



GLASILO ZBORNICE  
ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE  
NEGE SLOVENIJE – ZVEZE  
STROKOVNIH DRUŠTEV  
MEDICINSKIH SESTER,  
BABIČ IN ZDRAVSTVENIH  
TEHNIKOV SLOVENIJE

# UTRIP

XXX | 3

Junij, julij 2022

## Uvodnik

Nagovor predsednice  
Zbornice – Zveze, Monike Ažman  
ob mednarodnih dnevih babič in  
medicinskih sester

## Delo Zbornice – Zveze

Za nami je 18. Simpozij  
zdravstvene in babiške nege:  
Doprinos zdravstvene nege in  
babištva k trajnostnemu  
razvoju družbe

## Praznovali smo

Slavnostna akademija s  
podelitvijo najvišjih priznanj  
Zbornice – Zveze za leto 2022

Andreja Peternelj, prejemnica  
priznanja za življenjsko delo  
Angele Boškin

## Novice iz EFN

Strateški dokumenti o napredni  
zdravstveni negi



*Hvala vam,*

ZA VAŠE NEPRECENLJIVO ZNANJE IN  
NEIZMEREN TRUD, KI GA VLAGATE V SVOJE DELO.

**GLAVNA UREDNICA:**

Monika Ažman

**ODGOVORNA UREDNICA:**

Ksenija Pirš

**UREDNIŠKI ODBOR:**

Mag. Andreja Krajnc, Suzana Habot, Marjeta Berkopec, Anita Prelec, Irena Keršič

**STROKOVNA RECENZIJA:**

Anita Prelec

**LEKTORIRANJE:**

Jelica Žalig Grce

**NAKLADA:**

15.800 izvodov

**NASLOV UREDNIŠTVA:**

UTRIP, Ob železnici 30 a, Ljubljana

Tel. št.: 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

Tel. št.: 01 544 5480

F.: 01 544 5481

trzenje@zbornica-zveza.si

**OBLIKOVANJE IN PRIPRAVA  
ZA TISK:**

Barbara Kralj, PRELOM d. o. o.

www.prelom.si

**TISK:**

Salomon d. o. o.

**SPLETNA STRAN ZBORNICE –  
ZVEZE:**

www.zbornica-zveza.si

Utrip (online)

**ELEKTRONSKI NASLOV UTRIPA:**

utrip@zbornica-zveza.si

**SPREMEMBO SVOJIH OSEBNIH  
PODATKOV (naslov, priimek ...)****POŠLJITE NA NASLOV:**

clanarina@zbornica-zveza.si

ISSN 1581-3738

Revija izide 6-krat letno.

Datum izida: 5. 6. 2022

**Fotografije za naslovnico:***Slavnostna akademija s podelitvijo  
najvišjih priznanj Zbornice – Zveze  
za leto 2022**(Vir: arhiv Zbornice – Zveze)*

## USPEŠNO SMO ZAKLJUČILI 18. SIMPOZIJ ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE POD ČASTNIM POKROVITELJSTVOM PRESEDNIKA REPUBLIKE SLOVENIJE BORUTA PAHORJA

Letošnji naziv simpozija **PRISPEVEK ZDRAVSTVENE NEGE IN BABIŠTVA K TRAJNOSTNEMU RAZVOJU DRUŽBE** ima tako pomembno sporočilo, da smo med predavatelje povabili zares izbrane strokovnjake.

Kako pomemben segment skrbi za dobro vseh državljanov in državljanov sta v okviru zdravstvenega varstva prav zdravstvena nega in babištvo, je bilo vidno ravno zadnji dve leti pri spopadanju z epidemijo koronavirusne bolezni ne samo doma, ampak po vsem svetu. Tako medicinske sestre kot babice so bile in so še osnoven gradnik vseh aktivnosti v boju s to boleznijo. Ob vsem tem smo izkazale veliko pripravljenost, solidarnost, pa tudi hiter način prilagajanja novim načinom dela in osvajanja novi znanj.

Prav zato smo želeli z letošnjim simpozijem poudariti pomembnost novih spoznanj in dognanj, ki bodo vplivala tudi na procese v zdravstvu tako na strani pacientov kot tudi izvajalcev zdravstvenih storitev in se pri tem osredotočali na trajnostno naravnost. Bodisi da gre za prispevek posameznika bodisi celotne dejavnosti.

Zdravstveni strokovnjaki moramo prvi poleg trajnostnega zagovarjati tudi zeleni razvoj družbe, pri tem pa ne smemo zanemariti, kako velik onesnaževalec je zdravstvo. Poseben izziv bo tudi, kako trajnostno zagotoviti delovno silo ob sočasnem nadomeščanju le-te z vpeljavo robotov in telezdravstva.

Ob tej priložnosti se zahvaljujemo vsem predavateljem, ki ste z nami delili dragocena spoznanja, pa tudi 19 pokroviteljem, ki so se v zares velikem številu odzvali našemu povabilu, nam pripravili posebna darila in nas v odmorih pričakali na razstavnih prostorih. Hvala tudi 200 udeležencem največjega strokovnega srečanja v letu 2022.

Torej je simpozij odkrival nove dimenzije dojemanja prihodnosti in izražal čas sedanjosti.



*Takole je navzoče na slavnostni akademiji nagovorila predsednica Zbornice – Zveze ...*

»100 let  
napredka  
moderne  
babištva«

»Vlaganje v  
zdravstveno nego in  
spoštovanje pravic  
medicinskih sester za  
zagotovitev svetovnega  
zdravja«

## S P O Š T O V A N I ,

zares hvaležna in počaščena sem, da sem lahko nocoj v imenu strokovne stanovske organizacije Zbornice – Zveze vaša gostiteljica.

Predvsem zato, ker se želim v teh za zdravstveno in babiško nego prazničnih dni najprej iskreno zahvaliti vsem babicam in vsem medicinskim sestram, pa tudi vsem, ki z nami delate v negovalnih in zdravstvenih timih na vseh ravneh zdravstvenega in socialnega varstva.

Iskrena hvala za vso predanost, za vse znanje, profesionalnost, prilagodljivost in človečnost, iskrena hvala vsem, ki ste se v zadnjih dveh tako posebnih letih nesebično razdajali prav za vse prebivalce te lepe dežele.

Vse naštetu je samo še dodatno utrdilo naš položaj v družbi, verjamem, da tudi v zdravstvenem sistemu, vendar nas je vse to tudi dodatno izčrpalo.



»100 let napredka modernega babištva« se je glasil moto mednarodnega dneva babic. Kako ponosni in vznoseni smo lahko nad tem, da bomo naslednje leto praznovali že 270. obletnico začetka delovanja babiške šole na Slovenskem, kar nas uvršča med bolj napredne in razvite države sveta. To pa samo po sebi ni zagotovilo za priznavanje avtonomije poklica. Poklic babice je samostojen, reguliran poklic, enakopraven z drugimi poklici v zdravstvu in mora zaradi svoje pomembne vloge v zdravju žensk, v njihovem celotnem življenju, najti samostojno mesto v sodobnem slovenskem zdravstvenem varstvu.

Glas medicinskih sester: »**Vlaganje v zdravstveno nego in spoštovanje pravic medicinskih sester za zagotovitev svetovnega zdravja**« je geslo 28 milijonov medicinskih sester po vsem svetu.

*Vsemu svetu sporočamo, da je vlaganje v medicinske sestre – v naše znanje, vlaganje v napredek in svetovno zdravje ter v zagotovitev kakovostne in varne zdravstvene oskrbe pacientov.*

Vsaj dve desetletji dolga opozarjanja na spremenjene potrebe pacientov, na razvoj znanosti in medicine, ki ji morata slediti tudi zdravstvena nega in babištvo, ki se morata razvijati v smislu naprednih znanj, na zastarele standarde in normative, na nepoenočen informacijski sistem, ki dodatno v največji meri obremenjuje prav naši dve poklicni skupini, na težke delovne pogoje, ki jim sledijo odhodi v tujino in zapuščanje poklica, niso bili slišani tam, kjer bi morali biti – pri političnih odločevalcih. Res pa je, da se jih vsi zavedajo in hkrati vsakič znova zdravstvo postavljajo kot prioriteto vsake vlade, tudi te, ki se ji mandat izteka, in tudi te, ki bo z delom nastopila v naslednjem mesecu.

Večkrat se vprašam, ali morda naša poklicna skupina česa ne razume, ne dela prav? Vendar, spoštovane kolegice, spoštovani kolegi, vsakič znova dokažete, da ste profesionalni, solidarni in odgovorni zagovorniki pacientov in da ste z njimi in njihovimi svojci, ko vas ti najbolj potrebujejo. Prav to so tiste vrednote, ki bi jih v tem trenutku morali znati ceniti prav vsi in zaradi katerih bomo obstali ne samo kot posamezniki, ampak tudi kot družba.

Je že tako, da vse težke preizkušnje in izzivi vedno ponudijo tudi priložnosti. In tudi te vztrajno ponavljamo in če jih bomo vsi skupaj dovolj dosledno ponavljali, tega ne bo mogoče preslišati.

Brez jasno začrtane strategije razvoja zdravstvene in babiške nege za obdobje do leta 2030 si ne znamo predstavljati pravih strateških odločitev.

Sprejetje kadrovskih standardov in normativov je nujno zato, da bomo na osnovi pacientovih potreb ustrezno načrtovali in izobrazili tiste kadre, ki jih nujno potrebujemo za kakovostno in varno zdravstveno oskrbo.

Skrajni čas je, da se začnejo izvajati systemske aktivnosti, med katere sodi tudi povečanje števila vpisov v izobraževalne programe zdravstvene nege in babištva. A tudi tu ne za vsako ceno in v vsako slovensko vas, le tam, kjer za to obstajajo ustrezni prostorski, pedagoški in klinični pogoji ter strokovno usposobljeni kadri.

Če kdaj, potem bo prav v tem postpandenskem obdobju veliko pozornosti treba nameniti mladim – dijakom in študentom in jih spodbujati h kakovostnemu pridobivanju znanja in razvijanju stroke. Bolj kot kadarkoli doslej bo treba pripraviti nove diplomante za prevzemanje vlog v zdravstvenem sistemu in akademskem okolju. Naša skupna skrb in odgovornost morata biti usmerjeni v to, da bomo kader, ki ga izobrazimo in ki dokazuje odlično znanje, zadržali v Sloveniji in ne izobraževali za tuje trge.

Takoj je treba pristopiti k izvajanju specialnih znanj, specializacij oz. pridobivanju naprednih znanj s področja zdravstvene nege (kronične nenalezljive bolezni, duševno zdravje, urgentna stanja), ki bodo medicinskim sestram pa tudi bobicam širile kompetence in nudile poklicni razvoj, hkrati pa zdravstveni sistem naredile vzdržen in dostopen.

Tudi na slabe delovne pogoje opozarjamo že več desetletij. Ti so slabi tudi zaradi zamujenih priložnosti na področju skrbi za zaposlene, neprilagodljivosti zaposlovanja ter nepriznavanja socialne in ženske politike, saj prav ženske predstavljamo več kot 80 odstotkov vseh zaposlenih v zdravstveni in babiški negi.

*Posebno pozornost moramo nameniti tudi temu, kako v poklicu zadržati starejše zaposlene z velikimi znanja in bogatimi izkušnjami.*

Zavedam se, da je treba pripraviti posebne programe za pridobitev večšin vodenja in upravljanja, medicinske sestre in babice pa s temi znanji opolnomočiti in jim omogočiti, da zasedejo vodstvena delovna mesta in s tem zavestno prevzamejo tudi pripadajočo odgovornost.

Nujen je torej sprejem zakona o zdravstveni negi in babištvu, ki bo sistemsko in na zakonski ravni uredil področje in dal reguliranemu poklicu medicinske sestre in babice enakopraven položaj z drugimi reguliranimi poklici, kot so zdravnik, zobozdravnik in farmacevt, ki svoj zakon že imajo.

*Brez zadržkov in s profesionalno zadostnostjo vztrajamo tudi pri direktoratu za zdravstveno nego in babištvo ter mestu državne sekretarke (medicinske sestre) na Ministrstvu za zdravje.*

Ker je današnje srečanje morda celo zadnje uradno skupno srečanje z aktualnim ministrom za zdravje, dovolite, da osebno nagovorim tudi vas gospod Janez Poklukar. Glede na to, da sem več kot desetletje aktivno vpeta v regulacijo in razvoj našega poklica ter tako nehote spremljam delo in prepogoste menjave ministrov za zdravje, dovolite, da se vam na tem mestu najprej iskreno zahvalim za zares konstruktivno sodelovanje. Velika prednost za zdravstveno nego in babištvo je bilo vaše poznavanje razmer, zato nismo izgubljali dragocenega časa s predstavljanjem področij, potrebnih ukrepanja, temveč je čisto takoj stekla akcija. Držali ste se dogovora, da je treba za zadržanje medicinskih sester na bolnišnični ravni izboljšati plače. (Saj veste, še vedno niso konkurenčne, izboljšane pa so!) Pogodba za javna pooblastila je bila urejena, tako kot se spodobi, na začetku leta, kar se je zgodilo prvič. Komunikacija in dostopnost sta bili odprti in dajali občutek profesionalnega partnerstva. Grenak priokus so pustili le nesprejeti kadrovske standardi in normativi. Res pa je, da še nikoli doslej nismo na tem področju pripeljali števil (pa če govorimo o strokovnjakih, posteljah ali evrih) tako zelo daleč. Bili ste trd pogajalec, a tudi na strani stroke zdravstvene in babiške nege ni bilo popuščanja. Hvala za sodelovanje. Ker pa se vaša poklicna pot ne bo tako hitro zaključila, verjamem, da bomo v prihodnje še sodelovali.

Spoštovane in spoštovani, v teh dveh letih smo vsi skupaj večkrat dokazali, da skupaj zmoremo. Pa naj si bo to v študentskih odpravah prostovoljcev v izrednih razmerah, v katerih so se na začetku epidemije znašli predvsem socialnovarstveni zavodi, pa v medpoklicnem, celo medregijskem sodelovanju na covidnih oddelkih, do skupnih prizadevanj s socialnimi partnerji pri iskanju najboljših možnih socialnih in strokovnih rešitev.

Čeprav je danes prazničen dan, ne morem prezreti tragične nesreče v Kočevju. Iskreno želim, da se vse skupaj dobro izteče s kar najmanj žrtvami. In če že govorimo o žrtvah ...

V zadnjih dveh letih je tudi zaradi našega humanega poklica in neizmerne solidarnosti ugasnilo več kot tisoč življenj medicinskih sester po vsem svetu, preveč jih svoje življenje tega tudi nocoj na območju vojn, ki jih v tretjem tisočletju ne bi smelo biti – v Jemnu, Mjanmaru, Etiopiji, Afganistanu in nam najbližji Ukrajini. Ponosna sem, da smo neizmerno solidarnost do ukrajinskih kolegic in kolegov izkazali tudi v naši organizaciji in zbrali 25.000 € finančne pomoči, ki jo bomo predali v naslednjih dneh. Res hvala – skupaj zmoremo!

**Veselim se cilja nove vlade – ureditev zdravstva za vse.** Predvsem pa to razumem tudi kot vključitev vseh deležnikov. Saj veste tisto: »Nič o nas brez nas!« – in za tem trdno stojim! Stroka zdravstvene in babiške nege je pomemben del zdravstvenega varstva in mora sodelovati na vseh ravneh načrtovanja in odločanja v zdravstvenem sistemu.

Zagotavljam vam, da bo Zbornica – Zveza še naprej ščitila interese izvajalcev zdravstvene in babiške nege ter si prizadevala za boljše delovne pogoje, za več znanja za večji vložek v prvo in zadnjo medicinsko sestro, babico, tehnika zdravstvene nege in bolničarja-negovalca predvsem zato, da bomo lahko zagotavljali kakovostno in varno zdravstveno obravnavo pacientov ter varnost vsem izvajalcem.

**Globok priklon pa nocoj vsem vam, prejemniki najvišjega priznanja zlati znak in spoštovana gospa Andreja Peternelj, prejemnica priznanja Angele Boškin za življenjsko delo, za vaš prispevek k razvoju zdravstvene in babiške nege, za vaše neprecenljivo znanje in neizmeren trud, ki ga vlagate v svoje delo.**

*Hvala vam, kolegice in kolegi, ki soustvarjate, izobražujete in sodelujete z medicinskimi sestrami in babicami, in neizmerno spoštovanje vsem tistim, ki prav v tem trenutku na svojih delovnih mestih morda porajate novo življenje, se na drugem koncu borite zanj in spremljate nekoga, ki se poslavlja s tega prečudovitega sveta. Zahvala tudi vsem vašim bližnjim, vašim družinam, ki zelo pomembno prispevajo k temu, da lahko usklajujete svoje osebno in to zelo plemenito poklicno življenje.*

2

ZA NAMI JE 18. SIMPOZIJ ZDRAVSTVENE IN  
BABIŠKE NEGE: DOPRINOS ZDRAVSTVENE  
NEGE IN BABIŠTVA K TRAJNOSTNEMU  
RAZVOJU DRUŽBE



3

NAGOVOR PREDSEDNICE  
ZBORNICE – ZVEZE, MONIKE  
AŽMAN OB MEDNARODNIH  
DNEVIH BABIC IN MEDICINSKIH  
SESTER

16

ČESTITKE PRVI MEDICINSKI SESTRI  
ALEKSANDRI LAH TOPOLŠEK K  
IMENOVANJU ZA DRŽAVNO SEKRETARKO  
NA MINISTRSTVU ZA ZDRAVJE

26

SLAVNOSTNA AKADEMIJA  
S PODELITVIJO  
NAJVIŠJIH PRIZNANJ  
ZBORNICE – ZVEZE ZA  
LETO 2022

# UTRIP

20

STRATEŠKI DOKUMENTI EFN O NAPREDNI  
ZDRAVSTVENI NEGI, PRIDOBIVANJU IN  
OHRANJANJU ODPORNE DELOVNE SILE V  
ZDRAVSTVENI NEGI IN ZDRAVSTVENI NEGI  
ZA NAŠE ZDRAVJE IN ZDRAVJE PLANETA V  
EVROPSKI UNIJI IN EVROPI

28

ANDREJA PERNELJ,  
PREJEMNICA PRIZNANJA ZA  
ŽIVLJENJSKO DELO ANGELE  
BOŠKIN

30

PRIZNANJA ZLATI ZNAK

109

ZAHVALA ZA DOLGOLETNO  
SODELOVANJE JOŽETA  
LAVRINCA, AVTORJA RUBRIKE,  
KI JE S SVOJIMI PRISPEVKI  
OBOGATIL ŽE 100 ŠTEVILK  
UTRIPA



**UVODNIK**

- 3 Nagovor predsednice Zbornice – Zveze ob mednarodnih dnevih babic in medicinskih sester

**DELO ZBORNICE – ZVEZE**

- 8 April, maj 2022
- 13 Obvestilo o razpisu volitev Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v onkologiji
- 14 Čestitke in zahvala Elizabeth Adams, predsednice EFN ob slovesnosti in 18. Simpoziju zdravstvene in babiške nege Slovenije
- 15 Zahvala Elizabeth Adams, predsednice EFN Sekciji študentov zdravstvene nege in babištva pri Zbornici – Zvezi
- 16 Čestitke prvi medicinski sestri Aleksandri Lah Topolšek k imenovanju za državno sekretarko na Ministrstvu za zdravje
- 17 Zahvala Rdečega križa Slovenije, Območne enote Ljubljana Sekciji študentov zdravstvene nege in babištva pri Zbornici – Zvezi
- 18 Mnenje Zbornice – Zveze o umetnih in lakiranih nohtih izvajalcev zdravstvene in babiške nege ter drugih zdravstvenih delavcev
- 19 Odmevi: 5. maj, mednarodni dan babic

**NOVICE IZ EFN**

- 20 Strateški dokument EFN o napredni zdravstveni negi v Evropski uniji
- 22 Strateški dokument EFN o pridobivanju in ohranjanju odporne delovne sile v zdravstveni negi v Evropski uniji in Evropi
- 24 Strateški dokument EFN o zdravstveni negi za naše zdravje in zdravje planeta

**PRAZNOVALI SMO**

- 26 Slavnostna akademija s podelitvijo najvišjih priznanj Zbornice – Zveze za leto 2022
- 28 Priznanje za življenjsko delo Angele Boškin
- 30 Priznanje zlati znak

**IZ ZGODOVINE**

- 34 Zaščitna sestra (sestra nudilja) in pisateljica Mara Husova
- 37 Oglad Vojaškega muzeja Tabor - Lokev
- 38 Razstava Zdravstvena nega v 20. stoletju v Zagrebu

**PREDSTAVLJAMO VAM**

- 40 Zaživela prva platforma za iskanje dela za upokojeince
- 42 Svetovni dan zdravja 2022 na Otoku ljubezni
- 44 Akutni mastoiditis – prikaz primera
- 47 Evropski tečaj oživljanja novorojenčkov (NLS)
- 48 Simbioza med mamo in dojenčkom

**PRIDOBIVAMO NOVA ZNANJA**

- 49 Novosti v babištvu
- 51 Novosti in znanje kot podlaga kirurški zdravstveni negi
- 53 Zofi & Florjan v Lipici ali implementacija nacionalnih priporočil o prehrani in telesni dejavnosti ob sladkorni bolezni tipa 2
- 55 Spolno zdravje kot del življenjskega sloga posameznika – si upamo ali je še vedno tabu tema?

- 57 Kritično bolan otrok
- 59 1. mednarodni SeneCura simpozij kakovosti zdravstvene nege

**IZ DRUŠTEV**

- 61 DMSBZT Ljubljana: Podelitev priznanj Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana za leto 2021
- 65 DMSBZT Ljubljana: Predavanje o transplantaciji
- 66 DMSBZT Ljubljana: Besednica
- 67 DMSBZT Ljubljana: Spoznavanje posebnosti kraja Šmarje pri Jelšah
- 69 DMSBZT Ljubljana: Voden ogled Cukrarne
- 71 DMSBZT Maribor: Priznanje Zbornice – Zveze društvu, predsednici in pevskega zboru La Vita
- 72 DMSBZT Maribor: Zdravljenje neplodnosti
- 74 DMSBZT Maribor: Čudež
- 75 DMSBZT Maribor: Kakšne negovalne diagnoze bi izbrali za poklicno skupino medicinskih sester in orodja za več lahkotnosti
- 77 DMSBZT Maribor: Redni letni in volilni občni zbor društva
- 79 DMSBZT Maribor: Demolekularna manifestacija in molekularna demanifestacija in Izvorno polje za odstranjevanje in izkoreninjenje strupenih mešanice
- 81 DMSBZT Maribor: Maja smo se v okviru strokovnega kliničnega večera posvetili zdravju hrbtenice z ozaveščanjem čustev
- 82 DMSBZT Celje: Regijska proslava in podelitev srebrnih znakov zaslužnim članom
- 86 DMSBZT Celje: V objemu spominov in v naročju Triglavskega narodnega parka
- 88 DMSBZT Novo mesto: Pomladna druženja v Društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov
- 90 SDMSBZT Koroške: Aktivna koroška pomlad
- 93 DMSBZT Gorenjske: Uporaba prehranskih dopolnil pri otrocih in mladostnikih

**IZ DELA ZDRAVSTVENIH ŠOL**

- 94 Strokovno srečanje ob svetovnem dnevu zdravja
- 97 Genomsko informiranje – program za izpopolnjevanje zdravstvenih delavcev, ki delajo na področju genetike in sodelujejo z genetskimi svetovalci
- 99 Sprejem ministrice za šolstvo dr. Simone Kustec in predsednice Zbornice – Zveze Monike Ažman na Gimnaziji Ormož
- 101 25. Državno tekmovanje srednjih zdravstvenih šol za priznanje Angele Boškin
- 104 V deželi luženih prest

**ŽIVIMO ZDRAVO**

- 106 Odrešujoča prilagodljivost

**110 NAGRADNA IGRA****111 NAGRADNA KRIŽANKA Tosama d. o. o.****113 IZOBRAŽEVANJA**





◆  
Anita Prelec  
Monika Ažman

## PRAZNIČNI DNEVI SO ZA NAMI

April in maj sta bila naporna, a hkrati slavnostna. Upamo, da ste tudi v svojih delovnih sredinah lahko praznovali praznik obeh poklicnih skupin, babic in medicinskih sester. Po medijih smo s ponosom spremljali dogajanja v lokalnih skupnostih. V nadaljevanju pa nekaj več o aktivnostih in delu strokovnih služb.

### 1. 4. 2022

Zbornica – Zveza je bila častna pokroviteljica tekmovanja Best CPR tim v izvajanju reanimacije, ki ga je tudi letos organiziral ZD Ljubljana. Ena izmed tekmovalnih ekip je bil tudi tim Sekcije študentov zdravstvene nege in babištva pri Zbornici – Zvezi. Monika Ažman je podelila nagrade najzaslužnejšim v tem tekmovanju.

V Grand hotelu Primus na Ptuju je Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v operativni dejavnosti imela strokovno izobraževanje in volitve. Nova predsednica sekcije je postala Barbara Luštek. Prejšnji dolgoletni predsednici in članom izvršilnega odbora so se zahvalili za uspešno delo. Predsednici in novim članom izvršilnega odbora iskreno čestitamo in želimo uspešno delo!

### 6. 4. 2022

V Novem mestu je potekal redni volilni občni zbor DMSBZT Novo mesto. Čestitke novemu vodstvu in predsedujoči mag. Jožici Rešetič, izvoljenim za obdobje 2022–2026.



CPR team Zbornice - Zveza



Redni volilni občni zbor DMSBZT Novo mesto



## 6. 4. in 15. 4. 2022

Vlada Republike Slovenije je na 120. redni seji 31. 3. 2022 ustanovila Delovno skupino Vlade Republike Slovenije za pripravo sprememb plačnega sistema v zdravstvu (v nadaljnjem besedilu delovna skupina). V skladu s sklepom o ustanovitvi je bila naloga delovne skupine do 22. 4. 2022 pripraviti izhodišča za zakonske podlage za spremembo plačnega sistema na področju zdravstva v Sloveniji in o svojem delu poročati Vladi Republike Slovenije. Zbornico – Zveza je na sestankih zastopal podpredsednik asist. mag. Janez Kramar.

Zbornica – Zveza se je po temeljitem premisleku vključila v delovno skupino, kljub temu da ne predstavlja socialnega partnerja v pogajanjih zaradi dejstva in da odločevalci ne odločajo o nas brez nas. Reprezentativni sindikati se sestankov niso udeležili, ker je k dialogu Vlada RS povabila samo enega izmed sindikatov, ki zastopa poklice v zdravstveni negi. Vseskozi smo zahtevali, da se k sodelovanju povabijo vsi reprezentativni sindikati s področja zdravstvene nege in da se takoj nadaljujejo pogajanja o plačah, kajti spremembe, ki so bile izvedene, so privedle do plačnih anomalij. Prav tako smo zahtevali zakon o zdravstveni negi, začetek specializacij in vzpostavitev sektorja za zdravstveno nego na MZ.

Glede želje Vlade RS, da po izstopu iz plačnega sistema vpraša vse poklicne skupine, se Zbornica – Zveza ni strinjala zaradi zavajajočega vprašalnika, ki metodološko ni bil sprejemljiv in bi lahko bil popolnoma napačno interpretiran. Večkrat smo poudarili tudi dejstvo, da smo proti privatizaciji zdravstva.

Na Zbornici – Zvezi smo se ves čas zavedali, da je premalo časa in da se vladi mandat izteka, vendar smo vztrajali ravno zaradi zaščite interesov svojega članstva.

## 7. 4. 2022

Anita Prelec se je udeležila skupne seje Komisije za socialno varstvo, delo, zdravstvo in invalide (83. seja) in Komisije za lokalno samoupravo in regionalni razvoj (82. seja), kjer je bila ključna tema zagotavljanje dostopnosti prebivalcev severnoprimske regije do osnovnega zdravstvenega varstva – dostopnost do tima ambulant družinske medicine in možnost izbire osebnega zdravnika. Opozorila je na aktivnosti Zbornice – Zveze o reševanju te problematike in nanizala argumentirane podatke, s katerimi razpolagamo. K reševanju je treba pristopiti celostno, saj na primarni ravni primanjkuje tudi medicinskih sester, ki jih je treba razbremeniti predvsem administrativnega in birokratskega dela, za dodatno delo in prevzem kompetenc pa najprej izobraziti in temu primerno tudi nagraditi.

## 8. 4. 2022

Na Srednji zdravstveni šoli Ljubljana je potekalo že 25. državno tekmovanje srednjih zdravstvenih šol za priznanje Angele Boškin. V različnih kategorijah je nastopilo 120 dijakov iz 13 oddelkov. Kot častni pokrovitelji dogodka smo se udeležili podelitve nagrad, v imenu Zbornice – Zveze je navzoče pozdravila Anita Prelec.



## Tekmovanje srednjih zdravstvenih šol

### 11. 4. 2022

Z nekaj manjšimi priporočili smo v strokovnih službah Zbornice – Zveze uspešno opravili zunanjo presojo za certifikat kakovosti ISO 9001: 2015. To je veliko priznanje za strokovno organizacijo in hkrati potrditev za vse redno zaposlene v strokovnih službah, da delajo dobro, skladno s strategijo, vizijo in akcijskim načrtom Zbornice – Zveze. Hvala lepa vsem zaposlenim še enkrat.

### 12. 4. 2022

Splošna bolnišnica Jesenice je organizirala že 14. Dan Angele Boškin, tokratna tema je bila kakovostna in varna zdravstvena obravnava. Predstavljeni so bili izzivi in izboljšave, ki so bile izvedene v bolnišnicah in na primarni ravni v času epidemije covid-19. V sklopu predstavitev so bili predstavljeni tudi izsledki strokovnih nadzorov s svetovanjem, ki jih je v času epidemije izvedla Zbornica – Zveza. Prisotne v dvorani sta nagovorila minister za zdravje Janez Poklukar in predsednica Zbornice – Zveze, nekdanja oba del zdravstvenega tima Splošne bolnišnice Jesenice.

V prostorih Zbornice – Zveze je potekal sestanek Častnega razsodišča I. stopnje.

### 13. 4. 2022

Predsednica Zbornice - Zveze Monika Ažman je izročila zahvalo vsem zaposlenim Zdravstvenega doma Ljubljana kot največji vstopni točki in cepilnem centru v Republiki Sloveniji za njihovo strokovno in predano delo pri obvladovanju epidemije covid-19 v letu 2021.

Monika Ažman se je udeležila 12. posveta FZAB Moja kariera – Quo Vadis z naslovom Delovni pogoji med izvajalci zdravstvene nege in njihova povezanost z izidi zdravstvene obravnave pri pacientih v splošnih bolnišnicah v Sloveniji. Prof. dr. Brigita Skela Savič je predstavila preliminarnе rezultate RN4CAST za Slovenijo.



**Podelitev zahvale vodstvu ZD Ljubljana**  
(Fotografija: Arhiv ZD Ljubljana)

#### 14. 4. 2022

Sestali smo se s predstavniki zdravstvene enote MORS in specialne enote Policije. Lotili se bodo pregleda knjižice kompetenc zdravstvenih delavcev in sodelavcev v slovenski vojski, dodali pa bi tudi kompetence slovenskih specialnih enot v policiji. S strani Zbornice – Zveze bo delovno skupino koordiniral in vodil Jože Prestor.

#### 19. 4. 2022

V novih prostorih dislocirane enote FVZ UP v Vipavi je potekala 55. seja Odbora regijskih strokovnih društev. Pregledali in potrdili smo zapisnik prejšnje seje. O aktualnih dogodkih in aktivnostih strokovnih služb je poročala Monika Ažman. Skupaj smo pregledali zaključke delovnega posveta o članstvu in pregledali že oblikovan program 18. simpozija ZBNO ter svečanosti s podelitvijo zlatih znakov in nagrade za življenjsko delo Angele Boškin. Hvala izr. prof. dr. Meliti Peršolja in viš. pred. Heleni Skočir za predstavitev delovanja in prostorov izobraževalne institucije.

#### 20. 4. 2022

V prostorih Zbornice – Zveze je potekala 17. seja Upravnega odbora Zbornice – Zveze. Pregledali in potrdili so zapisnike prejšnje redne in treh korespondenčnih sej. Vodstvo Zbornice – Zveze je poročalo o številnih aktivnostih med 16. in 17. sejo. Andrej Vojnovič je poročal o pripravah na preizkus strokovne usposobljenosti zdravstvenih delavcev po 38. členu ZZDej-K. Člani UO so izmenjali mnenje o poteku

35. Skupščine Zbornice – Zveze. Potrjeni so bili potni nalogi za udeležbo članic na strokovnih dogodkih v tujini. Potrdili so tudi nove nacionalne protokole – dva s področja zobozdravstva in devet s področja psihiatrije.

#### 21. 4. 2022

V veliki predavalnici Univerzitetnega kliničnega centra Maribor je potekal redni občni zbor DMSBZT Maribor, ki se je začel s kliničnim večerom in pomenljivim naslovom »Kakšne negovalne diagnoze bi izbrali za poklicno skupino medicinske sestre?« – sprehod po procesni metodi dela z izborom negovalnih diagnoz Nanda na igriv način ter izvajanje tehnik in orodij za lepši dan in še kaj ... s predavateljico Danijelo Pušnik. V rednem delu občnega zbora so potekale tudi volitve in imenovanja organov društva za mandatno obdobje 2022–2026. Iskrene čestitke stari novi predsednici regijskega strokovnega društva Kseniji Pirš za še en izvoljen delovni mandat. Srečno.

Preko spletne povezave je potekala 114. redna generalna skupščina EFN – Evropskega združenja medicinskih sester. Na skupščini je bil predstavljen načrt dela do leta 2027, predstavljeno in sprejeto finančno poročilo za leto 2021 in finančni načrt za leto 2022 ter trije pomembni dokumenti: Napredna znanja v zdravstveni negi, Zadržanje delovne sile v zdravstveni negi ter Vloga zdravstvene nege pri ohranjanju planeta. Na okrogli mizi so sodelujoči razpravljali o velikih težavah pri zadržanju medicinskih sester na strokovnem področju, o ukrepih, ki se bodo morali izvajati po vsej Evropi, če bomo hoteli zagotavljati varno in kakovostno zdravstveno oskrbo. Predsednica Zbornice – Zveze, ki je tudi članica upravnega odbora EFN, je sprejela sporočilo, da bo 115. generalna skupščina oktobra letos potekala v Sloveniji. Zahvalila se je za zaupanje in obljubila, da se bomo kot organizatorji tega pomembnega dogodka dobro pripravili na tridnevno zasedanje v Ljubljani.



#### 22. 4. 2022

Delovna skupina za nenasilje v zdravstveni in babiški negi je izvedla celodnevni delovni dan v slovenski Istri. V zapisniku tega intenzivnega dneva so zapisane vse aktivnosti, ki se bodo odvijale vse letošnje leto. Zares aktivni so bili člani DS na pravkar zaključenem simpoziju zdravstvene in babiške nege, kjer so se predstavljali s svojo stojnico, povsem novimi plakati s področja varnosti in zdravja pri delu, ki so jih pripravili v sodelovanju z Ministrstvom za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Za jeseni je načrtovan nov

**Sestanek ORSD v Vipavi**

priročnik s protokoli, načrtovane so tudi aktivnosti v času mednarodnih dnevov boja proti nasilju nad ženskami in še kaj. Vse boste na sredinskih straneh glasila spremljali tako kot doslej tudi v prihodnje. Hvala vsem članicam in članom DS.

### 25. 4. 2022

Na 14. seji Odbora strokovnih sekcij smo s predsednicami in predsedniki strokovnih sekcij delili informacije o aktivnostih v zadnjih dveh mesecih, poudarek pa v pripravah na svečanost in simpozij Zbornice – Zveze ter poteku preizkusa strokovne usposobljenosti po 38. členu ZZdej-K.

### 5. 5. 2022

Na mednarodni dan babic se je Monika Ažman sestala s prof. dr. Gregorjem Majdičem, rektorjem Univerze v Ljubljani in dekanom Zdravstvene fakultete Univerze v Ljubljani izr. prof. dr. Andrejem Starcem. Na sestanku so se pogovarjali o povečanju vpisa v študijska programa zdravstvene nege in babištva na Zdravstveni fakulteti v Ljubljani. Sogovorniki so se zavzeli za sistemsko ureditev obeh poklicev, začevši z izobraževanjem na dodiplomski ravni in s pripravo strategije razvoja zdravstvene nege in babištva, v kateri mora imeti izobraževanje pomembno vlogo. Predsednica Zbornice – Zveze je poudarila, da je Fakulteta za zdravstvo v Ljubljani najstarejša in vidna fakulteta na področju izobraževanja medicinskih sester in babic in da je pomanjkanje kadra ravno v osrednjeslovenski regiji največje. Zato je tako na dekana kot rektorja univerze naslovlila iskreno prošnjo po prizadevanjih, da se za oba poklica v okviru omenjene fakultete poveča vpis. To bo tudi edina ustrezna rešitev ob bok vsem tistim, ki se omenjajo s težnjami po ustanavljanju novih visokošolskih zavodov.



