekip je bilo osem, tri profesionalne ekipe reševalcev, štiri ekipe študentov zdravstvene nege in ena ekipa dijakov zdravstvene nege. Pomerili smo se se v petih različnih scenarijih, ker je bila reanimacija pacienta vedno bistvenega pomena. Obravnavali smo porodnico, stanovalko v domu starejših, otroka, odvisnika od drog ter policistko, ki je bila udeležena in poškodovana med nemiri v Grčiji. Seveda so bili vsi pacienti profesionalne lutke za izvajanje reanimacije in ostalih nujnih stanj, scenariji pa pripravljani s strani zdravnikov tamkajšnjega centra.

Po zaključenem tekmovanju je sledil odmor v bližnji restavraciji. Prisluhnili smo tudi zdravniku simulacijskega centra o spremembah smernic reanimacije, ki so bile sprejete leta 2015.

In kot se za tekmovanje spodobi, je sledila tudi razglasitev rezultatov najboljše ekipe v reanimaciji med študenti in profesionalci. Ker smo vedeli, da nam je šlo zelo dobro od rok, so bila temu primerna tudi naša pričakovanja. Med ekipami študentov zdravstvene nege je zmagala ekipa iz **Fakultete za zdravstvene vede Novo mesto**. Rezultat nas je sprva precej presenetil, saj smo mnjenja, da smo

se dobro odrezali. Nato je sledila še razglasitev zmagovalne ekipe med profesionalci, kamor pa so brez naše vednosti uvrstili prvo ekipo iz VZŠCE, ki je na koncu zmagala oz. je bila zmagovalka v absolutni konkurenci tako med dijaki, študenti in profesionalci. Veselje je bilo temu primerno in hkrati smo bili zelo ponosni, saj smo vedeli, da smo več kot odlično zastopali **Visoko zdravstveno šolo v Celju**, ki veliko vlaga v kakovostno izobraževanje bodočih diplomantov zdravstvene nege.

Ob tej priložnosti bi se rad zahvalil vodstvu Visoke zdravstvene šole v Celju za podporo pri tekmovanju in seveda nepogrešljivemu mentorju, viš. pred. **Branku Kešpertu**, mag. zdr. nege.

In ker stremimo zgolj k najboljšim rezultatom, se študenti VZŠCE že aktivno pripravljamo na tekmovanje v Izoli, kjer smo trdno odločeni, da prav tako posežemo po najvišjih mestih. ■



Po podelitvi priznanja (od leve: viš. pred. Branko Kešpert, mentor, David Sušnik, Matjaž Andrejc in Rajko Gajšek).

»Best CPR team« so postali študenti Fakultete za zdravstvene vede Novo mesto

Ljiljana Leskovic, Nevenka Kregar Velikonja, Tanja Žagar

Simulacijski center Zdravstvenega doma Ljubljana je 8. 4. 2016 organiziral tekmovanje zdravstvenih timov v znanju izvajanja reanimacije »Best CPR team«. Dogodek je bil namenjen profesionalnim ekipam in ekipam študentov zdravstvene nege. Fakulteta za zdravstvene vede Novo mesto je sodelovala na tekmovanju z dvema ekipama pod mentorstvom predavateljev Aljaža Krena, mag. in Uroša Zafošnika, mag. V kategoriji študentov se je najbolje odrezala ekipa študentk Fakultete za zdravstvene vede Novo mesto v sestavi: Špela Usnik, Leja Bevc, Tea Blekovič, Tanja Jere in Ana Vorih.



Zmagovalci z mentorji

Znanje in organizacija pred bolnišnične nujne medicinske pomoči pomembno vpliva na usodo življenjsko ogroženih pacientov, usodo jim celo lahko kroji. Pomembna sta pristop in prve sekunde reševanja. Ravno v tem pa so preizkušali znanje tudi študenti zdravstvene nege, ki se s tem še ne srečujejo v kliničnem okolju.

Vsi, ki smo vključeni v zdravstveni negi in zdravstvu, vemo, da so leta 2015 stopile v veljavo nove smernice za izvajanje postopkov reanimacije. Namen srečanja je bil predvsem spodbujanje zdravstvenih timov k izobraževanju iz vsebin dodatnih postopkov oživljanja ter timskega sodelovanja. Preizkušnja znanja je temeljila na šestih simuliranih kriznih situacijah. Kdo bo pridobil naziv najboljši tim so odločale majhne napake, kot tudi v resničnem življenju.

Naši študenti so zapisali sledeče: *Vsem udeležencem so bile simulacije zelo všeč, saj so odličen vir učenja. Tovrstno izkušnjo, kot je imelo možnost izkusiti deset najboljših študentov v nujni medicinski pomoči Fakultete za zdravstvene*

vede Novo mesto (Špela Usnik, Ana Vorih, Tea Blekovič, Tanja Jere, Leja Bevc, Katja Simonič, Tjaša Žagar, Tina Potokar, Aleš Selko in Blaž Jerman), želimo in privoščimo vsem ostalim študentom. Hvaležni smo vodstvu fakultete, ki nam je omogočila sodelovanje na tekmovanju. Največjo zahvalo izrekamo mentorjema Aljažu Krenu in Urošu Zafošniku, ki sta naše znanje iz nujne medicinske pomoči postavila res na visok nivo.

Simulacijski center Zdravstvenega doma Ljubljana je z dogodkom »Best CPR team« ponudil novo možnost strokovnega izpopolnjevanja in povezovanja študentov in profesionalnih kadrov na področju zdravstva in hkrati možnost za potrditev njihovega znanja, zato je Fakulteta za zdravstvene vede z veseljem sodelovala pri organizaciji dogodka. Take potrditve dajejo vsem, zlasti pa študentom, samozavest, da bodo tudi v resničnih situacijah znali pravilno in profesionalno ravnati ter s tem tudi reševati življenja. ■

Učitelji zdravstvene nege se izobražujejo: predstavitev Pirkanmaa Hospice, Tampere, Finska

Barbara Sitar

Aktiv zdravstvene nege iz Šolskega centra Nova Gorica je konec marca v okviru projekta Job Route, program Erasmusplus preživel prijeten študijski obisk na Finskem v mestu Tampere. Med drugim nas je zanimalo, kako je na Finskem urejena paliativna oskrba.

Mislili smo, da je na Finskem poskrbljeno za umirajoče bolj kot v Sloveniji, a so tudi tam težave s financiranjem. Evtanazija zakonsko ni dovoljena. Ker je hospicev premalo, ljudje umirajo na oddelkih bolnišnic in domov za starejše. Poleg tega se tako kot pri nas veliko prepočasi uvaja miselnost, da umirajoči ne potrebuje več dragih preiskav, ki so boleče, predvsem pa nepotrebne. Premalo se zavedamo, da umirajoči potrebuje to, da je poslušan in slišan.

Pirkanmaa Hospice je ustanova s kapaciteto 24 postelji oz. eno in dvoposteljnimi sob. Ustanovljen je bil leta 1988 in je začetnik skrbi za neozdravljivo bolne na Finskem. Ustanovila ga je medicinska sestra, ki se je izobraževala na področju paliativne medicine v Angliji. Po prihodu domov je zasnovala finski model hospica. Pot, ki jo je prehodila, je bila naporna in dolga, vendar je dosegla, da ustanova nima finančnih težav. Hospic dobiva donacije od občin, ustanov in posameznikov. Del stroškov krije tudi pacient. Večkrat se je že zgodilo, da je pacient del premoženja zapustil ustanovi. Stavba je v neposredni bližini univerzitetne bolnišnice Tampere. Namenjena je osebam z neozdravljivo boleznijo v zadnjih dneh življenja.