### 7. 5. 2022

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Nova Gorica je na vroči sobotni dan pripravilo izjemno slovesnost v počastitev obeh stanovskih praznikov. Poseben gost slovesnosti je bil predsednik države gospod Borut Pahor. V slavnostnem nagovoru je predsednik republike vsem medicinskim sestram in babicam čestital ter poudaril: »V zadnjih dveh letih, in tudi vedno sicer, ste pokazali, da niste le nenadomestljivi del zdravstvenega sistema, ampak naše družbe nasploh!« Dodal je še, da zdravstveni delavci v družbi uživajo posebno avtoriteto, ljudje jim zaupamo in se zanesemo, da bodo vedno znali najti rešitve in nam pomagati. Predsednik republike je spomnil na svoje dolgoletno sodelovanje z Zbornico – Zvezo in skupna prizadevanja za izboljšanje položaja zdravstvenih delavcev. Opozoril je na

nujnost sistemskih rešitev na področju zdravstva, ki jim bodo naposled zagotovile primerne delovne pogoje in dostojne dohodke, ter dodal, da se mora država na tem področju čim prej ustrezno odzvati. Poudaril je nujsnost vključujočega dialoga med stroko in odločevalci, saj si ne zna predstavljati, tako predsednik Pahor, da bi minil še en mandat, v katerem se rešitve ne bi našle. »Čaka nas zahtevno družbeno odgovorno iskanje kompromisa, ki bi zadostil vašim stremljenjem: da imate primerne delovne pogoje in da ste za svoje delo primerno nagrajeni,« je dejal predsednik republike in dodal, da si bo do izteka svojega mandata še naprej prizadeval za iskanje rešitve »za vas in za zdravstveni sistem – ki ga ni brez vaše strokovnosti in brez vaše človečnosti.«

Priložnost, morda celo zadnje uradno skupno druženje pred predsedniškimi volitvami novembra, je izkoristila tudi predsednica Monika Ažman in v svojem nagovoru osebno nagovorila predsednika: »Ker je današnje srečanje morda celo zadnje uradno skupno srečanje z gospodom predsednikom, dovolite da osebno nagovorim tudi vas gospod Borut Pahor. Niste spregledali naše pomembne vloge v boju z epidemijo koronavirusne bolezni. Jabolko navdih, ki smo ga prejeli vsi zaposleni v zdravstveni in babiški negi iz vaših rok, bo za vedno del zgodovinskih dejstev.

### Sestanek z rektorjem UL (Fotografija: Arhiv UL)

Če ste le lahko, ste nas v obeh mandatih svojega predsedovanja javno podpirali, pa četudi vam je predsednica odsvetovala vstop v porodnišnico na novega leta dan. Sprejeli ste obrazložitve, da gre v tem odnosu zlasti za dostojanstvo ženske in hvala vam za to, ker ste s tem oblikovali kulturni in etični vidik tega področja v našem prostoru. Ko boste jeseni predajali posle

vašemu nasledniku/naslednici, ne pozabite, prosim, položiti na srce vsega danes izrečenega in podprite vsa naša prizadevanja, da je skrajni čas, da pridobimo medicinske sestre in babice vidnejšo vlogo v zdravstvenem in političnem prostoru v vseh fazah od načrtovanja do odločanja in ne le pri izvajanju aktivnosti. Saj veste, naš slogan ostaja: Nič o nas brez nas!«

Bil je izjemno lep in doživet dogodek. Hvala predsednici društva Metki Plesničar. Ponosni smo na vas.

### 9. 5. 2022

V Portorožu se je odvijal 10. Kongres delovnih terapevtov Slovenije z naslovom Delovna terapija – nove priložnosti. Predsednica Zbornice – Zveze je poleg predsednika Združenja fizioterapevtov Slovenije doc. dr. Tineta Kovačiča in predsednice Socialne zbornice Brede Božnik sodelovala na okrogli mizi, katere vsebine so se dotikale medpoklicnega sodelovanja in priložnosti sodelovanja v okviru dolgotrajne oskrbe.



**9.–11. 5. 2022**

Med 9. in 11. majem je potekalo že 9. srečanje triade: ICN-ICM-WHO, tudi letos v spletnem okolju. V središču pozornosti srečanja treh krovnih organizacij je bil dokument Globalne strateške usmeritve za zdravstveno nego in babištvo 2021–2025, ki je preveden tudi v slovenski jezik, ter implementaciji teh strategij v nacionalne dokumente. Več o dokumentu na povezavi: Globalne strateške usmeritve 2021-2025 (prelom.si)

**11. 5. 2022**

Monika Ažman in Anita Prelec sta se udeležili inavguracijske svečanosti doc. dr. Mateje Lorber, dekanice Univerze v Mariboru, Fakultete za zdravstvene vede Maribor. Iskrene čestitke novi dekanici ob prevzemu zahtevne naloge ob zavedanju, da smo nanjo zelo ponosni!

**12. 5. 2022 in 13. 5. 2022**

V Kongresnem centru Brdo je potekala slovesnost ob mednarodnem dnevu medicinskih sester in babic s podelitvijo najvišjih priznanj Zbornice – Zveze. Več o svečanosti in 18. simpoziju zdravstvene in babiške nege z naslovom Prispevek zdravstvene nege in babištva k trajnostnemu razvoju družbe sledi v nadaljevanju.

**16. 5. 2022**

Predsednica Zbornice – Zveze se je udeležila 85. seje Komisije za socialno varstvo, delo, zdravstvo in invalide v Državnem svetu, ki jo vodi državni svetnik mag. Peter Požun. V drugi točki dnevnega reda je bil obravnavan »Odgovor Javnega štipendijskega, razvojnega, invalidskega in preživninskega sklada Republike Slovenije na Vprašanja državnega svetnika mag. Petra Požuna glede javnega razpisa za dodelitev štipendij z delovnega področja Ministrstva za zdravje na podlagi 19. člena Zakona o nujnih ukrepih na področju zdravstva«. K besedi je bila povabljen tudi predsednica, ki je opozorila na nujnost vlaganja v zdravstveno in babiško nego, še zlasti s spodbudami k vključevanju mladih v to deficitarno dejavnost. Štipendije so eden izmed možnih ukrepov.

Oba stanovska praznika so praznovali tudi na Obali. Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper je organiziralo slovesnost s podelitvijo srebrnih znakov DMSBZT Koper. Ponosno so zaploskali tudi kar trem prejemnikom zlatega znaka za leto 2022, ki so ga prejeli njihovi trije člani. Zbrane sta nagovorili predsednica regijskega društva Doroteja Dobrinja in predsednica Zbornice – Zveze. Za vedno razpoložljive je poskrbel stand up komik Gašper Bergant.

**17. 5. 2022**

Potekala je 13. redna seja statutarne komisije, kjer so med drugim obravnavali tudi Pravilnik o izvedbi volitev predstavnikov Zbornice – Zveze za člana volilnega telesa ter določitev kandidata za člana državnega sveta.

Nataša Piletič se je udeležila slavnostne podelitve diplom študentov Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Novem mestu. Iskrene čestitke na novi poklicni poti vsem diplomantom!

**18. 5. 2022**

Na redni seji RSKZBN so člani potrdili zapisnik marčevske seje in se seznanili z vsebino zadnje seje Zdravstvenega sveta pri MZ.

**20. 5. 2022**

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Nova Gorica je imelo redni volilni občni zbor. Iskrene čestitke vsem, ki so bili izvoljeni za naslednje štiriletno mandatno obdobje, tudi predsednici Metki Plesničar. Želimo vam uspešno delo.

**21. 5. 2022**

Pod okriljem zagnanih motoristov, zaposlenih na Reševalni postaji v Mariboru, se je odvilo prvo srečanje motoristk in motoristov zdravstvene in babiške nege v Mariboru. Predsednik strokovne sekcije reševalcev v zdravstvu Thomas Germ je z nastopom nove funkcije pri Zbornici – Zvezi udeležil že več let načrtovani strokovno družabni dogodek vseh, ki v prostem ali profesionalnem času vozimo motor. Hvala kolegom motoristom: Thomasu, Marku, Dejanu, Branku. Kolegi so poleg celotne organizacije, priprave pohorskega lonca, varne vožnje na poligonu, panoramske vožnje in še in še organizirali še zelo poučne delavnice, ki bi jih potrebovali tudi drugi zdravstveni delavci, zlasti varno snemanje čelade poškodovanemu motoristu, ki resnično ni preprost postopek. Ob tem držimo pesti za kolega Uroša in mu želimo hitro okrevanje! Srečanje je več kot odlično uspelo in verjamemo, da bo postalo tradicionalno.

**Motoristke in motoristi Zbornice – Zveze na 1. motorističnem srečanju****24. 5. 2022**

V okviru Babiških dni, ki so potekali maja, smo se udeležili 6. Študentskega babiškega seminarja, ki so ga organizirali študenti babištva Zdravstvene fakultete Univerze v Ljubljani. O 100 letih napredka smo se pogovarjali z gosti, babiške dneve pa so študenti zaključili še s kvodajalsko akcijo.

**25. 5. do 29. 5. 2022**

Na nacionalnem kongresu zdravstvenih delavcev Srbije, ki je pod naslovom Večji od izzivov covid-19 potekal na Zlatiboru, so aktivno sodelovali Gordana Njenjić s predavanjem o zdravju nosečnic, porodnic in otročnic v času epidemije covid-19 ter





### Slovenska delegacija na Zlatiboru

Matic Pacek in Žiga Metelko iz Sekcije študentov zdravstvene nege in babištva, ki sta predstavlila medpoklicno sodelovanje prostovoljnih odprav v času covid-19 v Sloveniji.

Komisija za dodeljevanje sredstev iz sklada za izobraževanje se je sestala marca in aprila kore-

spondenčno, maja pa v živo na Zbornici – Zvezi. Na 23. seji 23. marca so razdelili 7.120 evrov, na 24. seji 14. aprila 5.158 evrov in na 25. seji 25. maja 5.985 evrov.

### 27. 5. 2022

Monika Ažman se je udeležila 47. srečanja timov v osnovnem zdravstvu z naslovom Kakovostna obravnava bolnika v družinski medicini in na primarnem nivoju in v nagovoru poudarila pomen medpoklicnega sodelovanja in naprednih znanj medicinskih sester.

Še isti dan je za 40 let delovanja Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v oftalmologiji podelila priznanje predsednici Andreji Marolt, priznanje s srebrniki za delo na ožjem strokovnem področju pa sta prejeli Dragica Vtič in Breda Kojc.

V Zdravniški zbornici Slovenije so s slavnostno akademijo v Cankarjevem domu obeležili 130 let od začetkov organiziranja zdravništva in 30 let ustanovitve organizacije v današnji obliki. Ob tej priložnosti je predsednica Zdravniške zbornice Slovenije prof. dr. Bojana Beović v imenu organizacije iz rok predsednika republike Slovenije Boruta Pahorja prejela visoko državno odlikovanje red za zasluge.

### 28. 5. 2022

Udeležili smo se strokovnega srečanja Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji in gastroenterologiji v Portorožu. Anita Prelec je čestitala novo izvoljenemu izvršnemu odboru in dosedanji predsednici Mariji Petrinec Primožič za potrjen novi mandat. Zahvalo za dosedanje delo v strokovni sekciji sta prejeli Tatjana Gjergelj in Brigita Hekič.

### 31. 5. 2022

V prelepem okolju Marezig smo se sestali s predsednicami regijskih strokovnih društev in na 56. seji ORSD pregledali aktivnosti na regijski in nacionalni ravni.

Čeprav se v juniju začnejo lepši, toplejši dnevi, ki so namenjeni tudi našim letnim dopustom, vam zagotavljamo, da bomo v strokovnih službah tudi v poletnem času skrbno sledili aktivnostim nove zdravstvene politike in vas o tem obveščali.



ZBORNICA ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE SLOVENIJE –  
ZVEZA STROKOVNIH DRUŠTEV MEDICINSKIH SESTER, BABIC  
IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV SLOVENIJE



### OBVESTILO O RAZPISU ZA VOLITVE PREDSEDNIKA OZ. PREDSEDNICE IN ČLANOV OZ. ČLANIC IZVRŠNEGA ODBORA STROKOVNE SEKCIJE MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V ONKOLOGIJI

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v onkologiji na podlagi 15. člena Pravilnika o delu strokovnih sekcij Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije in sklepa izvršnega odbora sekcije št. 4/21 ter 1/22 razpisuje volitve za štiriletno mandatno obdobje 2022–2026 za:

- predsednika/predsednico sekcije in
- člane/članice izvršnega odbora (8 mest).

Pri izbiri članov izvršnega odbora sekcije se upošteva regijski in strokovni princip. Posamezni kandidat/kandidatka lahko hkrati vloži kandidaturu za predsednika/predsednico in za člana/članico izvršnega odbora strokovne sekcije.

Kandidati pošljejo kandidaturu na sedež volilne komisije do vključno 15. 6. 2022 v zaprti ovojnici s pripisom: »Volitve Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v onkologiji – Ne odpiraj!« na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30a, 1000 Ljubljana. Če kandidaturu pošljete priporočeno po pošti, se za dan, ko Zbornica – Zveza prejme vlogo, šteje dan oddaje na pošto.

Volitve bodo izvedene na strokovnem srečanju, ki bo 29. 6. 2022 na Onkološkem inštitutu Ljubljana.

Volilna komisija bo pregledala vse prispеле kandidature in upoštevala samo tiste, ki bodo ustrezale razpisnim pogojem ter bodo prispеле v razpisanem roku. Celotno besedilo razpisa je objavljeno na spletni strani Zbornice – Zveze, v rubriki aktualni razpisi.

Ana Istenič,

predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih  
tehnikov v onkologiji



President Monika Ažman,  
President of the Chamber

Anita Prelec  
Chief Executive Officer

Nurses and Midwives Association of Slovenia  
Ob železnici 30A 1000  
Ljubljana, Slovenija /Slovenia

16 May 2022

**Re: Congratulations and sincere appreciation: Ceremony and 18 Symposium**

Dear President, Vice President, Executive Board, Chief Executive Officer and members of the Chamber,

Thank you for your kind invitation to attend the 2022 Award Ceremony and the opportunity to present at your 18 Symposium on behalf of the European Federation of Nurses Associations (EFN).

It was such an honour and a very special experience to meet with such a committed, dynamic, and inspiring group of professionals over the two days. In addition, it was so inspiring to attend the award Ceremony and listen to all the outstanding work of all those who were recognised in addition to the exceptional winner of the Angela Boskin Lifetime Achievement Award, Mrs Andreja Petermelj.

I can only commend the exceptional work that the leadership, staff and volunteers of the Nurses and Midwives Association of Slovenia undertake on behalf of their members. It is all the more incredible knowing the Association is reliant and succeeding on the enthusiasm and talent of member volunteers and staff that deliver excellence across a broad range of professional services. As an Association you have a strong track record of driving the strategic development of the profession. In facing your future challenges, I have no doubt you will reflect and build on your successes.

Your excellence in education including the degree level programme, makes Slovenia the envy of the majority of countries in the world. It was such a pleasure and privilege to meet your exceptional, dynamic, committed talented and inspiring students and young nurses. Your strategic vision coupled with a proactive and innovative approach to future proof nursing and midwifery in Slovenia is an invaluable legacy to be proud of for the next generation and for the health of the population of Slovenia

Collaboration, partnership and leadership is your significant strength, coupled with your care, expertise and compassion that will assist to collectively deliver beyond your individual expectations. EFN is extremely proud that the Nurses and Midwives Association of Slovenia is our Member. EFN values and respects your Association and will do everything possible to support you always.

Finally, congratulations on an exceptional award ceremony and symposium and I do sincerely want to thank you for this wonderful opportunity to attend. The warm welcome to your beautiful country and generosity during my visited was very much appreciated and I will always treasure the lovely memories of the time we shared.

Wishing you all continue success and happiness, until we meet again,

Yours sincerely,

Elizabeth Adams

**President European Federation of Nurses Associations**



Matic Pacek  
President

Žiga Metelko  
Former President

Student Nurses  
Nurses and Midwives Association of Slovenia  
Ob železnici 30A 1000  
Ljubljana, Slovenija /Slovenia

21 May 2022

**Re: A note of appreciation**

Dear Matic, Žiga and student members of the Chamber,

Thank you for the opportunity to meet with you all at the recent Nurses and Midwives Association of Slovenia Symposium.

I was very privileged and honoured that you facilitated the time to discuss the work of the European Federation of Nurses Association and explore the questions and challenges facing the future of nursing and midwifery. It was a very special experience to meet with such a committed, dynamic, and inspiring group of young talented professionals.

Your Association has a strong track record of driving the strategic development of the profession. In facing your future challenges, reflect and build on your successes. Your degree level programme and ongoing education opportunities makes Slovenia the envy of many countries in the world, who over decades have endeavoured to achieve this. Your excellent education is the sound foundation that will support you all in facing the enormous opportunities and exciting challenges over your career. There will be opportunities to evolve roles and deliver excellence in primary and acute services to enhance and improve care to patients and families. The challenge of long-term care is enormous for many countries, but Slovenia has the advantage of you as young talented and driven professionals that places patients and citizens at the centre to solve problems for the long-term greater good of all.

It is important to be strategic, vigilant, proactive and innovative in order to future proof nursing and midwifery in Slovenia and to build on the proud legacy of the past as you are the generation of innovative and dynamic young leaders that will deliver for the health of the population of Slovenia. Collaboration, partnership and leadership is your significant strength, coupled with your care and compassion that will assist you to collectively deliver beyond your individual expectations. I am extremely proud to have had the opportunity to meet with such exceptional young leaders.

Finally, congratulations on all the outstanding work you are doing. I do sincerely want to thank you for this wonderful opportunity to meet. The warm welcome to your beautiful country, the opportunity to meet you all and your kindness to share your many other talents such as music was very much appreciated. I will treasure the lovely memories of the time we shared.

Wishing you all continue success and happiness always,

Yours sincerely,

Elizabeth Adams

**President European Federation of Nurses Associations**

Cc: Monika Ažman, President of the Chamber, Nurses and Midwives Association of Slovenia  
Anita Prelec, Chief Executive Officer, Nurses and Midwives Association of Slovenia

# Iskrene čestitke

GOSPE  
ALEKSANDRI LAH TOPOLŠEK  
OB IMENOVANJU ZA DRŽAVNO SEKRETARKO  
NA MINISTRSTVU ZA ZDRAVJE!

V Zbornici – Zvezi si želimo tesnega sodelovanja in smo pripravljeni pomagati pri urejanju razmer na področju zdravstvene in babiške nege. Verjamemo, da bomo skupaj našli ustrezne rešitve za ureditev razmer in pogojev dela, za zadržanje kadra zdravstvene in babiške nege ter za pritegnitev mladih, da se bodo tudi v prihodnje odločali za ta lep poklic.

ANITA PRELEC,  
izvršna direktorica Zbornice – Zveze

MONIKA AŽMAN,  
predsednica Zbornice – Zveze





Območno združenje  
Ljubljana

Št. dokumenta: 1480-12/2022  
Datum: 7. 4. 2022

# Zahvala

## Sekciji študentov zdravstvene nege in babištva

Iskreno se zahvaljujemo za 477 kilogramov  
donacij materialne humanitarne pomoči,  
v dobrodelni akciji za pomoč beguncem in begunkam iz Ukrajine.

Strokovna sodelavka RKS-OZ Ljubljana  
Tjaša Bratuš

Handwritten signature of Tjaša Bratuš in blue ink.



Sekretarka RKS – OZ Ljubljana  
Ema Verbnik

Handwritten signature of Ema Verbnik in blue ink.

Ljubljana, april 2022



Št.: 740-1/22-3  
Datum: 23. 5. 2022

## Zadeva: Mnenje Zbornice – Zveze o umetnih in lakiranih nohtih izvajalcev zdravstvene in babiške nege ter drugih zdravstvenih delavcev

Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (v nadaljnjem besedilu Zbornica – Zveza) je prejela vprašanje o urejenosti rok na delovnem mestu pri diplomiranih medicinskih sestrah in tehnikih zdravstvene nege in prosi za stališče Zbornice – Zveze glede lakiranih, zapečenih, geliranih in umetnih nohtov.

Zbornica – Zveza pojasnjuje, da je v letu 2021 izdala dokument »Profesionalna podoba izvajalcev zdravstvene in babiške nege ter oskrbe«. Eden od vidikov profesionalne podobe je zunanja podoba izvajalcev zdravstvene in babiške nege. Pomemben del zunanje podobe pa predstavlja osebna urejenost. Dosledna higiena, še posebej higiena rok, las in morebitne brade je samoumevna in brezpogojna osnova. Higiena rok je najpomembnejši varnostni ukrep za preprečevanje okužb, povezanih z zdravstveno obravnavo, zato je nujna ustrežna in dosledna urejenost rok in nohtov.

Strokovna delovna skupina pri Ministrstvu za zdravje je leta 2009 izdala Strokovne podlage in smernice za obvladovanje in preprečevanje okužb, ki so povezane z zdravstvom oziroma zdravstveno oskrbo (dostopno na: <https://www.gov.si/assets/ministrstva/MZ/DO-KUMENTI/Smernice-NAKOB0-za-strokovnjake.pdf>). V dokumentu je navodilo za higieno rok. Za razkuževanje in umivanje rok je treba zagotoviti, da so roke urejene, kar pomeni, da so nohti kratko pristriženi, brez umetnih nohtov in brez laka, oziroma da lak na nohtih ni poškodovan. Roke morajo biti urejene tako, da se lahko učinkovito razkužujejo in umivajo.

V času epidemije covid-19 so bila v sodelovanju Ministrstva za zdravje, Zbornice – Zveze in Nacionalnega inštituta za javno zdravje izdana in redno revidirana Priporočila za preprečevanje in zajezitev okužb z virusom SARS-CoV-2 v socialnovarstvenih zavodih z algoritmi testiranja na SARS-CoV-2 dostopno na <https://www.zbornica-zveza.si/wp-content/uploads/2022/05/Priporocila-za-preprecevanje-in-zajezitev-okuzb-z-virusom-SARS-CoV-16.-maja-2022-razlicica-5.0.pdf>. Priporočila vključujejo tudi navodilo za higieno rok, kjer se priporoča, da so nohti kratko pristriženi, nelakirani, da umetni in gelirani nohti niso dovoljeni.

Umetni in gelirani nohti predstavljajo povečano tveganje za prenos okužb, povezanih z zdravstvom. Študije so pokazale močne eksperimentalne, klinične in epidemiološke dokaze, da umetni nohti lahko prispevajo k okužbam, povezanim z zdravstvom. Umetni in gelirani nohti lahko ovirajo učinkovitost higiene rok. Dokazano je, da je število in raznolikosti mikroorganizmov pred in po higieni rok večja pri izvajalcih z umetnimi ali geliranimi nohti kot pri izvajalcih z naravnimi nohti (dostopno na: [if-hp-hh-artificial-nails-in-healthcare \(003\).pdf](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6000000/)).

Smernice Alberta Health Services (AHS) za higieno rok (maj 2021) določajo, da izvajalci, vključeni v neposredno zdravstveno nego in oskrbo, kjer standardi zahtevajo izvajanje higiene rok, ne smejo imeti umetnih ali geliranih nohtov. Naravni nohti pa morajo biti čisti in kratko pristriženi, v primeru uporabe laka za nohte, mora biti ta sveže nanesen in nepoškodovan.

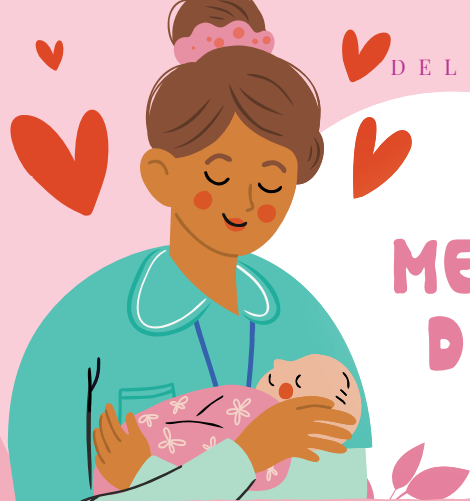
Z raziskavami pa je ugotovljeno, da se število mikroorganizmov na naravno lakiranih nohtih kljub higieni rok z več dni starim lakom povečuje. Blackburn (2020) ugotovi, da je na nohtih s štiri dni starim nanosom laka bistveno več mikroorganizmov kot na en dan starem nanosu laka ( $p = 0,03$ ).

Zbornica – Zveza meni, da je pri higieni rok treba upoštevati strokovne standarde za higieno rok in druga priporočila in smernice pri zagotavljanju celostne podobe in lika izvajalcev zdravstvene in babiške nege.

Umetni in gelirani nohti so zaradi materialov, ki ne omogočajo ustreznega umivanja in razkuževanja, pri izvajalcih zdravstvene in babiške nege ter drugih zdravstvenih delavcih, ki neposredno delajo s pacienti oziroma uporabniki prepovedani. Zbornica – Zveza priporoča, da se v izogib povečanemu tveganju prenosa z zdravstvom povezanih okužb pri neposrednem delu s pacienti oziroma uporabniki odsvetuje uporaba navadnega laka na naravnih nohtih.

Zbornica – Zveza kot enovito strokovno in reprezentativno telo izvajalcev zdravstvene in babiške nege si prizadeva zagotavljati sodobno, kakovostno ter varno zdravstveno in babiško nego za vse prebivalce Republike Slovenije. S svojim delovanjem nenehno prispeva k izboljševanju kakovosti, učinkovitosti in varnosti zdravstvene obravnave pacientov in skrbi za varnost in zdravje pri delu zaposlenih, zato priporoča, da priporočila upoštevajo vsi izvajalcih zdravstvene dejavnosti. Pri oblikovanju internih navodil za higieno rok za izvajalce zdravstvene in babiške nege ter druge zdravstvene delavce naj upoštevajo priporočilo Zbornice – Zveze, strokovna in druga priporočila pristojnih institucij in ugotovitve raziskav. Pri oblikovanju navodil naj se upošteva ocena tveganja prenosa z zdravstvom povezanih okužb, ki ga predstavljajo lakirani naravni nohti.

Pripravila:  
Draga Štromajer  
Strokovna sodelavka Zbornice - Zveze



## 5. MAJ, MEDNARODNI DAN BABIC

Saša Matko

Letošnji moto Mednarodne zveze babic (ICM) je: 100 let napredka mednarodnega babištva. Ob mednarodnem dnevu babic smo si v Sekciji medicinskih sester in babic zamislili, da se po predolgem času s kolegicami in kolegi ponovno snidemo v živo. Ta dan se je začel z aktivnostmi študentov babištva pod taktirko študenta babištva Tadeja Ornika in vodje Katedre za babištvo doc. dr. Ane Polone Mivšek ter pred. mag. Metke Skubic. Pripravili so stojnico ter mimoidoče seznanjali z delom babic in potrebnimi pripomočki za delo, prikazom anatomije ženskih organov, pravzaprav so imeli neke vrste simulacijsko delavnico, kar je privabilo veliko študentov drugih zdravstvenih ved, da so поблиže spoznavali babiški poklic. Manjkalo ni niti pozitivnih misli, sladkih čokoladic in toplega napitka. Seveda pa to še ni bilo vse, praznovanje se je namreč nadaljevalo tudi popoldne, kjer smo se kolegice in kolegi v okviru Sekcije MS in babic ob 15. uri zbrali pred Zdravstveno fakulteto Ljubljana. Ob registraciji smo prejeli sponzorska darila, za katera je poskrbela aktivna kolegica Gordana Njenjič. Razveselili smo se obrazov, ki jih že dolgo nismo srečali in se skupaj s študenti babištva odpravili na Ljubljanski grad. Manjkalo ni ne mladih ne starejših kolegic pa tudi ne upokojenih. Da bi ta dogodek obeležili tudi slikovno, smo imeli fotografa. Nezahtevna pot do vrha je bila čudovita priložnost za klepet in občudovanje sprememb v prestolnici, kar je bilo zanimivo predvsem za tiste, ki že od študijskih dni niso bili v prestolnici. Na vrhu smo se odpravili na ploščad in se sprehodili okoli gradu, pogled z vrha na prestolnico je kljub oblačnemu vremenu imel poseben čar, napolnjen je bil s pozitivno energijo, širokimi nasmehi in prijetnim vzdušjem. Po slabi uri smo se vrnili pred vhod v grad, kjer so nas čakali »lunch« paketi, da smo pomirili želodčke in zadovoljni še malo poklepetali. Našega srečanja nista zamudili niti predsednica Zbornice – Zveze Monika Ažman in izvršna direktorica Anita Prelec, ki sta se zahvalili za vse naše delo in trud ter nam ob našem dnevu čestitali. Vzeli sta si nekaj časa tudi za klepet in fotografiranje, seveda nista pozabili tudi na darilca naše krovne organizacije. S šopkom vrtnic sta se zahvalili tudi sedanji predsednici Saši Matko. Kratko a sladko je bilo naše druženje, kljub temu smo prijetno izkoristili in obeležili mednarodni dan babic. Čeprav sta za nami težki leti, nam je praznovanje mednarodnega dneva babic v živo dalo nove upe in energijo za nove izzive, hkrati pa obljubo, da se čez leto zopet snidemo.



Stojnica in študentje babištva

Udeleženci pohoda pred ZF Ljubljana



Vzpenjanje na Ljubljanski grad



Okrepčilo in klepet

Zaključna fotografija



# Strateški dokument EFN o napredni zdravstveni negi v Evropski uniji

Kot je zapisano že v Matriki EFN 3+1, igra napredna zdravstvena nega ključno vlogo pri krepitvi prožnosti zdravstvenih in socialnih sistemov v Evropski uniji in Evropi.

Evropska federacija združenj medicinskih sester (EFN) soglaša z opredelitvijo in smernicami za razvoj napredne zdravstvene nege v Evropi, ki jih je pripravil Mednarodni svet medicinskih sester (ICN). Smernice ICN so osnovane na trdnih dokazih, vsebujejo jasne opredelitve in opozarjajo na razlike med državami pri implementaciji napredne zdravstvene nege.

## Napredna zdravstvena nega

V tem dokumentu se napredna zdravstvena nega nanaša na napredne intervencije zdravstvene nege, ki vplivajo na klinične zdravstvene izide posameznikov, družin in različnih skupin prebivalstva. Napredna zdravstvena nega temelji na podiplomski izobrazbi in usposabljanju ter na točno določenih osrednjih merilih in ključnih kompetencah za opravljanje dela (AACN, 2004, 2006, 2015; Hamric & Tracy, 2019) (ICN, 2020).

## Medicinska sestra z naprednimi znanji

Medicinska sestra z naprednimi znanji je diplomirana medicinska sestra za splošno zdravstveno nego ali diplomirana medicinska sestra specialistka, ki je z dodatnim podiplomskim izobraževanjem (vsaj magistriranjem) pridobila potrebno strokovno znanje, kompleksne veščine odločanja in klinične kompetence za izvajanje prakse napredne zdravstvene nege – značilnosti te prakse oblikuje kontekst, v katerem je medicinska sestra pridobila kvalifikacije za izvajanje dela (prirejeno po ICN, 2008).

Najpogostejši vlogi medicinskih sester z naprednimi znanji sta diplomirana medicinska sestra klinična specialistka in diplomirana medicinska sestra z naprednimi znanji (ICN, 2020).

Napredna zdravstvena nega je na samem vrhu kontinuuma zdravstvene nege. Usmerjena je v spodbujanje kakovostne zdravstvene nege, ki temelji na dokazih, ter stremi k učinkovitejši porabi sredstev za zdravstvo. Zajema neposredne in posredne zdravstvene storitve, na primer celovito zdravstveno varstvo, promocijo zdravja, samostojno izvajanje pregledov in ocene stanja pacientov, zagotavljanje vodenja in razvoj zdravstvene nege, vključno z raziskovanjem in Interdisciplinarnim izobraževanjem. Delovna okolja vključujejo bolnišnice, akutno obravnavo, primarno zdravstveno varstvo in druga zunajbolnišnična okolja ter tudi e-storitve.

Razvoj poklicev v napredni zdravstveni negi ne pripomore le k izboljšanju kakovosti storitev ter preprečevanju nepotrebnih zapletov in sprejemov v bolnišnico, ampak lahko prispeva tudi k boljšemu dostopu do zdravstvene obravnave s krajšim trajanjem hospitalizacij, ponovnih sprejemov ter z zdravstvom povezanih okužb. Poleg tega lahko prispeva k povečanemu zaposlovanju in zadržanju medicinskih sester v poklicu zaradi boljših možnosti strokovnega razvoja – vse to je pomembno tudi zato, ker je trenutno stopnja izgorelosti med medicinskimi sestrami visoka. Napredna zdravstvena nega prinaša očitne koristi za paciente, saj kakovostna zdravstvena obravnava temelji na visoko izobraženih, predanih in izkušenih medicinskih sestrah.

Diplomirane medicinske sestre z naprednimi znanji lahko veliko prispevajo k upravljanju zdravstvenega sistema, zaradi njih se poveča učinkovitost, okrepi se k pacientu usmerjena zdravstvena obravnava in izboljšajo se zdravstveni izidi, kar vse prispeva k vzdržnosti zdravstvenih sistemov.

Za doseglo univerzalnega zdravstvenega varstva v Evropi je ključna implementacija poklicev v napredni zdravstveni negi, ki bodo prinesli nove, inovativne modele zdravstvene obravnave in medicinskim sestram zagotovili, da pri delu uporabljajo vse z izobraževanjem pridobljene kompetence (Regionalni urad Svetovne zdravstvene organizacije za Evropo, 2021). Toda napredek pri uveljavljanju poklica medicinske sestre z naprednimi znanji je počasen: le 30 % držav v evropski regiji ima na tem področju za medicinske sestre urejene zakonske predpise (SZO, 2020).



Članice EFN menijo, da je glede na trenutno in prihodnje stanje epidemije covid-19, ki je preobremenila zdravstvene sisteme in privedla do povečanih zdravstvenih potreb pri evropskem prebivalstvu, kar pa zahteva boljše in učinkovitejše načine organizacije in zagotavljanja zdravstvenih storitev, v Evropi nujno razviti poklice v napredni zdravstveni negi. Zaradi pandemije se je obseg sredstev za zdravstvo zmanjšal, potrebe po kakovostnih in varnih zdravstvenih storitvah pa se povečujejo, zato so poklici v napredni zdravstveni negi ključni za izboljšanje zdravstvenih izidov, najverjetneje tudi pri odpravljanju simptomov dolgega covid-19.

EFN torej poziva oblikovalce politik v Evropski komisiji, parlamentu in svetu ter druge deležnike v zdravstvu, da se pridružijo prizadevanjem in pospešijo razvoj napredne zdravstvene nege v Evropski uniji in Evropi, tako da:

- si prizadevajo za uveljavitev poklicev v napredni zdravstveni negi v Evropski uniji in s tem spodbujajo z dokazi podprto zdravstveno nego, univerzalno zdravstveno varstvo, cilje trajnostnega razvoja, kakovostno zdravstveno nego, zadržanje medicinskih sester v poklicu in njihovo zaposlovanje;
- pomagajo državam članicam, da razvijejo na državni ravni dogovorjene standarde za izobraževalne programe za napredno zdravstveno nego, ki morajo biti vsaj na stopnji magistrskega ali višje;
- pomagajo državam članicam, da vzpostavijo sistem formalnega priznavanja in podeljevanja licenc (zaščiten naziv) medicinskih sester v napredni zdravstveni negi na državni ravni in
- se pogovarjajo o možnosti za vzpostavitev evropskega okvira za napredno zdravstveno nego, ki bi se lahko uporabil na ravni držav za omogočanje regulacije, mobilnosti, primerjav znotraj države in med državami sodelovanja na področju raziskav in razvoja ter deljenja strokovnega znanja.

Vlade držav članic bi si morale skupaj prizadevati za:

- sistem registracij ali kvalifikacij, ki bi bil pravno priznan (zaščiten naziv), saj bi s tem zagotovili preglednost in zanesljivost poklicev v napredni zdravstveni negi in same napredne zdravstvene nege ter učinkovit sistem mobilnosti medicinskih sester z naprednimi znanji, kar ne bi predstavljalo tveganja za javno varnost;
- zanesljiv in učinkovit sistem zagotavljanja kakovosti za izobraževalne programe na področju napredne zdravstvene nege, ki morajo biti vsaj na stopnji magistrskega;
- zavezo, da lahko medicinske sestre z naprednimi znanji pri svojem delu uporabljajo vse z izobraževanjem pridobljene kompetence;
- zavezo za zagotavljanje stalnega strokovnega razvoja dveh najpogostejšima poklicema v napredni zdravstveni negi: diplomiranim medicinskim sestram z naprednimi znanji (Nurse Practitioner) in diplomiranim medicinskim sestram kliničnim specialistkam (Clinical Nurse Specialist);
- dovolj prožen sistem, ki se lahko odzove na prihodnje potrebe po delovni sili.

Na evropski ravni se zdi, da bi večja uskladitev izobraževalnih programov pripomogla k usklajenosti pri razvoju napredne zdravstvene nege. Medicinska sestra z naprednimi znanji je poklic znotraj zdravstvene nege (Matrika EFN 3+1, 2015). Zato potrebujemo jasno strategijo, s pomočjo katere bodo države članice lahko razvile skupen izobraževalni okvir, ki bo usklajen z Direktivo o poklicnih kvalifikacijah (2013/55/EU). Razmejitev odgovornosti mora biti jasno opredeljena in razumljena za vse tri kategorije v zdravstveni negi: medicinsko sestro za splošno zdravstveno nego (DIR 2013/55/EU), medicinsko sestro specialistko in medicinsko sestro z naprednimi znanji.

Še posebej zdaj, ko se skuša Evropa izviti iz primeža pandemije covid-19, si je treba zapomniti, da je pravočasen napredek pri razvoju napredne zdravstvene nege odvisen od pristnega sodelovanja med oblikovalci politik, učitelji in profesorji, delodajalci in medicinskimi sestrami. Le tako lahko zagotovimo, da bodo morebitne pobude ustrezale svojemu namenu. Vključevanje medicinskih sester in medicinskih sester z naprednimi znanji bo ključno za nadaljnji napredek.