Za prihod v Hospic potrebuje oseba priporočilo zdravnika. Sprejemajo ljudi iz celotne Finske, zato imajo čakalno vrsto. Večina pacientov je iz mesta Tampere. Ob stavbi je zimski vrt. Prostori so svetli in prostorni. Nudijo tudi savno, po kateri se pacient lahko sprosti v sobi s kaminom. Knjižnica je bogato založena. Vse sobe so prostorne, opremljene s televizijo in telefonom. Večina sob ima balkon in kuhinjo. Če pacient zmore, si lahko skuha sam. Sicer so obroki postreženi v sobi ali v jedilnici. Obravnava pacienta je holistična. V Hospicu spoštujejo tri temeljna načela: edinstvenost človeškega življenja, odpravo simptomov bolezni in domačemu podobno okolje, ki poskrbi za občutek varnosti. Poudarjajo pomen pacientovega dostojanstva in individualnosti. Pacientu želijo zagotoviti, da se počuti dobro in varno. To pacientu omogoča tudi domače okolje. Kadar je pacient sprejet v Hospic, ga pričaka »njegova« medicinska sestra. Poleg negovalcev ima vsak pacient svojo medicinsko sestro, ki ima dober vpogled v pacientovo stanje (bolezen). Pacienta dobro pozna, redno ocenjuje njegovo kondicijo ter pojavljanje bolečine in drugih simptomov. Pacienta podpirajo, da živi življenje aktivno in polno, tako kot je bil navajen doma.

V Hospicu pacient ostane toliko časa, kot želi. V Hospicu so zaposleni negovalci, socialni delavec, dva zdravnika, fizioterapevt, psihoterapevt. Tukaj podarja svoj čas tudi



Aktiv zdravstvene nege v Hospicu

100 prostovoljcev. Skupaj opravijo približno 20.000 ur dela letno. Poleg branja knjig in sprehajanja s pacienti, organizirajo tudi koncerte. V času našega obiska so imeli v dnevnem prostoru violinski koncert. Udeležila se ga je polovica pacientov. Slabo pomične so negovalci pripeljali na bolniških posteljah, drugi so prišli z vozičkom, hoduljo ali brez pripomočkov. Prostovoljce usmerja koordinatorka. Gospa, ki je spremljala umiranje svoje mame v tem hospicu, že deseto leto prihaja kot prostovoljka. Razlagala nam je, kako ji je bilo na začetku težko prestopiti prag te hiše. Sedaj pa hoče povrniti vso prijaznost, ki jo je doživljala ob smrti mame.

V Hospicu ni uradnih ur za obiskovalce. Življenje poteka čim bolj podobno domačemu. Svoji so vključeni v nego. Dan lahko preživijo s pacientom. Možna je tudi nastanitev svojcev v stavbi. V okviru Hospica deluje hostel, ki ponuja nočitev z zajtrkom. Na razpolago je devet sob s kopalnico.

Pacienti in prostovoljci si krajšajo čas z ročnimi deli. V dnevnem prostoru so sedežne garniture krasile pisane kvačkane odeje. Po celi stavbi so bile na hodnikih čudovite tapiserije. Ob vhodnih vratih je majhna garderoba in nekaj polic, kjer lahko obiskovalec izbere žalno vizitko, svečo, kipec angelčka ali pa le napiše nekaj besed v knjigo vtisov.

V trgovinici (second hand market), ki je del Hospica, prostovoljci prodajajo izdelke prostovoljcev in svojcev, med drugim tudi, torbice, obleke, rutke, plašč, čevlji. V božičnem in velikonočnem času prostovoljci organizirajo tudi peko in prodajo peciva.

Oddajajo tudi sobo za seminarje.

V času velikonočnih praznikov je v dnevni sobi kletka s piščančki. Niilo, hišni maček, je ljubljenec vseh pacientov v Hospicu.

Ob smrti pacienta pred sliko Božje matere prižgejo svečo, ki gori osem ur. Tu se svojci ali pacienti lahko usedejo in molijo za pokojnega. Župnik opravlja obrede v kapelici. Da upoštevajo drugačnost in individualnost dokazujejo tudi s tem, da ob smrti muslimana v kapelici z zaveso zagrnejo križ.

Svojce tri mesece po smrti povabijo v Hospic, da izrazijo svoje misli in obudijo spomine.

Pacienti imajo tudi možnost dnevne oskrbe na njihovem domu ali dnevni center v Hospicu. Nega na domu je organizirana z namenom, da podpira pacienta in omogoča, da ostane v domačem okolju toliko časa, kot zmore. Vse aktivnosti so načrtovane skupaj s pacientom in njegovimi svojci. Usmerjena je v zdravljenje bolečine in drugih simptomov ter možnost pogovora s svojci in pacientom: kako bo bolezen napredovala in kako se bodo soočali s težavami, ki jih čakajo. Če svojci in pacient potrebujejo nasvet, lahko pokličejo v Hospic ob katerikoli uri. Pacienta dnevno obiščeta medicinska sestra in fizioterapevt. Zdravnik obiskuje paciente, ki ga pokličejo, sam ali v spremstvu medicinske sestre. Dosegljiv je tudi v dnevnem centru. Tudi za oskrbo na domu potrebuje pacient menje zdravnika.

Dnevni center je organiziran enkrat tedensko pod Hospicem, kjer je tudi hostel. Dnevni center izboljšuje počutje svojcev in pacientov, ki so v domači oskrbi. Svojci si na ta način lahko vzamejo malo počitka. Poleg tega, je druženje v dnevnem centru tudi možnost za pogovor. Dan se začne s kavo. Nato se odločijo za savno ali druge prostoračasne aktivnosti. Med kosilom in popoldansko kavo s pomočjo prostovoljcev organizirajo program.

Hospic je aktiven tudi v izobraževanju na področju zdravstvene nege in socialne oskrbe; nudi izobraževanje negovalcev in zdravnikov v okviru rednega izobraževanja (vaje), pripravništva, specializacije, magisterija ali doktorata.

Z ustrezno pomočjo v paliativni oskrbi na domu bo bolnikom omogočeno, da konec življenja preživijo doma, ne da bi porušili vsakodnevni ritem in čustveno ravnotežje družine ter povzročali svojcem hude stiske. Paliativna oskrba umirajočih uresničuje potrebe umirajočih in pravico do ohranjanja dostojanstva in strokovne podpore. Pacientu zagotovi pravico do mirne smrti. Želim si, da bi tudi v Sloveniji zaživela paliativna oskrba za vse ljudi, ki jo potrebujejo. ■

UTRIP V LETU 2016

Utrip bo leta 2016 izšel še štirikrat:

- avgusta (izide dvojna številka avgust/september)
- oktobra
- novembra
- decembra



ALMA MATER
EUROPAEA
ECM



Alma mater štipendije

www.almamater.si

Prijavi se na podiplomski študij zaposljivih poklicev!

Alma Mater Europaea – ECM je razpisala štipendije za vpis za **magistrski program Zdravstvene vede – smer Fizioterapija, Javno zdravje, Zdravstvena nega in Integrativne zdravstvene vede.**

Subvencije so razpisane v višini **36.000 eur**, in sicer se lahko subvencionira največ 30 odstotkov šolnine za 1. letnik podiplomskega študija Zdravstvene vede.

Število mest za vpis s subvencionirano šolnino je omejenih. Informativna prijava za subvencijo je mogoča do 15. junija 2016, in sicer po e-pošti: referat@almamater.si.

O odobritvi subvencije, vas bomo pisno obvestili.

Celostna paliativna oskrba – primeri dobre prakse in možnosti razvoja

Alenka Presker Planko, Katja Esih, mag. Boris Miha Kaučič

Visoka zdravstvena šola v Celju je v okviru Centra za vseživljenjsko učenje in karierno svetovanje v aprilu 2016 organizirala že sedmo strokovno srečanje Stiki zdravstvene nege, ki je prvenstveno namenjeno vseživljenjskemu izobraževanju in strokovnemu izpopolnjevanju izvajalcev zdravstvene nege in oskrbe.

Letošnji simpozij z naslovom **Celostna paliativna oskrba – primeri dobre prakse in možnosti razvoja** je bil že četrto leto zapovrstjo namenjen izpopolnjevanju na področju paliativne oskrbe in prepoznavanju njene pomena. V okviru letošnjega simpozija so bili predstavljeni praktični primeri kakovostne paliativne oskrbe ter izzivi za izboljšanje le-te.

Na simpoziju je bilo predstavljenih osem prispevkov.

Mag. Boris Miha Kaučič je predstavil magistrski študijski program Paliativna oskrba, ki ga je razvila Visoka zdravstvena šola v Celju skupaj s strokovnjaki iz Finske in Švice. Študijski program je nastal kot odraz potreb okolja po razvoju in uvedbi izobraževalnih programov na področju paliativne oskrbe ob upoštevanju Državnega programa paliativne oskrbe in je prvi tovrstni program v Sloveniji. V mesecu decembru 2015 ga je akreditiral Svet nacionalne agencije za kakovost v visokem šolstvu (NAKVIS). Izvedba se bo začela s študijskim letom 2016/17. Bodoči diplomanti bodo opolnomočeni z naprednimi znanji iz paliativne oskrbe in holistične obravnave pacientov ob koncu življenja.

Ga. Maja Ebert Moltara je spregovorila o obravnavi paliativnega pacienta na Onkološkem inštitutu Ljubljana, kjer za obravnavo najtežjih paliativnih pacientov s kompleksnimi simptomi skrbijo na posebnem Oddelku za akutno paliativno oskrbo, sicer pa se paliativna oskrba izvaja na vseh oddelkih.

Na simpoziju je aktivno sodelovala ga. Irena Schreyer, znanstvena sodelavka na Inštitutu za uporabne znanosti v zdravstveni negi na FHS St. Gallen, Švica. Predstavila je študijo o izkušnjah svojcev pacientov v času od postavitve diagnoze do smrti na eni od enot oz. oddelkov paliativne oskrbe, ki so jo opravili na FHS St. Gallen. Rezultati študije so pokazali, da je sorodnikom paliativnih pacientov treba zagotoviti trajno podporo od začetka postavitve diagnoze do faze njihovega žalovanja.

Ga. Alenka Lončarevič je predstavila organizacijo paliativne oskrbe v Zdravstvenem domu Celje, kjer se v paliativni tim vključujejo zdravniki družinske in splošne medicine, patronažna medicinska sestra, reševalci, Hospic in po potrebi tudi socialna služba ter zdravniki iz ambulate za zdravljenje bolečine Splošne bolnišnice Celje.

Delovanje paliativnega tima v Domu starejših Laško sta predstavili ga. Damjana Damiš in ga. Damjana Uratarič. Ve-



Udeleženci simpozija

lik poudarek v domu je namenjen komunikaciji zaposlenih v paliativni obravnavi, sodelovanju s svojci hudo bolnih, izobraževanju kadra in sodelovanju na vseh ravneh. Pomemben delež v obravnavi paliativnega stanovalca prispevajo splošna zdravnica, diplomirane medicinske sestre, delovna terapevtka, fizioterapevtka in socialna delavka doma, ki je obenem tudi koordinatorka paliativnega tima.

O paliativni oskrbi v Splošni bolnišnici Celje je spregovorila mag. Vesna Papuga, vodja Ambulante za diagnostiko in terapijo bolečin v SB Celje. V svojem prispevku je izpostavila pomanjkljivosti v prepoznavanju paliativnega pacienta in njegovi obravnavi ter predstavila predloge za izboljšanje.

Ob zaključku simpozija je izkušnjo svojca s paliativno oskrbo delila z udeleženci simpozija ga. Damjana Brumec. Kritično je spregovorila o neprimerni komunikaciji nekaterih zaposlenih v bolnišnici s svojci, neprepoznavanju paliativnega pacienta ter njegovi neprimerni obravnavi. Prispevki so objavljeni v recenziranem zborniku prispevkov, ki je bil izdan ob tej priložnosti in je dosegljiv na spletni strani visoke šole – www.vzsce.si.

Da izvajalci zdravstvene nege in oskrbe potrebujejo dodatna znanja s področja paliativne oskrbe, je pokazalo veliko zanimanje za simpozij, saj se ga je udeležilo več kot 70 udeležencev. ■

Predstavitev poklicev v zdravstveni negi na Srednji šoli Jesenice – zdravstvena smer

Marija Mežik Veber, Petra Alič

Na Srednji šoli Jesenice so 18. in 20. aprila 2016 učitelji strokovnih predmetov zdravstvene usmeritve organizirali predstavitev poklicev v zdravstveni negi. Namenjena je bila dijakinjam in dijakom 2. letnika, ki bodo v šolskem letu 2016/17 začeli s praktičnim usposabljanjem v kliničnem okolju.



Dijaki med predstavitvijo zbrano poslušajo

Namen predstavitve je bil prikazati dijakinjam in dijakom široko paleto strokovnih področij, na katerih se bodo bodoče srednje medicinske sestre/srednji zdravstveniki lahko zaposlili. Marsikatega dijaka so predstavitve spodbudile k razmišljanju o nadaljevanju študija na II. stopnji za pridobitev naziva diplomirana medicinska sestra/ diplomirani zdravstvenik.

Predavatelji so vabilo na predstavitev svojega delovnega področja sprejeli kot izziv. Na predstavitvi so sodelovali zaposleni iz Splošne bolnišnice Jesenice, Zdravstvenega doma Jesenice, Psihiatrične bolnišnice Begunje, Zdravstvene doma Tržič in Nujne medicinske pomoči Kranj.

Vse navzoče je pozdravila ga. Monika Lotrič, univ. dipl. ekon., pomočnica ravnateljice na Srednji šoli Jesenice. Zaželela je vsem prijetno in uspešno druženje ter se zahvalila sodelujočim.

Ga. Marija Mežik Veber, dipl. m. s., namestnica pomočnice direktorja za področje zdravstvene nege in oskrbo je predstavila Splošno bolnišnico Jesenice, vizijo in razvoj zdravstvene nege.

Ga. Jana Lavtižar, dipl. m. s., vodja enote za preprečevanje in obvladovanje bolnišničnih okužb, je spregovorila o preprečevanju bolnišničnih okužb in opozorila na več odporne bakterije, ki v sodobnem svetu predstavljajo velik problem pri zdravljenju pacienta.

Psihiatrično bolnišnico Begunje, obravnavo psihiatričnih pacientov, stigmatizacijo pacientov ter tudi zaposlenih na področju psihiatrične dejavnosti je predstavila ga. Tanja Torkar, mag. zdr. nege.

Ga. Urška Šepec, dipl. m. s., je predstavila aktivnosti zdravstvene nege otroka in mladostnika, ter s svojim mladostnim optimizmom motivirala dijakinje in dijake k učenju.

G. Aleksander Novak, dipl. zn., in ga. Amela Lović, dipl. m. s., vodja zdravstvene nege v anestezijsko-reanimacijski službi, sta posegla na področje anestezije in reanimacije ter spregovorila o zahtevnih aktivnostih zdravstvene nege na tem področju. »Kot Sandi zna«, je predstavil tudi stresne situacije, s katerimi se srečujejo zaposleni v anestezijsko-reanimacijski službi.

Nazoren prikaz rojevanja novega člana naše družbe in aktivnosti babiške nege nam je pripravila ga. Monika Legat, dipl. babica.

Ga. Živa Varl, dipl. babica, ki deluje v patronažni dejavnosti, je prisotne seznanila z aktivnostmi, ki jih patronažna medicinska sestra izvaja na »terenu«.