#### Dodatno gradivo:

*International Council of Nurses (ICN) (2020). Guidelines on Advanced Practice Nursing. Available at: [https://www.icn.ch/system/files/documents/2020-04/ICN\\_APN%20Report\\_EN\\_WEB.pdf](https://www.icn.ch/system/files/documents/2020-04/ICN_APN%20Report_EN_WEB.pdf)*

*International Council of Nurses (ICN) (2008). The scope of practice, standards and competencies of the advanced practice nurse. Monograph, ICN Regulation Series. Geneva.*

*ENRF Policy Brief on APN*

*Canadian Nurses Association (CNA) (2019) Advanced Practice Nursing: A Pan-Canadian Framework. Author: CNA, Ottawa, Canada.*

*Finnish Nurses Association (2016). New roles for nurses – quality to future social welfare and health care services. available at: <https://sairaanhoitajat.fi/wp-content/uploads/2020/01/new-roles-for-nurses.pdf>*

*Hamric A.B., Tracy M.F. (2019). A definition of Advanced Practice Nursing. In M.F. Tracy & E.T. O'Grady (eds) Advanced Practice Nursing: An integrative approach, 6th Edition, St. Louis: Elsevier, pp. 61 – 79.*

*Maier C., Aiken L. and Busse R. (2017). Nurses in advanced roles in primary care: policy levers for implementation, OECD Health Working Paper no. 98.*

*EFN Workforce Matrix 3+1 (2017).*

*Available at: <http://www.efnweb.be/wp-content/uploads/EFN-Workforce-Matrix-3+1-Executive-Summary-May-2017.pdf>*

*Directive 2005/36/EC on the recognition of professional qualifications, amended by the Directive 2013/55/EU.*

*Available at: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:02005L0036-20140117&from=EN>*

*Rosa W.E. et al. (2020). Leveraging nurse practitioner capacities to achieve global health for all: COVID-19 and beyond. International Nursing Review first published: 02 October 2020. Available at: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/inr.12632>*

*World Health Organisation, Regional Office for Europe (2021). Building better together. Roadmap to guide implementation of the Global Strategic Directions for Nursing and Midwifery in the WHO European Region.*

*World Health Organisation (2020). State of the world's nursing 2020: investing in education, jobs and leadership.*

# Strateški dokument EFN o pridobivanju in ohranjanju odporne delovne sile v zdravstveni negi v Evropski uniji in Evropi

Ta strateški dokument temelji na predhodnem strateškem dokumentu EFN, ki govori o posledicah pomanjkanja medicinskih sester in prizadevanjih EFN, da bi opozorili na vse večje pomanjkanje medicinskih sester, njihove vse pogostejše migracije in staranje te delovne sile v Evropski uniji.

Ena od zahtev evropskega stebra socialnih pravic je zagotavljanje pravočasne in dostopne zdravstvene obravnave prebivalcem Evrope, za kar pa moramo imeti na razpolago primerno izobražene medicinske sestre. Pandemija covid-19 je razkrila pomanjkanje zakonskih uredb in finančnih sredstev na področju načrtovanja delovne sile v zdravstveni negi, ki bo kos prihodnjim izzivom. Z razočaranjem in nejevero ugotovljamo, da Evropska unija in njene članice niso izvedle vseh ukrepov za zagotovitev večje prožnosti evropskih zdravstvenih storitev.

Pandemija covid-19 je pokazala, da evropski zdravstveni sistemi niso bili dovolj prožni. Sistemi zdravstvenega varstva in javnega zdravja se morajo iz preteklih izkušenj čim več naučiti. Na ravni celotne EU je treba razviti, finančno podpreti in začeti udeležati zakonske uredbe, na podlagi katerih bo mogoče zagotoviti zadostno število medicinskih sester za nadaljnji razvoj in razširitev vlog medicinskih sester, nujnih za razvoj zdravstvenih storitev ter zagotavljanje varne zdravstvene obravnave na vseh ravneh zdravstvenega varstva. Zato mora EU od držav članic zahtevati, da vlagajo v

zagotavljanje prožne delovne sile v zdravstveni negi ter tako zaščititi Evropejce. Z uporabo orodja za izračun primanjkljaja delovne sile lahko ugotovijo, koliko medicinskih sester potrebujejo za zagotavljanje varne zdravstvene obravnave in v ta namen zagotovijo tudi finančna sredstva.

V poročilu Stanje zdravstvene nege po svetu iz leta 2020 je zapisano, da je treba izobraziti in zaposliti dodatnih šest milijonov medicinskih sester. Čeprav je razmerje medicinskih sester na število prebivalcev v Evropski uniji boljše od svetovnega povprečja, pa v poročilu opozarjajo, da *»številne bogate države ne izobrazijo dovolj medicinskih sester, da bi pokrili svoje potrebe po zdravstveni obravnavi, in se zato zanašajo na migracije medicinskih sester, kar povečuje pomanjkanje medicinskih sester v revnejših državah«*. To velja tudi za številne evropske države. V Evropski uniji je tako treba izobraziti več medicinskih sester za pokrivanje svojih potreb, jih bolje plačati, da bodo ostale v poklicu ter spodbujati druge države po svetu, naj ravnajo enako.

Rezultati številnih raziskav kažejo, da so izidi zdravljenja ob večjem številu strokovno izobraženih medicinskih sester boljši. Prav tako morajo načrti zaposlovanja odražati stopnjo zagotavljanja varnosti in vključevati število potrebnih medicinskih sester – načrti naj vključujejo tudi pripravljenost na nepričakovano povečanje potreb. Tako bi morali odločevalci za boljšo pripravljenost na pandemije in prožnost zdravstvenih sistemov zagotoviti, da medicinske sestre za svoje delo prejmejo primerno plačilo – s čimer bi priznali njihovo vrednost za družbo – ter da imajo državljani oziroma pacienti zagotovljeno najboljše možno zdravstveno varstvo, za kar pa je treba najprej

razporediti optimalni delež medicinskih sester, izobraženih po Direktivi 2013/55/EU, na vseh ravneh zdravstvenega varstva.

Kratkoročna in dolgoročna prožnost zdravstvenih storitev EU je odvisna od zadostnega števila medicinskih sester. Prožnost je mogoče doseči le, če EU izobrazijo dovolj medicinskih sester in če lahko te uporabljajo svoje znanje v bolj varnih delovnih okoljih. V EFN zato predlagamo vzpostavitev okvira in potrebnih ukrepov za prožno Evropo, ki si bo uspešno opomogla po katastrofi covid-19.

EFN poziva Evropsko unijo in evropske odločevalce:

1. da se posvetujejo z EFN in skupaj načrtujejo potrebe po novi delovni sili v zdravstveni negi za Evropo. Že pred covidom-19 so bili zdravstveni sistemi po vsej Evropi izpostavljeni vse večjim obremenitvam. Ne smemo pozabiti, da lahko državljani zdravstveno obravnavo poiščejo tudi v drugih državah EU, poleg tega so se ljudje, ki niso državljani EU, predvsem zaradi kriznih žarišč in podnebnih sprememb prisiljeni preseliti v države članice EU, kar še dodatno obremenjuje zdravstvene sisteme držav članic. Potreba po načrtovanju delovne sile v zdravstveni negi je zdaj še večja zaradi covid-19 in posledično stalno povečanih potreb po zdravstveni obravnavi ter zaradi dolgoročnih zdravstvenih težav ali celo smrti medicinskih sester, ki so delale s covidnimi bolniki. Ta evropski zdravstveni program mora sloneti na novem načrtovanju delovne sile v zdravstveni negi, ki naj se izpogaja v okviru socialnega dialoga. Cilj je povečati število medicinskih sester, ki delajo v evropskem zdravstvu in jih v tem prostoru tudi zadržati.
2. Pri tem načrtu morajo biti na ravni EU dorečeni ključni predpisi, med drugim obseg sredstev držav članic, ki so potrebna za zagotavljanje zadostnega števila zaposlenih medicinskih sester ter za izvajanje dodiplomskih in podiplomskih študijskih programov. Poleg tega je treba s kolektivnimi pogajanjmi določiti višino plač, ki bodo enakovredne plačam drugih poklicev s primerljivo stopnjo izobrazbe, da bi medicinske sestre zadržali in jih privabili v poklic.
3. Načrt mora podpirati oblikovanje politike na podlagi dokazov ter zadostno število medicinskih sester za zagotavljanje varne zdravstvene obravnave. Poleg tega mora vključevati tudi izobraževanje državljanov o zdravstvenih težavah in ustanovitev stalnih cepilnih ekip ter ekip za

promocijo zdravja na vseh ravneh, da bi zmanjšali posledice prihodnjih kriz.

4. Za dobro načrtovanje delovne sile v zdravstveni negi je nujno razpolagati s kakovostnimi statističnimi podatki (ILO, OECD, SZO). Statistične podatke na državni in evropski ravni je treba pridobiti z uporabo istih definicij za poklice v zdravstveni negi in zdravstvenih delavcev na splošno, saj s tem zagotovimo, da so podatki primerljivi in jih lahko uporabljamo na državni in evropski ravni za javne in zasebne zdravstvene sisteme.

Ne nazadnje bo EU ob zagotovljenem zadostnem številu primerno izobraženih medicinskih sester lažje ukrepala na vseh področjih dejavnikov zdravja prebivalstva (socialni, gospodarski in ekološki) s programi promocije zdravja in preventive, konec koncev pa bo le tako lahko svojim državljanom in različnim skupinam prebivalstva zagotovila svojo zavezo po zagotovitvi strokovne, pravočasne zdravstvene obravnave.

Zadostno število medicinskih sester za zagotavljanje varnosti pomeni, da je v celotnem sistemu obravnave pacientov vedno na voljo dovolj medicinskih sester s pravim razmerjem izobrazbe, veščin in izkušenj, da so lahko pacienti deležni nemotene zdravstvene oskrbe, delovno okolje in pogoji pa omogočajo, da lahko zaposleni zagotavljajo visoko kakovost oskrbe (ICN, 2018).

#### Dodatno gradivo

##### V besedilu citirani viri:

Aiken L et al. (2008) *Effects of Hospital Care Environment on Patient Mortality and Nurse Outcomes*, *Journal of Nursing Administration*, 38(5). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2586978/>

Aiken L. et al (2016) *Nursing skill mix in European hospitals: cross-sectional study of the association with mortality, patient ratings, and quality of care*. [www.qualitysafety.bmj.com/content/early/2016/11/03/bmjqs-2016-005567.full.pdf](http://www.qualitysafety.bmj.com/content/early/2016/11/03/bmjqs-2016-005567.full.pdf)

Aiken L. et al (2021) *Effects of nurse-to-patient ratio legislation on nurse staffing and patient mortality, readmissions, and length of stay: a prospective study in a panel of hospitals*. [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/piiS0140-6736\(21\)00768-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/piiS0140-6736(21)00768-6/fulltext)

EFN Workforce Matrix 3+1 [http://www.efnweb.be/?page\\_id=8220](http://www.efnweb.be/?page_id=8220)

EFN Workforce Matrix 3+1 Executive Summary

# Strateški dokument EFN o zdravstveni negi za naše zdravje in zdravje planeta

Politike za spoprijemanje s svetovnimi okoljskimi spremembami so pri načrtovanju politik za okrevanje po pandemiji covid-19 in evropskega zelenega dogovora prišle vse bolj v ospredje. Zdravje ljudi in planeta predstavlja ustrezen okvir za razumevanje in reševanje medsebojno povezanih vzrokov in posledic med zdravjem in temi spremembami.

(1) Medicinske sestre morajo odigrati ključno vlogo pri soustvarjanju in udejanjanju rešitev za naše zdravje in zdravje planeta. Odločevalci Evropske unije naj zato medicinskim sestram omogočijo, da prispevajo k blaženju posledic okoljskih sprememb in k prilagajanju nanje. Ključnega pomena bosta preventivna dejavnost ter informiranje javnosti o tveganjih in zdravih rešitvah, kar bodo izvajale medicinske sestre.

Netrajnostni družbenoekonomski sistemi povzročajo škodo okolju, vse to pa lahko ogrozi temelje naših zdravstvenih sistemov in napredek, ki smo ga dosegli v zadnjih desetletjih. To je z vsemi svojimi posledicami pokazala pandemija covid-19 Evropski uniji, Evropi in svetu.

V prvem poročilu Rockefellerjeve fundacije in komisije Lancet je zdravje ljudi in planeta opredeljeno kot »doseganje najvišjega možnega standarda na področju zdravja, blaginje in enakosti povsod po svetu s posvečanjem posebne pozornosti človeškim političnim, gospodarskim in družbenim sistemom, ki oblikujejo prihodnost človeštva in naravnih sistemov na Zemlji – slednji določajo varne okoljske parametre, v okviru katerih lahko človeštvo uspeva. Na kratko povedano je zdravje ljudi in planeta zdravje človeške civilizacije ter stanje naravnih sistemov, od katerih je ta civilizacija odvisna.« (2) Pri celostnem pogledu na zdravje ljudi in planeta obstaja več rešitev, kako nasloviti osnovne in okoljske dejavnike (npr. vzorce potrošnje in izgubo biotske raznovrstnosti), neposredne vzroke (npr. kakovost zraka ter izpostavljenost nalezljivim boleznim) in posredne faktorje (npr. obnašanje in upravljanje) posledic antropogenih sprememb na zdravje ljudi,

kakršne so na primer nalezljive bolezni in težave z duševnim zdravjem.(3)

Zato je zelo pomembno in primerno, da Evropska unija upošteva vidik zdravja ljudi in planeta pri sprejemanju politik ter ne pozabi, da bi lahko medicinske sestre k temu vprašanju veliko prispevale.

Medicinske sestre s svojim strokovnim delom uživajo največje zaupanje ter imajo možnost prebivalcem svetovati o spremembi življenjskega sloga in preventivi. Ker že zelo dolgo ozaveščajo prebivalstvo o boleznih in skrbijo za promocijo zdravja, je kot na dlani, da bi prav medicinske sestre lahko igrale pomembno vlogo kot nosilke sprememb pri različnih dejavnostih, ki se nanašajo na zdravstveni vidik lokalnih in svetovnih okoljskih sprememb.

Evropska federacija združenj medicinskih sester (EFN) predlaga, da se opredeli vloga in prispevek zdravstvene nege k zdravju ljudi in planeta ter določi prednostna področja ukrepov in predpogoje za učinkovito izvajanje dejavnosti. Zdravstvena nega za zdravje ljudi in planeta naj se osredotoča na zmanjševanje posledic okoljskih sprememb, ki jih povzroča človek, in sicer na področjih hrane in prehrane, tveganja za nalezljive bolezni in upravljanja z njimi, bremena nenalezljivih bolezni, migracij in spopadov ter duševnega in telesnega zdravja. Večina teh težav zajema več področij, zato bodo za spopadanje z njimi potrebne interdisciplinarne raziskave in načrtovanje ukrepov v sodelovanju z znanstvenimi in strokovnjaki.

Medicinske sestre lahko pomagajo obveščati prebivalstvo o potrebi po ustreznih predpisih in ukrepih na podlagi koncepta pozitivnih učinkov na povezavo med zdravjem in okoljem; ti ukrepi bodo imeli verižni pozitivni učinek za zdravje in ekosisteme. Glavna strokovna področja in področja ukrepov v zdravstveni negi zajemajo: (a) naravne rešitve, (b) »zeleno predpisovanje zdravil«, (c) preprečevanje težav, povezanih z onesnaženostjo zraka (ki je v Evropi kriva za 500.000 prezgodnjih smrti letno in povzroča stroške na letni ravni 166 milijard evrov (4)), (d) zavze-manje za zdravo in okoljsko trajnostno obliko prehranjevanja (rastlinska prehrana), (e) zmanjševanje odpadkov in učinkovitejše ravnanje z odpadki, (f) zavzemanje za zdravo telesno dejavnost in oblike mobilnosti z nizkimi emisijami, (g) poglobljen,



kompleksen razmislek o tem, kako se zavzemati za življenjski slog, ki je »dober za nas in za planet«, (h) sprejetje vseh potrebnih prilagoditev in ukrepov na področju pripravljenosti, da bi se povečala pripravljenost na prihodnje zdravstvene krize ter (i) zdravstvena nega za psihološke odzive na grožnjo, ki jo predstavljajo okoljske spremembe.

Če želimo učinkovito povečati vlogo zdravstvene nege pri skrbi za zdravje ljudi in planeta, je nujno treba okrepi vlogo medicinskih sester. Pri načrtovanju politik lahko medicinske sestre pokažejo svoje izkušnje, pridobljene v praksi, ter se zavamejo za ambiciozne ukrepe za zdravje ljudi in planeta vse od lokalne ravni do najvišjih ravni političnega odločanja. Pri sprejemanju politik za zdravje ljudi in planeta ter gospodarskih ukrepov lahko medicinske sestre usmerjajo »izdelke, storitve in rešitve, ki vključujejo ideje in načela za zdravje ljudi in planeta« ter sodelujejo pri spremljanju kazalnikov zdravja in blaginje ljudi in planeta ter s tem pomagajo izmeriti narejen napredek. Na področju promocije zdravja in preventive so lahko glavni vir informacij za svoje paciente in skupnosti o učinkih okoljskih sprememb na zdravje, poleg tega lahko s svojim delom spodbujajo življenjski slog, ki je dober za zdravje ljudi in za planet. Na ravni zdravstvenega sistema lahko medicinske sestre sodelujejo pri ekološki preobrazbi organizacij, v katerih so zaposlene, ter tako prispevajo k zmanjšanju izpustov toplogrednih plinov in različnih onesnaževalcev, ki nastajajo v zdravstvu, poleg tega lahko sodelujejo pri prilagoditvi infrastrukture in postopkov za boljšo pripravljenost na prihodnje grožnje. Nenazadnje lahko medicinske sestre na ravni posameznika in pacienta uporabljajo naravne rešitve, osveščajo paciente o zdravju planeta, prilagodijo svoje delo tako, da zmanjšajo okoljski odtis zdravstvene nege, ter se pripravijo na soočanje s posledicami globalnih okoljskih sprememb pri delu s pacienti.

Da bi uresničili to vizijo in poskrbeli, da ima zdravstvena nega osrednjo vlogo pri skrbi za zdravje ljudi in planeta, potrebujemo v Evropski uniji visoko izobražene in dobro plačane medicinske sestre in odlične delovne pogoje v zdravstvu, medicinske sestre pa je treba spodbuditi in jih opolnomočiti, da bodo odigrale aktivno vlogo v skupnosti in pred odločevalci.

Članice EFN zato pozivajo Evropsko komisijo, Evropski parlament in vlade držav članic (Svet Evropske unije):

1. da si prizadevajo in pomagajo določiti konkretne ukrepe na področju zdravstvene nege za zdravje ljudi in planeta, pri čemer naj medicinske sestre z naprednimi znanji prevzamejo vodilno vlogo;
2. da udeležijo načrt, v katerem ima zdravstvena nega vodilno vlogo za zdravje ljudi in planeta ter s tem zaščitijo zdravje ljudi in ekosistemov, od katerih je zdravje ljudi odvisno, in sicer pri vseh zakonskih uredbah, predvsem pa tistih, ki se nanašajo na evropski zeleni dogovor<sup>1</sup> s poudarkom na pravičnosti, ki naj bo glavno načelo;

3. da se zavzemajo za multilateralno, vključujoče vodenje s tem, da vključijo medicinske sestre v postopke odločanja. To bi lahko storili s sprejetjem medsektorskega okvira politik za zdravje ljudi in planeta;
4. da vlagajo v raziskave in ukrepe, s katerimi bi zagotovili sodelovanje medicinskih sester v postopkih odločanja in pri izvedbi ukrepov;
5. da vlagajo sredstva v poklice v napredni zdravstveni negi za izboljšanje preventivne dejavnosti in promocijo zdravja ljudi in planeta.

#### Dodatno gradivo

V besedilu citirani viri:

1. Buse CG, Oestreicher JS, Ellis NR, Patrick R, Brisbois B, Jenkins AP, et al. *Public health guide to field developments linking ecosystems, environments and health in the Anthropocene*. 2018;420–5.
2. Whitmee S, Haines A, Beyrer C, Boltz F, Capon AG, Ferreira B, et al. *Safeguarding human health in the Anthropocene epoch: report of The Rockefeller Foundation – Lancet Commission on*. *Lancet* [Internet]. 2015;386:1973–2028. Available from:
3. Myers S, Frumkin H. *Planetary Health – Protecting Nature to Protect Ourselves* [Internet]. 1st ed. Myers S, Frumkin H, editors. Washington DC: Island Press; 2020. 536 p. Available from: <https://islandpress.org/books/planetary-health>
4. De Bruyn S, De Vries J. *Health costs of air pollution in European cities and the linkage with transport* [Internet]. Delft; Available from: <https://cleanair4health.eu/>
5. Guzmán CAF, Aguirre AA, Astle B, Barros E, Bayles B, Chimbari M, et al. *A framework to guide planetary health education*. *Lancet Planet Heal* [Internet]. 2021;5196(21):19–21. Available from: [https://www.thelancet.com/journals/lanphl/article/PIIS2542-5196\(21\)00110-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanphl/article/PIIS2542-5196(21)00110-8/fulltext)

#### Drugi viri:

*A European Green Deal – Striving to be the first climate-neutral continent* [https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/european-green-deal\\_en](https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/european-green-deal_en)

*EU climate action and the European Green Deal* [https://ec.europa.eu/clima/policies/eu-climate-action\\_en](https://ec.europa.eu/clima/policies/eu-climate-action_en)

*EU climate action policy: Responding to the global emergency* [https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document.html?reference=EPRS\\_S\\_TU\(2021\)689378](https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document.html?reference=EPRS_S_TU(2021)689378)

*European Commission. An international treaty on pandemic prevention and preparedness* <https://www.consilium.europa.eu/en/policies/coronavirus/pandemic-treaty/>

*Protecting health in an environment challenged by climate change: European Regional Framework for Action*

<https://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/Climate-change/publications/2010/protecting-health-in-an-environment-challenged-by-climate-change-european-regional-framework-for-action>

<sup>1</sup> Pregled pobud za evropski zeleni dogovor [https://ec.europa.eu/clima/sites/default/files/eu-climate-action/docs/green\\_deal\\_birthday\\_tree\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/clima/sites/default/files/eu-climate-action/docs/green_deal_birthday_tree_en.pdf)

PRAZNOVALI SMO



# *Slavnostna akademija*

S PODELITVIJO NAJVIŠJIH PRIZNANJ  
ZBORNICE – ZVEZE ZA LETO 2022



LET ORGANIZACIJE

*Antonija Šifkec*

95



(Fotografije: Arhiv Zbornice - Zveze)



# Priznanje

ZA ŽIVLJENJSKO DELO  
ANGELE BOŠKIN

## Andreja Peternelj

Ob omembi imena Andreje Peternelj tisti, ki jo poznamo in smo imeli možnost spremljati njeno poklicno pot ter strokovno delovanje, pomislimo na njen velik prispevek k razvoju stroke zdravstvene nege in k prepoznavnosti strokovne organizacije Zbornice – Zveze; med njenimi izstopajočimi strokovnimi vsebinami delovanja so: negovalni oddelki, dolgotrajna in paliativna oskrba, kategorizacija pacientov, zakon o zdravstveni negi (ki ga, žal, še vedno nimamo). Spominjamo se tudi njene poklicne in pedagoške vloge v Bolnišnici Golnik in na Fakulteti za zdravstvo Angele Boškin na Jesenicah, oranje ledine pri vpeljevanju negovalne dokumentacije v prakso zdravstvene nege in veliko drugega. Ne moremo spregledati njene pomembne vloge na nacionalni ravni, npr. v Republiškem strokovnem kolegiju za zdravstveno nego, Zdravstvenem svetu, pri številnih domačih in mednarodnih projektih na različnih področjih – tako na zdravstvenih kot socialnih. Področja njenega delovanja so raznolika in jih je izjemno veliko. Vztrajno zagovarjanje razvoja stroke in pacienta ter konstruktivno sodelovanje tudi v težkih, izzivov polnih situacijah, so vrline in rdeča nit bogate profesionalne poti kolegice Andreje. Ob tem pa nas greje spomin na številna osebna sodelovanja na različnih področjih in ravneh, ko smo prav zaradi njene vizije in vztrajnosti velikokrat dosegli zastavljene cilje. Morda ne vseh, a vendarle je na številnih, nekaterih posebej poglobljeno, pustila močne sledi. Za prihodnje generacije. Za razvoj in tudi za zgodovino, ki je ni mogoče izbrisati.

Gospa Peternelj je po končani gimnaziji v Škofji Loki končala študij zdravstvene nege na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani in po skoraj trideset letih na isti – zdaj Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani – leta 2000 znova diplomirala na visokošolskem programu.

Svoje klinično in managersko znanje je od leta 1973 pridobivala na Kliniki Golnik (zavod je medtem spreminjal svoje ime) – na Kliničnem oddelku za pljučne bolezni in alergijo, od tega 20 let na oddelku za intenzivno nego in terapijo, kjer je bila 13 let vodilna medicinska sestra tega oddelka. Nato se je za tri leta preizkusila kot strokovna sodelavka za področje medicinskega potrošnega materiala pri podjetju Interpart, leta 1996 pa prevzela mesto pomočnice direktorja za področje zdravstvene nege na Kliniki Golnik. V tem času so pod njenim vodenjem prvi vpeljali negovalno dokumentacijo in se začeli osredotočati na kakovost in varnost v zdravstveni negi. Do upokojitve je ostala zvesta Golniku in zaključila kot svetovalka za področje zdravstvene nege. Eno leto (1997) je bila tudi predstavnica Interne klinike v Svetu zavoda Kliničnega centra Ljubljana, kamor je tedaj spadala Klinika Golnik.

Gospa Peternelj ima bogate izkušnje tudi na področju pedagoške dejavnosti: dvanajst let je bila izpraševalka prve pomoči na V. stopnji strokovnega izobraževanja, vodila je delavnice in zdravstvenovzgojne programe na Kliniki Golnik, bila habilitirana kot strokovna sodelavka za področje zdravstvene nege na Fakulteti za zdravstvo Angele Boškin na Jesenicah. Je tudi predavateljica na podiplomskem izobraževanju za specialna znanja s področja paliativne zdravstvene nege in oskrbe pri Zbornici – Zvezi.

Celovitost njenega delovanja bogatijo raznolika področja strokovnega izpopolnjevanja iz zdravstvene nege: v intenzivni dejavnosti, pri zdravstveni negi pacientov s kroničnimi pljučnimi obolenji, na področju paliativne oskrbe, managementa, komunikacije, organizacije dela. Njeno podiplomsko izobraževanje obsega področje transfuziologije, intenzivne zdravstvene nege, managementa v zdravstvu, zdravstvene nege kroničnih pljučnih bolnikov, specialnih znanj s področja paliativne zdravstvene nege in oskrbe. Tudi če zraven prištetjemo še izobraževanja v tujini (praktično izpopolnjevanje s področja managementa v Kanadi, iz rehabilitacije kroničnih pljučnih bolnikov in dolgotrajne zdravstvene in socialne oskrbe na Finskem in Nizozemskem, iz paliativne oskrbe na Poljskem), oris njenega izobraževanja še vedno ni zaključen.

Ves čas se je aktivno vključevala tudi v delo strokovnih sekcij pri Zbornici – Zvezi, aktivna je bila v njihovih izvršnih odborih. Veliko je predavala in pisala strokovne prispevke tako doma kot v tujini. V bazi Cobbis je do aprila 2022 najdenih 180 zadetkov.

Omeniti je treba še njeno znanstvenoraziskovalno dejavnost: bila je vodja nacionalne skupine za idejni projekt negovalnih oddelkov in bolnišnic v Sloveniji, razvijala je projekt negovalnih





oddelkov, bila vodja nacionalne skupine za razvoj dolgotrajne oskrbe, članica skupine za pripravo nacionalnega razvoja paliativne oskrbe pri Ministrstvu za zdravje in članica nacionalne skupine v mednarodnem projektu priprave klinične poti umiranja (liverpoolska klinična pot). Bila je članica skupine Alpe Jadran za vpeljavo mednarodne klasifikacije funkcioniranja, zmanjšane zmožnosti in zdravja v prakso v organizaciji Ministrstva za zdravje (MZ) in Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Bila je članica mednarodne skupine Evropskega združenja za raziskovanje v zdravstveni negi in oskrbi starejših, članica delovne skupine za bolnišnično kategorizacijo, članica projektne skupine Model orodja za zagotavljanje kakovosti s pomočjo dokumentacije v zdravstveni negi, članica skupine Evropskega združenja bolnišnic brez tobaka 2005, vodja pilotnega projekta Izvajanje celostne paliativne oskrbe v ljubljanski, gorenjski in pomurski regiji.

Prav tako je bila članica Stokovnega sveta pri MZ, članica Zdravstvenega sveta, članica delovne skupine za pripravo zakona o dolgotrajni oskrbi in delovne skupine na Zbornici – Zvezi za pripravo zakona o dejavnosti zdravstvene in babiške nege ter oskrbe, članica delovne skupine za paliativno oskrbo pri MZ in za pripravo državnega programa za paliativno oskrbo.

Koliko dela, znanja, entuziazma pa tudi prostega časa, odrekanja, dobre organizacije, energije je bilo treba za vse to angažiranje, za nenehno izboljševanje in razvoj stroke, matičnega zavoda, strokovne organizacije, zdravstvene in socialne politike in skrbi za pacienta, tudi hudo bolnega in umirajočega, v sistemu zdravstvenega in socialnega varstva!

Andreja Peternelj je leta 2002 prejela zlati znak Zbornice – Zveze in 2017 še srebrni znak Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v pulmologiji.

Od 1977 do 1978 je bila predsednica Pulmološke sekciji medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov pri Zbornici – Zvezi, en mandat njena podpredsednica in dva mandata članica izvršilnega odbora te sekcije. Na društvenem področju je pustila svojo zapuščino kot članica izvršilnega in nadzornega odbora Društva medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Gorenjske. Bila je vodja regijske koordinacije zdravstvenih in socialnih zavodov Gorenjske, vodja komisije za bolnike, zdravljene s kisikom na domu pri Društvu pljučnih

bolnikov Slovenije in članica Častnega razsodišča II. stopnje pri Zbornici – Zvezi. Še vedno je aktivna članica Stalne delovne skupine za paliativno zdravstveno nego in oskrbo pri Zbornici – Zvezi.

Če omenimo še članstvo v strokovnih odborih in komisijah, smo, upajmo, zaobjeli izjemno bogat življenjski, strokovni in poklicni opus naše spoštovane kolegice.

Poudarek njenega ustvarjalnega dela v zadnjih dvajsetih letih je bil na medpoklicnem sodelovanju, interdisciplinarnem povezovanju tako na horizontalni, vertikalni, politični ravni in na medresorskem sodelovanju.



Ob tej bogati poklicni poti se sprašujemo, koliko časa ji je ostajalo za zasebno življenje, vendar si kot dobra managerka ni pustila vzeti svojih radosti, ki ji izpolnjujejo tudi današnje dni: družina, vnuki, aktivni oddihi v hribih, hoja, kolesarjenje, vrtnarjenje, branje, druženje s prijatelji ... vse to je bilo mogoče usklajevati zaradi njenega spoštljivega odnosa do ljudi, do pacientov, sodelavcev, lastnega čeha, kjer je znala poslušati in slišati, nato pa preudarno vključiti svoje znanje, izkušnje, voditeljske in človeške vrline v zaključeno celoto. S konstruktivno komunikacijo je znala pomiriti, navdušiti in spodbujati hkrati. Da smo skupaj uspeli. Mnogokrat. Kjer še nismo – pri zakonu o zdravstveni in babiški negi – še bomo. Hvala, spoštovana Andreja Peternelj. Zelo te cenimo in najvišje priznanje Zbornice – Zveze ti izročamo z globokim priklonom.

*Obrazložitev pripravili:*

*D. Klemenc, I. Keršič*



# Zlati znak

## Tadeja Bizjak

Diplomirana medicinska sestra in magistrica zdravstvene nege **Tadeja Bizjak** ima 34 let bogatih delovnih izkušenj, od specialističnih do drugih dejavnosti na primarni ravni zdravstvenega varstva. V Zdravstvenem domu Piran je bila glavna medicinska sestra in si pridobila vodstvene delovne izkušnje. V tem obdobju so v zdravstvenem domu začeli program svetovanja za zdravje za odrasle in vzpostavili zdravstvenovzgojni center, kjer je od vsega začetka z drugimi izvajalci zdravstvenovzgojnih programov skrbela tako za organizacijski kot tudi izvedbeni del programa. Kot koordinatorica zdravstvenovzgojnih programov je v Zdravstvenem domu Piran skrbela za zdravstveno vzgojo otrok in mladostnikov ter vodila svetovalne zdravstvene programe za odrasle. Od leta 2018 vodi center za krepitev zdravja.

Tadeja nedvomno sodi med elito slovenskih medicinskih sester na primarni ravni in v promociji zdravja. Pri svojem delu je izredno strokovna, dostopna, razgledana in učinkovita. Med kolegicami je spoštovana in velja za pojem modrosti, razuma in pozitivne avtoritete. Je poštena, empatična in vedno pripravljena pomagati.

V različnih delovnih skupinah, strokovnih sekcijah in organih Zbornice – Zveze deluje že vrsto let, bila je med pobudnicami ustanovitve Sekcije medicinskih sester v promociji zdravja in zdravstveni vzgoji. Aktivna je bila v Društvu za zdravje srca in ožilja Slovenije ter v skupinah za promocijo zdravja, preventivo in preprečevanje odvisnosti Občine Piran.

Od leta 2001 do leta 2005 je bila predsednica regijskega Strokovnega društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper. Tudi v stanovskem društvu je pustila vidne sledi. Za vse to in še več si prav gotovo zasluži najvišje priznanje Zbornice – Zveze – zlati znak.



## Peter Černe

**Peter Černe**, mag. ZN, opravlja svoj poklic več kot 20 let. Kot zdravstveni tehnik se je zaposlil v reševalni službi Zdravstvenega doma Novo mesto in ugotovil, da mu je to področje pisano na kožo. V kolektivu izkušenih reševalcev si je hitro pridobival različna znanja in veščine in ob delu končal študij zdravstvene nege.

Sodelavci in vodstvo zavoda so prepoznali njegove organizacijske in vodstvene sposobnosti ter smisel za timsko delo in ga imenovali za vodjo reševalne službe, pred tremi leti pa za pomočnika direktorja za področje ZN.

Izobraževanje vseh članov tima in povezovanje z lokalno skupnostjo, sodelovanje z organizacijo Rdečega križa Slovenije in gasilci na področju promocije zdravja, zagotavljanja varnosti in zaščite prebivalcev ter pri drugih projektih zaposlujejo Petra Černeta. Prizadeva si za strokovni razvoj reševalcev v zdravstvu, urgentnim stanjem v zdravstvu pa je posvetil svojo magistrsko nalogo.

Svoje znanje kot mentor in inštruktor Sekcije reševalcev v zdravstvu že več let posreduje članom regijskega društva, sodelavcem, pripravnikom in študentom zdravstvene nege, zanje organizira in izvaja tečaje temeljnih postopkov oživljanja in izobraževanja iz nujne medicinske pomoči za gasilce dolenske regije. Za delo na športnem področju je prejel bronasto Bloudkovo značko.

Petra Černeta je regijsko društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Novo mesto leta 2010 nagradilo s srebrnim znakom.

Za njim je šele polovica poklicne poti in bo stroki zdravstvene nege gotovo še veliko prispeval, zato je zlati znak Zbornice – Zveze zahvala za minulo in spodbuda za prihodnje delo. Iskrene čestitke, spoštovani gospod Peter Černe.

## Anita Jelen

**Anita Jelen** si je prve izkušnje pridobila na urološkem oddelku v Univerzitetnem kliničnem centru v Ljubljani, kjer je delala 20 let. Večji del uspešne poklicne poti je posvetila področju enterostomalne terapije. Delala je s pacienti z vsemi



vrstami izločalnih stom, kronično rano, fistulo in inkontinenca. Leta 2006 je opravila tudi mednarodno Šolo za enterostomalne terapevte. V okviru Svetovalne službe zdravstvene nege UKC Ljubljana je sodelovala pri ustanovitvi posvetovalnice za stomiste.

Od leta 2014 opravlja delo glavne medicinske sestre na Dermatovenerološki kliniki UKC Ljubljana. Na njeno pobudo so na kliniki leta 2016 uspešno ustanovili specialistično ambulanto za obolenja parastomalne kože.

Izboljšanju kakovosti življenja pacientov je posvetila svojo magistrsko nalogo *Prevalenca razjede zaradi pritiska v Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana* in zanj prejela **Prešernovo nagrado**.

Trenutno dela doktorat iz managementa kakovosti na Fakulteti za organizacijske študije Novo mesto.

Z raziskavami in z zdravstvenovzgojnim delom prispeva k zagotavljanju kakovosti zdravstvene nege v bolnišničnem okolju, ambulantni dejavnosti in v lokalni skupnosti. Znanje in izkušnje prenaša neposredno na mlade kolegice in kolege in kot predavateljica študentom zdravstvene fakultete.

Polna entuziazma in vedno novih idej si ves čas prizadeva za čim bolj kakovostno ter učinkovito organizacijo dela na kliniki in vlogo medicinske sestre pri pacientu. Kot članica Odbora za zdravje in socialno varstvo v Mestni občini Ljubljana pa pozorno in kritično spremlja stanje tako na področju zdravstvenega kot socialnega varstva.

Gospa Anita Jelen prejme priznanje zlati znak Zbornice – Zveze. Iskrene čestitke.