Ga. Pavla Lavrinec, dipl. m. s., klinična dietetičarka, je opozorila na pomembnost prehrane pri zdravljenju pacienta, ni pa pozabila tudi omeniti pomena zdrave prehrane pri ohranjanju in vzdrževanju zdravja.

Ga. Lidija Vidmar, dipl. m. s., je predstavila zahtevne in pomembne aktivnosti zdravstvene nege v Enoti intenzivne terapije operativnih strok. Ob tem je poudarila tudi osebnostne značilnosti, ki jih zahteva delo na tem področju.

G. Gorazd Bergant, dipl. zn., je predstavil delo v enoti nujne medicinske pomoči. S predstavitvijo primerov reševalnih akcij je dijake, ki želijo postati reševalci, še dodatno podkrepil pri njihovi odločitvi.

Ga. Nada Macura Višič, dipl. m. s., glavna medicinska sestra Urgentnega centra, je predstavila aktivnosti medicinske sestre na področju urgentne in endoskopske dejavnosti in seveda tudi pomembno pridobitev za oskrbo pacientov, to je nov Urgentni center v Splošni bolnišnici Jesenice.

Glavna medicinska sestra kirurškega oddelka ga. Zorica Panič, dipl. m. s., je prisotne motivirala s predstavitvijo aktivnosti zdravstvene nege kirurškega pacienta.

Naloge medicinske sestre v zobni ambulanti je na zanimiv način dijakinjam in dijakom približala ga. Tadeja Divjak, srednja medicinska sestra.

Ob koncu predstavitve se je razvila diskusija, kjer so dijakinje in dijaki imeli možnost pridobiti še dodatne informacije. V dneh po dogodku so nam učitelji posredovali zahvalo dijakov in pozitivne odzive na vsebine, ki so jih poslušali. Poudarili so, da so mnoga področja v zdravstveni negi prvič podrobneje spoznali.

Dogodek se je za goste in učitelje Srednje šole Jesenice zaključil s prijetnim druženjem ob pogostitvi. Tem za pogovor nam ni manjkalo, saj so zdravstvene ustanove in Srednja šola Jesenice tesno povezani v izvajanju praktičnega pouka in praktičnega usposabljanja z delom. ■

Evropski dan ozaveščanja o srčnem popuščanju: zdravstvenovzgojna stojnica študentov zdravstvene nege

Dejan Branc, doc. dr. Andreja Kvas

V času od 6. do 8. 5. 2016 so potekali Evropski dnevi ozaveščanja o srčnem popuščanju. Namen Evropskega dneva ozaveščanja o srčnem popuščanju je seznanitev čim večjega števila ljudi s to boleznijo, njenimi znaki ter pomembnostjo zgodnjega odkrivanja in zdravljenja. Akciji smo se 7. 5. 2016 pridružili tudi študenti 2. letnika izrednega študija iz Oddelka za zdravstveno nego, Zdravstvene fakultete Ljubljana. Pod mentorstvom doc. dr. Andreje Kvas smo pripravili zdravstvenovzgojno stojnico na Viču ob Poti spominov in tovarištva (PST), kjer smo pohodnikom 60. pohoda Pot ob žici merili krvni tlak, določali raven glukoze v krvi, seznanjali pohodnike o srčnem popuščanju in jim delili zloženke.



Celotna skupna študentov, ki je izvedla zdravstvenovzgojno stojnico

Udeležence pohoda smo seznanjali s tem, da je srčno popuščanje resno obolenje, ki prizadene vedno več ljudi. V Sloveniji je okoli 30.000 bolnikov s srčnim popuščanjem in okoli tretjina jih nima postavljene diagnoze, zato tudi nimajo ustreznega zdravljenja. Srčno popuščanje je bolezensko stanje, pri katerem je zaradi neustreznega delovanja srca minutni volumen, kljub normalnemu polnitvenemu tlaku, premajhen za presnovne potrebe tkiv ali pa je zadosten samo ob zvišanju polnilnega tlaka srca. Klinično je srčno popuščanje sindrom, ki ga sestavljajo simptomi in znaki: dispnea, ortopnea, nočna paroksizmalna dispnea, noči kašelj, motnje/težave s spanjem, utrujenost, zmanjšana telesna zmogljivost, periferno otekanje, izguba teka.

Priprave na zdravstvenovzgojno stojnico so potekale v kabinetu za zdravstveno vzgojo, kjer smo skupina študentov zdravstvene nege staknili glave in z dobrimi idejami, predlogi ter s pomočjo strokovne literature, izdelali plakate ter zloženke na temo: Zdrav življenjski slog –

Gibanje pri srčnem popuščanju, Prehrana pri srčnem popuščanju in Vpliv arterijske hipertenzije in povišanega krvnega sladkorja na srčno popuščanje.

Letošnja zdravstvenovzgojna stojnica je bila posebna v vseh pogledih. Nekoliko odmaknjeno od kontrolne točke na Viču v Ljubljani, kjer so pohodniki ob PST dobili spominski žig, smo se študenti z mentorico zbrali ob 7. uri zjutraj ter postavili edinstveno ekološko ter naravi prijazno stojnico iz palet (ki smo jih našli na bližnjem gradbišču). Pod krošnjo drevesa, tik ob PST, obsijani z jutranjim soncem, smo z navdušenjem pripravili ves potrebni zdravstvenovzgojni material (zloženke, plakate, anketne vprašalnike, merilnike krvnega tlaka ter krvnega sladkorja ter material za odvzem krvi) in začeli s svojim delom. Vsi sodelujoči študenti in mentorica smo bili oblečeni v oranžne majice z logotipom Združenja kardiologov Slovenije – Delovne skupine za srčno popuščanje in Zdravstvene fakultete in bili tako že na daleč opaženi s strani pohodnikov. Pohodniki so se preko celega dneva



Foto: Dejan Branc

Skupina študentov na zdravstvenovzgojni stojnici

množično ustavljali in bili deležni našega zdravstvenovzgojnega dela.

Vsakega pohodnika smo študenti obravnavali individualno (individualno svetovanje in izvedba meritev), saj vemo, da se vsi ljudje ne učijo enako hitro ter vsi ne sprejemajo odgovornosti za ohranjanje, skrb in krepitev zdravja.

Nemalo mimoidočih se je spontano ustavilo, kljub naglici in glavnemu cilju – prehoditi PST, in si dalo izmeriti krvni tlak, določiti raven glukoze v krvi ter se prepustilo našim nasvetom. Poučili smo jih o normalnih vrednostih krvnega tlaka in glukoze v krvi, jim zapisali izmerjene vrednosti v našo zloženko, jim odgovorili na številna vprašanja in dileme o odstopanjih pri meritvah, jim predstavili srčno popuščanje ter jim dali jasne napotke o skrbi za dobro počutje, zdravo in uravnoteženo prehrano ter primerno telesno dejavnost. Nekateri pohodniki so si vzeli še nekaj dodatnih minut in izpolnili kratek anketni vprašalnik, ki ga je pripravila Delovna skupina za srčno popuščanje, si v miru ogledali naše plakate ter vzeli nekaj informativnih zloženek s seboj. V pogovoru s pohodniki smo ugotovili, da nekateri dobro poznajo dejavnike tveganja in se zavedajo pomembnosti takojšnjega zdravljenja srčnega popuščanja.