### Doc. dr. Igor Karnjuš

**Doc. dr. Igor Karnjuš** je na poklicno pot stopil leta 2000 v Splošni bolnišnici Izola na oddelku za kirurgijo. Po sedemletnem intenzivnem kliničnem delu v zdravstveni negi se je odločil za akademsko pot in se zaposlil na Univerzi na Primorskem, Fakulteti za vede o zdravju, kjer se je leta 2011 habilitiral kot predavatelj, leta 2015 pa kot višji predavatelj.



Z letom 2018 je pridobil naziv docent in postal nosilec predmetov tudi na podiplomskem študijskem programu Zdravstvena nega, kot so simulacije negovalnih aktivnosti, dokumentiranje v zdravstveni negi in obravnava kritično bolnega pacienta v enotah intenzivne terapije.

Od leta 2020 je gospod Igor Karnjuš prodekan za kakovost za področje zdravstvene nege na omenjeni fakulteti. Najprej

kot predavatelj, kasneje kot avtor številnih prispevkov ter član strokovnih združenj doma in v tujini je sodeloval na številnih strokovnih konferencah. Predstavil je veliko člankov ter znanstvenih prispevkov. Sodeloval je pri devetih mednarodnih raziskovalnih projektih s področja zdravstvene nege.

Od leta 2017 je član uredniškega odbora Obzornika zdravstvene nege in član Delovne skupine za razvoj smernic duhovne oskrbe pri Zbornici – Zvezi. Od leta 2021 je tudi član Upravnega odbora Strokovnega društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper.

Poklicna pot je Igorja Karnjuša oblikovala v učinkovitega in predanega strokovnjaka, ki pri svojem delu vselej vidi možnosti in priložnosti za uveljavitev zdravstvene nege. Zaradi izrednega posluha za sočloveka je zelo cenjen in priljubljen tako pri študentih kot pri sodelavcih. Doc. dr. Igorju Karnjušu Zbornica – Zveza podeljuje priznanje zlati znak in se veseli še mnogih skupnih projektov in osebnih uspehov. Iskrene čestitke.

### Mag. Klavdija Kobal Straus

**Mag. Klavdija Kobal Straus** je poklicno pot začela kot zdravstveni tehnik v Domu upokojencev Idrija, nato kot diplomirana medicinska sestra, koordinator neinstucionalnih programov in nazadnje kot namestnica direktorja za področje zdravstvene nege.

Znanstveni magisterij je zaključila na Fakulteti za management v Kopru, naslov njene naloge je bil **Vplivni dejavniki na razvoj institucionalnega varstva starejših v občini Idrija**.

Kot predavateljica je sodelovala pri izobraževanju odraslih pri predmetu pomoč in oskrba v programu bolničar-negovalc. Na Fakulteti za zdravstvo Angele Boškin je nosilka in izvajalka predmeta Dolgotrajna oskrba.

Mag. Klavdija Kobal Straus je izjemna osebnost tako na profesionalnem kot osebnem področju. Njena poklicna kariera je zelo razgibana. Po delu v domu upokojencev se je zaposlila na Ministrstvu za zdravje, kjer je bila sekretarka in nato direktorica Direktorata za dolgotrajno oskrbo, danes pa je na Ministrstvu za zdravje vodja Sektorja za dolgotrajno oskrbo.

Od začetka epidemije covid-19 je mag. Klavdija Kobal Straus svoje življenje posvetila preprečevanju prenosa SARS-CoV-2 v domovih starejših občanov in drugih socialnovarstvenih zavodih. Dneve in noči je preživljala v in s socialnovarstvenimi zavodi in vodila delovno skupino koordinatorjev za preprečevanje in obvladovanje okužb s koronavirusom in drugimi nalezljivimi respiratornimi boleznimi.



Mag. Klavdija Kobal Straus se že dolgo zavzema za boljši status zdravstvene nege in oskrbe v socialnih zavodih in s tem za izboljšanje kakovosti življenja starejših.

Opus njenih strokovnih, raziskovalnih in publicističnih del je obširen in kaže na njeno širino znanja in zavzetost za napredek stroke zdravstvene nege. Delo mag. Klavdije Kobal Straus pomembno prispeva k uresničevanju strategije in razvoja zdravstvene nege. Iskrene čestitke za priznanje zlati znak gospe mag. Klavdiji Kobal Straus.

## Slavica Mencingar

**Slavica Mencingar** že od leta 1982 s svojim predanim in nesebičnim delom dokazuje, da delo izvajalcev zdravstvene nege ni samo poklic, ampak plemenito poslanstvo. Je vodja in izvajalka delavnic v Centru za krepitev zdravja Zdravstvenega doma Gornja Radgona.



Seznam njenih vsakodnevnih profesionalnih dejavnosti je predolg, da bi ga lahko v celoti predstavili, omenimo pa delo mentorice mladim, aktivnosti pri ozaveščanju občanov v okviru centra za krepitev zdravja na temo tvegane pitja alkohola, srčno-žilnih bolezni, sodelovanje z Nacionalnim inštitutom za javno zdravje, Ministrstvom za zdravje, vključevanje v raziskovalno delo ter delo v strokovnem regijskem društvu.

Veliko njenega strokovnega dela je namenjenega preventivi in ozaveščanju ljudi v lokalni skupnosti, kako pomemben je za ohranjanje zdravja zdrav življenjski slog.

Ponosna je na svoje sodelavce, spodbuja jih, da delujejo profesionalno, empatično in odgovorno. V ospredje pa predvsem postavlja dobre medsebojne odnose. Ne gre spregledati tudi njene človekoljubne pomoči vsem, ki jo potrebujejo.

Danes je predsednica Sindikata delavcev v zdravstveni negi Slovenije, v okviru katerega se neutrudno zavzema za ustrezno vrednotenje zaposlenih v zdravstveni negi, da bodo za svoje delo dostojno plačani in bodo svoj poklic lahko opravljali v ustreznih delovnih pogojih, prizadeva si za sprejem kadrovskega standardov in normativov na področju zdravstvene in babiške nege, čeprav včasih sama reče, da se »bori z mlino na veter«. Ampak optimizem in trdna volja ji ne dovolita predaje.

Spoštovana gospa Slavica Mencingar, naj vam priznanje zlati znak Zbornice – Zveza da še dodatno moč in energijo za vse vaše poslanstvo. Iskrene čestitke.

## Zorica Panić

Poklicno pot je **Zorica Panić** začela v Splošni bolnišnici Jesenice na kirurškem oddelku, nadaljevala pa v takratni enoti Centralne intenzivne terapije. Želja po znanju jo je popeljala na Visoko šolo za zdravstveno nego v Ljubljani, kjer je diplomirala in leta 2010 prevzela vodenje Enote intenzivne terapije operativnih strok, leta 2014 pa vodenje zdravstvene nege v kirurški službi. Hkrati je vpisala tudi podiplomski študij na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani in je pred zaključkom magisterija zdravstvene nege.



Zanimanje iz urgentnih kirurških stanj jo je popeljalo tudi na tečaj Advanced Trauma Care for Nurses (ATCN) – tečaj dodatnih postopkov oskrbe hudo poškodovanih ter tudi na tečaj Advanced Trauma Life Support (ATLS). V sodelovanju z zdravniškim društvom je na obeh tečajih zdaj tudi nepogrešljiva inštruktorica.

Zorica ima v bolnišnični zdravstveni negi pomembno vlogo, svoje znanje in poklicno delo je z leti razširila na različna področja. Delo mentorice, avtorice strokovnih člankov in raziskav pričajo o njeni profesionalnosti, strokovnosti in zanesljivosti. Odlikujejo jo vrline, vrednote in načela, ki so jo oblikovale v odlično medicinsko sestro.

Je izvrstna mentorica dijakom in študentom zdravstvene nege, spremlja novosti in se udeležuje srečanj na kirurškem strokovnem področju, kjer je aktivna tudi kot predavateljica. Zorica Panić dela v številnih projektih skupinah. Opravlja delo koordinatorja projektnega tima za vodenje in obravnavo pacientov z osrednjim venskim katetrom (OVK) in koordinatorja projektnega tima za zdravlila v regijski bolnišnici.

Je zelo aktivna v Društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske, kjer opravlja delo podpredsednice za splošne zadeve. Društvo ji je leta 2020 podelilo priznanje srebrni znak.

Za vse našeto Zbornica – Zveza Zorici Panić podeljuje zlati znak in ji iskreno čestita.

## Janja Perme Hajdinjak

Področje dela **Janje Perme Hajdinjak**, diplomirane medicinske sestre, magistrice ekonomskih in poslovnih ved, je povezano z bolniki z infekcijskimi obolenji. Na področju infekcijske intenzivne nege združuje svoje delo že dobrih 30 let. Zagotovo lahko trdimo, da je s svojim delom in predanostjo učinkovito pripomogla k preprečevanju in obvladovanju z zdravstvom povezanih okužb.

Od leta 2017 je nadzorna medicinska sestra Enote za intenzivno terapijo na Kliniki za infekcijske bolezni in vročinska stanja UKC Ljubljana. In prav ta intenzivna





enota se je prva srečala z obolelimi za covidom-19. Zaradi vseh neznank ob izbruhu te bolezni in naraščanjem števila okuženih je bilo delo v intenzivni enoti poseben izziv. Povsem spremenjena organizacija dela, zagotavljanje zaščitne opreme, novi pristopi zdravstvene obravnave bolnikov, skrb za sodelavce, ki so se znašli v stiski, selitve pacientov, opreme in zaposlenih na nove lokacije, usposabljanje novih sodelavcev iz različnih kliničnih okolij in krajev iz vse države in še mnogo drugega. Vloga Janje Perme Hajdinjak je bila v zadnjih dveh letih neprecenljiva in nezamenljiva.

Janji energije res ne zmanjka, ob predanem kliničnem delu je tudi doktorska študentka biomedicine na Medicinski fakulteti, poleg tega pa je zelo aktivna članica Strokovne sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v anesteziologiji, intenzivni terapiji in transfuziologiji, s katero tesno sodeluje pri organizaciji strokovnih srečanj in pripravi specialnih znanj. Kolegica Janja je bila ena prvih medicinskih sester, ki se je izobraževala v tujini na področju uvajanja kateetrov PICC z ultrazvočno metodo. To pa je še eno področje dela, kjer je tudi zelo aktivna.

Poklicna pot Janje Perme Hajdinjak je zanimiva in bogata, odgovorno delo, etično-moralna drža, strokovnost, širina, čut do človeka ter predanost stroki zdravstvene nege že pred epidemijo in še toliko bolj v času epidemije covid-19 jo je pripeljala med dobitnike najvišjega priznanja Zbornice – Zveze, zlatega znaka. Iskrene čestitke gospa Janja Perme Hajdinjak.

### Klara Peternelj

Klara Peternelj je kot višja medicinska sestra v patronažni službi Zdravstvenega doma Postojna začela pred več kot 41 leti. Želja po korenitejši spremembi jo je pripeljala na visokošolski študij zdravstvene nege, 1999 pa se je zaposlila na kliničnem oddelku za žilne bolezni v ljubljanskem kliničnem centru, a dve leti pozneje postala glavna medicinska sestra Zdravstvenega doma Sežana ter poskrbela, da je ta dobil naziv učnega zavoda. S kolegicami je bila in je še vedno mentorica številnim dijakom in študentom zdravstvenih ved. Orala je ledino pri vzpostavljanju programa CINDI na območju štirih občin, ki jih pokriva Zdravstveni dom Sežana. Od leta 2005, ko je opravila podiplomsko izobraževanje iz diabetologije, je tudi edukatorica v diabetološki ambulanti. Za pedagoško delo z ljudmi s sladkorno boleznijo je pripravila več didaktičnih pripomočkov, številne zloženke in knjižice.

Največji pečat Klarinemu strokovnemu delu je dalo njeno aktivno sodelovanje v endokrinološki sekciji. Bila je članica koordinacijske skupine za obvladovanje sladkorne bolezni pri Ministrstvu za zdravje. Sodelovala je pri pripravi kadrovskih standardov in normativov na področju edukacije v diabetoloških ambulantah ter programov za edukacijo ljudi s sladkorno boleznijo tipa 2.

Znanje in izkušnje s področja obvladovanja sladkorne bolezni posreduje referenčnim medicinskim sestram, diplomiranim medicinskim sestram v centrih za krepitev zdravja in zdravstvenovzgojnih centrih. Od leta 2017 organizira in sodeluje pri izvajanju Male šole diabetesa, namenjene timom družinske medicine in patronažnim medicinskim sestram v regiji.

Klara Peternelj ima med letošnjimi dobitniki priznanj najdaljšo karierno pot, a predana poklicu in bolnikom ne popušča, zato ji pripenjamo zlati znak Zbornice – Zveze s poslanico, naj na karierni poti v dobro vseh še vztraja. Iskrene čestitke spoštovana gospa Klara Peternelj.

### Mira Brodarič

Mira Brodarič je poklicno pot začela v Zdravstvenem domu Metlika in tej ustanovi ostala zvesta vse do danes. Na Visoki šoli za zdravstvo Univerze v Ljubljani je 2004 diplomirala in postala prva DMS v zdravstvenem domu. Od 2005 do 2011 je bila glavna medicinska sestra zdravstvenega doma, kar je od nje terjalo dobre organizacijske in vodstvene sposobnosti. Magistrski študij je zaključila 2009 z delom *Timsko delo in delovni procesi*. Za doktorat, ki ga zaključuje na Fakulteti za poslovne in upravne vede na Univerzi v Novem mestu, si je izbrala naslov *Finančni vidiki sladkorne bolezni v Beli krajini – prikaz stroškov kot breme skupnosti in družine*.

2011 je bila med prvimi medicinskimi sestrami, ki so na primarni ravni zdravstvenega varstva začele z novim, kompleksnim pristopom k bolnikom v »referenčnih ambulantah«.

Bogato znanje in dolgoletne izkušnje na vseh ravneh zdravstvene nege zavzeto deli med svoje sodelavce, uvaja novozaposlene, skrbi za dobro organizacijo in vzdušje v delovnem okolju, za kakovostno izobraževanje dijakov in študentov na učni praksi ...

Sodelovala je na številnih strokovnih srečanjih v organizaciji Zbornice – Zveze, na kongresih zdravstvene nege, Majhnovih dnevih, Dnevih Marije Tomšič, strokovnih srečanjih v organizaciji društva ... Kot predstavnica zdravstvene nege je bila od leta 2017 do leta 2021 tudi članica nacionalnega programa za obvladovanje sladkorne bolezni.

Je dolgoletna aktivna članica izvršnega odbora Sekcije MS in ZT v družinski medicini in DMSBZT Novo mesto. V vseh teh letih je zavzeto sodelovala pri različnih aktivnostih in dejavnostih tako sekcije kot tudi društva.





## Zaščitna sestra (sestra nudilja) in pisateljica Mara Husova



Marjeta Berkopec

Mara Hus (Vir: <http://www.dlib.si>)

Mara Hus se je rodila 24. novembra 1900 v kmečki družini v Sežani mami Ani (roj. Malalan) in očetu Antonu. Končala je pet razredov osnovne in dva nadaljevalne šole. Po prvi svetovni vojni in priključitvi Sežane Italiji se je v domačem slovensko usmerjenem mladinskem društvu aktivna, osemnajstletna Mara odločila za beg v mlado Kraljevino SHS.

V Ljubljani se je preživljala kot hišna pomočnica oziroma dekla. S pomočjo rojakinje, sežanske narodne delavke Maše Grom, ki je živela v Ljubljani, je leta 1922 odpotovala v Beograd in tam opravila maturo meščanske šole in v dveh letih končala »Školo za sestre nudilje«. (V Beogradu je bila sestrska šola ustanovljena leta 1921). Kot zaščitna sestra (sestra nudilja) je delala v takratni južni Srbiji, današnji Makedoniji. Od leta 1924 do 1937 je službovala v državnih zdravstvenih ustanovah in zavodih v Strugi in Bitoli. V Makedoniji se je poročila s slovenskim zdravnikom, ki je bil z njo v službi, toda »bil je duševno mrtev, vdan pijači« in je umrl že leta 1935. V težke razmere in kulturno zaostalo okolje se je kot zaposlena ženska in pisateljica težko vživela. Leta 1937 je bila po večkratnih prošnjah premeščena v Banjaluko in še naprej delala kot zaščitna sestra. V središču Banjaluke, kjer je živela, si je osnovala svoj krog slovenskih intelektualcev, ki so bili izrazito antifašistično usmerjeni. Leta 1941 se je k njej preselila sestra z družino. Mara je preživljala sebe in sestrično družino. Ves čas okupacije se je posvečala partizanski saniteti. V obleganju Banjaluke na silvestrovo 1944 je bila njena hiša polna oskrbovanih ljudi. 2. januarja je v hišo vdrla nemška vojska in pod streli je padla tudi Mara Hus. Pokopana je na katoliškem pokopališču v Banjaluki (Jevnikar, 2013; Ratej, 2020).

Mara Hus je pri osemnajstih začela pisati povesti in črtice in jih objavljala v revijah *Ženski svet*, *Naš rod*, *Vrtec*, predvsem pa v *Mladiki*, kjer je našla v uredniku Franu Saleškemu Finžgarju vodnika in svetovalca (Kocutar, 2021). V črticah in povestih je opisovala svoje težko življenje in življenje Slovencev v Makedoniji. V povesti *Njene službe* (Mohorjeva knjižnica 59, Celje 1933) je opisala svoja trpka leta, ko je delala kot

služkinja, zato ji je dala podnaslov »povest služkinje«. Druga povest *Živa plamenica* je izšla v *Mladiki* leta 1937, leto pozneje v Mohorjevi knjižnici. V njej je opisala svoj zakon in prizadevanje, da bi si ustvarila toplo družinsko ognjišče. Izbor njenih črtic je izšel v Kopru leta 1955 pod naslovom *Po odgonu in druge zgodbe*. Knjigo je uredil, ji napisal spremno besedo, predstavil pisateljico in bibliografijo njenih del prof. Viktor Smolej (Jevnikar, 2013).

Mara Husova je bila perspektivna pisateljica svojega časa, česar pa večinoma moški pisatelji niso sprejeli z naklonjenostjo. Dr. Mateja Ratej (2020) je zapisala, da pisateljice tedanji moški svet literature kajpak ni pričakal odprtih rok, vendarle pa recenzije ob prvencu še zdaleč niso bile tako ostre kot ob naslednjem poskusu daljšega literarnega besedila leta 1937, ki je nakazovalo na možnost ugnednitve pisateljčinega imena na slovenski Parnas. Leta 1934 je Jakob Šilc v *Domu in svetu* zapisal, da proza pisateljice še ni prečiščena in

ustaljena, vendar lahko v določenih delih "začuti-mo resnično utelešenje prave pisateljice, ki nekaj obeta." Boris Merhar je Mari Hus v *Ljubljanskem zvonu* očital, da "povezanost epskega dogajanja v povesti ni vseskozi skladno uravnana", njeno razumevanje socialne problematike pa se mu je zdelo "naivno optimistično". Kljub temu je milostno zaključil, da je knjiga jezikovno skrbno napisana in bo "kot obzirno vzgojna ljudska povest brez višjih ambicij marsikomu prijetno čtivo."

Da je slovstveno neizobražena in oddaljena od slovenskega kulturnega prostora pisateljica v svojem kratkem življenju v pisanju dosegla upoštevanja vredno kakovost, je zaključil tudi prof. Viktor Smolej, ki je uredil njeno knjigo *Po odgonu in druge zgodbe*.

Junija 1931 je v reviji *Ženski svet*, ki jo je vsak mesec izdajal Konsorcij »Ženski svet« v Ljubljani, izšla tankočutna črtica z naslovom *Sestra*. Leta 1931, ko je zgodba izšla, je imela sestra Mara že večletne poklicne izkušnje. Občutljivega pisateljčinega srca se je dotaknila revščina in beda, v kateri so živeli ljudje, ki jih je obiskovala na terenu. Do solz jo je ganila stiska preprostega človeka in že v uvodu se sprašuje, kam je šel ves idealizem, s katerim je vstopila v svoj plemeniti poklic:

*»Naša naloga je težka in častna; ve hodite pred nami, ve nosite kulturo najlepše, najčlovekoljubnejše vede v najširše plasti našega naroda. Vaša dobrota ne sme usahnuti; vaše usmiljenje*

*Do solz jo je ganila stiska preprostega človeka in že v uvodu se sprašuje, kam je šel ves idealizem, s katerim je vstopila v svoj plemeniti poklic.*



Črtnica Sestra, ki je leta 1931 izšla v reviji *Ženski svet* (Vir: *Ženski svet*, 1931)

in potrpljenje naj bo brez mej! Bodite angeli ljubezni in tolažbe! Pojdite, učite, delajte! Take in podobne besede so jim govorili visokoučeni ljudje in izkušeni gospodje. Učenke, mlade sestre, so jih poslušale s pobožnimi srci, polnimi vere in dobre volje. Potem so jih razvrstili v uradniške kategorije in jih pahnili v življenje. Tako je dobilo njihovo usmiljenje uradni pečat. Grenko se je nasmehnila mlada sestra ob spominu na tiste lepe besede, ki so se lovile po prašnem zraku šolske učilnice, lepe a ničeve kakor vodni balončki. Krepkeje je stisnila pod pazduho svojo torbico in se napotila v predmestje. To je bil njen kraj; Bog ve, zakaj so ji ga dali ... Morda zato, ker so vedeli, da tudi ona izhaja od njih; pa zato, da jih bo bolje razumela, da jim bo povsem blizu. Njeni varovanci in bolniki so bili raztreseni po razpadajočih barakah, vagonih in kolibah, ki so bile nedostojne za človeška bivališča. In tem trpinom bi morala pridigovati o higijeni stanovanja. Njim, ki zmrzujejo v razpadajočih cunjah, bi morala govoriti o topli in higijenski obleki; njim, ki pokušajo meso le parkrat v letu in to ob svetih praznikih, dopovedovati, koliko je zdravo jesti in kaj je pravzaprav tečna hrana. »Pijonirka kulture!« Ah, ugriznila se je v ustne in drobne solze so ji udarile v oči. «

Piše o svojih obiskih pri jetičnih bolnikih: »Koščena roka je zakrnila po zraku, na prosojen obraz so padle velike rdeče rože, usta so pomodrela in strahovito votel kašelj je trgal zadnje ostanke bolnikovih pljuč. Priskočila je k postelji in mu držala glavo, ki je v kašlju trdo udarjala ob desko. Kašelj je poje-njal in iz pomodrelih ust se je pocedil krvav peneč se curek.

Bolnikove oči so se zaprle trudno, kakor k večnemu snu. Le bleda, vsa vozljasta roka je grabila in iskala nekaj po odeji. »Nikar ne govorite!« je rekla sestra, ko je opazila na bolnikovem obrazu tak namen. Potegnila je cunjje iz zamašenega okna in bleda svetloba se je razlila po tleh ... »Hm, usmiljena sestra! Še umreti ne moreš v miru od te usmiljenosti,« so rekle v jeznem blisku bolnikove oči. «

Razmišlja o smislu svojega dela in o lastni nemoči, saj revežem, ki jih srečuje le težko kaj dosti pomaga: »No, pijonirka, zdaj pa na delo! Lepo mu reci, naj ne pljuje po zemlji, daj mu pljuvalnico, lepo in novo, saj si jo prinesla v torbi s seboj. Ali malo juhe, na to ni mislila uradna usmiljenost in je ni prinesla. In kako naj zrači svoje sobe. Pogled: tri korake je široka in celih pet dolga. V stenah so razpoke, skozi nje naletava sneg in veter žvižga svoje melodije. Glej: ves se koplje v znoju, kolikokrat naj se ta človek preobleče in kaj si prinesla s seboj? Par tenkih robcev, da obriše z njimi svoj trpeči obraz.«

In občutek krivde se prikraide v njeno srce: »No, sestrica, uradni pečat nosiš na svoji usmiljenosti in vendar si prišla, da s svojo prisotnostjo žališ veličino bede in smrti.«

Žalostno zgodbo Sestra zaključijo z besedami: »Pri vratih je stala zdravniška pomočnica, gledala konec borbe življenja in smrti s težkim občutkom, ki ga daje zavest, da si popolnoma odveč in da ne moreš nič, prav nič pomagati ... Zbežala je ven. Na nebu so se vžgale zvezde in med njimi je opazila dvoje steklenih oči, ki so na meji življenja in smrti poslale zadnji, neizbrisen očitek. Vzdrhtelo ji je telo in težka žalost se je zarila v njeno dušo.«

### Literatura

Husova, M. (1931). *Sestra*. *Ženski svet*, letnik 9., številka 6, 165–168 Available at: <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-KISCMI1Z0/e9dbdo7b-ob12-429a-8469-997ecfae4512/PDF> [19.1.2022].

Ječnikar, M. (2013). *Hus Mara (1900–1944)*. *Slovenska biografija. Slovenska akademija znanosti in umetnosti, Znanstveno-raziskovalni center SAZU*, 2013. Available at: <http://www.slovenska-biografija.si/oseba/sbi1012060/#primorski-slovenski-biografski-leksikon> [19.3.2022].

Kocutar, S. (2021). *Na današnji dan*. Available at: <https://radioprvi.rtvslo.si/2021/11/na-danasnji-dan-2125/> [19.3.2022].

Ratej, M. (2020). *Mara Hus*. In: Rataj M., ed. *Osebnosti slovenske medicine*. Ljubljana: Založba ZRC, 91–101.

### Vir fotografije:

Mara Hus (1900–1944). 19???. Available at: <http://www.dlib.si/?URN=URN:NBN:SI:IMG-4WE7T4GH> [19.3.2022].



# Ogled Vojaškega muzeja Tabor – Lokev



Irena Keršič, Darinka Klemenc

Članice Delovne skupine za ohranjanje zgodovine zdravstvene in babiške nege smo si v soboto, 23. 4. 2022, ogledale Vojaški muzej Tabor – Lokev na Primorskem, ki hrani vojaško zgodovino in kulturno dediščino slovenske novejšje zgodovine. Izredne zdravstvene razmere v zadnjih dveh letih niso bile v korist že dolgo načrtovani strokovni ekskurziji, zaradi katerih je bila trikrat prestavljena in zaradi različnih vzrokov številčno okrnjena.

Muzej je v obrambnem stolpu iz leta 1487, ki stoji v središču vasi Lokev in je bil odprt 14. avgusta 1994. Lastnik muzejske zbirke in upravitelj muzeja je Srečko Rože, ki so ga že v otroštvu pritegnile pripovedi deda Viktorja Rožeta, preživelega pripadnika avstro-ogrske vojske v prvi svetovni vojni, kot tudi pripovedi očeta Albina iz časa druge svetovne vojne. Poslanstvo Vojaškega muzeja Tabor - Lokev je zbiranje, evidentiranje, hranjenje in predstavljanje premične kulturne dediščine slovenske novejšje zgodovine s poudarkom Primorske (Anon, Razstavniki katalog).

Posebno pozornost smo doživele s prisotnostjo in vodenim ogledom lastnika muzejske zbirke Srečkom Rožetom, ki nas je popeljal skozi razstavne prostore dveh stalnih in dveh začasnih razstav. V prvem nadstropju je predstavljena prva svetovna vojna, in sicer soška fronta z zaledjem. Po stopnicah navzgor je predstavljeno obdobje fašizma na Primorskem. Na hodniku drugega nadstropja so na eni strani razstavljene fotografije in dokumentacija italijanske in nemške okupacije Slovenije, na drugi strani pa narodno-osvobodilni boj. V razstavnem prostoru drugega nadstropja je predstavljena druga svetovna vojna. Velik del zbirke obsegajo dobro ohranjene vojaške uniforme. Na podstrešju

obrambnega stolpa je razstava Avstro-ogrska vojaška parada, ki se osredotoča na paradne uniforme in pripadajočo opremo od feldmaršala, generalov, častnikov in vojakov različnih rodov vojske do civilnih državnih služb sodstva, finance, gasilcev, rudarjev, pošte ter dvornega uradništva. V kletnih prostorih je razstava Od Teritorialne obrambe do Slovenske vojske in predstavlja celoten razvoj od ustanovitve Teritorialne obrambe leta 1968 do njenega preimenovanja v Slovensko vojsko leta 1995 (Anon, Vojaški muzej Tabor - Lokev).



Strokovna ekskurzija z ogledom Vojaškega muzeja Tabor – Lokev. Od leve proti desni: Darinka Klemenc, Marjeta Berkopec, Irena Keršič, Ljubica Šavnik. (Vir: Irena Keršič, fotografija: Srečko Rože)

Po intenzivnem triurnem pridobivanju znanja v hladnih prostorih obrambnega stolpa in ob topli primorski joti se je skupinica podala do kraške jame pri Lokvi, ki je najstarejša turistična jama v Evropi. Skoraj dvesto let pred začetkom turizma v danes najbolj znanih kraških jamah v Sloveniji je bila jama Vilenica že priljubljen cilj popotnikov. Domačini so namreč verjeli, da v njej prebivajo dobre vile. Od tod je jama dobila ime. Vse do sredine 19. stoletja je Vilenica slovela kot najlepša, največja in najbolj obiskana jama matičnega Krasa, kasneje pa je zanimanje zanjo usahnilo in jama je tako ohranila svojo pristnost. Danes je Vilenica v dolžini 450 metrov spet urejena za obiskovalce. Plesna dvorana te čarobne jame je tudi kulturno prizorišče, kjer vsako leto podelijo mednarodno literarno nagrado vilenica (Anon, Kras).

Pridobivanje novega znanja, vpogled v zbrano razstavno gradivo, osebno vodenje velikega poznavalca s področja vojaške zgodovine in zgodovine drugih področij, prijetno druženje z izmenjavo izkušenj in sprehod po barviti kraški pokrajini so bili dovolj velik razlog za ponovno potrditev predloga članic delovne skupine, da je treba izkušnjo ponoviti v drugem kraju in drugem muzeju.

**Viri:**

*Anon. Razstavni katalog Vojaški muzej Tabor Lokev.*

*Anon. Vojaški muzej Tabor Lokev. Dosegljivo na: <http://www.vojaskimuzejtabor.eu/> [4. 5. 2022].*

*Anon. Kras. Jama Vilenica. Dosegljivo na: <https://www.visitkras.info/jama-vilenica> [4. 5. 2022].*



Srečko Rože pred razstavnimi predmeti razstave Avstro-ogrsko vojaška parada (Vir in fotografija: Irena Keršič).

## Razstava Zdravstvena nega v 20. stoletju v Zagrebu

Irena Keršič

V Zagrebu je bila v prostorih Pučkega otvorenega učilišta (Ulica grada Vukovara 68) 8. aprila 2022 otvoritev razstave Josipa Božića, mag. zdrav. nege, z naslovom (hrv.) »Sestrinstvo kroz 20. stoljeće« (slov. Zdravstvena nega v 20. stoletju), ki je del projekta Medicinska sestra v 20. stoletju.

Nosilec projekta, ki poteka v štirih sklopih v šolskem letu 2021/22, je Šola za medicinske sestre Vinogradska v Zagrebu, partnerji v projektu pa Zdravstvena šola Split, Društvo za zgodovino zdravstvene nege in Hrvaško združenje medicinskih sester. Razstava predstavlja celovit sklop kot zgodovina zdravstvene nege in njenih izvajalcev medicinskih sester, pri izvedbi katerega sta, izhajajoč iz publikacije, sodelovali Šola za medicinske sestre Vinogradska in Hrvaška zbornica medicinskih sester.

Namen projekta je preko različnih dejavnosti dijakov prikazati razvoj in profesionalizacijo zdravstvene nege prav na razstavi, pri kateri so sodelovali dijaki pod vodstvom mentorjev, med katerimi je bil vodja projekta in razstave Josip Božić. Kolega je magistriral v Sloveniji na Fakulteti za zdravstvo Angele Boškin. Moto razstave je Praznujemo preteklost, zavedamo se sedanjosti in označujemo prihodnost. Predstavljena je zbrana osebna zbirka arhivskega dokumentarnega, slikovnega in predmetnega gradiva, ki jo je zbral Josip Božić. Videno daje vpogled v razvoj zdravstvene nege na Hrvaškem, ponuja gradivo za nadaljnje raziskovanje, širi znanje dijakom in študentom zdravstvenih šol, povezuje dijake in mentorje v skupnih projektih, spodbuja medgeneracijsko sodelovanje učiteljev in mentorjev, hkrati pa je dovolj zanimivo za splošno javnost.

V sklopu razstave je bil izdan razstavni katalog, ki nas popelje skozi predstavljene razstavne sklope eksponatov, ki so jih z veliko navdušenosti in delovne vneme pripravili dijaki skupaj z mentorjem. Avtorji posameznih poglavij v katalogu npr. Pribor za aplikacijo terapije, Sterilizacija, Strokovna in izobraževalna literatura, Materiali iz gume, Instrumenti itd. so dijaki 4. in 5. razredov šole, ki so tako razvijali komunikacijske veščine, odgovornost, socialne veščine, kritično mišljenje ter promovirali zdravstveno nego kot stroko in aktivnosti šole v družbi.



Josip Božić, avtor razstave Zdravstvena nega v 20. stoletju (Vir: Šola za medicinske sestre Vinogradska. Dosegljivo na: <https://galerija.skolamedvinogradska.hr/picture.php?/1199/category/67>)

Razstava naj bi bila odprta do 16. maja 2022.

#### **Viri:**

Anon, 2021. Projekt Medicinska sestra kroz 20. stoljeće. Škola za medicinske sestre Vinogradska Zagreb, 11. 3. 2021. Dosegljivo na: <https://www.skolamedvinogradska.hr/projekti/Medicinska-sestra-kroz-20-stoljece> [7. 4. 2022].

Božić, J. (2022). Sestrinstvo kroz 20. stoljeće. Škola za medicinske sestre Vinogradska, Zagreb in Hrvatska komora medicinskih sestara.



Razstavljeni predmeti in delovna obleka medicinskih sestere. (Vir: Šola za medicinske sestre Vinogradska. Dosegljivo na: <https://galerija.skolamedvinogradska.hr/picture.php?/1199/category/67>)





## Zaživela prva platforma za iskanje dela za upokoјence



*Slovenija je odslej bogatejša za prvo stičišče starejših, ki želijo še naprej delati, in podjetij ter fizičnih oseb, ki potrebujejo zanesljive in izkušene delavce. Najdete jo na spletnem naslovu [www.Seniordela.si](http://www.Seniordela.si).*

Starejši par za računalnikom (Fotografija: Depositphotos)  
Mlad arhitekt in starejša sodelavka (Fotografija: Freepik)



SeniorDela.si je ena izmed prvih platform v Evropi, specializiranih za povezovanje ponudnikov dela in dela ter vključenosti željnih seniorjev. Z namenom povezovanja starejših zaposlenih in upokojujencev z gospodarstvom ter drugimi ponudniki dela ga je ustanovila skupina posameznikov, ki delujejo s poslanstvom detabuizacije starosti, medgeneracijskega povezovanja in omogočanja enakih možnosti starejšim.

### Upokojenci lahko zapolnijo kadrovske manko

Po podatkih Zavoda za zaposlovanje RS se trenutno več kot 50 % delodajalcev srečuje s pomanjkanjem kadra, tudi sicer pri nas in v številnih evropskih državah beležimo zgodovinsko visoko raven zaposlenosti. Podjetja vse bolj potrebujejo tudi kader za občasno, fleksibilno delo, mentoriranje in druge vrste pomoči, medtem ko seniorji pogosto iščejo dodaten zaslužek in se želijo tudi po upokojitvi aktivno vključevati v družbo ter predajati svoje bogate izkušnje ter znanje mlajšim generacijam.

Potrebe na trgu dela so trenutno tudi v merilu Evropske unije večje od dejanskih možnosti: bodisi ni potrebnih znanj bodisi je ljudi dejansko premalo glede na zahteve gospodarstva. Statistični podatki kažejo, da nove oblike dela naraščajo tudi v Sloveniji. Vse več se pojavljajo projektno delo, timsko delo s pisano paletto strokovnjakov različnih sposobnosti in kompetenc, pogodbeno delo, avtorsko delo. V Sloveniji imamo trenutno 645.000 upokojujencev.

Vlada je sicer v začetku leta za ublažitev posledic obsežnih bolniških odsotnosti zaposlenih ter karanten z interventnim zakonom povečala število ur, koliko lahko upokojenci delajo in hkrati prejemajo pokojnino. Še dodatna sprostitev zakonodaje glede dela starejših je napovedana tudi v volilnih programih nekaterih strank.

»Živimo v dolgoživi družbi, kar je in mora ostati dojeta kot velika pridobitev razvoja v prid vsemu človeštvu. Tretje življenjsko obdobje, čas po upokojitvi, zdaj pogosto traja tudi 30 in več let.« **Mitja Pajek, ustanovitelj SeniorDela.si** je ob evropskem dnevu medgeneracijskega sožitja poudaril pomen združevanja držnosti in novih znanj mladih z izkušnjami starejših in razbijanja stereotipov o starejših na trgu dela. »S platformo SeniorDela.si želimo s pomočjo medgeneracijsko osveščenih podjetij in posameznikov seniorjem omogočiti nadaljevanje aktivnega vključevanja v družbo tudi na trgu dela, obenem pa omogočiti družinam in posameznikom pomoč ter medgeneracijsko podporo.«

### Seniorji naj delajo toliko, kot želijo in zmorejo

Portal SeniorDela.si povezuje dela željne seniorje s ponudniki dela, kamor pa ne spadajo le podjetja, ampak tudi fizični

ponudniki dela, ki lahko na platformi najdejo pomoč pri storitvah in opravilih. Poleg povezav in priložnosti, da na jesen življenja najdejo svoje sanjsko delo, pa pridobijo člani portala tudi pomoč pri sklenitvi pogodb ter ogromno informacij o tem, koliko lahko senior dela, kakšne vrste pravnih oblik sodelovanja so najprimernejše in druge za delodajalce ter seniorje, ki se želijo ponovno vključiti na trg dela, pomembne informacije.