Prizorišče spominskega pohoda smo študenti v poznih popoldanskih urah zapustili z dobrim občutkom, da smo naredili nekaj dobrega za pohodnike. Veseli smo, da smo lahko pohodnike motivirali, da bodo še bolj skrbeli za svoje zdravje, bodo pozorni na vse spremembe v počutju, se znali dobro opazovati in poiskati zdravniško pomoč, ko je to potrebno. ■

Šolski radio na Srednji zdravstveni šoli Celje ob mednarodnem dnevu medicinskih sester

Mirjam Marguč, Anamarija Vrhovec



Anamarija Vrhovec in Mirjam Marguč z gostjo Tomislavo Kordiš ter dijakinja Blažko Požun in Mirno Jurkič

12. maj – mednarodni dan medicinskih sester, dan, ko praznujemo vsi, ki smo se zapisali zdravstveni negi. Ob tej priložnosti smo na šolskem radiu gostili go. Tomislavo Kordiš, predsednico društva medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Celje, patronažno medicinsko sestro, katere strokovno delo pa obsega še številne druge strokovne aktivnosti, zlasti na področju preventivne zdravstvene nege. Z nami je delila svoje bogate strokovne izkušnje in izpostavila pomen empatičnega in profesionalnega odnosa do pacientov. Ko smo jo vprašali, kako ji vse to uspeva, nam je povedala, da jo pri delu vodi pozitivna življenjska naravnost, pripadnost poklicu in človečnost v odnosu do ljudi. Ponosna sem, da sem medicinska sestra, je med drugim poudarila. ■





UTRIP	VSI AVTOMOBILI PODJETJA	KIRURGIJA S POMOČJO MIKROSKOPA	FRANČEK RUDOLF	METLA ZA BIVALNE PROSTORE	OBOJBNA GREDECA ZA ROŽE	DEŽNA JAKNA S KAPUČO
ANTIČNI GLINASTI VRC						
PRENOS DENARJA NA DRUGO POSTAVKO	10					1
TONE KUNTNER			MESTO V ANGOLI VOJAK ELITNE ENOTE			
IGRALEC NA CERKVENO GLASBILLO			11			
SODNO TELO PO-ROTNEGA SODIŠČA						
ROMAN WOLEJA SOYNKE				ANDREJ KAROLI GREGOR MENDEL		
BOKSAR-SKO BORISČE					DREVO-RED	SAMEC OBVODNE PTICE
AVTOR: MARKO DREŠČEK	GLISTAVOST Z ASKARIDO	BIVŠA NEMSKA SMUČARKA (KATJA)	SNOV, MATERIJA	OZNAKA ZA RHODE ISLAND	LEVI PRITOK DONAVE V ROMUNJI	KMEČKA OBDELovalna Površina
VESOLJEČ, KOZMONAVT						
ROSSINIJEVA OPERA					3	
KOREJSKI AVTO	14			JOSIP BROZ ? DRAMA MIROSLAVA KRLEŽE		
PISATELJICA ŠIROVNIK					JELEN Z ZAVITIMI ROGOVI GORLJIV PLIN	
RAFKO IRGOLIC			ANGLEŠKI PEVEČ (CHRIS) PESNICA NOVI			PESEM ZA ENEGA PEVCA
BOMBAŽNA TKANINA ZA BLAZINE			6			LASTNOST SKESANEGA IGRALEC (GAŠPER)
ŽENSKA, KI NOVACI LJUDI V POLITIKO						
ZELENO BARVELO	9					5
						NAMEN, NAČRT
ALEKSANDRIJSKI VERSKI REFORMATOR					NAŠ NEKDANJI VESLAČ (IZTOK)	13
						IVAN SIVEC
						PESEM FRANCETA PREŠERNA
						12

OZNAČE- NE ČRKE RAZPORE- DITE V LIK	1	2	3	4	5	6	3	7	8	9	2
	10	2	7	8	11	2	12	2	6	13	14

Mamice že od prvega vdiha malčku naredijo veliko uslugo, če ga negujejo z izdelki to.to. Svojo nežnost in skrb z njimi še okrepijo, saj so narejeni iz naravnih materialov in dermatološko testirani.

Z izbiro blagovne znamke to.to in vstopom živahne oranžne barve v življenje novega družinskega člana bo nega dojenčka premišljena, zanesljiva in predvsem zelo varna.

Pravilne rešitve - geslo nagradne križanke nam posredujte do 20. julija na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana ali po e-pošti na naslov clanarina@zbornica-zveza.si in izžrebali bomo 5 nagradiencev.

Med pravnimi rešitvami bomo izžrebali 5 nagrad, ki jih prispeva Tosama d. o. o. Vrednost dveh prvih nagrad predstavlja storitev ali izdelek v okvirni vrednosti 30,00 evrov za posamezno nagrado, vrednost dveh drugih nagrad predstavlja storitev ali izdelek v okvirni vrednosti 20,00 evrov za posamezno nagrado, vrednost tretje nagrade pa predstavlja storitev ali izdelek v okvirni vrednosti 10,00 evrov.

Plastic - fantastic - ko je hrana kriva za nekaj, za kar ne more biti

Jože Lavrinec

Ob iskanju poletne teme sem nehotе prislulnil sedaj že pokojnemu pevcu Michaelu Jacksonu in seveda ideja za temo je bila tu. Poletje je idealen čas za obravnavo nečesa tako vse prisotnega, tako običajnega, tako razširjenega, kakor so ftalati. In ne, ftalati niso sestavina hrane. Le z nekaterimi vrstami hrane so zelo povezani.

Za tiste, ki jih bega vprašanje, kaj ftalati sploh so, najprej hiter (vir: Wikipedija) pregled. Ftalati so večja skupina kemičnih snovi, ki jim je skupno to, da so estri ftalne kisline in alifatskih alkoholov. V kemični industriji te zelo hlapne tekočine dodajajo kot topilo številnim polimerom, ali pa jih uporabljajo kot mehčala oz. plastifikatorje. Čeprav slednje daje slutnjo, da jih uporablja predvsem industrija plastičnih mas, ni tako. Zelo so uporabni tudi v industriji barv in parfumov.

Vsake toliko časa »dobro obveščeni uporabniki« začno biti plat zvona ter glasno opozarjati na nevarnost pred uživanjem konzervirane hrane, pijače iz PET embalaže ter uporabo slabih in neakovostnih stekleničk za hranjenje dojenčkov, kar vse negativno vpliva na zdravje naših otrok, saj ftalati v človeškem organizmu učinkujejo kot motilci spolnih hormonov. Mlade mamice so seveda zaskrbljene ter vespovsod sprašujejo »kako naj zaščitijo svoje malčke? Če bi le vedele! ...

Zgodba o ftalatih je zanimiva in je pravi spomenik človeške neumnosti. Zakaj tako? Le počasi, vse se obrača, vse se plača ... in pride čas, tudi za ta podatek.

Stroka je glede ftalatov vsaj pri nekaterih stvareh povsem enotna. Konec koncev ima zato tudi temelje. Različne epidemiološke raziskave absolutno potrjujejo, da izpostavljenost ploda in novorojenčkov moti normalen razvoj. Dvoma ni! Prenatalna izpostavljenost ftalom bo imela za posledico večje tveganje za nastanek večje anogenitalne razdalje ter manjšim penisom pri novorojenih dečkih. Ravno tako bo pri teh dečkih v njihovem kasnejšem življenjskem obdobju večja verjetnost za slabše nastajanje spermatoocitov in s tem slabšo plodnost. Po drugi strani pa bodo ftalom izpostavljene deklice hitreje spolno dozorevale, njihova puberteta bo verjetno zgodnejša. Tako se v sodobnem času, v industrijsko razvitih deželah puberteta deklic zlahka začne že v osmem letu starosti.

Pri raziskovanju škodljivosti ftalatov so Kitajci naredili korak naprej. Kitajska je dežela s pospešeno industrializacijo, kjer sta zaščita okolja in delavcev nekoliko v ozadju. Tam so ugotovili precej nižjo koncentracijo testosterona pri moških, ki delajo v okolju, onesnaženem s ftalati. In seveda so lahko takoj povezali še nekaj prej zamolčanih resnic: več ftalatov v organizmu – nižji testosteron – manjši libido in manjše število spermatoocitov. Vse skupaj je bila skoraj voda na mlin politiki »enega otroka« ...