Za pravico starejših do dela brez omejitev se zavzema tudi **prof. dr. Ana Krajnc**, soustanoviteljica in predsednica slovenske Univerze za tretje življenjsko obdobje, ki meni, da bi morala delovna zakonodaja v Sloveniji odpraviti diskriminacijo po starosti tako za starejše delavce in za stare kot tudi za mlade. »Človek je rojen za delovanje in učenje, kot je ptica za letenje. Če ji odrežete peruti, umira. Tako je človek, če je po upokojitvi družbeno izločen, če nima možnosti za delo in učenje, obsojen na postopno umiranje.« Kranjčeva dodaja, da se država zaradi predsodkov odpoveduje delu blaginje, ki bi jo v korist tudi drugim generacijam lahko dali ljudje po upokojitvi.

»V delovnih okoljih potrebujemo vizionarje, kreativce in izvajalce, mladostno zagnanost, pa tudi plemenska znanja starejših. Zavedajmo se, da so pobude mladih enako vredne kot izkušnje starejših,« je prepričana **Tatjana Kolenc**, razvijalka mentorke kulture, ki delodajalcem na srce polaga, naj poskrbijo za ohranjanje in prenos znanja na mlajše generacije in starejšim sodelavcem omogočilo, da še naprej prispevajo k našemu razvoju in ostanejo aktivni člani ožje in širše skupnosti.

*23. in 24. maja 2022 v Sloveniji obeležujemo dneve medgeneracijskega sožitja.*

*Demografske spremembe, s katerimi se sooča ves razviti svet in s tem tudi Evropska unija, s sabo prinašajo številne izzive in priložnosti. Zaradi daljšanja življenjske dobe in nizke rodnosti se spreminjajo razmerja med generacijami. Projekcije prebivalstva napovedujejo Sloveniji v prihodnjih desetletjih mesto v skupini evropskih držav z najvišjim deležem starejšega prebivalstva.*

*Za dodatne informacije in izjave:*

***Mitja Pajek, mitja.pajek@seniordela.si,**  
**031 556 756***

# Svetovni dan zdravja 2022 na Otoku ljubezni



Metka Lipič Baligač, Splošna bolnišnica Murska Sobota

Generalna skupščina Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) je 7. april določila za svetovni dan zdravja. Tema letošnjega dneva zdravja je bila »**Naš planet, naše zdravje**«. V Pomurju smo ga obeležili v nedeljo, 8. aprila, v Ižakovcih na Otoku ljubezni. Obiskovalci so lahko spremljali zanimiv kulturni program, sodelovali v meritvah krvnega tlaka in sladkorja ter se razgibali ob vajah s fizioterapevtko.

V času pandemije, onesnaženega planeta in vse pogostejših bolezni (kot so rak, astma, bolezni srca in ožilja) je Svetovna zdravstvena organizacija na svetovni dan zdravja posvetila posebno pozornost nujnim ukrepom, potrebnim za ohranjanje zdravja ljudi in planeta ter spodbuja prizadevanja za ustvarjanje družbe, ki se osredotoča na dobro počutje svojih prebivalcev.

Prireditve sta že tradicionalno pripravila **Zavod za turizem, kulturo in šport Beltinci in Občina Beltinci**. Na stojnicah so se z zloženkami in izdelki predstavili Območno združenje Rdečega križa Murska Sobota, Klub bolnikov po možganski kapi Štrk Črenšovci, Center za krepitev zdravja Murska Sobota, Društvo diabetikov Murska Sobota, Društvo čolnarjev Dokležovje, Turistično društvo »Büjraš« Ižakovci, Prekmursko osteološko društvo Murska Sobota, socialno podjetje Zrirap, so.p. Beltinci, Društvo Dimek Beltinci in Društvo upokojencev Beltinci. Svojo stojnico smo imele tudi članice **Strokovnega društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja**, na kateri smo obiskovalcem merili krvni tlak in jim svetovali o zdravem življenjskem slogu.

Udeleženci prireditve so prišli z vseh koncev Prekmurja in Prlekije, peš ali s kolesi, z drugega brega Mure so se na Otok ljubezni pripeljali čez reko z brodom. Sprehodili so se lahko med stojnicami, kjer so dobili zdravstvenovzgojne vsebine in poskusili zdrave naravne jedi, tudi iz čemaža, ki ga je na Otoku ljubezni zelo veliko. Navzoče je pozdravil **župan Občine Beltinci Marko Virag**, ki je opozoril, da z zmanjševanjem okolijskih dejavnikov tveganja za zdravje (emisij, onesnaževanja zraka, zmanjšanjem hrupa, izboljšanjem kakovosti voda, ustreznim urbanističnim načrtovanjem, ustrezno infrastrukturo itd.) izboljšujemo kakovost življenja, tudi starejših odraslih. Slavnostna govornica je bila specialistka družinske medicine **Petra Činč Brest**. Kulturni program so obogatili otroci iz ižakovske enote beltinskega vrtca Mlinček Ižakovci in tamburaška skupina KUD Beltinci. Pod vodstvom **fizioterapevtko Metke Vlaj iz Splošne bolnišnice Murska Sobota** smo se udeleženci razgibali in se sprostiti ter tako naredili nekaj koristnega za svoje zdravje in dobro počutje.

Na prireditvi smo vse udeležence povabili k nadaljnji in še bolj aktivni skrbi za svoje zdravje ter jih opomnili, kako pomembno je ohranjati zdrav planet. Zavedanje, koliko bolezni in slabega zdravja je mogoče pripisati spremenljivim okoljskim tveganjem, lahko prispeva k prepoznavanju priložnosti za preprečevanje slabih vplivov in bi moralo dati zagon svetovnim prizadevanjem za spodbujanje učinkovitih preventivnih ukrepov z razpoložljivimi politikami, strategijami, intervencijami, tehnologijami in znanjem.

Vsaki, ki se je v nedeljo, 8. aprila, mudil na Otoku ljubezni, se je lahko sprehodil ob reki Muri in začutil spokojni mir v naravi. Otok ljubezni je prepoznavna turistična zanimivost Občine Beltinci in vsaki, ki ga obišče, se počuti prerojenega. Otok je v preteklosti večkrat obiskala tudi beltinska grofica **Marija Ifigenija Zichy**.

Vir: <https://www.njz.si/sl/regije/obmocna-enota-murska-sobota>



Otok ljubezni

Na stojnici Strokovnega DMSBZT  
Pomurja, predsednica Dragica Jošar



Dan zdravja

Fotografije: Metka Lipič Baligač

# Akutni mastoiditis – prikaz primera



Jernej Jeromel, Enota za splošno nujno medicinsko pomoč,  
Urgentni center Celje, Splošna bolnišnica Celje

## Izveček

Akutni mastoiditis (AM) je bakterijska okužba mastoidnih celic v mastoidni kosti, ki je tik za ušesom. Običajno je zaplet akutnega vnetja srednjega ušesa, najpogosteje pa nastane pri otrocih. Pri AM lahko pride do resnega zdravstvenega stanja, kadar se okužba razširi izven mastoidne kosti.

## Uvod

Nad mastoidnim izrastkom se pojavijo rdečina, bolečina in oteklina. Lahko se razvije tudi subperiostalni absces, tipa se lahko fluktuacija in uhelj na prizadeti strani štrli. CT preiskava pokaže prizadetost celic mastoida, širjenje vnetja subperiostavno, morebitne abscese ali znotrajlobanjsko širjenje vnetja (Mohor, 2008). Značilna je zabrisana retroavrikularna brazda, za uhljem nastane topla in pordela oteklina, ki lahko fluktuirira (subperiostalni absces), uhelj postane štrleč. Otokopsko je viden zožen sluhovod zaradi otekline zgornje in zadnje stene. Bobnič je navadno težje pregledan, kaže znake vnetja, lahko tudi perforacije. Prisotna je mešana izguba sluha (prevodna in senzorenevrnalna). Vnetni parametri v krvi so povišani. Klinična slika je, kljub povsem drugačni bolezni, zelo podobna vnetju zunanjega sluhovoda. Pacienti z znotrajlobanjskimi zapleti pa so navadno prizadeti, febrilni, lahko septični, poleg vnetja srednjega ušesa imajo glavobol, motnje zavesti in izražene meningalne znake. V primeru tvorbe abscesov

so prisotni fokalni nevrološki izpadi, lahko epileptični napadi, hemiplegija in afazija (Bernik in Urbančič, 2017). Prehospitalsna obravnava s strani nujne medicinske pomoči (NMP) je usmerjena predvsem v simptomatsko zdravljenje, kar je razvidno tudi v prikazu primera, kjer je sodelovalo vozilo urgentnega zdravnika (VUZ) in nujno reševalno vozilo (NRV). V prikazu primera so razvidni tudi določeni zapleti AM ter hospitalna, multidisciplinarna obravnava le-teh.

## Prikaz primera

**Prehospitalsna obravnava:** 51-letni gospod je prejšnji večer imel povišano telesno temperaturo, naj bi tožil za bolečinami v grlu ter tudi v levem ušesu. Naslednje jutro je bil gospod zmeden, reagiral je samo na bolečinske dražljaje. Ob prihodu ekipe NMP je bil tahipnoičen, tahikarden, oči je odpiral na bolečino, opažali so znake sekundarnega epileptičnega napada (gospod se je pomokril, ugriznil v levo spodnjo ustnico). Vitalne funkcije na terenu: RR 180/90 mmHg, frekvenca srca 119/min, frekvenca dihanja 50/min, saturacija brez dodanega kisika 97 %, telesna temperatura 38.0 °C, krvni sladkor 11.7 mmol/L. Prejel je midazolam v skupni dozi 10 mg, 0,9-% NaCl 500 ml, levetiracetam 1 g, paracetamol 1 g in tietilperazin 6,5 mg. Vso terapijo je pacient prejel intravensko. Zaradi težjega dostopa do stanovanja in posledično težjega prenosa pacienta do reševalnega vozila se je ekipa NMP skupaj s Poklicno gasilsko enoto (PGE) odločila za prenos pacienta s pomočjo gasilske avtolestve. Pri uporabi avtolestve je treba nameniti dodatno pozornost sami nosilnosti gasilske avtolestve, ki je seveda odvisna od tipa avtolestve, ki jo uporablja lokalno gasilsko društvo ali enota. Obvezna je uporaba osebne varovalne opreme skupaj z zaščitno čelado, priporočena je tudi uporaba varnostnega pasu za delo na višini ali globini in sistem vponk oz. samovarovalni komplet. Tokrat se





### Prenos pacienta s pomočjo gasilske avtolestve (Fotografija: PGE Celje)

**Hospitalna obravnava:** v urgentnem centru (UC) nadzor nad vitalnimi funkcijami, monitoring, EKG, LAB, RTG PC, CT venografija in CT glave nativno. Mikrobiološke preiskave: HAGT (neg), PCR, urinokulture in hemokulture. Dodatni ukrepi v internistični nujni pomoči (INP): 0,9-% NaCl 500 ml i. v., vstavitev TUK, sedacija, intubacija, arterijska linija, CVK, midazolam skupno 20 mg i. v., rokuronijev bromid 50 mg i. v., propofol 200 mg i. v. + 100 mg, ceftriakson 2 g i. v., ampicilin 2 g i. v. ter fentanil 50 mcg i. v. Ob postavljenem sumu na septično dogajanje ter sumu na meningitis se je za potrebe slikovne diagnostike ter lumbalne punkcije pacienta sediralo ter intubiralo, apliciralo empirično antibiotično terapijo po konzultaciji z infektologom. Glede na vse opravljene preiskave sta se v obravnavo vključila še nevrologinja ter specialist ORL. Odvzele so se vse potrebne kužnine, na preiskave je bil poslan tudi vzoreček likvorja. Pacient je bil premeščen v operacijsko dvorano ORL, nato pa v enoto intenzivne terapije operativnih strok (EIMOS). Diagnoze: septični šok, mastoiditis d. ušesa, motnje zavesti v sklopu okužbe, st. po sek. epi. napadu, tromboza sinusov in retenca urina.

je uporabila gasilska lestev PGE Celje, ki uporablja podvozje gasilske lestve proizvajalca Iveco, tip 180 E in z nadgradnjo proizvajalca Magirus. Omenjeno gasilsko vozilo ima lestev z delovno višino 42 m s pregibnim lestvenikom, nosilnost reševalne košare 400 kg in sistemom za nameščanje reševalnih nosil. Pri nosilnosti reševalne košare je treba upoštevati telesno težo pacienta, reševalca in gasilca, težo sistema za nameščanje reševalnih nosil, zgornji snemljivi del nosil, ki se uporabljajo v reševalnih vozilih, zajemalna nosila, imobilizacijske pripomočke ter drugo opremo, ki se glede na stanje pacienta uporablja za oskrbo in nadzor pacienta ob prenosu do reševalnega vozila. Več informacij lahko pridobite v dokumentu o tipizaciji gasilskih vozil, ki med drugimi opredeljuje tudi vozila za gašenje in reševanje z višin ter osnovo za izdelavo določil, ki jih predstavljajo točno določeni standardi ter na spletnih straneh posameznih PGE ali prostovoljnih gasilskih društev (PGD) (Gasilska zveza Slovenije, 2021).

### Razprava

51-letni pacient z znano arterijsko hipertenzijo ter s stanjem po operaciji na desnem ušesu zaradi holesteatoma je bil nato hospitaliziran v EIMOS, nato pa na nevrološkem oddelku za nadaljevanje zdravljenja streptokoknega meningoencefalitisa, posledične tromboze transverznega sinusa desno ter simptomatskega epileptičnega napada. CT glave je dodatno pokazal mastoiditis ter vnetje srednjega ušesa desno, zaradi česar je imel več kontrol ORL, vstavljeno je imel timpanično cevko. Ob kontroli ugotavljajo prisoten slabši sluh za višje frekvence desno. Sicer so pri pacientu nadaljevali antibiotično terapijo, po nasvetu infektologinje so po treh tednih antibiotične terapije prenehali z antibiotiki. Ob tem je prišlo postopno do upada vnetnih parametrov, drugi

dan hospitalizacije je sicer imel prehodno povišano telesno temperaturo, kužnine so ostale negativne (hemokulture ter Sanford urina), kasneje je bil afebrilen. Opravili so MR glave, kjer morebitni znaki abscesa niso bili vidni. Vidni so bili znaki meningoencefalitisa in ventrikulitisa. Na MR glave je bila vidna tudi zadebeljena sluznica desnega mastoida, brez znakov širjenja vnetja intrakranialno v priležnem delu. Predhodno prisotne tromboze transverzalnega sinusa, vidne na CTV ali tromboze drugih duralnih venskih sinusov ni bilo. Antikoagulantno terapijo z NMH so nadaljevali v terapevtskem odmerku, po navodilu antikoagulantne ambulante so začeli uvajati marevan. Zaradi simptomatskega epileptičnega napada ob sprejemu v bolnišnico je pacient opravil kontrolni EEG, ki je še kazal abnormnost, zato so le minimalno znižali odmerek lakozamida, odmerka levetiracetama pa niso nižali. Epileptičnih napadov med hospitalizacijo ni imel. Opravil je tudi EMG, kjer prepričljivih znakov za miopatijo ali nevropatijo ni bilo videti. Prisotne so bile le možne blage miopatske spremembe v proksimalni mišici na zgornjem udu levo. Klinično stanje se je med hospitalizacije dobro izboljševalo. Sodeloval je s fizioterapijo, s pomočjo katere so ga tudi posedali. Izdan je bil predlog za kompleksno rehabilitacijo v URI Soča. Laboratorijsko so ugotavljali postopno izboljšanje jetrne funkcije, markerji za virusne hepatitisov so bili negativni. Na željo svojcev so ga predhodno odpustili v domače okolje, kjer je počakal na vabilo za rehabilitacijo v URI Soča.

**Stanje ob odpustu:** ob pregledu je bil smiselno pogovorljiv in sodelujoč, evfazičen. Desno frontalno je bila vidna manjša rana po ICP. V področju MŽ jasnih izpadov ni bilo. Vrat je bil prosto gibljiv, brez meningizma. Na okončinah je bila groba mišična moč desnih okončin primerna, levo je bila prisotna blažja spastična hemipareza, pri testu na latentno parezo je okončini povešal. Teste koordinacije je izvajal primerno. Hodil je ob pomoči enega fizioterapevta, na krajšo razdaljo samostojno, hemiparetično levo. Terapija ob odpustu: Fragmin 10.000 I.E. zjutraj in 7.500 I.E. zvečer s.c. (do terapevtskega območja INR, nato se zdravilo ukine), Marevan 3 mg po shemi, Nolpaza 40 mg zjutraj, Keppra 500 mg na 12 ur, Vimpat 150 mg na 12 ur, Prenessa 8 mg zjutraj in Lercapress 10 mg 2x1. Izdali so napotnico za kontrolni MR glave, EEG preiskavo (ob izboljšanju je predvideno nižanje odmerka antiepileptične terapije) ter za kontrolni pregled pri specialistu ORL. Izdali so tudi napotnico za kontrolo v antikoagulantni ambulanti (antikoagulantna terapija je bila predvidena za obdobje treh mesecev).

## Zaključek

Naloga urgentnih ekip je v hitri prepoznavi, nujenju simptomatskega in ustreznega podpornega zdravljenja v obsegu zmožnosti ter napotitvi k specialistu otorinolaringologije (ORL). Izvaja se sledeča diagnostika: CT, avdiogram, timpanogram, uvede se antibiotično zdravljenje. Glede na razsežnost bolezni se odloča o kirurškem zdravljenju: miringotomija, vstavev timpanalnih cevk ali mastoidektomija. Odvzamejo se kužnine in po potrebi prilagodi antibiotična terapija. Kadar so prisotni znotrajlobanjski zapleti je zdravljenje kompleksno, poleg otorinolaringologa je pri zdravljenju pogosto nujno multidisciplinarno sodelovanje infektologa, nevrologa, internista, nevrokirurga itd. (2). Kljub znatnemu zmanjšanju obolevnosti in umrljivosti AM še vedno ostaja resen zaplet, ki lahko napreduje v življenjsko nevarni endokranialni zaplet, meningitis, lateralno sinusno trombozo ali intrakranialni absces. Kombinacija antibiotične terapije z operacijo mastoida pri najtežjih potekih bolezni občutno zmanjša smrtnost zaradi AM (Spremo in Udovčič, 2007). Pri preprečevanju omenjenih zapletov zaradi AM je ključen dober klinični pregled, zgodnje diagnosticiranje in zdravljenje te zahrbtno ter predvsem nepredvidljive bolezni (Luntz idr. 2012). Kot je bilo že uvodoma zapisano, je urgentna prehospitalna obravnava pacientov s sumom na okužbo mastoidnih celic v mastoidni kosti in z dodatnimi zapleti usmerjena v simptomatsko zdravljenje, stabilizacijo pacienta ter hitrim transportom v ciljno ustanovo, kjer se z multidisciplinarnim pristopom izvaja vzročno zdravljenje.

## Literatura

- Bernik, J. in Urbančič, J. (2017). *Urgentna stanja v otorinolaringologiji*. In: Prosen G., ed. *Zbornik predavanj: V. šola urgence, 5. letnik*. Ljubljana: Slovensko združenje za urgentno medicino, 120-122.
- Gasilska zveza Slovenije (2021). *Tipizacija gasilskih vozil*. Ljubljana: Gasilska zveza Slovenije, pp. 17-18.
- Luntz, M., Bertal, K., Brodsky A. idr. (2012). *Acute mastoiditis: the role of imaging for identifying intracranial complications*. *The Laryngoscope*, 122, 2813-2817.
- Mohor, M. (2008) *Mastoiditis*. In: Grmec Š., ed. *Nujna stanja, 5. izdaja*. Ljubljana: Združenje zdravnikov družinske medicine SZD, 173.
- Spremo, S. in Udovčič, B. (2007). *Acute mastoiditis in children: susceptibility factors and management*. *Bosnian journal of basic medical sciences*, 7(2), 129-133.

# Evropski tečaj oživljanja novorojenčkov (NLS)



Leja Ahačič, Splošna bolnišnica Jesenice

Po rojstvu se mora novorojenček v nekaj minutah prilagoditi na zunajmaternično življenje. Ta prehod je fiziološki pojav in približno 85 % novorojenčkov ob rojstvu začne spontano dihati. Po oceni Svetovne zdravstvene organizacije približno 6–10 % otrok po rojstvu potrebuje le nekaj ukrepov za uspešen prehod, pri približno 3 % pa so potrebni postopki oživljanja (Wyllie et al., 2015).

Tečaj »NLS« je priznan v okviru Evropskega reanimacijskega sveta (angl. European Resuscitation Councila oz. ERC) in Reanimacijskega sveta Združenega kraljestva (angl. Resuscitation Council UK), na katerem udeleženci pridobijo napredno znanje s področja oživljanja novorojenčkov in pomoč le-tem pri prehodu v življenje. Namenjen je vsem zdravnikom (pediatri, anesteziologji, ginekologji), diplomiranim babicam in diplomiranim medicinskim sestram, ki se srečujejo z novorojenci tako v porodni sobi kot tudi kasneje na oddelku.

Tečaj traja en dan in je zelo dobro zasnovan. Začne se s kratkimi izčrpnimi predavanji in se nadaljuje s praktičnimi delavnicami in scenariji po predhodno določenih skupinah.

Delavnice se delijo na tri dele:

1. dihalna pot in dihanje
2. oživljanje, kompresija prsnega koša in pulzna oksimetrija
3. žilni dostop (popkovni venski kateter)

Poudarek je na različnih tehnikah sprostitev dihalne poti in uspešnem začetnem predihavanju novorojenčka. Scenariji zajemajo najbolj pogoste možne zaplete, ki se lahko zgodijo ob porodu.

Za uspešno sodelovanje na tečaju je bistveno predznanje, zato je pred samim tečajem treba natančno in podrobno predelati vsa poglavja knjige »Newborn life support«, napisane v angleškem jeziku, za tem pa rešiti še elektronski vstopni PRE-TEST.

Tečaj ponuja dodelan sistem razmišljanja in ukrepanja po točno določenem algoritmu, ki tudi izkušenemu zdravstvenemu strokovnjaku služi kot primerno ogrodje pri oskrbi novorojenčka. Predavatelji so pri predajanju znanja zelo izčrpani in podajo bistvene napotke, kako se najbolje odzvati v določeni situaciji, ko novorojenček potrebuje strokovno pomoč.

Zadnji sklop tečaja sestoji iz praktičnega preizkusa znanja in pisnega testa (v angleščini), po uspešnem zaključku pa vsak tečajnik prejme licenco ERC, ki je za obdobje dveh let veljavna po vsej Evropi.

Za dodatne informacije o tečaju »NLS« se lahko obrnete na Petra Najdenova, dr. med., specialist pediatrije (predstojnik otroškega oddelka v SB Jesenice).

#### Viri:

Wyllie, J., et al. (2015). *European Resuscitation Council: Newborn Life Support; ERC guidelines.*



Udeleženci NLS skupaj z inštruktorji  
(Fotografija: osebni arhiv)

# Simbioza med mamo in dojenčkom



Marija Mezeg

Poporodno obdobje je čas velikih socialnih, telesnih in emocionalnih sprememb (Pajntar, 2004). Prihod novega člana prinese v družino poleg veselja tudi mnogo izzivov (Skočir, 2005), saj rojstvo otroka postavi starša pred povsem novo preizkušnjo. Pozornost, ki je je deležna ženska med nosečnostjo, se po porodu nenadoma preusmeri na potomca. Pogostokrat se namreč zgodi, da okolico zanima le še novorojenček, skrb za zdravje in dobro matere pa je nehote odrinjena na stanski tir.

Ženska, ki jo partner ljubi in podpira, lahko brezpogojno ljubi svojega dojenčka. Za njegov optimalni psihosocialni razvoj pa je potrebno, da je mati z njim v srečni in brezskrbni simbiozi, ki mora trajati vse do konca otrokovega dopolnjenega enega leta. Simbiozo lahko dosežejo matere, ki so ljubljene in se ne srečujejo z različnimi skrbmi, kamor npr. sodijo pomanjkanje osnovnih materialnih dobrin, strah pred izgubo zaposlitve, nerazrešena stanovanjska problematika, težave v partnerski zvezi itd. (Rugelj, 2015). Tudi uspeh dojenja, ki predstavlja glavni vir otrokove prehrane v prvem letu življenja, je močno pogojen z materinimi čustvi (Pajntar in Novak Antolič, 2004).

Mati mora biti dobro, partner jo mora ljubiti in sprejemati, da lahko brezpogojno ljubi svojega dojenčka. Za nemoteno in dolgotrajno čustveno simbiozo z otrokom potrebuje trajen vir ljubezni. Kljub novi življenjski vlogi pa je v prvi vrsti namreč še vedno ženska in moški mora nanjo gledati kot na partnerico in ne zgolj kot na mamo svojega otroka. Izpopolnjujoča partnerska zveza je torej ključna za dobro celotne družine.

Otroci, ki se rodijo v družinah, kjer so prisotni alkohol, droge ali nasilje, so zaznamovani že od samega začetka. Alkoholizem je eden izmed najbolj perečih problemov slovenske družbe. Uničuje družino, ki si zaradi nevednosti in nemoči sama ne more

pomagati. Mati, katere partner je alkoholik ali nasilnež, ne zmore ustvariti simbioze z dojenčkom. Ves čas živi v strahu. Ker ni ljubljena, tudi ne zmore brezpogojno ljubiti svojega otroka. Še vedno sicer lahko poskrbi, da je dojenček nahranjen, previt, umit itd., toda otrok živi v čustvenem uboštvu. Pomanjkanje materine ljubezni mora v takšnih okoliščinah nujno nadomestiti druga oseba (npr. sorodniki), v nasprotnem primeru se pri otroku kasneje lahko pojavijo posledice, kot so težave v šoli, prestopništvo, mladoletni alkoholizem itd.

Mlada mati je zaradi odsotnosti partnerjeve ljubezni pogostokrat dražljiva, jokava in tesnobra (Rugelj, 2015). Pomanjkanje podpore moža in bližnje okolice, nizko samospoštovanje ter nezadovoljstvo v partnerski zvezi so dejavniki, ki lahko po porodu še dodatno pripomorejo k nastanku poporodne depresije (Skočir, 2005).

Babice, ki se pri svojem poklicnem delu srečujemo z nosečnicami, se moramo na predporodnih pripravah posvetiti tudi partnerjem in jim predstaviti nujnost povezanosti med staršema po rojstvu otroka. Ne zadostuje zgolj fizična pomoč pri skrbi za dojenčka in sodelovanje pri gospodinjstvih opravilih. Ustvarjanje bližine je nujno, da se mlada mati počuti dobro. S spolnostjo je sicer priporočljivo počakati do prvega poporodnega pregleda pri ginekologu, vseeno pa lahko partner z dotiki in nežnostjo poskrbi, da se ženska počuti ljubljeno. Tako izpopolnjena bo lahko z brezpogojno ljubeznijo poskrbela za svojega dojenčka.

## Literatura:

Pajntar, M. in Novak Antolič, Ž. (2004). *Nosečnost in vodenje poroda. Cankarjeva založba*

Rugelj, J. (2015). *Pot samouresničevanja. Zdravljenje in urejanje zasvojenecv in drugih ljudi v stiski. Priporočnik za zdravo in ustvarjalno življenje. Ljubljana, založba Umco.*

Skočir, AP. (2005). *Glavne značilnosti poporodne depresije. Obzor Zdr N, 39, 119–129.*





## Novosti v babištvu



Rosemarie Franc

*Po skoraj dveh letih premora je bilo 8. aprila v Celju »v živo« organizirano strokovno srečanje babic, babičarjev in medicinskih sester, ki delujejo na ginekološko–porodniškem področju. Zanimiva predavanja in raznolikost predavateljev je opravičilo naslov strokovnega srečanja *Novosti v babištvu*.*

Ob predavanjih diplomiranih babic smo lahko slišali še strokovni prispevek diplomiranega babičarja in kar nekaj prispevkov zdravnic, specialistk in specializantk s področja ginekologije in porodništva.

Dr. Polona Pečlin je spregovorila o indukciji poroda, ki je v zadnjih letih v porastu. Opozorila nas je na v maju prihajajoče Novakove dneve, ki bodo docela posvečeni tovrstni tematiki. Dr. Marijana Vidmar Šimic je v svojem prispevku spregovorila, da so nosečnice bolj ogrožene za hujši potek bolezni covid-19 kot enako stare ne noseče ženske. Ob hujšem poteku bolezni je večje tveganje za prezgodnji porod in carski rez. Precepljenih nosečnic proti tej bolezni je v Sloveniji zelo malo. Cepljenje proti covidu-19 se svetuje nosečnicam ne glede na višino nosečnosti; doječim materam, ki jim ob tem ni treba prenehati dojit; ženskam, ki načrtujejo nosečnost oziroma so v postopkih oploditve z biomedicinsko pomočjo. Priporoča se cepljenje z mRNA cepivi. Babičar Jaka Osredkar je predstavil okužbe herpes simplex v času nosečnosti in obporodnem obdobju. Čeprav je do nedavnega veljalo, da je ob okužbi nosečnice s HSV za dokončanje nosečnosti najbolj optimalna rešitev carski rez, dandanes to več ne drži. V Sloveniji velja pravilo, da se nosečnost pri HSV seropozitivnih ženskah zaključi s carskim rezom le v primeru, da gre za primarno okužbo v tretjem trimesečju nosečnosti ali v zadnjih 12 tednih pred nastopom poroda, ob razpoku plodovih membran ali prezgodnjem razpoku plodovih ovojev pred dopolnjenim 34. tednom nosečnosti, če razpok traja štiri ure, pa do poroda še ni prišlo in kadar so pri porodnici prisotne aktivne genitalne herpetične lezije rekurentne okužbe ter poroda ob ustrezni virostatični terapiji ni mogoče odložiti za 48 ur. Sledilo je predavanje o oblikovanju nacionalnih protokolov druge in tretje porodne dobe, ki ga je predstavila babica Kaja Virant. Poudarila je pomen pisanja babiških nacionalnih protokolov, saj le-ti omogočajo enotno in varno babiško oskrbo. Specializantka ginekologije in porodništva Eva Bojc Šmid je govorila o porodih na domu, ki so v času epidemije znatno porasli. Zdravniška in babiška stroka sta enotni in porod doma odsvetujeta, kljub temu pa ima vsaka ženska pravico do izbire kraja, kjer bo rodila. V primeru izvajanja načrtovanega poroda doma je treba zagotoviti varnost, pri čemer je treba v celoti upoštevati leta 2018 objavljen dokument »Strokovne usmeritve za načrtovani porod

doma«. S predavanjem babice Zale Stopar smo se seznanili s porodnimi položaji, ki pripomorejo k preprečevanju hujših raztrganin presredka in zmanjšanju potreb po epiziotomiji. Po pregledu strokovne literature se priporočata predvsem dva porodna položaja: stranski bočni položaj in položaj na vseh štirih. Kaja Rebek, dr. med., je na primeru iz klinične prakse prikazala ukrepe ob inverziji uterusa. Gre za urgentno stanje v porodništvu, ki zahteva usklajeno delovanje vseh članov zdravstvenega tima. V nadaljevanju strokovnega srečanja nam je babica Renata Prašnikar predstavila pogled moških na spolnost v povezavi z njihovo prisotnostjo pri porodu. O občutkih moških pri porodu se premalo govori. Ugotovljeno je bilo, da so partnerji željni pogovora o spolnosti po porodu, zato bi moral pogovor o spolnosti postati stalnica poporodne obravnave otročnice. Babica Tina Žinko nas je opomnila o pomenu vzpostavljanja prvega stika staršev z novorojenčkom in v kasnejšem obdobju z otrokom. Kadar so odnosi v družini varni, se naši možgani, posebej na področju odnosov in čustvovanja, razvijajo najbolj polno in zdravo. Babica Mirjam Karič je svetovala uporabo slovenske različice vprašalnika Kennerley in Gath, s katerim bi si lahko pomagali pri presejanju žensk v porodnišnicah ob odpustu in v sklopu obiskov na domu. Tako bi lahko zgodaj odkrili tveganje za poporodno otožnost in nudili ženski potrebno podporo. Strokovno srečanje se je zaključilo s predavanjem dveh zdravnic specializantk ginekologije in porodništva. Mateja Sladič nas je seznanila, da je nosečnicam, ki imajo načrtovani carski rez in odobreno sterilizacijo Komisije za umetno prekinitev nosečnosti prve stopnje, kot metodo sterilizacije smiselno predlagati obojestransko odstranitev jajcevodov, kar ne predstavlja tveganje za zmanjšano ovarijsko rezervo in za pojav morebitnih drugih zapletov med ali po posegu, zmanjša pa tveganje za nastanek raka jajčnikov. Alja Špicar nam je nazorno predstavila ginekološka vnetja in njihovo farmakološko zdravljenje. Prav tako je pozvala k cepljenju otrok (tako deklic kakor tudi dečkov) proti humanim papiloma virusom.

Strokovno srečanje smo zaključili z mislijo, da so dobri perinatalni kazalniki kakovosti ne samo odraz odličnega strokovnega znanja, temveč tudi dobrega medsebojnega sodelovanja med vsemi udeleženci zdravstvenega, babiškega in negovalnega tima.

# Novosti in znanje kot podlaga kirurški zdravstveni negi



Tjaša Kladnik

Sekcija medicinskih sester in tehnikov zdravstvene nege v kirurgiji je 11. maja v Thermani Laško organizirala strokovno izobraževanje z naslovom *Novosti in znanje kot podlaga kirurški zdravstveni negi*. V okviru izobraževanja je izšel tudi zbornik predavanj z recenzijo z naslovom, ki ga je nosilo strokovno izobraževanje.

V uvodnem delu je udeležence pozdravila Adrijana Debelak, predsednica Sekcije medicinskih sester in tehnikov zdravstvene nege v kirurgiji. Skupaj s člani upravnega odbora sekcije je ves dan skrbela, da je izobraževanje potekalo nemoteno. Člani upravnega odbora so aktivno sodelovali kot moderatorji in peljali rdečo nit strokovnega izobraževanja.

V prvem sklopu izobraževalnega dela so udeleženci predavanj dobili vpogled v pomembnost kontrolnih seznamov v kirurgiji oziroma kako zmanjšati verjetnost napak.

Predstavljeno je bilo predavanje o zdravstveni negi starostnika po zlomu kolka ter o zadovoljevanju osnovnih življenjskih aktivnosti pri takšnem pacientu.

V nadaljevanju smo ozavestili, kakšna je vloga zdravstvene nege pri dvigu kakovosti življenja po poškodbi glave, saj so tovrstne poškodbe med najpogostejšimi travmatskimi poškodbami.

Na predavanju je bila predstavljena enota za pooperativni intenzivni nadzor Splošne bolnišnice Novo mesto, kamor so nameščeni pacienti po določenih operativnih posegih, ki potrebujejo obsežnejšo zdravstveno nego in terapijo.

Kot študija primera je bila predstavljena tudi zdravstvena nega pacienta po radikalni cistektomiji s kontinentno derivacijo

urina po Studurju. Rak sečnega mehurja je šesti najpogostejši rak na svetu in sodi med maligna rakasta obolenja. Cistektomija velja za najuspešnejšo metodo zdravljenja mišično invazivnega, na mehur omejenega raka sečnega mehurja.

Drugi sklop predavanj je zbrane poučil o hiloterapiji v maksilofacialni in oralni kirurgiji, to je alternativna metoda hlajenja po operacijah in svežih poškodbah, primerna za vsak del telesa. Predstavljene so bile aktivnosti zdravstvene nege pri vstavljanju v celoti implantiranega centralnovenskega katetra s podkožnim prekatom. Podkožna venska valvula je popolnoma implantiran zaprt centralni venski sistem, ki je velika pridobitev za paciente in zdravstveno osebje, saj omogoča varen in dolgotrajen venski pristop, zlasti pri onkoloških bolnikih, ki potrebujejo centralno venski kanal za daljše časovno obdobje.

Prisotnim so bili predstavljeni izzivi pri oskrbi bolnikov po amputaciji okončin. Prisluhnili smo razlagi o pomembnosti dobre informiranosti pacienta pred amputacijo, da ta posega ne doživi kot izhod v sili za ohranitev njegovega življenja, ampak amputacijo predstavimo kot dragoceno možnost zdravljenja, saj s tem zmanjšamo pooperativno anksioznost.

V zadnjih dveh letih, ko so bili obiski hospitaliziranih oseb močno okrnjeni, smo imeli izvajalci zdravstvene nege nalogo, empatično pristopati tako do pacientov kakor tudi do njihovih svojcev. Na predavanju smo prisluhnili besedam o empatiji ter poudarili pomen čustvene in emocionalne inteligence za ustvarjanje pristnih odnosov pri uresničevanju svojega poslanstva.

Prisluhnili smo predavanju o psihološki podpori in varnosti izvajalcev zdravstvene nege pri opravljanju poklica ter spregovorili tudi o njegovi temni plati, saj v naših življenjih pušča sledi, tudi zunaj delovnega časa.

V zaključku drugega dela se je zbranim predstavila robotka Frida, ki je občinstvo s svojim nastopom navdušila. Predstava je aktivnosti, ki jih bo izvajala v Univerzitetnem kliničnem centru Maribor, kjer bo v prihodnjih dneh implementirana kot aktivna udeleženka procesa zdravstvene nege pod budnim očesom strokovnjakov. Gre za mednarodni raziskovalni projekt HosmartAI, katerega namen je razbremenitev bolnišničnega osebja in izboljšanje psihosocialnih interakcij.