Določanje ftalatov v organizmu je sorazmerno enostavno in neinvazivno. Dovolj je določiti prisotnost in koncentracijo njihovih presnovkov v seču. Več bo ftalatih presnovkov v seču, nižji bo nivo testosterona. No, da, dokazi o vpletenosti ftalatov so tako resda samo posredni. Neposrednih dokazov o njihovi škodljivosti skorajda ni. Ker pač ne bi bilo praktično, še manj pa etično preiskovance ne

posredno obremeniti s ftalati in na njih opravljati kakšne mehanicistične raziskave. Tako pač ne gre. Po bolj konkretnih potrditvah o škodljivosti ftalatov je zato treba oditi v svet poskusov na živalih. Tako so na podganah neposredno dokazali, da ftalati zavirajo nastanek spolnega hormona v modih. Tam dvoma ni! Vendar se človek vseeno precej razlikuje tako anatomsko kakor fiziološko od podgan. No, da, verjetno ne prav dosti. Leta 2012 so podobno dokazali tudi na človeku. Dobro, ni sleherna doza absolutno problematična. Vse je odvisno od trajanja in količine ... Točno koliko časa in koliko ftalatov natančno je potrebno, da število spermatoocitov pri moškem upade v problematično (ali za nekatere varno) neplodnost? Da, to so pa vprašanja, ki še vedno nimajo pravega odgovora.

In ne, nič ne bo od potencialne moške kontracepcije. Hormonalne motnje, ki jih ftalati povzročajo, so krive za večje tveganje razvoja nekaterih vrst rakastih obolenj. In ne, nič ne bo od potencialne moške kontracepcije. Hormonalne motnje, ki jih ftalati povzročajo, so krive za večje tveganje razvoja nekaterih vrst rakastih obolenj. In ne, nič ne bo od potencialne moške kontracepcije. Hormonalne motnje, ki jih ftalati povzročajo, so krive za večje tveganje razvoja nekaterih vrst rakastih obolenj.

Embalaža kot morebitni vir zdravju nevarnih ftalatov? Na slehernem koraku je tega dovolj. Vse, prav vse sodobna prehranska industrija že tlači v različno plastiko, plastificiran karton ali z lakom prevlečeno pločevino. V takšni, povsem nenaravni ovojnini so hrana in razni napitki varno shranjeni do zaužitja. Varno? Nak, nič kaj prijetno ni takole razmišljati! Na srečo res varno! Številne raziskave potrjujejo, da embalaža sama po sebi, potem, ko je narejena, ni vir ftalatov, čeprav jih vsebuje. Pardon, ni omembe vreden vir ftalatov. Pod določenimi pogoji se v stiku s kislinami in maščobami nekaj ftalatov le sprostijo v hrano. Toda količine, ki se tako sproščajo tudi v daljšem časovnem obdobju, niso problematične. Le kako potem ftalati zaidejo v človekovo telo?

V zadnjem času imamo na razpolago dve dobri raziskavi o vplivu prehranjevanja na nivo ftalatov v organizmu. Pri prvi so preverjali prisotnost ftalatih presnovkov ob začetku in ob zaključku 48 urnega strogoga posta ob vodi. Rezultat je presenetljivo presenetljiv. Po zaključku postenja je bila koncentracija ftalatov komaj zaznavna! Zagovorniki posta si lahko veselo manejo roke. 48 ur postenja in telo se praktično razstrupi- ftalatov v organizmu ni več! Korejci so preiskavo nekoliko spremenili in jo dopolnili. Večjo skupino preiskovancev so zaprli v budistični samostan, jim na vsaki dve uri merili prisotnost ftalatov ter ob nadzorovani vegetarijanski prehrani skrbno beležili vse, prav vse njihove aktivnosti. Tukaj pa so dejansko naleteli na presenetljive ugotovitve. Začetna visoka koncentraci-

ja ftalatov je ob vegetarijanski prehrani izredno hitro padla na manj kakor desetino začetne vrednosti, a narasla po tuširanju!! Kako prosim? Da, po tuširanju! Vendar samo pri osebah, ki so uporabljale parfimirane gele ter pri osebah, ki so uporabljale sredstva proti znojenu. Pri osebah, ki so uporabljali navadno nevtralno milo, porasta ftalatov niso zapazili. Natanko tako: po slehernem vegetarijanskem obroku je koncentracija ftalatov hitro upadla in po sleherni uporabi kozmetičnih sredstev ponovno hitro narasla. Se moramo ftalatom iz kozmetičnih pripomočkov tudi zahvaliti za vse večjo razširjenost atopičnega dermatitisa pri malčkih? Nekaj raziskav na to temo že izteguje svoje lovke. Čeprav še ni absolutnih potrditev, so verjetnosti za kaj podobnega precej velike.

Žal, raziskav, ki bi ugotavljale, kakšen vpliv ima običajna mešana prehrana ali celo samo mesna prehrana na nivo ftalatov žal (še) ni. Za zdaj vemo le, da vegetarijanski obrok ali pa postenje povzroči hiter padec koncentracije ftalatov. Ta informacija ni ravno popolna, je pa koristna. In še bolj je koristno opozorilo, da so verjetno največjih obremenitev s ftalati kriva ne samo industrijska onesnaženja, temveč tudi drugi viri, ne pa tudi pločevinke in plastenke s hrano in napitki.

Industrija je velik onesnaževalec. Za zaščito pred ftalati in zdravstvenimi težavami, ki jih lahko le-ti povzročijo, morajo (ali bi morali) delavci uporabljati ustrezna zaščitna sredstva. Toda izdelki, ki ftalate vsebujejo in nas morebiti zastrupljajo, so vse okoli, ne le v dosegu rok, lahko so veliko bližje. Videti je, da v naš organizem prodrejo ftalati preko kozmetike in igrac. Dva zanimiva segmenta, ki hočeš nočeš obremenjujeta tako otroke kakor odrasle. Na tem področju je zakonodaja, čeprav bi morala ščititi potrošnika, zelo medla in nedorečena. Postavljene so zahteve o kakovosti plastike, ki se uporablja kot ovojnina za prehranske izdelke, a vendar hrana ni glavni vir onesnaženja. Pri kozmetiki je vsaj kar se tiče ftalatov zakonodaja zelo medla in neprepričljiva. Že to, da na ovojnini ni potrebna navedba prisotnosti teh škodljivih snovi, veliko govori o neki nezainteresiranosti. Kupec se lahko orientira samo na podlagi navedbe, da je izdelek »parfumiran« ali »odišavljen«. Ob takšnem navajanju lahko sklepamo, da so v kozmetičnem sredstvu prisotni ftalati (ni pa nujno). Lepa tolažba, kajne? In tako je krog skoraj sklenjen. Zaskrbljenost mamic, da bodo njihovim malčki »zastrupljeni« z neljubimi motilci hormonov je hkrati nična in realna. Nična, kar se tiče tveganja vnosa ftalatov v otroški organizem s hrano; realna, kar se tiče vnosa ftalatov v otrokovo telo s kozmetičnimi sredstvi, ki jih mamica obilno uporablja.

Ah, da. Še en vir vnosa ftalatov v človeški organizem je. Otroške igrčke (ki jih malček pogosto nosi v usta ter se slja ali grizlja) vsebujejo kar veliko ftalatov, bolj, ko je plastična igrčka prožna in mehka, večji delež ftalatov vsebuje. Sicer se nekatere potrošniške organizacije trudijo, opravljajo nadzore in zahtevajo odpoklice. A kaj, ko je igrčka kupljena in v uporabi, je pač kupljena in v uporabi. Nihče pa ne dela nadzorov in nihče ne zahteva odpoklica za igrčke, ki jih uporabljajo odrasli v svojih igracih. Nekateri igrčke za intimno rabo lahko vsebujejo tudi do 70 % ftalatov (mišljeni so % teže plastičnega dela izdelka) in nekateri lubrikanti, predvsem tisti na oljni osnovi lahko

obogatijo uporabnika z enormno dozo ftalatov. Kakšna ironija, pripomočki za spodbujanje in potešitev libida lahko na koncu libido povsem zatolčejo.