Tretji sklop predavanj nas je poučil o transplantaciji pljuč v Sloveniji ter pojasnil pooperativni nadzor pacienta po transplantaciji pljuč. Opredeljeno je bilo delovanje transplantacijske dejavnosti v Sloveniji ter aktivnosti, ki jih je treba izvajati pri pacientu pred transplantacijo pljuč in po njej.

Celodnevno predavanje smo zaključili z usvajanjem znanja na področju zapletov torakalnih drenažnih sistemov, Univerzitetni klinični center Ljubljana pa je predstavil lastni kazalnik kakovosti v zdravstveni negi kliničnega oddelka za torakalno kirurgijo.

Teoretični del smo prenesli v praktične veščine. Izvedli smo dve učni delavnici. Prva delavnica je ponudila znanje o zdravstveni negi pacienta s torakalno drenažo, druga pa je prikazala rokovanje medicinske sestre s trajnim plevralnim katetrom.

Teorija zdravstvene nege uči o pomenu celostne obravnave pacienta, v katerega je vključen tudi

humor. Ker se zavedamo pozitivnih učinkov smeha in razvedrila v vsakdanjem življenju, smo za konec predavanja medse povabili komika Tina Vodopivca. Ta je poskrbel, da so se naši obrazi razlezli v široke nasmeha in se glasno krohotali.

S pozitivnimi občutki in dobrimi mislimi smo odšli vsak svojo pot, saj smo po dveletnem premoru tovrstnih srečanj ugotovili, da nam druženj, izobraževanj in izmenjav dobrih praks zelo manjka. Prispevajo namreč k razvoju zdravstvene nege in kar je najpomembnejše, zagotavljajo boljše oskrbo pacientov ter s tem njihovo in naše osebno in poslovno zadovoljstvo.

**Utrinki s strokovnega srečanja**  
(Fotografiji: Arhiv Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji)





# Zofi & Florjan v Lipici ali implementacija nacionalnih priporočil o prehrani in telesni dejavnosti ob sladkorni bolezni tipa 2



Jana Klavs, Andreja Semolič Valič, Katarina Peklaj, Mojca Mesojedec, Klara Peternelj, Metka Fister

Epidemija nam je nekaj vzela, nekaj dala! Vzela nam je čas za implementacijo ob izidu Nacionalnih priporočil o prehrani in sladkorni bolezni tipa 2, dala nam je priložnost za ustvarjanje vizij, načrtov, programov in didaktičnih pripomočkov za edukacijo ljudi s sladkorno boleznijo.

Sredi maja se je v Lipici trlo nadobudnežev z različnimi pričakovanji o novostih na področju svetovanja o prehrani. Prvo izobraževanje z namenom spoznati nove principe svetovanja o prehrani ob sladkorni bolezni je tudi prvo, za katerega je strokovna sekcija v endokrinologiji pripravila certificiranje. Tako vemo, da so udeleženci poleg zanimivih vsebin odnesli tudi nova znanja. Upamo, da bodo izobraževanja, kot je Zofi & Florjan, ki sta mimogrede glavna lika nacionalnih priporočil, pripomogla k poenotenju svetovanja o prehrani ljudem s sladkorno boleznijo.

## Izpostavljam:

- Svetovalec se prilagodi željam in navadam osebe s sladkorno boleznijo.
- Pri sladkorni bolezni ni nobena hrana prepovedana.
- Oseba s sladkorno boleznijo ima enkrat na leto pravico do strokovnega svetovanja in edukacije ob odkritju bolezni/ob spremembi terapije.
- Programi na primarni in sekundarni ravni so zanimivi, interaktivni, s čisto svežimi didaktičnimi pripomočki.

- Florjanov krožnik je metoda, ki v svetovanje vključuje doslej precej prezrte navade, kot so pitje alkohola in uživanje sladice.
- Zofkina košara ustvarja »aha« efekt, saj malokdo ve, da s kosom črnega kruha prejme enako količino ogljikovih hidratov, kot če bi pojedel 6 vrečk kavnih sladkorčkov.

Nacionalna priporočila skušajo v slovenski prostor vnesti zavedanje, da je nujno treba doreči, kdo lahko svetuje o prehrani ob sladkorni bolezni, in da je škodljivo, če se vsak zdravstveni strokovnjak čuti poklicanega za to. Morda smo potrebovali predolgo, pa vendar prihajamo s priporočili do dejstva, da se navade odraslega človeka zelo težko spremenijo. Zato se svetovanje – edukacija osebam s sladkorno boleznijo prilagaja človeku. Antropologinja Margaret Mead je celo napisala: »Lažje človek spremeni vero kot prehranske navade!«

Strokovna sekcija v endokrinologiji je v prvi polovici 2022 pripravila sveže, zanimive didaktične pripomočke z inovativnimi metodami, kako svetovanje o ustrezni prehrani približati ljudem s sladkorno boleznijo. Slovenski prostor je bogatejši za Zofkino košaro, Florjanov krožnik in Zofkine tabele.

Zofkina košara uči, katera hrana vpliva na krvni sladkor in katera ne. Uporabna je za skupinsko ali individualno svetovanje, ob čemer oseba s sladkorno boleznijo spoznava živila, ki imajo ob zaužitju na sladkor v krvi večji ali manjši vpliv. Z vrečkami sladkorja (metoda Cukr iz nacionalnih priporočil) ponazorimo količino ogljikovih hidratov v danem živilu, npr. kos kruha vsebuje 30 g ogljikovih hidratov, kar je enako 6 vrečkam sladkorja za kavo.



Zadovoljstvo vodij delavnic po končanem izobraževanju Zofi & Florjan (od leve proti desni: Katarina Peklaj, Andreja Semolič Valič, Metka Fister, Mojca Mesojedec, Jana Klavs in Klara Peternelj)



Florjanov krožnik



Zofkina košara (Levo ob košaro se zlagajo živila, ki dvignejo sladkor v krvi, desno tista, ki ga ne dvignejo.)

Florjanov krožnik ponazarja vaš in naš, torej vsakdanji obrok, začenši z govejo juho, glavnim krožnikom, solato, kozarcem vina in sladico. Verjetno je to prvi »zdravi krožnik«, ob katerem se udeležencem na ustnicah izriše nasmeh, saj ugotovijo, da ne gre za »dieto«, ampak za prav navaden vsakdanji obrok. Florjanov krožnik uči, kako naj si človek oblikuje obrok, da naenkrat ne poje več kot 60 g ogljikovih hidratov. Za Florjanov krožnik smo izbrali v Sloveniji najbolj pogosto uporabljena živila in jedi. V načrtih je nadgradnja krožnika z živila, ki morda niso tradicionalna, pa vendar vsakdanja – pica, burek, tortilja, kebab, hamburger ipd.

Za mlajše in bolj zahtevne učeče udeležence edukacije so tu še Zofkine tabele, prehranske kartice in deklaracije živil. Njihov namen je opolnomočenje ljudi s sladkorno boleznijo do te mere, da iz deklaracij prepoznajo vpliv živila na krvni sladkor (tudi če gredo na potovanje, počitnice ipd.).



Zofkine tabele

Koda za dostop do priporočil



Strokovna sekcija je v namen poenotenja namenila sredstva, s katerimi želi zagotoviti, da bo vsaka ambulanta, ki izvaja skupinsko edukacijo, prejela vse tri komplete didaktičnih pripomočkov. Pogoj za pridobitev ličnih materialov je opravljeni certifikat za prehransko svetovanje (vsaj enega člana tima).

Več informacij bo v kratkem možno prebrati na spletnem portalu [www.e.diabetes.si](http://www.e.diabetes.si), s katerim ima sekcija velike načrte. Vedno manj medicinskih sester in vedno več ljudi s sladkorno boleznijo nas sili v razvoj hibridne edukacije, zato v naslednjih letih pričakujemo na omenjenih straneh video vsebine, ki bodo v pomoč tako edukatorjem kot ljudem s sladkorno boleznijo.

# Spolno zdravje kot del življenjskega sloga posameznika – si upamo ali je še vedno tabu tema?



Nataša Vidnar,

predsednica Sekcije medicinskih sester v promociji zdravja in zdravstveni vzgoji

Na krasen pomladni dan smo se strokovnjakinje s področja promocije zdravja in zdravstvene vzgoje končno (spet) zbrale v Velenju, v Hotelu Paka, na zelo zanimivem strokovnem izobraževanju – Spolno zdravje kot del življenjskega sloga posameznika.

Spolnost je še vedno tabu temu tema in o »njej« se ne pogovarjamo radi oz. je še vedno prisoten občutek sramu, da nekaj ne delamo prav. Čeprav smo strokovnjakinje, naša osnovna naloga je zdravstvenovzgojno ozaveščanje, pomoč ljudem, posameznikom, nam samim, pa nam na tem področju, pri teh vsebinah primanjkuje znanja oz. ne zmoremo.

Kaj šele spregovoriti o analnem spolnem odnosu in o tem celo svetovati? In o naši čudežni nožnici?

Vse te dvome, ali zmoremo o tem spregovoriti in se pogovarjati tisti, ki smo za to poslani in odgovorni, so nam

IO Sekcije medicinskih sester v promociji zdravja in zdravstveni vzgoji

na strokovnem izobraževanju odlično predstavili in razblinili strokovnjaki. Doc. dr. Boštjan Mlakar, proktolog in človek, ki se zaveda svojega poslanstva, nas je ozavestil in prepričal, kako pomembno je analno zdravje in da »ne smemo« pozabiti na tisto luknjo zadaj, vsaj enkrat letno bi si morali nastaviti ogledalo »tam zadaj« in si jo pregledati. Tudi »tam« se dogajajo predrakave spremembe, ki se pa lahko z ustrezno preventivo, za katero smo odgovorni vsi zdravstveni delavci, upočasnijo in je rezultat zdravljenja uspešen. Ugotovili smo, da je naloga vsakega od nas, ki smo bili prisotni, da ponese to vedenje v svoje delovne sredine in da se začnemo o tem pogovarjati. Kako je to pomembno pri mladostnikih – celostna spolna vzgoja, nas je prepričala asist. dr. Gabrijela Simetinger, strokovnjakinja in predsednica seksološkega društva.





Vsebine, ki jih podajamo, so zastarele in vsem že znane, novih pa NIJZ, kljub prepričevanju, ne umesti v kurikule in svoje vsebine zdravstvene vzgoje. Naša naloga in naloga Sekcije medicinskih sester v promociji zdravja in zdravstveni vzgoji je tudi ta, da opozarjamo na nove vsebine, ki so ohranitev, krepitev zdravja, predvsem ranljivih skupin zelo pomembne. Vsem vabljenim predavateljem, že omenjenima, kolegicama Majji Bizjak, Alison Kogoj in strokovnjakinjam prim. Luciji Vrabčič Dežman in Miroslavi Canjkar Kac, dr. med., spec. šolske medicine, iskrena hvala. Dan ste na po dolgem času naredile zelo zanimiv, pester, poln smeha in nam pomagale »počiti« mehurček tem, o katerih ne ali težko spregovorimo, so pa izrednega pomena za naše zdravje.

Ta dan so potekale še volitve za dva nadomestna člana IO Sekcije medicinskih sester v promociji zdravja in zdravstveni vzgoji, izvoljeni sta bili kolegici dr. Bernarda Hostnik in Klavdija Dvoršak. Obema iskrene čestitke in prepričana sem, da bosta nova energija IO sekcije, ki je bil izvoljen 16. 6. 2021. Hvala, kolegice IO sekcije, da s svojim strokovnim znanjem in dolgoletnimi izkušnjami v promociji zdravja in zdravstveni vzgoji pomagata, da smo kot sekcija tako prepoznavni in hkrati »kamenček v mozaiku« naših vlog in nalog.

Iz tega razloga smo tudi za leto 2021 predlagali kolegico Tadejo Bizjak, namestnico predsednice sekcije in članico IO, za prejemnico najvišjega priznanja Zbornice – Zveze, zlati znak. Iskrene čestitke, zaslužno!

Z željo ponovnega druženja, izmenjave mnenj, pozitivnega vzdušja s smehom in odlično evalvacijo udeležencev si želimo ponovnega snidenja na naslednjem strokovnem izobraževanju Sekcije medicinskih sester v promociji zdravja in zdravstveni vzgoji, ki bo 21. septembra v Šmarjeških Toplicah z naslovom Zasvojenost – edini zapor s ključavnico na notranji strani. Vabljeni!



Med predavanjem,  
doc. dr. Boštjan  
Mlakar, dr. med, spec.  
kirurg

Utrinki s predavanj

Fotografije: arhiv  
Sekcije medicinskih  
sester v promociji  
zdravja in zdravstveni  
vzgoji



# Kritično bolan otrok



Matjana Koren Golja

Klinični oddelek za intenzivno terapijo otrok Pediatrične klinike UKCL je 25. in 26. marca 2022 v prostorih Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana organiziral tradicionalni 21. izobraževalni seminar Kritično bolan otrok, ki se ga je udeležilo 120 medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov iz različnih oddelkov slovenskih bolnišnic, porodnišnic in zdravstvenih domov.

V današnji družbi brez znanja ne gre. Pri vseh poklicih se je treba zaradi hitrega razvoja in napredka tehnologije nenehno izobraževati. V današnji dobi imamo vsi veliko možnosti pridobivanja znanja, treba pa se je zavedati minljivosti znanja, marsikaj namreč lahko pozabimo, če ga ne obnavljamo oziroma uporabljamo. Znanje o obravnavi otroka, ki je kritično bolan, je nujno potrebno za povečanje uspešnosti zdravljenja. Ob znanju ne smemo pomisliti le na teoretično znanje, ampak je treba imeti v mislih tudi praktično znanje, kajti za uspešno zdravljenje kritično bolnega otroka je povezava teorije s prakso ključnega pomena.

Seminar Kritično bolan otrok je že enaindvajsetič povezal teorijo s prakso. Prvi dan seminarja so

potekala predavanja, ki so bila razdeljena v tri sklope. Drugi dan pa so bile organizirane delavnice. Epidemija je prekržala marsikatere načrte po pridobivanju znanja in po dveh letih premora nam je uspelo organizirati seminar v živo. Soočali smo se z izzivom, kako varno organizirati izobraževanje ob upoštevanju epidemičnih ukrepov. Rečemo lahko, da je bil tok epidemije tokrat na naši strani in so bile razmere ugodne. V času epidemije so bile objavljene nove smernice za oživljanje, ki so bile predstavljene tako v prvem sklopu predavanj kot tudi na učnih delavnicah. Otrok ni pomanjšana odrasla oseba, zato tudi obravnava odraslih in otrok z zastojem srca in dihanja ni enaka. Najpogostejši vzrok zastoja srca 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 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



Udeleženci strokovnega srečanja  
(Fotografije: Tina Roš)

krvnem obtoku že občutno zmanjšana. V primerjavi s smernicami iz leta 2015 je relativno malo novosti. Smernice za oživljanje otrok se nanašajo na vse otroke, stare od 0 do 18 let, razen novorojenčke takoj po rojstvu. Starejše otroke, ki imajo videz odrasle osebe, obravnavamo kot odrasle.

Izvajanje postopkov oživljanja ni rutinsko delo in se ne izvaja tako pogosto kot drugi postopki in posegi v zdravstveni negi. Posledica tega je manj praktičnih izkušenj in predvsem strah pred tem. Pri reanimaciji otroka gre za izjemno stresne okoliščine, kjer je zelo pomembna pravilna odločitev ter reakcija zdravstvenega osebja v danem trenutku. Prav zaradi tega je potreba po stalnem strokovnem izpopolnjevanju v kliničnem okolju nujna, da se zaposlenim v zdravstveni negi omogočajo treningi učinkovitega povezovanja teoretičnih znanj in praktičnih veščin.

Motnje srčnega ritma so v populaciji zdravih otrok dokaj redek pojav, v sklopu kritične bolezni otroka pa se nekoliko pogosteje pojavljajo. V tej skupini lahko pričakujemo tudi več življenjsko ogrožajočih motenj srčnega ritma. Zlasti pri slednjih je ključnega pomena pravilna in hitra prepoznavna, saj je od tega odvisna pravočasnost ukrepanja in zdravljenja. Ravno v tem delu se kaže nepogrešljiva vloga medicinske sestre, ki lahko s pravilno prepoznavo življenjsko ogrožajoče motnje ritma omogoči takojšnje ukrepanje ter s tem pomembno prispeva k zmanjšanju verjetnosti za neželene zaplete zdravljenja kritično bolnega otroka.

Zunajtelesna membranska oksigenacija (angl. Extracorporeal membrane oxygenation) je začasna podpora mehanski ventilaciji in cirkulaciji pri zdravljenju otrok s hudimi popravljivimi okvarami pljuč in/ali srca. Reanimacijska zunajtelesna membranska oksigenacija je ukrep ob srčnem zastoju v bolnišnici, ki ni odziven na ukrepe temeljnih in dodatnih postopkov oživljanja.

V kritičnih situacijah je uspešna vzpostavitev žilnega dostopa zelo pomemben zdravstveno-medicinski ukrep. Čas do vstavitve, varnost in učinkovitost žilnega dostopa so ključni dejavniki, ki pomembno vplivajo na preživetje. Periferna venska pot z vstavitvijo periferne venske kanile je najhitrejša pot vstavitve in je v kritičnih trenutnih prva izbira.

Prisotnost staršev pri reanimaciji pomeni v družino usmerjeno skrb, ki je temelj pediatrične zdravstvene obravnave. V zadnjem obdobju se veliko govori o prisotnosti staršev v vseh fazah zdravljenja njihovega otroka. Prisotnost staršev pri reanimaciji se je že večkrat izkazala kot dobra praksa.

Tehnologija gre z nezadržno hitrostjo naprej in tudi na področju zdravstvene nege omogoča veliko pomagala, ki služijo spremljanju sprememb otrokovega zdravstvenega stanja. Kljub vsemu pa smo medicinske sestre s svojim znanjem in izkušnjami še vedno najboljši monitor in težko bomo zamenljive.

V drugem sklopu predavanj so bili teoretično obdelani izzivi, pred katere smo bili postavljeni pri obravnavi kritično bolnih otrok v zadnjih dveh letih. Predvsem se je bilo treba soočiti z neznanim in zagotoviti varnost bolnim, zaposlenim in starešim bolnih otrok. Zavedati se moramo, da bo novih izzivov pri zdravljenju kritično bolnih otrok vedno več in da bo delo treba prilagoditi.

Aktualne teme, ki se jim morda še vedno posveča premalo, so bile predstavljene v tretjem sklopu. Otroci spadajo glede bolečine med najranljivejšo populacijo. Njihova hospitalizacija je zaradi diagnostike, terapije ali kirurških posegov povezana z vsakodnevnimi ponavljajočimi se epizodami akutne ali dolgotrajne bolečine.

Znaki odtegnitvenega sindroma po ukinitvi analgesedativne terapije se pojavijo pri večini kritično bolnih otrok, ki se zdravijo na intenzivnem oddelku iz različnih vzrokov. Pomembno vlogo pri prepoznavanju znakov imajo medicinske sestre, ki s svojim znanjem in izkušnjami vplivajo na omilitev in preprečevanje posledic ter poskrbijo za varnost otrok.

Skrb za kožo je pri kritično bolnih otrocih zelo pomembna. Pogoste se pojavijo poškodbe kože zaradi vlage, mehanske poškodbe kože in razjede zaradi pritiska.

V tem delu nismo mogli tudi mimo vedno aktualne teme o varni pripravi in aplikaciji zdravil.

S temo, ki ji na žalost posvečamo zelo malo pozornosti oziroma se pri zdravljenju kritično bolnih otrok škodljivih vplivov hrupa osebja in aparatur niti ne zavedamo dovolj, se je zaključil prvi dan.

Drugi dan so potekale učne delavnice, kjer so imeli udeleženci možnost pridobivati praktična znanja in veščine.

Po končanem seminarju so udeleženci s pomočjo spletnega vprašalnika imeli možnost izraziti svoje mnenje, ki nam bo v pomoč pri naslednjem seminarju.

Vodstvo kliničnega oddelka se skupaj s člani organizacijskega odbora najlepše zahvaljuje vsem predavateljem in vodjem učnih delavnic za aktivno sodelovanje na seminarju ter vsem, ki so bili pomagali pri izvedbi. Prav tako hvala vsem udeležencem, da so se odzvali vabilu.

# 1. mednarodni SeneCura simpozij kakovosti zdravstvene nege



Sonja Zver, Helena Kristina Halbwachs  
SeneCura, Dunaj, 7. 4. 2022

Pred nedavnim smo se udeležili prvega mednarodnega SeneCura simpozija kakovosti zdravstvene nege, namenjenega vodstvenim kadrom zdravstvene nege v SeneCurinih domovih starejših. Zbralo se je 130 direktorjev zdravstvene nege iz Slovenije, Hrvaške, Češke, Avstrije in Švice.

V dopoldanskem delu so bili ključna tema kazalniki kakovosti, ki se spremljajo po vseh SeneCurinih domovih. Številni

kazalniki se v centralno službo vodenja kakovosti iz vsakega doma poročajo mesečno, skupaj s komentarji in ukrepi ob morebitnih odstopanjih. Tam podatke skrbno pregledajo in interpretirajo strokovnjaki s področja kakovosti, ki se po potrebi vključijo v reševanje odstopanj. Za pravilno interpretacijo kazalnikov je treba dobiti pravilne podatke in upoštevati pogoje različnih držav, kot so kadrovske normativi in zakonodajne podlage. Ključni cilj zdravstvene nege nam je vsem enak – zagotavljanje visoke kakovosti zdravstvene nege ob upoštevanju avtonomije in dostojanstva stanovalcev.

Posebno pozornost smo namenili ukrepom omejevanja gibanja oziroma, kot se imenujejo v tujini, ukrepom omejevanja

svobode. Sem spada velik razpon različnih ukrepov – fizični (dvig posteljnih ograjic, fiksacija stanovalca na invalidskem vozičku, ure z alarmom) ter medikamentozni (nevroleptiki). V Avstriji in Švici imajo zelo strogo zakonodajo na tem področju. Zastopniki starejših



Slovenske udeleženke simpozija (od leve proti desni): Aleksandra Zel, Barbara Brečko, Simona Nedeljko, Sonja Zver, Maja Tavželj

(Bewohnervertretung), ki obstajajo v teh deželah, morejo biti obveščeni o vsakem ukrepu omejevanja svobode – tudi o dvignjenih posteljnih ograjicah. Pogosto nenapovedano obiščejo domove ter natančno preverjajo potrebe ter izvajanje ukrepov. Avtonomija stanovalca ima prednost pred vsem drugim.

Aleksandra Zel, direktorica zdravstvene nege v DSO SeneCura Maribor, je predstavila stanje na tem področju v Sloveniji ter v njihovem domu. Opozorila je na pomanjkljivo zakonodajo, saj Zakon o duševnem zdravju opredeljuje le najbolj drastično obliko posebnih varovalnih ukrepov, ki jih v naših domovih ne uporabljamo. V DSO SeneCura Maribor so uvedli že veliko ukrepov za zmanjšanje potreb po omejevanju gibanja, kot so individualne nemedikamentozne terapije (aromaterapija, glasbena terapija ...) ter posebna ureditev oddelkov demence s kottički, kjer se oskrbovanci zamotijo. Sem spada tudi uvajanje strokovnih smernic in številnih »minitreningi«, kot v SeneCuri poimenujemo interna izobraževanja.

Tudi v drugih državah v izogib ukrepom omejevanja gibanja uporabljajo razne tehnike preventivnega delovanja, terapije, validacijske pogovore ... Zelo pomembno je, da je stanovalec vključen v odločanje ter da se vključujejo tudi člani multidisciplinarnega tima (zdravniki, po možnosti klinični farmacevti, psihologi ...).

Seveda pa ne moremo mimo kadrovskih normativov in njihovega vpliva na ukrepe omejevanja gibanja. V Švici in Avstriji so kadrovski normativi mnogo višji, saj imajo nekajkrat več negovalnega osebja, predvsem diplomiranih medicinskih sester. Osebe si v takšnih pogojih lažje vzame čas za temeljito oceno individualnih potreb, načrtovanje zdravstvene nege, izvajanje ukrepov ter zagotavljanje varnosti vsakega stanovalca.

Ne nazadnje pa so pomembni tudi tehnični pogoji oziroma oprema, ki je na razpolago. V SeneCuri stremimo za tem, da so nam na voljo nizkotalne postelje, ki so za marsikaterega stanovalca mnogo bolj primerne kot dvignjene ograjice, ki pogosto predstavljajo še večje tveganje za padeč. Pri stanovalcih z demenco, močnim psihomotoričnim nemirom in begavostjo uporabljamo tudi varovalne magnetne zapestnice, ki oddajo signal, ko stanovalec zapusti enoto ali dom. Trenutno poteka projekt testiranja vzmetnic s senzorji, ki še krepi varnost določenih stanovalcev, saj lahko zaposleni hitreje zazna, kdaj potrebujejo pomoč.

Veliko zanimivega in poučnega je bilo povedano iz vseh držav in kljub nekaterim razlikam smo spoznali, da imamo veliko skupnega.

Popoldanski del predavanj pa je bil namenjen opolnomočenju vodilnih kadrov v zdravstveni negi. Prvi predavatelj dr. Eric Heinen - Konschak, avtor knjige o strategijah vodenja, je predstavil, kako voditi v negotovih časih. Poudaril je ključne značilnosti, ki naj bi jih imel vodja, kot sta jasna vizija ter zaupanje v svoj tim. Predstavil je tehniko vodenja, posebno primerno za negotove čase, imenovano »Effectuation«. Pri njej se moramo osredotočiti predvsem na razpoložljive vire, vključno z lastno notranjo močjo. Na to se je navezal tudi naslednji predavatelj Ralph Goldschmidt, ki je predstavil, kako ostati notranje močan v turbulentnih časih. Nerealna pričakovanja, da smo vedno srečni in zadovoljni, nas še bolj potrejo, čemur se lahko upremo z različnimi tehnikami, kot je na primer čuječnost. Predavanje je zaključil z nasvetom, da vsako jutro dobrohotno pozdravimo prihajajoč dan ter sprejmemo, kar nam prinaša – dobro in slabo, saj se ravno iz zadnjega veliko naučimo in notranje rastemo.

Ob zaključku smo sklenili, da bo mednarodni SeneCura simpozij o kakovosti zdravstvene nege postal vsakoletna tradicija. Pomembno je, da se med seboj spoznavamo ter menjamo izkušnje, dobre prakse, pa tudi kakšno napako, iz katere se lahko kaj naučimo.

#### Najzanimivejši strokovni povzetki srečanja:

- Število ukrepov omejevanja gibanja, fizičnih in medikamentoznih, je pomemben indikator kakovosti zdravstvene nege.
- Ukrepi omejevanja gibanja spadajo med najbolj občutljive etične dileme ter zahtevajo temeljito presojo o upravičenosti.
- Avtonomija stanovalca mora biti najvišja prioriteta.
- Potrebno je ozaveščanje svojcev in zaposlenih o pomembnosti spoštovanja avtonomnih odločitev stanovalca.
- V negotovih, turbulentnih časih morajo vodstveni kadri ohraniti jasno vizijo ter zaupanje v tim. Poskrbeti je treba tudi za lastno notranjo moč, ki je v takšnih časih ključnega pomena.





## Podelitev priznanj Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana za leto 2021



Peter Koren,  
predsednik komisije za priznanja  
pri DMSBZT Ljubljana

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov (DMSBZT) Ljubljana že od leta 1999 vsako leto podeljuje priznanja društva. Edina izjema je leto 2020, ko zaradi epidemije covid-19 priznanja niso bila podeljena. Priznanja za leto 2021 so bila podeljena 1. 4. 2022 na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani v okviru strokovne prireditve: Srečanje glavnih medicinskih sester zdravstvenih in socialnih zavodov ljubljanske regije.

**Srebrni znak DMSBZT Ljubljana** je najvišje priznanje društva, ki ga prejme član društva za dolgoletno aktivno delovanje v društvu, še posebej za aktivno delovanje in sodelovanje pri ohranjanju in razvijanju kulturne in zgodovinske dediščine medicinskih sester in babic; skrb za kulturno, stanovsko, izobraževalno, raziskovalno, socialno in športno delovanje svojih članov, razvijanje stikov med člani in med društvi ter krepitev vloge in pomena dela medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov v slovenskem in mednarodnem prostoru.

### Srebrni znak DMSBZT Ljubljana je prejela gospa Tonka Makuc

Dvaindevetdesetletna Tonka Makuc je odraščala v Prevojah pri Lukovici. Otroštvo ji je zaznamovala druga svetovna vojna. Slovenski učitelji in duhovniki so morali v izgnanstvo, nadomestili so jih nemški in italijanski. V šoli niso smeli govoriti slovensko, zato so jo obiskovali s strahom in odporom. Otroštva je bilo hitro konec.



Rada je delala z otroki, zato se je leta 1948 vpisala na takratno enoletno Šolo za otroške negovalke v Ljubljani. V času šolanja je bilo obvezno bivanje v internatu, v katerem so bila dekleta iz vse Slovenije z različno izobrazbo in starostjo. Delovnik se je začel ob peti uri zjutraj s pospravljanjem sob, zajtrkom s črno kavo in kosom suhega črnega kruha. Mleka ni bilo. Kosilo iz ljudske kuhinje je bilo skromno, zato se gojenke niso nikoli najedle do sitega. Hrana je bila na "karte". Dopoldne je bila praksa, popoldne predavanja do 19. ure.

V letu, ko je zaključila šolanje za otroške negovalke, je bila velika epidemija škrlatinke. Zaposlila se je na infekcijski kliniki. Otroški oddelek je bil zaradi škrlatinke prenapolnjen, delo pa zelo težko. Primanjkovalo je otroških postelj. Po štirje otroci so ležali v postelji za odrasle, po dva na zglavju in dva na vznožju.

Ko se je poročila in rodila sina, zanj ni imela varstva, zato je ostala tri leta doma. Leta 1956, ko so odprli "Mestno porodnišnico", se je zaposlila na otroškem oddelku in ostala tam 25 let do upokojitve leta 1984. Delo v porodnišnici ji je bilo v primerjavi z infekcijsko kliniko eno samo veselje. Ob delu je zaključila šolo za srednje medicinske sestre. Ves čas službovanja se je redno izobraževala in pridobivala nova znanja. Pomagala je orati ledino in postavljati temelje zdravstvene nege.

V povojnem času je bilo delo izjemno naporno in zahtevno. Zahtevalo je veliko iznajdljivosti in dobre volje. Delali so v

slabih delovnih pogojih, pomanjkanju delovnih pripomočkov, medicinskega materiala, zdravil ... Brizgalke, injekcijske igle in instrumente so prekuhaval na oddelkih, povoje in gaze prali, v nočnih izmenah pa so jih pripravljali za ponovno uporabo.

V kolektivu ni bilo medsebojnih trenj in zavisti. Bili so solidarni, kolegialni, imeli so radi svoj poklic. Medicinske sestre so bile spoštovane.

Gospa Tonka Makuc je vesela, da je imela poklic, ki ga je opravljala s srcem in seveda družino, ki ji je ob težavah bila vedno v veliko pomoč.

V pokoju so ji v veliko veselje prijetna druženja z družino ter predavanja, druženja in izleti s članicami Sekcije upokojenih sester pri DMSBZT Ljubljana.

S svojo profesionalno podobo predstavlja in ponosno še vedno zastopa svojo poklicno skupino. Je članica sekcije upokojenih medicinskih sester in se udeležuje aktivnosti sekcije.

*Predlagatelj: Olga Marija Koblar in Sekcija upokojenih medicinskih sester pri DMSBZT Ljubljana*

### Srebrni znak DMSBZT Ljubljana je prejela gospa Darja Žnidaršič

Gospa Darja Žnidaršič je svojo poklicno pot začela kot srednja medicinska sestra v Zdravstvenem domu Kočevje - Ribnica. Delo medicinske sestre je nadaljevala v Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana, na oddelku za otroško kirurgijo v intenzivni terapiji. Po končanem študiju na Višji šoli za zdravstvene delavce se je zaposlila na Srednji zdravstveni šoli Ljubljana, kjer je zaposlena še danes. Leta 2003 je diplomirala na Visoki šoli za zdravstvo. Opravila je tudi podiplomsko izobraževanje s področja paliativne oskrbe. Poučuje strokovnoteoretične predmete in praktični pouk v programih: bolničar-negovalce, zdravstvena nega in v obeh programih izobraževanja za odrasle. Mlade navdušuje za delo na področju zdravstva in jim vzbuja interes za stroko ter spodbuja empatijo pri delu z bolniki. Poudarja pomembnost dobrih medsebojnih odnosov. Dijake spodbuja predvsem, naj starostnike vključujejo v družabno življenje in jih spodbujajo, da čim bolj kakovostno preživljajo prosti čas.

Je mentorica na različnih državnih tekmovanjih iz zdravstvene nege in prve pomoči, kjer njeni dijaki dosegajo odlične rezultate. Opravlja tudi vlogo ocenjevalke na raznih tekmovanjih iz prve pomoči in zdravstvene nege. Vključuje se v različne



mednarodne projekte, na katere se šola prijavi. Bila je strokovna recenzentka različnih učbenikov (Hranoslovje – zdrava prehrana, Pravilna prehrana za programe živilski tehnik, gostinski in zdravstveni tehnik, Dietetika). Leta 2007 je v okviru Rdečega križa Ljubljana pridobila licenco za predavateljico prve pomoči in je aktivna predavateljica.

V lokalni skupnosti v okviru prostovoljne dejavnosti seznanja prostovoljne gasilce in krajanje z nujnimi ukrepi prve pomoči na terenu, s smernicami oživljanja in uporabo AED. V letih od 1997 do 2000 je bila članica Komisije za izobraževanje na področju zdravstvene nege pri Zbornici – Zvezi. Od leta 2008 do 2011 je bila vodja in koordinatorica programskega učiteljskega zbora (PUZ) za izobraževalni program bolničar-negovalce, ki je na šoli potekal kot razvojno aplikativni projekt.

Vsa leta skrbi za promocijo znanja iz prve pomoči. Skupaj z dijaki je večkrat sodelovala na sejmu Narava in zdravje in na drugih javnih prireditvah z delavnicami temeljnih postopkov oživljanja in nege na domu. Pripravila je predavanja in vodila delavnice prve pomoči za starše dijakov, otrok osnovnih šol, sodelavce in za upokojece.

S Centrom Republike Slovenije za poklicno izobraževanje je sodelovala v številnih projektih prenove srednješolskih programov za področje zdravstva ter sodelovala pri pripravi izpitnega kataloga za pripravo zaključnega izpita strokovnega predmeta v programu bolničar-negovalce.

Darja Žnidaršič je tudi aktivna članica Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana, v katerem se permanentno izobražuje in aktivno sodeluje.

Njeno delo je na vseh področjih delovanja strokovno, odgovorno in vestno, prežeto z razumevanjem, človeško toplino in ljubeznijo do bolnikov in njej zaupanih dijakov.

*Predlagatelj: Strokovni aktiv za zdravstveno nego Srednje zdravstvene šole Ljubljana in ravnateljica šole mag. Silva Kastelic.*

**Plaketa DMSBZT Ljubljana** je pisno priznanje članu društva za posebne dosežke in/ali kakovostno izvajanje zdravstvene in babiške nege v praksi ter human odnos do pacientov in sodelavcev.

### Plaketo DMSBZT Ljubljana so prejeli:

#### Tatjana Gjergjek

Gospa Tatjana Gjergjek je diplomirana medicinska sestra, dolgoletna uslužbenka Univerzitetnega kliničnega centra



(UKC) Ljubljana. Dela kot koordinatorica higiensko-epidemiološkega področja Interne klinike. Poleg tega dela tudi v endoskopski dejavnosti na kliničnem oddelku za gastroenterologijo Interne klinike. Je članica kolegija higienikov UKC Ljubljana in članica strokovnega kolegija zdravstvene nege Interne klinike. Prav tako vodi kolegij medicinskih sester higienikov na Interni kliniki.

Kot koordinator higiensko epidemiološkega področja izvaja predavanja in učne delavnice o higieni rok in uporabi osebne varovalne opreme, izvajanju izolacijskih in drugih standardnih higienskih ukrepov ter drugih aktualnih temah s higiensko-epidemiološkega področja. Sodeluje pri pripravi preventivnih ukrepov, standardov in navodil za delo na področju preprečevanja bolnišničnih okužb. Je opazovalka higieni rok po metodologiji Svetovne zdravstvene organizacije.

Preudarno izvaja nadzore in svetuje sodelavcem. Sodeluje tudi pri strokovnih nadzorih s svetovanjem v okviru Zbornice – Zveze.

Rada se izobražuje in sledi novostim s področja obvladovanja okužb in endoskopske dejavnosti. Kot predavateljica sodeluje na podiplomskem izobraževanju Bolnišnična higiena. Aktivno deluje v Sekciji medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji in gastroenterologiji, ki jo je več let tudi vodila. Je članica Upravnega odbora ESGENA - ESGENA (European Society of Gastroenterology Endoscopy and Associates). Prevedla je Smernice ESGE/ESGENA za čiščenje in razkuževanje v gastrointestinalni endoskopiji. Ima velik strokovni ugled na področju endoskopske dejavnosti.

V letu 2020 je bila imenovana v delovno skupino koordinatorjev za preprečevanje in obvladovanje okužb z virusom SARS-CoV-2 in drugimi nalezljivimi respiratornimi boleznimi v javnih socialnovarstvenih zavodih in pri koncesionarjih, ki izvajajo zdravstveno nego in zdravstveno rehabilitacijo v javni mreži, ki jo je imenovalo Ministrstvo za zdravje. Vodila je učne delavnice in opravljala svetovalne obiske v socialnovarstvenih zavodih ljubljanske regije.

V času epidemije covid-19 je bilo njeno delovanje na področju obvladovanja epidemije v UKC Ljubljana še posebej intenzivno. Vključevala se je v organizacijo dela v enotah Interne klinike in skrbela za celo paleto procesov, povezanih z obvladovanjem epidemije. Sodelovala je pri odvzemih brisov, pri cepljenju, se vključevala v epidemiološke poizvedbe ob izbruhih na enotah Interne klinike.

Je velika strokovnjakinja na področju bolnišnične higieni in obvladovanja okužb. S strokovnostjo, avtoriteto, lastnim zgledom, dobro voljo, zavzetostjo in optimizmom vnaša med sodelavce dobro energijo in pozitivno vpliva na medosebne odnose v timu. Ob tem pa uživa velik ugled med sodelavci.

Prosti čas rada preživlja z družino, v naravi, je navdušena gobarka. Rada tudi smuča in kolesari.

*Predlagateljica: Mojca Tomažič, dipl. m. s., spec. manag., svetovalka glavne med. sestre UKC Ljubljana za higiensko-epidemiološko področje*



### Darja Kukovič

Gospa Darja Kukovič, dipl. m. s., je zaposlena na Ginekološki kliniki UKC Ljubljana od leta 1990. Njena prva zaposlitev je bila v enoti intenzivne nege, nato je opravljala dela in naloge operacijske medicinske sestre v operacijskem bloku Ginekološke klinike.

2007 je prevzela vodenje sterilizacije na Ginekološki kliniki in 2008 končala podiplomski tečaj iz hospitalne higieni. Bila je dolgoletna članica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v sterilizaciji pri Zbornici – Zvezi. Dodatnih izobraževanj in usposabljanj se je udeleževala z velikim veseljem. Leta 2015 je prevzela koordinacijo področja preprečevanja in obvladovanja bolnišničnih okužb na Ginekološki kliniki. Njeno področje delovanja, ki je pomembno že iz časov delovanja Florence Nightingale, je prišlo do izraza predvsem v času epidemije covid-19. Od samega začetka je bila aktivno vključena v vse aktivnosti, povezane s preprečevanjem in obvladovanjem epidemije, tako na ravni Ginekološke klinike kot tudi UKC Ljubljana in širše.

Darja je visoko motivirana oseba z visokimi etičnimi in moralnimi standardi. Pri svojem delu, predvsem pa pri delu s timom, se vedno trudi ustvarjati pozitivne osebne in delovne odnose. Zaradi njene angažiranosti so zaposleni ves čas seznanjeni z vsemi novostmi s področja preprečevanja in obvladovanja bolnišničnih okužb. Vsi zaposleni se lahko vedno obrnejo nanjo s svojimi vprašanji – pomembnimi ali manj pomembnimi.

V zasebnem življenju je Darja mama dveh, skoraj odraslih otrok. Sprošča se v naravi, predvsem v hribih, ki so njena velika ljubezen. Svojo pozitivno energijo, ki ji je ne manjka, prenaša na svoje sodelavce in bližnje.

*Predlagatelj: Strokovni kolegij zdravstvene in babiške nege Ginekološke klinike*

### Barbara Kastelic

Gospa Barbara Kastelic, magistrica sanitarnega inženirstva, je leta 1997 diplomirala na študijskem programu sanitarno inženirstvo Visoke



šole za zdravstvo v Ljubljani. Leta 1999 se je zaposlila v UKC Ljubljana, kjer je naslednjih 14 let opravljala delo higienika v operacijskem bloku Kirurške klinike. Od leta 2013 dela na delovnem mestu koordinatorja za higiensko-epidemiološko področje zdravstvene nege na Kirurški kliniki. Je članica kolegija higienikov UKC Ljubljana, članica strokovnega kolegija zdravstvene nege Kirurške klinike, vodi kolegij medicinskih sester higienikov na Kirurški kliniki.

Leta 2018 je zaključila drugostopenjski študij sanitarnega inženirstva. Njeno magistrsko delo nosi naslov: *Aerosolno razkuževanje kot nadgradnja končnega čiščenja bolniških sob po odpustu pacienta, nosilca večkratno odpornih mikroorganizmov.*

Deluje na področju izobraževanja zaposlenih in izvaja različne učne delavnice iz higiensko-epidemiološkega področja. Preudarno opravlja nadzore, jih nadgradi s svetovanjem, išče možnosti za izboljšave in učinkovitejše delovanje. Je opazovalka higijene rok po metodologiji WHO, 5 trenutkov za higieno rok.

Kot predavateljica sodeluje na podiplomskem izobraževanju Bolnišnična higiena in izobraževanju specialno znanje s področja obvladovanja z zdravstvom povezanih okužb za socialnovarstvene zavode (SVZ).

Barbara je odlična povezovalka stroke sanitarnega inženirstva in zdravstvene nege, osredotočena na vse, kar je dobro za pacienta.

Od leta 2020 je članica delovne skupine koordinatorjev za preprečevanje in obvladovanje okužb z virusom SARS-CoV-2 in drugimi nalezljivimi respiratornimi boleznimi v javnih socialnovarstvenih zavodih in pri koncesionarjih, ki izvajajo zdravstveno nego in zdravstveno rehabilitacijo v javni mreži, ki jo je imenovalo Ministrstvo za zdravje. S svetovanjem in izobraževanjem zaposlenih deluje v SVZ ljubljanske regije.

V času epidemije covid-19 je bilo njeno delovanje na področju obvladovanja epidemije v UKC Ljubljana zelo intenzivno. Vključevala se je v organizacijo rdečih in sivih con na enotah Kirurške klinike, učila zaposlene ustrezne uporabe osebne varovalne opreme, skrbela za racionalno in pravilno porabo in uporabo osebne varovalne opreme.

Barbara Kastelic je velika strokovnjakinja na področju bolnišnične higijene in obvladovanja okužb. Je proaktivna, prilagodljiva, inovativna in zelo aktivna. Pozitivno pristopa k reševanju problemov. Rada ima ljudi. Z dobro voljo in optimizmom prispeva k dobremu vzdušju v timu. Rada ima svojo družino, je velika ljubiteljica živali, rada potuje in si krajša čas z ume-tniškim ustvarjanjem.

*Predlagateljica: Mojca Tomažič, dipl. m. s., spec. manag., svetovalka glavne med. sestre UKC Ljubljana za higiensko-epidemiološko področje*

### Nadja Kocbek



Gospa Nadja Kocbek je odraščala v Mariboru, kjer je obiskovala tudi srednjo in visoko zdravstveno šolo. Slednjo je zaključila leta 2002. Pripravnštvo je opravljala v UKC Ljubljana na oddelku za anestezijo in intenzivno terapijo (CIT), kjer je bila zaposlena do septembra 2006. Zaradi radovednosti, priložnosti in

izpopolnjevanja znanja jo je poklicna pot zanesla v Dom starejših občanov Fužine, kjer je bila zaposlena kot glavna medicinska sestra. Ta tri leta njenega poklicnega dela so ji dala veliko znanja s področja geriatrije, vodenja negovalnega tima in reševanja konfliktnih situacij. Leta 2009 se je ponovno zaposlila v UKC Ljubljana na Očesni kliniki, kjer dela še danes. 2013 je uspešno zaključila magistrski študij in postala magistra zdravstvene nege. V istem letu je uspešno opravila tudi podiplomski tečaj iz bolnišnične higijene. Na Očesni kliniki se je poklicno izpopolnjevala na različnih deloviščih. Najprej se je zaposlila v operacijskem bloku kot operacijska medicinska sestra, nato v »recoveryju« kot diplomirana medicinska sestra v intenzivni negi in službeno pot nadaljevala na hospitalnih oddelkih in v mali operacijski. 2019 je pridobila naziv diplomirana medicinska sestra s specialnimi znanji iz oftalmološke zdravstvene nege. Marca 2020 je prevzela delo koordinatorja za higiensko in epidemiološko področje Očesne klinike in delo nadzorne medicinske sestre oddelka za enodnevno bolnišnico. V času epidemije SARS-CoV-2 je bilo njeno delovanje na področju obvladovanja epidemije v UKC Ljubljana zelo intenzivno in uspešno. Skupaj s sodelavci je razvijala nove smernice za obvladovanje epidemije, organizacijo dela, cepljenje, jemanje brisov in drugo.

Rezultat njenih večšin in naravnost, da težavo hitro in konstruktivno reši, je bilo dobro epidemiološko stanje na kliniki med celotno epidemijo. Je človek, ki je odgovoren do svojega dela in zahteva spoštovanje navodil, dogovorov in ukrepanje po predpisih, zato vzbuja spoštovanje do področja, ki ji je zaupano. Ura in dan v tednu nista ovira za njeno delo, kot tudi ne, da se sodelavci obrnejo nanjo.

*Predlagatelj: Durda Sima, glavna medicinska sestra Očesne klinike Ljubljana v sodelovanju s strokovnim kolegijem zdravstvene nege Očesne klinike.*

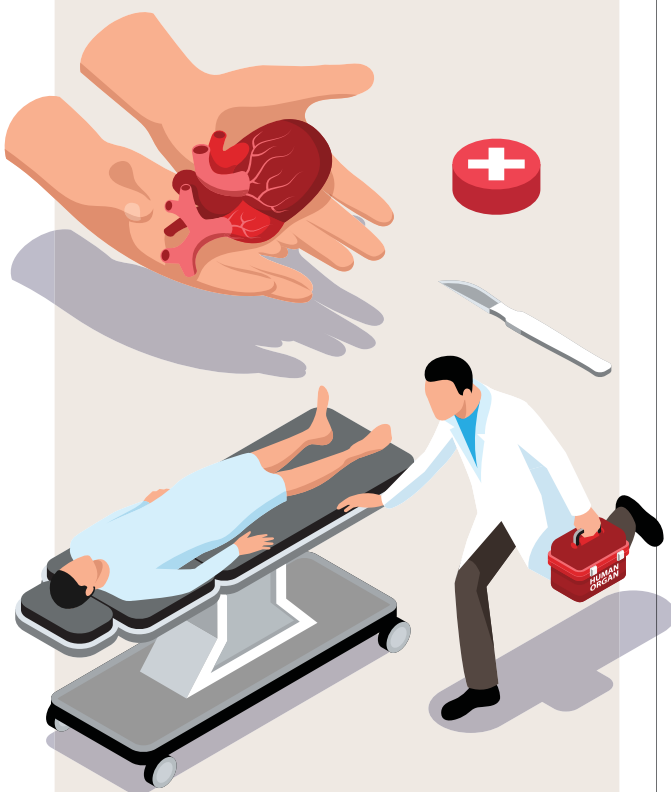




## Predavanje o transplantaciji



Sekcija upokojenih medicinskih sester  
pri DMSBZT Ljubljana  
Marija Filipič



Tokrat smo se upokojene medicinske sestre s predsednico Olgo Koblar malo bolj sproščeno (glede na epidemiološko sliko) udeležile predavanja v bežigrasjski knjižnici, ki nas zelo prijazno gosti v svoji predavalnici.

Tudi predavatelj dr. Gorazd Čebulc se je kljub številnim obveznostim in napornemu delu z veseljem odzval in nam predaval o transplantaciji. Je transplantacijski koordinator med 11 slovenskimi transplantacijskimi centri s pristojnimi organi Evropske unije ali državami članicami Evropske unije. Sam pravi, da se počuti kot dirigent v orkestru, le da je po našem mnenju ta orkester številčnejši, delo pa zelo zahtevno, natančno, močno etično, čustveno, naporno in neprekinjeno – 24-urno. Biti mora brez napak. Pridobivanje organov in tkiv za namen zdravljenja in novih priložnosti za bolnike temeljijo na načelih optimalne učinkovitosti in je enako za vse, z uvažanjem novih načinov zdravljenja je prijaznejše in učinkovitejše, vedno pa se upoštevajo zakonska pravila in preprečujejo kakršnekoli zlorabe glede prodaje organov in pridobivanja finančnih koristi. Slovenija je že 20 let članica organizacije Eurotransplant. Je ena od najuspešnejših držav glede presaditve organov in darovanja. S povezovanjem in članstvom z najnaprednejšimi srednjeevropskimi državami se je močno razvila dejavnost presaditev v Sloveniji in se občutno izboljšali izidi zdravljenja. Darovanje organov je povezano z umrlimi darovalci. V covidnem času beležijo višje število darovalcev in tudi več transplantacij. Potrjujejo kakovosten pristop k delu, predanost in dobro povezanost strokovnjakov v transplantacijski mreži. Centralni transplantacijski koordinator je zdravnik z dodatnimi znanji. Organizira in koordinira dejavnost od zaznave možnega darovalca do odvzema organov, pravočasnega in pravilnega transporta do mesta presaditve. Posege opravljajo visoko usposobljeni zdravniki specialisti s številno spremljajočo ekipo. Koordinator se poveže s policisti, helikopterskimi prevozniki in drugimi udeleženci, saj vsak organ od odvzema do vsaditve zahteva točno določen čas. Z nevrološkimi ocenami in preiskavami je potrjena smrt osebe, ki je lahko primeren darovalec. Oseba se lahko že v času življenja odloči kot donator organov. Vendar se še vedno opravi razgovor s svojci, kar pa je nemalokrat eno najtežjih dejanj koordinatorja. Velikokrat čustveno zelo trpijo, še posebno, če gre za posebnega darovalca. Omenil je

dogodek z dveletno deklico, ki ga je zelo zaznamoval in užalostil. Darovalci organov in tkiv so po smrti vodeni v registru. Strokovno usposobljene in izkušene osebe z visoko stopnjo tankočutnosti, razumevanja težkih čustvenih stanj v obdobju žalovanja svojcev opravijo pogovor v skladu z zakonskimi določbami in medicinsko doktrino. Donator je lahko vsaka oseba ne glede na starost, neželene so prenosljive bolezni, ki lahko prejemniku povzročijo tudi smrt ali močno ogrozijo nadaljevanje zdravljenja. Možni so tudi živi darovalci, vendar le v primeru darovanja parnih organov, krvi in kostnega mozga. To darovanje je možno pri sorodnikih. Vendar so redke, le posamezno. V Sloveniji je največ presaditev ledvic, srca, sledijo presaditve jeter, pljuč, slinavke in roženice. Po presaditvi srca smo na vrhu lestvice v svetu. Kljub uspešnim presaditvam v Sloveniji pa bolniki na ustrezen poseg še vedno čakajo do enega leta.

Predavanje je bilo izjemno. Poslušalke smo imele kar nekaj vprašanj iz predstavljene vsebine in nanje dobile lepe, razumljive odgovore. Menim, da je bilo to eno najlepših predavanj kot rezultat izkušenj požrtvovalnega dela predavatelja, koordinatorja.

Najlepša hvala.

### ***Obvestilo***

***Spoštovani,  
naslednja številka Utripa  
je dvojna (avgust/september)  
in izide  
v prvih dneh avgusta 2022.***

***Prispevke sprejemamo  
do 20. julija.***

***Uredništvo***



## Besednica



Sekcija upokojenih medicinskih sester  
pri DMSBZT Ljubljana  
Olga Grmek

*»Najboljše stvari v življenju so ljudje,  
ki jih imamo radi,  
kraj, ki so nam ljubi  
in spomini, ki nas razveseljujejo.«*

S temi besedami nas je sprejela gospa Danica Cedilnik, ko smo se po daljšem koronskem obdobju 14. aprila srečale na naši Besednici, kjer se bomo ponovno enkrat mesečno srečevali člani Sekcije upokojenih medicinskih sester pri DMSBZT Ljubljana pod okriljem naše predsednice Olge Koblar, ki nas povezuje in vodi po poti v tretjem življenjskem obdobju.

Gospa Danica Cedilnik, naša predavateljica, z nami deli svoje znanje, v uri in pol nas napolni z energijo, obogati naš besedni zaklad, zbistri glave, misli, z majhnimi obveznostmi, kot so domače naloge, krepi naše telesno in duševno zdravje.

Vabimo tudi vse na novo upokojene medicinske sestre, da se nam pridružijo.

Ob koncu se zahvaljujemo zaposlenim v Knjižnici Bežigrad za njihovo gostoljubje, vedno nas sprejmejo z nasmeškom na ustih, pripravijo nam prostor in nas obveščajo o vseh dogodkih v knjižnici, na katere smo toplo vabljeni.

Zahvaljujemo se tudi gospe Danici, da bi z nami še naprej delila svoje bogato znanje in izkušnje.



## Spoznavanje posebnosti kraja Šmarja pri Jelšah



Sekcija upokojenih medicinskih sester  
pri DMSBZT Ljubljana  
Marija Filipič



Utrinki z izleta (Fotografiji: Marija Filipič)

Kljub deževnemu vremenu smo se upokojene medicinske sestre predsednico sekcije gospo Olgo Koblar 22. aprila veselo posedle v avtobus in z velikimi pričakovanji začele dan. Veliko smo se morale pogovoriti, šumelo je skoraj kot v čebelnjaku, po dolgem času raznih omejitev je bilo vse skupaj veliko bolj sproščeno.

Kraj Šmarje pri Jelšah smo delno spoznale, že ko smo obiskale Rogaško Slatino. Šmarje so nam bile zelo všeč, zato smo še toliko bolj hvaležne, da smo spoznale to zanimivo naselje z okolico. Ker je ob prihodu v Šmarje še rahlo deževalo, je bila najprimernejša odločitev ogled muzeja v lepo urejeni nekdanji mežnariji. Muzej se popolnoma navezuje na Kalvarijo, ki poteka od mesta do cerkve svetega Roka po kar strmih hribu. Iz kapel so bili umaknjeni 260 let stari kipi, ki so bili že načeti od plesni in škodljivega delovanja žuželk. Ker so kipi izjemna baročna stvaritev in bogata dediščina, so bili restavrirani in varno razstavljeni v župnijskem gospodarskem poslopju tudi s pomočjo evropskih sredstev. V kapelah, ki so tudi obnovljene, so postavljene kopije. Narejene so zelo kakovostno po sodobnih metodah in bolj vzdržljive, tako da je le težko prepoznati, da niso originali. Seveda smo spoznali vsebino muzeja z razlago strokovnega vodenja muzejskega osebja.



Na prepoznavnost kraja je s svojim delovanjem močno vplival duhovnik Matej Vrečer, ki je bil tudi podjetnik, urar in matematik. Predvsem pa je bil duhovnik župnik od leta 1702 pa do svoje smrti leta 1758. Zgradil je Kalvarijo – pot Jezusovega trpljenja po vzoru kalvarije iz avstrijskega Gradca. Tudi cerkev svetega Roka je bila v letih 1738 prenovljena in sodi po notranjosti med najlepše baročne cerkve na Slovenskem. Že takrat je Kalvarija postala vernikom iz štajerskega okolja in tudi širše romarski kraj. Kalvarija je tlakovana s kamni in če je vlažna ali mokra zelo spolzka. Zato smo se k svetemu Roku zapeljali kar z avtobusom. V cerkev nas je popeljal drugi vodič, ki je poudaril, da so Šmarje po imenu v ednini in srednjega spola. Pravilno je v Šmarju pri Jelšah s 1800 prebivalci in da je razvoj kraja pravzaprav močno povezan z dvorcem Jelšingrad iz 15. stoletja v bližini Šmarja.

Ob vstopu v cerkev nam je prav zares zaprlo sapo, saj s tako bogato poslikavo, izjemno lepimi kipi, štukaturami, freskami, izjemno lepim stropom je cerkev svetega Roka zanesljivo najlepše urejen sakralni objekt na Slovenskem. Tudi spoznavanje pomena notranje vsebine in življenje svetega Roka sta nas popolnoma prevzela. Drugič nam je zastal dih, ko so se pred nami pojavili Domači fantje – pevci, ki so v koronskem času prepotovali celo Slovenijo, popestrili in polepšali s petjem trenutke starejšim, bolnim in z delom preobremenjenim prebivalcem. Njihovo plemenito delo je prepoznalo in pohvalilo veliko ljudi, tudi predsednik države. Ta dogodek in vsebino Kalvarije s cerkvijo je z besedami težko opisati. Vsakemu, ki zmore, svetujemo, naj si te lepote ogleda. Ob lepem vremenu je možno Kalvarijo prehoditi, se ustaviti pri vsaki kapelici in se na vrhu griča razgledati po gorovju Savinjske, Pohorja in hrvaškega Zagorja. Obiskali smo tudi Marijino cerkev, ki je v fazi restavriranja. V Šmarski dolini je bilo nekoč jezero z otokom, kjer je bila najprej sezidana Škapulirska kapela. Zato je

cerkev, ki je bila središče trškega naselja, najprej imenovana kot Marija na jezeru. Kasneje se je preimenovala v Marijino cerkev v Šmarju. Ker pa naj bi bila zgrajena na okamnelih jelšah, so dodali še ime Šmarje pri Jelšah. Prav tako je dobil ime po jelšah dvorec – Jelšingrad. Prve omembe cerkve Marije Vnebovzete segajo v 13. stoletje. Novo podobo je dobila v 18. stoletju, ko so jo prezidali in povečali, dodali zvonik in obzidje. Freska svetega Roka potrjuje obstoječe obzidje. V 19. stoletju so obzidje podrli in dodali visoki kapeli svetega Križa in svetega Mihaela. Na zunanji steni cerkve sta vzdani dve nagrobni plošči dveh najzaslužnejših mož v kraju.

Poslovili smo se od vodiča in se odpeljali v bližino Jelšingrada. Ker stavbo obnavljajo, nismo smeli v njeno bližino. Je pa znano, tako kot za skoraj vse eminentne stavbe, da so tu živeli številni prebivalci, da je bila namembnost stavbe zelo raznolika in odnos do dvorca mačehovski. Upajmo, da zdaj dvorec doživi lepšo prihodnost

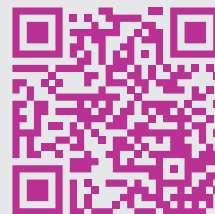
Pot smo nadaljevali v Lemberg, kraj v dolini potoka Lemberžica v zgornjem sotelskem gričevju. V 12. stoletju se omenja trg Lemberg s sodnimi pravicami, magistratom – rotovžem in vsemi drugimi trškimi pravicami. Zaradi ugodne zemljepisne lege, cestne povezave in številnimi obrtniški dejavnostmi je kraj zaslovel po obrtnem, trgovskem in sejmskem središču s številnimi sejmskimi gostilnami. Po okolišu je bilo skupaj sedem dvorcev, ki seveda niso doživeli sedanosti. Vodička, oblečena v tedanja oblačila, nas je skozi muzejske prikaze popeljala v stare čase in močno čustveno vrednost ter spoštovanje do zgodovinskega muzejskega objekta.

Srečanje smo zaključili v gostišču s kosilom.

Spet smo se strinjali, da je bilo tudi tokratno srečanje eno najlepših.

## Ste že odgovorili na anketo o zadovoljstvu z revijo UTRIP?

ANKETO LAHKO REŠITE PREKO POVEZAVE S QR KODO.



*Če ne želite prejemati tiskane verzije utripa in bi raje prejeli elektronsko verzijo, nam to sporočite na email: [clanarina@zbornica-zveza.si](mailto:clanarina@zbornica-zveza.si)*





## Voden ogled Cukrarne



Sekcija upokojenih medicinskih sester  
pri DMSBZT Ljubljana  
Marija Filipič



Utrinek z ogleda (Fotografija: Marija Filipič)

Upokojene medicinske sestre smo se z gospo Olgo Koblar udeležile ogleda prenovljene stavbe Cukrarne. Oton Župančič jo je v svojem času opisal kot starinsko hišo vzdolž Ljubljanice, mračno kot božja jeza. Najprej tovarna sladkorja, potem vojašnica, večinoma na pol prazna, na pol obljudena z ljudmi, ki nimajo velikega spoštovanja.

Stavba je bila odprtih vrat, velikih prostorov, polna žalosti, trpljenja, groze in skrivnosti. Ljudje pa so kot naplavina, zmetana iz dežele, mesta in njihovo življenje, se ne ve, ali so na začetku, ali na koncu, ali imajo v sebi življenje, ali popoln razpad. V začetku 19. stoletja so podjetni posamezniki zaradi možnosti zaposlitev in zaslužka zgradili mogočno stavbo za rafinerijo sladkorja. Surovino so v obliki moke sladkornega trsa tovorili preko Reke in Trsta iz Južne Amerike. Vplivneži so spoznali, da je proizvodnja sladkorja zelo donosen posel, zato so svoja sredstva investirali v širitev in posodabljanje postopka pridelave. Lastniki in bančna družba so pripomogli k razvoju in proizvodnji kot prva tovarna v slovenski deželi. Leta 1859, po 30 letih uspešnega delovanja, pa se je zgodil usoden požar, ki je uničil proizvodne prostore, streho, skladišče in tudi dimnik, ki je bil za tiste čase prav nekaj posebnega. Škoda je bila strašno velika. Več dni je sladkorni sirup odtekal v Ljubljano. Ženske in otroci so hiteli sirup loviti v lonce. Seveda je bilo poslopje tudi varovano, zato jim je bilo to preprečeno. Takrat je nastopil konec tovarne sladkorja. Avstrijska nacionalna banka je hotela poslopje prodati. Gvido Pongratz, zagrebški podjetnik veletrgovec, gradbenik, poročen z Ljubljančanko, je Cukrarno odkupil in poslopje le delno obnovil. Oddajal je prostore vojski, tovarniškim delavcem pa tudi ljudem na robu družbe. Tudi tobačna tovarna je tu gostovala v letih od 1870 do 1873, ko so se preselili v nove lastne prostore. Svoj prostor so v tej veliki zgradbi našla številna majhna podjetja, obrtniki in delavnice. Ves ta čas pa je bila stavba imenovana beznica, za ljudi,

ki so posegali po negativnih tolažbah najslabše kakovosti. Leta 1922 je v stavbi začela delovati tekstilna industrija. Nekaj časa je bila proizvodnja tekstila in tekstilnih izdelkov na zelo visoki ravni. Med obema vojnoma so se v stavbo začeli naseljevati vojaki. Bivalne razmere so bile zelo slabe, saj stavbe nihče ni vzdrževal. Živeli so v velikih dvoranah, brez zasebnosti, brez higienskih pogojev, s številnimi fizičnimi in psihičnimi konflikti. Leta 1895 je bil v Ljubljani močan potres. Veliko ljudi je ostalo brez strehe nad glavo, zato so se zatekli v prostore cukrarne. Med njimi je bila tudi Polona Kalan, pri kateri je bival Dragotin Kette, po njegovi smrti pa Josip Murn. Tudi Ivan Cankar, Oton Župančič, Cvetko Golar pa še mnogi drugi so bili stanovalci cukrarne. Bili so prijateljsko povezani. Za Cankarja je bila cukrarna navdih za številne zgodbe hrepenjenja, brezizhodnega okolja, nesrečnih, bolnih in umirajočih. Zatočišče so tu našli tudi begunci, improvizirani zapori, prehodni dom za otroke – sirote, za psihično bolne, med vojno pa celo štab okupatorja. Kaj vse je doživljala ta mogočna stavba! Leta 1986 je bila predvidena za korenito prenovo, vendar sredstev zanjo ni bilo. Postala je bivališče nelegalnih naseljencev, klošarjev, beračev in tudi narkomanov in kriminalcev. Prebivalci v soseščini so zahtevali rušenje objekta. Sledil je vedno večji propad. Leta 1990 je postal lokalni spomenik. Mestna občina je leta 2008 od potomcev lastnikov odkupila del zemljišča, kjer so ločili del stavbe in izpeljali cestno povezavo z mostom do dolenske ceste. Potem je prišel objekt v državno last. Od 2018 do 2021 bila narejena izjemna prenova in je ena najbolj prepoznavnih objektov pri nas. Z evropskimi in državnimi sredstvi je postala umetniški prostor, kjer bodo domači in tuji obiskovalci soustvarjali vrednost galerijskih predstavitev sodobne umetnosti. Trenutno je razstavljenih veliko del sodobnih umetnikov, ki smo si jih z zgodbami in razlagami vodičke lažje predstavljali. Nekateri posamezniki predlagajo zgodovinski prikaz delovanja v prostorih cukrarne – od pridelave sladkorja do življenja modernistov in drugih številnih dogodkov, ki jim je bila stavba priča. Tudi zgradba, odrezana od prvotne stavbe, ima morda prihodnost kot upravna stavba. Galerijska dejavnost naj bi potekala tako, da bi se veliko ljudi pogosto udeleževalo dogodkov, spremljalo spremembe in nadgradnjo vsebine. Danes smo z velikim zanimanjem spoznali zgodovino cukrarne in njeno t. i. sedanost – tovarno umetnosti. Upajmo in želimo, da jo čaka svetlejša in prijaznejša prihodnost. Kaj vse je doživljala in prestajala in z njo tudi uporabniki!

## Čestitka

*»Vse naše sanje se lahko uresničijo – če le imamo pogum, da gremo z njimi.«  
(W. Disney)*

*Na Alma Mater Europaea – Evropski center Maribor je naš sodelavec Sebastjan Lukač, zaposlen v Urgentnem centru, uspešno zagovarjal diplomsko delo z naslovom*

*»Obravnava mladih z aritmijami s področja zdravstvene nege«*

*in si pridobil naziv diplomirani zdravstvenik.*

*Za pridobitev strokovnega naziva mu iskreno čestitamo in mu v prihodnje želimo veliko uspehov na strokovni in osebni poti.*

*Vodstvo in sodelavci Splošne bolnišnice Murska Sobota*

\*

## Zahvala ob upokojitvi

Spoštovane kolegice Marica Parapot, Ana Hostnik, Rozalka Mihelič in Boža Pirkovič,

iskrena hvala, da ste z menoj v okviru Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov s področja nefrologije, dialize in transplantacije vrsto let gradile in razvijale nefrološko zdravstveno nego.

Vaše delo je pisalo zgodovino razvoja, vaše mentorstvo in vodstvo bo ostalo za vedno zapisano v srcih medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov, ki ste jih pripravljale za življenjsko delo biti pošten, human, strokoven in inovativen zdravstveni delavec.

Upokojitev pomeni vrhunec kariere in uživanje sadov vloženega dela.

Srečna upokojitev.

Mirjana Rep



## Priznanje Zbornice – Zveze društvu, predsednici in pevskega zboru La Vita



Ksenija Pirš, Anemarija Smonkar,  
Klementina Mikec Korpič



Med druženjem (Fotografija: Milena Frankič)

Članice ženskega pevskega zboru La Vita, pevovodkinja, Klementina Mikec Korpič in predsednica Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor, Ksenija Pirš, so ob izteku leta 2021, na prednovoletni svečanosti Zbornice – Zveze prejeli posebno priznanje naše organizacije za aktivni prispevek h krepitvi vloge in pomena zaposlenih v poklicih zdravstvene in babiške nege ter oskrbe skozi kulturno ustvarjanje, glasbo in pesem.

S pesmimi že vrsto let opogumljamo in razveseljujemo številne bolne, pomoči potrebne, ranljive pa tudi sodelavce, prijatelje, sorodnike, najbližje in številne podpornike.

V letih epidemije so članice zasedbe kljub težkim okoliščinam in pogojih dela vztrajale in nadaljevale svoje poslanstvo. V času, ko smo si v izrednih razmerah v družbi kot poklicna

skupina prizadevali izboljšati pogoje dela in kot zagovorniki potreb ljudi tako omogočiti, da bi bili deležni ustrezne strokovne skrbi in oskrbe, smo prepoznali priložnost, da opozorimo na vlogo in pomen dela vseh v poklicih zdravstvene in babiške nege ter oskrbe. Odzvali smo se povabilu Zbornice – Zveze, predsednice Monike Ažman in se udeležili oddaje Slovenija ima talent. Na avdicijemskem nastopu 12.

septembra smo se predstavile s pesmijo Dan ljubezni, 28. novembra pa smo s priredbo pesmi skupine Abba Angeli živijo nastopile na polfinalnem odru oddaje.

Predsednica Zbornice – Zveze, Monika Ažman in izvršna direktorica, Anita Prelec, sta nas obiskali v prostorih društva in članicam pevske zasedbe priznanje osebno izročili.

Zahvaljujemo se za priložnost, zastopati vse stanovske kolegice in kolege, za nepozabne izkušnje in veliko zgodbo, za izkazano zaupanje in priznanje predsednice Zbornice – Zveze.

V pogovoru in druženju so se porajale nove priložnosti in ideje za medsebojno sodelovanje v prihodnje. Manjkala ni niti torta ob 9. obletnici delovanja pevskega zboru, ki jo je za to priložnosti spekla Milena Frankič. Hvala vsem in vsakomur posebej.



## Zdravljenje neplodnosti – kratak vodnik po delih in nalogah zdravstvene nege v obravnavi neplodnega para



Lucija Nikolić

### Prvi začetki razvoja humane reprodukcije v Mariboru

- 12.12.1961 je pričela redno delovati Antisterilitetna ambulanta
- predlagatelja njene ustanovitve in prva zdravnik v ambulanti sta bila dr. Nada Dolenc in dr. Stane Urbančič

Utrinki s predstavitvami predavanj (Fotografije: arhiv Oddelka za reproduktivno medicino in ginekološko endokrinologijo UKC Maribor)

Marčevski strokovni klinični večer društva je bil posvečen temam s področja zdravljenja neplodnosti. Ker gre za široko in specifično področje, ki zahteva interdisciplinarni tim, smo medicinske sestre k sodelovanju povabile tudi klinično embriologinjo iz mariborskega IVF laboratorija, ki je osvetlila embriološki del reproduktivne medicine, torej tisti del, ki je viden pod mikroskopom.

Sicer smo spremljali tri predavanja. Avtorica prvega predavanja, Jasna Muršič, srednja medicinska sestra, babica, nas je popeljala skozi osnove zdravljenja neplodnosti, predvsem pa je natančno in zanimivo orisala razvoj zdravljenja neplodnosti, tako v svetu kot ožje, v Sloveniji in Mariboru. Izpostavila je ključne osebe in trenutke, ki so Oddelek za reproduktivno medicino in ginekološko endokrinologijo UKC Maribor postavile na svetovni zemljevid IVF centrov.

Nina Hojnik, univ. dipl. biol., je v drugem predavanju o medicinski embriologiji predstavila delo v laboratoriju za zunajtelesno oploditev. Dotaknila se je tudi zelo pomembne, a premalo razumljene in upoštewane problematike reproduktivne sposobnosti starejših žensk, vse bolj aktualne teme zaradi odlaganja materinstva (iz različnih razlogov) v vedno kasnejše starostno obdobje.

Fokus zadnjega, tretjega predavanja, je bil na konkretnih delih in nalogah zdravstvene nege v obravnavi









## Čudež



Ksenija Pirš



Med ogledom komedije  
(Fotografija: Barbara  
Donik)



Tina Gorenjak, Primož Vrhovc in Jaša Jamnik  
med igro (Fotografija: Barbara Donik)

Ob mednarodnem dnevu žena in materinskem dnevu smo si ob zahtevnem delu vzeli nekaj časa zase, za pristno veselje in smeh, ki ga morda bolj kot kadarkoli prej pogrešamo. Želeli smo, da nas pospremi prijetnejše misli, optimizem in vera v dobro in prav. Zato smo se ob tej priložnosti družili na »katastrofalno zabavni komediji« Čudež. V dvorani Narodnega doma Maribor se nas je 15. aprila zbralo več kot štiristo članic in članov društva.

V zgodbi, ki pripoveduje o paru, ki mu v zakonu že nekaj časa pošteno škriplje, se prepletajo številne komične in kljub vsemu resnične življenjske preizkušnje. Zbrala sta pogum in se odločila obiskati zakonskega svetovalca.

*»Ona in On, podobna številnim »midva«. Presneto napeto razmerje dveh, ki sta si do ušes zaljubljena dahnila usodni DA, skupaj v dobrem in slabem. A kaj, ko se zdi, da sta tisto »dobro« že porabila v prvih letih zakona ... Ali je zdaj ostalo le še »slabo«?*

V turbulentni komediji uspešnega avstrijskega dramatika Daniela Glattauerja smo se nasmejali, nagovorila pa je tako ženske kot moške. Iz vsebine nas je skozi odlično igro navdihovala priložnost, da se dotaknemo tudi svojih odnosov ...

Uspelo jima je in odločili smo se, da se bomo kmalu spet družili ob smehu.



## Kakšne negovalne diagnoze bi izbrali za poklicno skupino medicinskih sester in orodja za več lahkotnosti



Danijela Pušnik

Pred letošnjim občnim zborom DMSBZT Maribor je potekal klinični večer. Posvečen je bil kolegicam in kolegom, ki se na svoji poklicni poti pogosto srečujejo s stresnimi dogodki in izgorelostjo, za katere lahko izberemo več negovalnih diagnoz tako kot za svoje paciente. In tako kot v procesu zdravstvene in babiške nege pripravimo načrt aktivnosti, smo tudi zase pripravili načrt za izbiro individualnih orodij, s katerimi lahko učinkovito premagujemo ovire in izzive in tako prestopamo v drugačne dimenzije delovanja. Vas zanima? Potem berite dalje ...