Ftalati so torej prepleteni z našim življenjem. In prehrana je tu bolj naključno vpletena. Ne toliko kot vir teh neželenih motilcev hormonov, ampak preprosto samo zato, ker brez nje ne moremo. Tudi ugodne raziskave o vplivu postenja in vegetarijanske prehrane so verjetno bolj naključne, že zato, ker ne vemo, kako se obnašajo ftalati po zaužitju mešane ali mesne prehrane. Vemo le, da se lepše topijo v maščobah ... ■

Uporabljeni viri:

M L North, T K Takaro, M L Diamond, A K Ellis. Effects of phthalates on the development and expression of allergic disease and asthma. *Ann Allergy Asthma Immunol.* 2014 Jun;112(6):496-502.

N H Nilsson, B Malmgren-Hansen, N Berth, E Pedersen, K Pommer. Survey and health assessment of chemicals substances in sex toys. *Survey of Chemical Substances in Consumer Products*, No. 77 2006.

K JI, Y L Kho, Y Park, K Choi. Influence of a five-day vegetarian diet on urinary levels of antibiotics and phthalate metabolites: a pilot study with "Temple Stay" participants. *Environ Res.* 2010 May;110(4):375-82.

H C Erythropel, M M Aric, J A Nicell, R L Leask, V Yargeau. Leaching of the plasticizer di(2-ethylhexyl)phthalate (DEHP) from plastic containers and the question of human exposure. *Appl Microbiol Biotechnol.* 2014 Dec;98(24):9967-81.

E S Barrett, L E Parlett, C Wang, E Z Drobnis, J B Redmon, S H Swan. Environmental exposure to di-2-ethylhexyl phthalate is associated with low interest in sexual activity in premenopausal women. *Horm Behav.* 2014 Nov;66(5):787-92.

J T Brophy, M M Keith, A Watterson, R Park, M Gilbertson, E Matlick-Tynadale, M Beck, H Abu-Zahra, K Schneider, A Reinhartz, R Dematteo, I Luginah. Breast cancer risk in relation to occupations with exposure to carcinogens and endocrine disruptors: a Canadian case-control study. *Environ Health.* 2012 Nov 19;11:87.

J M Braun, S Sathyanarayana, R Hauser. Phthalate exposure and children's health. *Curr Opin Pediatr.* 2013 Apr;25(2):247-54.

F P Chen, M H Chien. Lower concentrations of phthalates induce proliferation in human breast cancer cells. *Climacteric.* 2014 Aug;17(4):377-84.

C Desdoits-Lethimonier, O Albert, B Le Bizet, E Perdu, D Zalko, F Courant, L Lesne, F Guille, N Dejuic-Rainsford, B Jegou. Human testis steroidogenesis is inhibited by phthalates. *Hum Reprod.* 2012 May;27(5):1451-9.

L P Bustamante-Montes, M A Hernandez-Valero, D Flores-Pimentel, M Garcia-Fabila, A Amaya-Chavez, D B Barr, V H Borja-Aburto. Prenatal exposure to phthalates is associated with decreased anogenital distance and penile size in male newborns. *J Dev Orig Health Dis.* 2013 Aug;4(4):300-6.

Ilez-Rojo, K K Ferguson, J M Lee, M Solano-Gonzalez, C Blank-Goldenberg, K E Peterson, J D Meeker. In utero and peripubertal exposure to phthalates and BPA in relation to female sexual maturation. *Environ Res.* 2014 Oct;134:233-41.

G Pan, T Kanaoka, M Yoshimura, S Zhang, P Wang, H Tsukino, K Inoue, H Nakazawa, S Tsugane, K Takahashi. Decreased serum free testosterone in workers exposed to high levels of di-n-butyl phthalate (DBP) and di-2-ethylhexyl phthalate (DEHP): a cross-sectional study in China. *Environ Health Perspect.* 2006 Nov;114(11):1643-8.

J D Meeker, A M Calafat, R Hauser. Urinary metabolites of di(2-ethylhexyl) phthalate are associated with decreased steroid hormone levels in adult men. *J Androl.* 2009 May-Jun;30(3):287-97.

B A Jonsson, J Richthoff, L Rylander, A Giwercman, L Hagmar. Urinary phthalate metabolites and biomarkers of reproductive function in young men. *Epidemiology.* 2005 Jul;16(4):487-93.

R T Mitchell, A J Childs, R A Anderson, S van den Driesche, P T Saunders, C McKinnell, W H Wallace, C J Kelnar, R M Sharpe. Do phthalates affect steroidogenesis by the human fetal testis? Exposure of human fetal testis xenografts to di-n-butyl phthalate. *J Clin Endocrinol Metab.* 2012 Mar;97(3):E341-8.

H M Koch, M Lorber, K L Christensen, C Palmke, S Koslitz, T Bruning. Identifying sources of phthalate exposure with human biomonitoring: results of a 48h fasting study with urine collection and personal activity patterns. *Int J Hyg Environ Health.* 2013 Nov;216(6):672-81.

Ko medicinska sestra potrebuje medicinsko sestro ...

Lejla Lampret Goševac

Nosečnost ni bolezen, a zame je na neki način bila. V 22. tednu se je pojavila preeklampsija, stanje se je slabšalo, otrok je že zaostajal v rasti in v 28. tednu je bilo v dveh urah odločeno - otrok se mora čim prej roditi. Šok, strah, kako bo s 3 mesece prej rojeno hčerkico me je popolnoma prevzel in solze so stekle.

O tem kaj bi se lahko dogajalo z menoj, nisem razmišljala. V porodni blok me je pospremila medicinska sestra Marija iz 4. nadstropja, predala me je babici, njune prijazne besede in nasmeh so me spodbudile k pozitivizmu in tako sem korajžno zakorakala v porodno sobo moji »največji avanturi« naproti. Ker mi niso uspeli izvesti spinalne anestezije, so mi carski rez opravili v splošni anesteziji. Zaspala sem pomirjena in sproščena. Ko sem se zbudila, zmedena, pravzaprav sem prve minute »pozabila«, da je za mano porod sem začela opazovati prostor in dojela, da je carski rez za mano – pred seboj sem zagledala intubiranega moškega. Nisem razumela, kako je mogoče, da v porodnišnici ležijo moški. V istem trenutku sem dojela tudi, da sem tudi sama intubirana. Po nekaj minutah so me ekstubirali in mi pojasnili situacijo. Rodila se je moja Zarja, majceno in drobceno bitje, 34 cm in 740 g. Sprejeta je bila na enoto za intenzivno nego in terapijo novorojencev. Že ob rojstvu je pokazala, da je prava borka, njeno stanje je bilo resno, tako kot se pritiče tako zgodaj rojenemu otroku, a brez hudih zapletov. Med porodom je prišlo do atonije maternice in masovne krvavitve, ki so jo uspešno zaustavili in me z aplikacijo krvnih pripravkov rešili, do naslednjega zapleta – pljučnega edema, zaradi katerega so me premestili v intenzivno terapijo kirurške klinike. Čeprav sem na tem oddelku ostala le nekaj ur po tem, ko so me prebudili, so bile sestre zelo prijazne in uslužne. Prišel je čas za premestitev na enoto intenzivne nege KO za ginekologijo, kjer sem ostala 24 ur. To je bilo najtežje obdobje moje hospitalizacije. Tresla sem se, še zmeraj sem nekoliko težko dihala in prejemala kisik, imela sem urinski kateter, še vedno so bili prisotni edemi in povišan krvni tlak. Težko sem se sploh premaknila v postelji in tudi tam sem bila deležna odlične zdravstvene nege in zelo lepega odnosa medicinskih sester. Tretji dan po porodu sem se končno vrnila v porodnišnico, na enoto za intenzivno nego in terapijo, kjer sem ostala še 10 dni. Tudi na tem oddelku so medicinske sestre res lepo skrbale zame, stanje se je začelo vidno izboljševati, tudi z njihovo pomočjo in spodbudo. Odločena sem bila, da se čim prej postavim na noge in začnem sama spet skrbeti zase. Želela sem si, da bi obiski pri Zarji trajali več kot pet minut in nikakor več na vozičku. V nekaj dneh sem lahko že sama odšla v laktarij, kjer sem črpala mleko in tudi na obisk k otroku. V tistih dneh je bil to zame dosežek, ki sem ga bila zelo vesela, čeprav je samostojnost v osnovnih življenjskih aktivnostih nekaj samoumevnega v vsakdanjem življenju, ko je človek zdrav. Prišel je dan odhoda domov, ki sem ga doživljala z mešanimi občutki – veselje in sreča, da se bom vrnila domov k svojim najdražjim, posebej možu in starejši hčerki in žalost, ker sem v bolnišnici puščala Zarjo.

Medtem ko sem v avli čakala na moža, da me odpelje, sem edina od odpuščenih mamic stavbo zapuščala samo s torbo ... V tej moji izkušnji sem pravzaprav dojela in razumela bolnike, kako težko je biti kar naenkrat odvisen od drugih – kako neprijetno je, ko te umivajo, ko ne moreš na stranišče, ti morajo hrano prinesiti v posteljo in moreš za skoraj vse pozvoniti. A postalo mi je jasno, kako je delo medicinske sestre pomembno in nepogrešljivo ter kakšno izjemno moč ima prijazen odnos, lepa beseda in nasmeh. Naš poklic je resnično plemeniti in na to moramo biti ponosne drage kolegice in kolegi! Ker zadnje čase medicinske sestre pridemo na prve strani časopisov in na TV zasloni zaradi plač ali različnih problematik, sem hotela predstaviti svojo izkušnjo in javno pohvaliti vse medicinske sestre, s katerimi sem prišla v stik ob tej izkušnji in naj poudarim, da jih večina med njimi ni vedela, da sem tudi sama medicinska sestra. V meni so pustile prijeten pečat in hvaležna jim bom za vselej. Zato bi se rada zahvalila vsem medicinskim sestram: Ginekološkega oddelka Splošne bolnišnice Nova Gorica, Oddelka za patološko nosečnost in Laktarija Porodnišnice Lj, Enote intenzivne terapije KO za anestezijo in intenzivno terapijo operativnih strok UKC Lj, enote intenzivne nege KO za ginekologijo UKC Lj in Enote intenzivne nege Porodnišnice Lj. Zarja je prišla domov po dveh mesecih, do takrat pa so zanjo skrbale medicinske sestre Enot za intenzivno nego in terapijo novorojencev Porodnišnice Lj in Odseka za nedonošenčke in bolne novorojenčke Splošne bolnišnice Nova Gorica. Navsezadnje pa še pohvala mojim sodelavkam Zavoda Republike Slovenije za transfuzijsko medicino, ki so mi pripravile življenjsko tekočino, brez katere danes ne bi pisala tega prispevka.

»Tako hitro, nepričakovano, dete malo v naročje je prišlo, mila in čista kot pomlad. Jutranja Zarja sonce je postala, ki z žarki boža mi srce.« ■

Nagradna križanka TOSAMA d.o.o.

Nagrajenke nagradne križanke Tosama d.o.o. iz majske številke Utripa so:

1. Nuša Dolničar, 8295 Tržišče
 2. Danijela Bizjak, 5242 Grahovo ob Bači
 3. Barbara Ramšak, 3270 Laško
 4. Simona Balanč Uršič, 1241 Kamnik
 5. Ema Gale, 1261 Ljubljana – Dobrunje
- Geslo – pravilna rešitev majske križanke se glasi:
Tamponi in krema s probiotiki
 Nagrade prihajajo po pošti

TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA	TEMA SREČANJA
STROKOVNI KLINIČNI VEČER V JUNIJU	ZDRAVSTVENA VZGOJA IN PROMOCIJA ZDRAVJA – KJE SMO?	5.ENDOKRINOLOŠKI KONGRES ZDRAVSTVENE NEGE "Razvoj znanja je nenehno napredovanje proti cilju, čeprav se ves čas izmika!"
Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija	Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija
Četrtek, 9. 6. 2016, ob 16. uri v veliki predavalnici stolpnice Klinike za kirurgijo UKC Maribor (16. nadstropje), Ljubljanska ulica 5, 2000 Maribor	17. 6. 2016, Ljubljana	6.-8. 10. 2016, Portorož, Grand hotel Bernardin
Program izobraževanja	Program izobraževanja	Program izobraževanja
STRES - NUJA ALI DAVEK NA PRESTIŽ? Jasna Kordič Lašič, dr. med., spec. psihiater S PREHRANO NAD STRES, Mirjam Koler Huzjan, dipl. m. s., spec. klin. dietetik DUHOVNO RAVNOVESJE KOT KATEGORIJA ZDRAVJA, Danijela Pušnik, mag. zdr. nege	Program izobraževanja bo objavljen na spletni strani Zbornice - Zveze	Program izobraževanja je objavljen na spletni strani Zbornice-Zveze/Strokovna srečanja
Organizator 	Organizator 	Organizator 
Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor (DMSBZT Maribor)	Zbornica – Zveza Sekcija medicinskih sester in promociji zdravja in zdravstveni vzgoji	Zbornica - Zveza Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji
Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev	Kotizacija, nakazilo, število udeležencev
Strokovno izpopolnjevanje je za člane DMSBZT Maribor brezplačno, za člane drugih regijskih strokovnih društev znaša kotizacija 25 EUR, za nečlane Zbornice - Zveze 50 EUR (DDV je vključen v ceno). V ceno je vključena organizacija kliničnega strokovnega večera in potrdilo o udeležbi.	Kotizacija z DDV znaša za člane ZZBNS 95 EUR, za nečlane 190 EUR.	Kotizacija z vštetim DDV znaša 500 € (za člane Zbornice-zveze znaša kotizacija 250 €). Glede prijave, hotelske namestitve in plačila glej program objavljen na spletni strani Zbornice - Zveze.
Licenčne in pedagoške točke	Licenčne in pedagoške točke	Licenčne in pedagoške točke
Strokovno izobraževanje je v postopku vpisa v register strokovnih izpopolnjevanj Zbornice - Zveze Slovenije za leto 2016. Izobraževanje je v postopku pridobivanja LT.	Licenčne in pedagoške točke so v postopku pridobivanja	Vloga za pridobitev licenčnih in pedagoških točk za vpis strokovnega srečanja v register izobraževanj je bila oddana na Zbornico - Zvezo.
Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava	Dodatne informacije in prijava
Kotizacijo nakažete na TR DMSBZT Maribor, številka 0451 5000 0111 670, sklic 0010 pri Nova KBM d.d. Prijavo na strokovni klinični večer opravite na spletni strani društva www.dmsbzt-mb.si pod: PRIJAVA NA STROKOVNI KLINIČNI VEČER Vljudno vabljeni.	sekcijapzzv@gmail.com	Prijave sprejemamo preko e-prijavnice na spletni strani Zbornice - Zveze in na e-naslov: janaklavs@gmail.com . Dodatne informacije: Jana Klavs na tel.številk: 041/519-229



Srce in **duša**

Povezujemo najpomembnejše.

2016

Kongresni center St. Bernardin, Portorož
9. - 10. september 2016

www.edumedic.si