V zadnjem obdobju sledimo v medijih več prispevkov o medicinskih sestrah (mišljeni vsi izvajalci na področju zdravstvene nege), o preobremenjenosti, preutrujenosti, izgorelosti, z niskimi plačami, pa vendar zelo pomembnimi v zdravstveni skupnosti. Tudi med pogovarjanjem s sodelavci je zaslediti težo besed, nasmeh ni pristen, pogosto smo žrtve



Pred predavanjem in občnim zborom društva  
(Fotografija: Barbara Donik)

nasilja pacientov, svojcev, sodelavcev ... Še bi lahko naštevala. Ali poznate težo, žalost, nobene radosti v teh zapisanih besedah? In takrat, ko delujemo iz takšne »nizke« energije, ne moremo pričakovati osebnega in kolektivnega izboljšanja in zdravja. Kadar nismo zdravi, smo v energetskem neravnovesju, imamo neuravnovešeno energetsko polje in pojavi se lahko kronična utrujenost. To so negovalne diagnoze po Nanda (2021). Našteli bi jih lahko veliko več, za vsak razred



– telesno aktivnost posebej. Menedžerji uspešnih podjetij se zavedajo, da takšna energijska neravnovesja posameznikov lahko prerastejo v kolektivno neravnovesje, ki vodi v neza-interesiranost zaposlenih, neučinkovitost, razočaranje, namesto v visoko produktivnost, ustvarjalnost, navdušenost in uspešnost.

Na kliničnem večeru so bila predstavljena nekatera orodja Access Consciousness® (dostop do zavedanja), ki ljudi opolnomočajo, da vedo. Namen Accessa je ustvariti svet kot večji niz izbir in večji niz možnosti, tako da bo lahko celotno človeštvo uspevalo v blaginji in radosti.

Nekaj orodij za vsakodnevno uporabo:

1. Z zavedanjem, da lahko vprašanje spremeni energijo katera koli situacije, lahko začnemo videti, da je vprašanje vedno tisto, ki odpira drugačna vrata, drugačno možnost. Če ste voljni biti v vprašanju, odprete vrata temu, kako lahko vse življenje prihaja k vam lahkotno, radostno in veličastno. Postavljaj vprašanja namesto odgovorov. Odgovori ne dajejo tolikšne širine izbir, kot pa če sledimo vprašanjem. Vsakič, ko postavimo vprašanje, bodimo odprti za možnosti, ne iščimo odgovora. Npr.: **Kaj je lahko še boljše kot to?** (Ko nam gre nekaj narobe, običajno rečemo »Kaj je lahko še slabše«. Namesto tega v vsaki situaciji, dobri, odlični, slabi vprašajmo, kaj je lahko še boljše. Kaj je še mogoče? Kakšno želim, da je videti moje življenje? Kakšne veličastne možnosti izbiram danes?
2. Ali veste, da osemindvetdeset odstotkov vseh čustev in misli, bolečin, občutkov teže in drugačnih vrst težav ni naših? Torej so od nekoga drugega. Čutiti je, kot da je naše, ker je naše zavedanje tako briljantno in intenzivno. In nihče nas ni naučil, kako razločiti razliko. Vprašamo se **»Komu to pripada?«** Kadar zaznamo lahkotnost v telesu, potem je to od drugega. Samo pošljemo »z zavestjo pripeto nazaj«. To pomeni, da pošljemo v vesolje, kjer se razblini.
3. Mantra **»Vse življenje prihaja k meni lahkotno, radostno in veličastno«**. Ponavljajmo jo vsak dan zjutraj in zvečer. Naš pogled ustvarja našo resničnost –torej, če bi to ves čas ponavljali, koliko več lahkotnosti bi to ustvarilo v naših življenjih?
4. Kaj, če je lahko današnji dan začetek nečesa drugega? Kaj, če bi bilo lahko naše življenje vredno užitka? Kaj, če bi se preveč zabavali, da bi sploh opazili, da nas ljudje obsojajo? V naši realnosti je obsojanje in samoobsojanje

normalno. Kaj pa, če je obsojanje samega sebe najbolj neprijazna stvar? Čudovito orodje, s katerim začnemo raztapljati vse sodbe, se imenuje **Access Bars**. To je 32 točk na glavi, ki se jih nežno dotikamo z rokami med seanso. Barsi vsebujejo vse omejitve, misli, ideje, prepričanja, čustva, sodbe in razmišljanja, ki smo jih shranili v kate-remkoli življenju in nam zdaj onemogočajo, da zaživimo čisto nekaj novega in zavestno izbiramo zase. S tretmajji se izbrišejo vse nekoristne 'datoteke', ki so v našem umu in so povezane z denarjem, zdravljenjem, mirom, telesom, ustvarjalnostjo, kontrolo, obliko, strukturo, radostjo, žalostjo, zavestjo ... in nas omejujejo videti več. Objavljenih je tudi nekaj študij o vplivu barsov na depresijo, anksioznost, utrujenost ...

Kaj narediti s temi orodji? Vajenec postane mojster, če vadi. Tudi pri osebni rasti ni nič drugače. Igrajmo in zabavajmo se s temi orodji vsak dan. Igrajmo! Življenje naj bo igra in zabava! Morda izberete tudi kakšno od delavnic Access Consciousness. Morda predstavitve in pokušine v živo v delovnih sredinah?

Izbirajmo! Izbira kreira naše življenje, ne usoda. Bodimo hvaležni za vse izbire, ki smo jih naredili, kajti nič ni prav in nič ni narobe. Vse samo je. Kaj je lahko še boljše kot to?

Več o Access Consciousness® najdete na spletnih straneh. Morda izberete kaj novega, drugačnega?

*Spoštovani člani,*

*če še ne prejemate aktualnih e novic*

*Zbornice – Zveze, se na njih naročite na*

*email: [clanarina@zbornica-zveza.si](mailto:clanarina@zbornica-zveza.si).*

*Spremljajte nas tudi na Facebooku:*

*[www.facebook.com/zbornica.zveza/](http://www.facebook.com/zbornica.zveza/)*

*Zbornica – Zveza*





## Redni letni in volilni občni zbor društva



Ksenija Pirš



Delovno predsedstvo (z leve proti desni):  
Sabina Finžgar, Nataša Koser, Danijela Pušnik,  
spredaj Marjeta Kokoš, vodja delovne skupine  
za ohranjanje zgodovine v ZBN)  
Fotografije: Milena Frankič



Več o izvoljenih članicah in članih v  
organe društva preberite na: [https://  
www.dmsbzt-mb.si/o-drustvu/organi-  
drustva/](https://www.dmsbzt-mb.si/o-drustvu/organi-drustva/)

V mariborskem društvu smo 21. aprila izpeljali redni letni in volilni občni zbor društva. Poleg predstavitev in sprejema poročil o delu organov društva za leto 2021, poročila o poslovanju društva in poročila Nadzornega odbora društva za leto 2021 smo članicam in članom predstavili načrt dela za leto 2022 in za mandatno obdobje 2022–2026.

Izvedli smo volitve in imenovanja organov društva za mandatno obdobje 2022–2026: volili smo predsednico in podpredsednico društva, predsednico nadzornega odbora in njegove člane, predsednico razsodišča in njegove člane, predsednico statutarne komisije in njene člane, predsednico komisije za priznanja in njene člane, predsednico

komisije za dodeljevanje sredstev za strokovna izpopolnjevanja in njene člane ter člane upravnega in izvršnega odbora društva (predstavniki izobraževalnih, zdravstvenih, socialnovarstvenih in drugih organizacij v regiji).

Skozi spremembe in dopolnitve statuta društva in nekaterih drugih pravnih aktov smo se odločili, da v prihodnost stopimo pogumno in uresničimo

dolgoletno željo po vzpostavitvi in razvoju **Regijskega kompetenčnega centra za vseživljenjsko učenje in razvoj**, ki bo namenjen vseživljenjskemu učenju in razvoju, strokovnemu in osebnemu razvoju ljudi v zdravstveni in babiški negi ter oskrbi in bo integralni del organizacije društva. Deloval bo z namenom socialnega trajnostnega razvoja posameznikov in okolja, skozi razvoj poklicnih skupin v zdravstveni in babiški negi ter oskrbi in razvoj medpoklicnega ter medgeneracijskega sodelovanja. V ospredju bodo vseživljenjsko učenje in strokovno izpopolnjevanje članic in članov, mreženje in izmenjava znanja in veščin med posameznimi delovnimi okolji v regiji in zunaj nje med lokalnim okoljem in nacionalno ravno,

v sodelovanju s strokovnimi sekcijami in regijskimi strokovnimi društvi ter drugimi, mreženje in izmenjava znanja med posameznimi generacijami, strokovna opolnomočenje članic in članov in dostopnost do najaktualnejših strokovnih znanj in informacij, neprekinjena osebna rast članic in članov, krepitev ustvarjalnosti in povezovanje prostega časa in interesnih dejavnosti članic in članov, ob vključevanju družinskih članov, krepitev statusa društva v javnem interesu in povezovanje z lokalno skupnostjo.

Še bolj pospešeno bomo razvijali aktivnosti za vseživljenjsko učenje, podpirali zdravje, dobro počutje in ustvarjalnost članov in prispevali k ugledu stroke zdravstvene in babiške nege ter oskrbe. Tako bomo prispevali k etični, empatični,

strokovni, kakovostni, odlični in avtonomni zdravstveni in babiški negi in povečevali družbeno pomembno moč svojih poklicnih skupin. Svoje naloge bomo razvijali v sodelovanju z vsemi okolji v regiji, organizacijsko rast bomo zagotavljali s koordiniranjem posameznih področij. Opredelili smo vloge koordinatorja dejavnosti za raziskovanje in razvoj, koordinatorja sistema vodenja kakovosti in odličnosti, koordinatorja interesnih dejavnosti ter koordinatorja alternativnih, komplementarnih in integrativnih pristopov.

Zavedamo se odgovornosti do svojih članic in članov, do vseh v poklicih zdravstvene in babiške nege ter oskrbe, ki se v obdobju okrevanja po epidemiji le še stopnjuje, saj so se naše potrebe spremenile in izhajajo iz stopnjevanih zahtev poklicnega in zasebnega življenja.

Zato smo se skupaj zavezali, da se bomo skozi poslanstvo regijskega stanovskega okolja na te spremembe učinkovito odzivali in si prizadevali, da bomo z neprekinjenim delom in razvojem presejali pričakovanja svojih članic in članov.

Thomas Germ, vlogi člana nadzornega odbora društva



Anemarija Smonkar, vodja pevskega zbora La Vita



Boža Majcen, vodja likovne skupine



## NAGRADNA KRIŽANKA TOSAMA d. o. o.

*Nagrajenci nagradne križanke Tosame d. o. o. aprilske in majske številke Utripa so:*

*Magdalena Gnezda, 5281 Spodnja Idrija*

*Tamara Gorišek Skumavec, 8310 Šentjernej*

*Luka Vervega, 2230 Lenart v Sl. Goricah*

*Marjana Jager, 3230 Šentjur*

*Ljudmila Škalič, 9207 Prosenjakovci*

*Mojca Očepček, 1410 Zagorje*

*Geslo oz. pravilna rešitev*

*nagradne križanke se glasi:*

**KUPCI SO IZBRALI**

*Nagrade bomo izžrebanim poslali po pošti.*



DELAVNICA TELESNIH PROCESOV  
ACCESS CONSCIOUSNESS

Demolekularna  
manifestacija  
in molekularna  
demanifestacija in  
Izvorno polje za  
odstranjevanje in  
izkoreninjenje strupenih  
mešanic



Danijela Pušnik



V soboto, 14. maja, smo pripravili posebno delavnico, ki smo jo podarili svojim članicam in članom ob mednarodnih dneh babic in medicinskih sester.

Access Consciousness® ali Dostop do zavedanja je nabor preprostih, praktičnih, dinamičnih in pragmatičnih tehnik, orodij in telesnih procesov, ki so ustvarjeni, da te spodbujajo h kreaciji življenja, ki ga resnično želiš. Ponuja procese, ki korak za korakom peljejo do bolj zavestnega življenja in pomagajo odstraniti omejitve, ki preprečujejo, da bi se uresničevali in preprosto živeli. Namen Accessa je, da nas pripelje do točke, kjer smo dovolj zavestni, da v sebi ustvarimo spremembo, tako da povečamo možnosti za spreminjanje travm, dram in norosti, ki so prisotne v življenju. Vključuje orodja, procese, verbalne in neverbalne tehnike, ki so mnogim ljudem po cellem svetu pomagali izboljšati zdravje, spanje, odnose, finance, zmanjšati stres, napetosti in odpravljati blokade, anksioznost, depresije in druge psihosomatske motnje.

Eno od orodij Access Consciousness® so **telesni procesi**. So močni energijski procesi, ki odklepajo naše telo in mu omogočajo, da se prenovi, okrepi in zaživi vse, kar lahko. Telo je senzitivni, čutni organizem z zavedanjem o boljšem utelešenju, če bi mu to omogočili. Z dotikom in z vprašanji premakneš zastalo energijo, poženeš v tek možnosti in odpreš vrata za spremembe, ki so se prej zdele mogoče le s čudeži. Ko se naučiš jezika in bivanja iz energije, čudeži na neki način prenehajo obstajati, ker postanejo tvoja "navadnost".

Obstaja več kot 60 različnih energijskih telesnih procesov, ki telesu omogočajo, da se sprosti, prejme in opusti nakopičen stres na psihofizičnih ravneh. Hkrati pomagajo obnoviti in ponovno aktivirati potlačene kapacitete za zdravljenje in spreminjanje.

Vir: <https://ita.accessconsciousness.eu/facilitatori/facilitatore-access-body/>

Kaj če nam ni treba biti več efekt staranja, bolezni, utrujenosti in degeneracije teles, ki nam jo povzročata ta realnost? Kakšne kapacitete imajo telesa, ki jih še nismo opazili ali ozavestili? Kaj če vse, za kar smo mislili, da v našem telesu ni spremenljivo, v resnici je spremenljivo? Kaj če lahko resnično spremenimo vsako molekulo, ki gradi naše telo? Zgolj to vprašanje začenja odklepiti telesa iz zadržujočih vzorcev.

Del povabila k Accessovemu načinu delanja s telesi je opustitev vseh pričakovanj, projekcij in rezultatov. Kadar pričakujete neki rezultat, ali ste takrat sploh sposobni sprejeti nekaj drugačnega? Če imate sodbo, da se nekaj v vašem telesu nikoli ne bo spremenilo, ali se sploh lahko kdaj spremeni?

Telesne procese lahko zaganjamo tako pri ljudeh vseh starosti kot tudi pri živalih, ni nobenih ovir in nič ne deluje tako, da bi naredili kaj narobe.

Na tokratni delavnici smo obdelali dva telesna procesa.

Prvi je »Demolekularna manifestacija in molekularna demanifestacija«. S tem procesom dodajamo molekule, ki bi morale biti v telesu, pa jih ni in odstranjujemo molekule, ki so v telesu, pa jih ne bi smelo biti. S tem procesom lahko vplivamo na razne ciste, izrastke, celulit, krčne žile, odstopajoče dlesni ... S tem procesom lahko vplivamo tudi na hrano.

Drugi proces, ki smo se ga učili, je »Izvirno polje za odstranjevanje in izkoreninjenje strupenih mešaníc«. Delamo ga lahko samostojno na ljudeh, je pa večji učinek, če ga zaženemo skupaj z DMMD, predvsem, kadar želimo odstraniti strupe iz hrane. Vemo, da je danes hrana polna dodatkov, ki ne koristijo telesu, se tam kopičijo in povzročajo alergije, bolezni, napihjenost, hiperaktivnost pri otrocih, skratka vse to lahko izničimo s tega procesoma.

Delavnice potekajo tako, da najprej predstavimo posamezni proces, v nadaljevanju pa ga izvajamo praktično tako, da ga enkrat prejmemo in enkrat podarimo v paru. Tokrat smo »čarali« tudi vodo in hrano – spreminjali okus, ki je ustrezal posamezniku. Po delavnici vsak proces lahko delamo na sebi in na drugih. Vsak udeleženec prejme certifikat in postane praktik telesnega procesa.

Da, bilo je zelo potenčno. Očistili smo tudi svoje misli, čustva. Koliko »strupov«, sodb ... hranimo v tem delu telesa? Zato je delo v skupinah tako super. Vse delavnice Access Consciousness® so namenjene prav vsem ljudem, niso za izbrance. Zato vabljeni, da preverite in začnete zapati svoji moči. Bodite v koraku z zavedanjem vedno in povsod! Odprite se neskončnemu obilju in radosti. Izberite, izbira kreira več možnosti!



# TOSAMA

Bela štacunca

## Kupon ugodnosti

**10% popusta na celoten nakup**

**15% popusta na izdelke Vivamel**

**15% popusta na vse higienske vložke in tampone**

**Vir**, Šaranovičeva cesta 35, Domžale, ob tovarni

**Maribor**, Jezdarska ulica 4, na Taboru

**Koper**, Pristaniška 19, nasproti tržnice

**Izola**, Ljubljanska ulica 1, na tržnici

**Ljubljana**, Šmartinska 152, BTC - Hala A  
visoko pritličje

**Ljubljana center**, Trubarjeva cesta 38,  
blizu Zmajskega mostu

**Kranj**, Cesta Jaka Platiše 18, v Planet Kranj

**Celje**, Ljubljanska cesta 10, vhod v center mesta

**Pomoč po telefonu:** 01 77 70 380  
**Spletna trgovina:** [www.tosamashop.si](http://www.tosamashop.si)

Kupon ugodnosti velja do 31. 12. 2022 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.

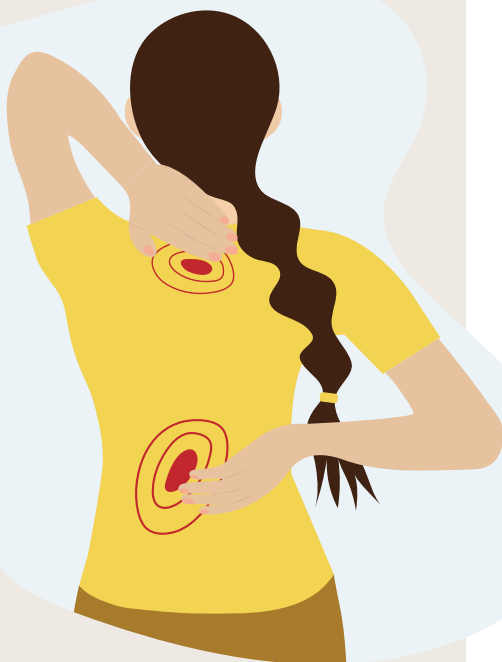
## www.tosamashop.si





## Maja smo se v okviru strokovnega kliničnega večera posvetili zdravju hrbtenice z ozaveščanjem čustev

Izr. prof. dr. Jadranka Stričević



O tem, kako odpravimo bolečino v hrbtenici z ozaveščanjem čustev, sta spregovorila izr. prof. dr. Jadranka Stričević in doc. dr. Dušan Čelan, dr. med., spec. fizikalne medicine in rehabilitacije.

Izr. prof. dr. Jadranka Stričević je predstavila negativne pokazatelje zdravja, ki nastanejo zaradi nenehnega boja s stresom in drugimi psihološkimi dejavniki. Krče v mišicah običajno sprožata tesnoba in potlačena jeza, saj preusmerjajo pozornost s čustvenega na telesno, ko se potlačijo predvsem neprijetna čustva.

»Paciente pa je treba poučiti, kaj se z njimi dogaja«, je v nadaljevanju poudaril viš. predav., doc. dr. Dušan Čelan, ki meni, da bolečine v vratnem in ledvenem predelu hrbtenice povzročajo potlačena čustva, zato je to fizična motnja, ki jo mora diagnosticirati nekdo, ki lahko prepozna tako fizične kot psihološke dimenzije tega stanja. Prav zaradi pomanjkanja tovrstnih strokovnjakov pacienti pogosto ostanejo brez prave diagnoze.

Čustva so namreč »energija, ki se giblje«, videti so kot nekašni oblaki, ki lebdi okoli našega telesa in nad njim. Ljubzen in radost – čustvi z visoko vibracijo – sta videti kot svetla energija, čustva z nizko vibracijo pa kot meglena in temna. Negativna čustva ali čustva z nižjo vibracijo sčasoma v telesu ustvarijo strupene snovi, ki učinkujejo v celicah in uničujejo telesno tkivo ali povzročijo hudo bolezen. Vplivajo tudi na naše razpoloženje, življenjsko držo, vedenje in osebnost ter stopnjo naše zbranosti. Nadzorujejo naše mišljenje in dejanja. Prav tako vplivajo tudi na fizično telo, telo pa posledično vpliva na naše občutke in misli. Zato strokovnjaki pravijo: »Ljudje, ki mislijo, da lahko prezrejo, odpravijo, potlačijo ali zgolj prevetrijjo svoja čustva, se bodo prej ali slej spoprijeli s fizično boleznijo.«

Morda za konec še poudarek, da je bil namen kliničnega večera dviganje ravni zavesti znotraj in zunaj področja medicine, saj ti pogosti sindromi bolečine, predvsem v vratnem in ledvenem delu hrbtenice, predstavljajo težavo javnega zdravstva, ki se ne more razrešiti, dokler se ne spremeni medicinsko dožemanje vzrokov bolečin.

Izr. prof. dr. Jadranka Stričević je skupaj z udeleženci kliničnega večera izvedla nekaj sproščujočih vaj in s tem zaključila prijetno strokovno druženje.



## Regijska proslava in podelitev srebrnih znakov zaslužnim članom



Tomislava Kordiš

*Nekako smo vsi nestrpno čakali, da se lahko brezskrbno srečamo in se veselimo pomladi, srečamo kolegice in kolege, ki jih zaradi obilice dela v težkih časih covida nismo mogli.*

19. maja smo se v Narodnem domu Celje zahvalili svojim upokojenim članicam in članom DMSBZT Celje z besedami:

»Ko jo pričakuješ, si nestrpen, kje se obira tako dolgo. Čas se neskončno vleče in misliš, da je nikoli ne boš dočakal. In ko pride, ne veš, kaj bi sam s sabo in z njo. Z upokojitvijo namreč. Takrat pa začne čas teči hitreje in ga zmanjkuje. No ja, pravzaprav je časa dovolj, le prav si ga je treba razporediti in užiti vse tisto, za kar doslej ni bilo časa. Vse to lahko zdaj postorijo tudi tiste članice in člani društva, ki so po naporih letih dela v zasluženi pokoj odšli v letu 2021. **Iz Splošne bolnišnice Celje:** Brigita Ogorevc, Alenka Otavnik, Štefanija Zorko, Nevenka Ilešič, Dušan Podobnik, Malgaj Martin, Darinka Štante, Karmen Konda, Jožica Murenc, Meta Piano, Majda Slapnik in Karla Planinšek; **iz Zdravstvenega doma Celje:** Romana Frenčak, Silva Jurčak, Betka Jelen, Stanka Kolar, Marica Doler, Marjana Vengušt (predsednica društva od l. 1996 do 2012, dobitnica zlatega znaka Zbornice – Zveze in srebrnega znaka društva ter častna članica društva), Ivanka Petelinšek, Miroslava Deržek, Ivica Kožuh in Romana Voršič; **iz Zdravstvenega doma Vitanje** Zorica Lamot; **Zdravstvenega doma Laško:** Stanka Ristovič, Dragan Vranešević in Zdenka Ukman; **Lambrehtovega doma Slovenske Konjice** Ivica Golob; **Zdravstvenega doma Brežice** pa Vasja Hrastovšek.

Hvala vsem, ki ste pripomogli in bili gonilna sila zdravstvene nege v času, ko ni bilo najbolj lahko. Želimo pa vam, da bi ostali zdravi in še mnogo let uživali v zasluženem in upam brezskrbnem času, ko bo najpomembnejša samo misel nase in svoje najbližje.

Ker pa nekateri še moramo delati in to kar precej let in si nekako utiramo pot zdravstvene nege še naprej, jo negujemo in razvijamo ter skrbimo, da naše poslanstvo teče iz roda v rod, pa čeprav bi nas lahko že začelo skrbeti, ali bomo imeli v prihodnosti dovolj zdravstvenega kadra in ali bomo lahko zagotavljali vsem prebivalcem dostopno in varno zdravstveno nego, tako kot smo si to zamislili, tako kot nam veleva stroka. Zato je prav, da med sabo najdemo posameznike in time zdravstvene nege, ki so v teh težkih časih še kako prepoznavni po svojem delu in požrtvovalnosti ter s tem dajemo zgled mlajšim generacijam, smo v društvu podelili srebrne znake DMSBZT Celje za zasluge, ki so vtakane v posameznika in tim, ki pa je najpomembnejši, torej dobri medsebojni odnosi in spoštovanje, kajti le to, glede na to, da največ časa preživimo s sodelavci, pomeni največ in pomeni tudi, da lahko delamo z veseljem, smo ustvarjalni, nas podpirajo ter razumejo. Če tega ni, lahko kaj hitro zapademo v stres in celo zbolimo.

Naš poklic je vrsta umetnosti, ki prav tako potrebuje izjemno mero vztrajnosti in prefinjenosti, srčnosti, predanosti, poguma, solidarnosti in potrpežljivosti. Ta umetnost je poklic medicinske sestre, babice in zdravstvenega tehnika. Celjsko regijsko društvo vsako leto podeljuje svojim članicam in članom in skupinam srebrne znake za pomembne prispevke in dosežke na področju zdravstvene oziroma babiške nege.

**Strokovno društvo med. sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje je letos podelil štiri srebrne znake. Dobili so jih:**



**ALENKA LONČAREVIČ** je po končani Srednji zdravstveni šoli v Celju nadaljevala šolanje na Višji zdravstveni šoli v Ljubljani in se zaposlila v patronažnem varstvu na Zdravstveni postaji Vojnik, kjer dela še danes. Delo patronažne medicinske sestre je vzljubila tudi zato, ker so jo na terenu prijazno

uvajale sicer zdaj že upokojene sodelavke. Zelo si je želela opraviti specializacijo iz patronažne zdravstvene nege, vendar to v tistem obdobju žal ni bilo mogoče. Željna znanja se je vpisala v 3. letnik zdravstvene nege po merilih za prehode in ga seveda tudi dokončala.

Kot so zapisali predlagatelji za srebrni znak, Alenka odlikuje veliko veselja do opravljanja poklica patronažne sestre, kar se odraža v izredno spoštljivem, toplem in sočutnem odnosu do pacientov, svojcev in sodelavcev. Že mama ji je polagala na srce, naj spoštuje starejše, še posebej pomoči potrebne. Vsi jo poznajo po njenem vestnem delu in nenehni pripravljenosti pomagati v vsakem trenutku ob vsakem času. S svojim nasmehom, prijaznostjo in z dobro voljo razveseljuje vse na terenu že več kot 40 let.

Aktivna je v lokalni skupnosti, kjer promovira zdrav način življenja. Delovala je v izvršnem odboru sekcije patronažnih medicinskih sester in kot predavateljica in moderatorica sodelovala na strokovnih izobraževanjih. V zdravstvenem domu se je vključevala v paliativni tim, v katerem sta z doktorico Romih oblikovali paliativni načrt. Mlajše kolegice se po nasvet še vedno rade obrnejo nanjo. Z zadovoljstvom prenaša znanje na študente, na novo zaposlene in jim je odlična mentorica.

Ustvarila si je družino in obenem skrbela za svoje zdravje. V mladosti se je rada vozila z motorjem. Z veliko ljubeznijo skrbi za ostarelo mamo. Kolikor ji čas dopušča, ga posveča

hribom. Vroče dni si krajša s plavanjem v Šmartinskem jezeru in se udeležuje izletov in proslav DMSBZT Celje.

Sodelavci iz patronažnega varstva ZD Celje so še zapisali: »Draga Alenka, zahvaljujemo se ti za tvoj čas, dobro voljo in spodbudo po nenehnem strokovnem izpopolnjevanju in izboljševanju delovnega procesa. Si odlična sodelavka, v vsakem trenutku pripravljena pomagati in predajati svoja znanja in izkušnje mlajšim kolegicam. Vemo, da te delo z ljudmi osrečuje in ga ne bi zamenjala za nič na svetu!«

Mi pa dodajamo: Naj bo tako tudi v prihodnje in čestitke ob prejemu srebrnega priznanja!

### MARIO DREMŠAK



Njegova prva zaposlitev po srednji zdravstveni šoli je bila v Termah Zreče, po dveh letih pa se je zaposlil kot tehnik zdravstvene nege na sprejemnem intenzivnem moškem oddelku Psihiatrične bolnišnice Vojnik. Ob delu je končal študij na Visoki zdravstveni šoli v Celju in nato še na Mednarodni fakulteti za družbene in poslovne študije ter pridobil naziv magister managementa.

Kot so zapisali predlagatelji, so ga v svoji delovni sredini zelo zgodaj prepoznali kot zelo dobrega sodelavca – v skladu s sloganom: »medicinska sestra – človek in pol«, zato je kljub svoji relativni mladosti zelo hitro po formalni izobrazbi postal namestnik pomočnice direktorja bolnišnice za področje zdravstvene nege. 1. 7. 2020 pa je s popolno podporo vseh zaposlenih prevzel naloge pomočnika direktorja za področje zdravstvene nege Psihiatrične bolnišnice Vojnik.

Funkcijo je prevzel v zelo nevhvaležnih in težkih časih zaradi epidemije. Kljub številnim oviram, epidemiološkim ukrepom in nenehnim organizacijskim spremembam zaradi covid-19 je bil ves čas sodelovalen, empatičen in strpen. Predvsem pa je s svojim pomirjujočim odnosom ter s smislom za humor vsem sodelavcem dajal moč, energijo in pogum, da so v tistih turbulentnih časih zdržali in ohranili stopnjo zdravstvene nege na visoki ravni. Njegova velika povezovalna sposobnost je tako v zdravstveni negi kot tudi med ostalimi službami pomembno vplivala na organizacijsko vzdušje v celotni bolnišnici, ki se je v času njegovega vodenja pomembno izboljšalo.

Kot vodja bolnišnične komisije za kakovost aktivno sodeluje pri razvoju kakovosti in varnosti bolnikov. Je mentor študentom zdravstvene nege in sodeluje z Visoko zdravstveno šolo v Celju, kjer je koordinator za področje zdravstvene nege za mentalno zdravje.

Z inovativnimi pristopi ves čas stremi k izboljšanju zdravstvene nege, saj je bil že pred leti idejni vodja za pripravo ter uveljavitev elektronskega načrta zdravstvene nege na ravni vojniške bolnišnice.

Zelo je ponosen na svojo družino, tri otroke in ženo, ki ga pri njegovi karierni poti ves čas podpira in mu stoji ob strani. Njegovi sodelavci ga prepoznajo kot »človeka in pol«, saj vodi z zgledom in ni zgolj še en teoretik, ampak je ves čas z njimi povezan in zna v praksi poprijeti za vsako delo v bolnišnici. In zato si zasluži srebrni znak!



**MARTINA KLOBČAR ČREP** je iz Slovenj Gradca, kjer je leta 1984 končala Srednjo zdravstveno šolo in se istega leta zaposlila kot srednja medicinska sestra v Domu za varstvo odraslih Velenje ter tam delala 20 let. Medtem je na

Fakulteti za zdravstvene vede v Mariboru diplomirala in pridobila naziv diplomirane medicinske sestre. Leta 2004 se je zaposlila na Srednji zdravstveni šoli Celje kot učiteljica praktičnega pouka in strokovno teoretičnih predmetov. Opravila je tudi pedagoško-andragoške izpite na Pedagoški fakulteti v Mariboru ter strokovni izpit za strokovne delavce na področju vzgoje in izobraževanja. Delo učiteljice je uspešno opravljala do leta 2010. Ker je imela veliko izkušenj s področja zdravstvene nege starostnika in ker je v vlogi vodstvenega kadra videla priložnost za uvajanje sprememb na tem področju, se je prijavila na prosto delovno mesto v Domu starejših Šentjur. Tam je bila zaposlena od 2010 do 2017 kot namestnica direktorice za področje zdravstvene nege in oskrbe. V tem obdobju je aktivno sodelovala pri raznih projektih doma in uvajanju novih konceptov dela, opravila je izobraževanja za procesnega vodjo in bila šest let vodja kakovosti E-Qalin. Leta 2017 je na Fakulteti za zdravstvene vede v Mariboru zagovarjala magistrsko nalogo z naslovom Vpliv vpeljave sistema kakovosti na zadovoljstvo stanovalcev v institucionalnem varstvu in pridobila naziv magistra zdravstvene nege. Od junija 2017 je zaposlena v DEOS Centru Zimzelen Topolšica kot namestnica direktorice

za področje zdravstvene nege. Martina je tudi dolgoletna aktivna članica izvršnega odbora DMSBZT Celje, ki ji podeljuje srebrni znak!

### TIM CEPILNEGA CENTRA in TIM MNOŽIČNEGA TESTIRANJA ZDRAVSTVENEGA DOMA CELJE

Leto 2020 je bilo za vse nas nekaj novega in neznanega. Zgodila se je epidemija, ki je pripeljala do tega, da so se zaposleni v zdravstveni negi v to neznaniko podali odločno in se zelo povezali in pripravili na različne nepredvidene situacije. V letu 2021 se je epidemija covid-19 nadaljevala, zato je bilo delo usmerjeno v začetek cepljenja proti tej boleznini množičnemu testiranju.

6. 1. 2021 so izvedli cepljenje zdravstvenih delavcev v Zdravstvenem domu Celje in nato 11. 2. 2021 nadaljevali množično cepljenje po nacionalni strategiji v cepilnem centru Zdravstvenega doma Celje v dvorani Golovec v hali A in tudi z množičnim hitrim testiranjem zaposlenih v vzgoji in izobraževanju ter ostale populacije. Za lažjo organizacijo so pripravili urnike za razporeditev kadra za množično testiranje in cepljenje. Začeli so klicati paciente po telefonu in jih vabiti na cepljenje. Pošiljali so SMS-sporočila, kar je bil velik administrativni zalogaj. Za lažje delo so uredili elektronski koledar naročanja in čakalno vrsto pacientov. Ves čas cepljenja so racionalno ravnali s cepivi in vedno skrbeli, da cepiva niso zavrgli. Ob nacionalni strategiji cepljenja so skrbeli, da so bili zaposleni seznanjeni s spremembami in novostmi. Imeli so 18 inšpekcijskih nadzorov samo na področju cepljenja, pri katerih ni bilo ugotovljenih kršitev niti opozoril.

Kmalu so pridobili aplikacijo Zvem, ki jim je zelo olajšala delo na področju naročanja na cepljenje proti covidu-19, predvsem na področju administracije in vodenja seznamov. Pritisk je bil velik v vseh strani, predvsem pritisk pacientov in tudi različnih medijev.

Vse od začetka epidemije so delovali mirno, natančno, strokovno in predvsem odgovorno. Od uvedbe množičnega testiranja in cepljenja so stopili skupaj vsi zaposleni v zdravstveni negi in se niso predali. Od 11. 5. 2021 so cepilni center Celje in množično testiranje preselili v halo L, kjer so odslej cepili od jutra do večera. Zadali so si cilj dnevno cepiti 1200 ljudi. Naredili so velik preskok, ko so prvi v državi organizirali cepljenje za nenaročene osebe, najprej s cepivom AstraZeneca in nato še s cepivi Janssen, Pfizer in Moderna, kar se je izkazalo kot primer dobre prakse, da so se ljudje, ki se še niso prijavile v aplikacijo Zvem, lahko v trenutku odločili za cepljenje.

S tem so vsaj delno dali možnost širši populaciji, da so si izbrali cepivo in se tako odločili za cepljenje. Namen je bil



povečati precepljenost med prebivalstvom in s tem spodbuditi druge cepilne centre v državi, da odprejo svoja vrata za širšo populacijo.

Največje zanimanje se je izkazalo ravno za Pfizerjevo cepivo in cepivo in Moderne 2. junija 2021, saj so v štirih urah cepili kar 1300 ljudi. Treba je poudariti, da so na ta dan imeli na cepilnem mestu povečano ekipo zdravstvenih delavcev, okvirno 40 oseb skupaj s prostovoljci in civilno zaščito. Odprli so kar devet vpisnih in devet cepilnih mest. Vsaka oseba, ki je bila cepljena ta dan, je prejela tudi certifikat o cepljenju, odgovarjali pa so tudi na njihova vprašanja. Cepljenje je potekalo zelo hitro, ljudje so bili zadovoljni. Medicinske sestre so šle med ljudi, se z njimi pogovarjale in jih seznanile, da bodo vsi dobili cepivo in da nikogar ne bodo odslovili.

Ob tej akciji so prejeli veliko pohval. To je vsem pomenilo največ, saj so ljudje začutili njihovo pozitivno energijo in predanost vseh zdravstvenih delavcev. Izziv je bil uspešno izpeljan. 29. 8. 2021 so cepilni center in množično testiranje preselili v dvorano Zlatorog.

Množično hitro testiranje je bil prav tako velik zalogaj pri organizaciji in razporeditvi kadra na druga delovišča. Testiranje je terjalo velik davek, saj so bili zaposleni v zdravstveni negi cel dan oblečeni v zaščitno opremo in izvajali testiranje množične populacije in zaposlenih v šolstvu. Kljub koloni

ljudi so ohranili dobro voljo do dela in nasmeh na obrazu, ki je bil sicer skrit za zaščitno masko. Bili so strpni do ljudi in kljub negativnemu mnenju ohranili mirno kri in prijaznost. Marsikdo si tega ne zna predstavljati, dokler tega ne izkusi. Izčrpanost zaposlenih se je poznala iz dneva v dan, saj so se soočali tudi s kadrovske stisko zaradi okužb c koronavirusom. Vodja Cepilnega centra Celje je bila Doroteja Štruc, dipl. med. sestra, v sodelovanju z diplomiranimi med. sestrami, srednjimi medicinskimi sestrami in zdravstvenimi tehnikami v Zdravstvenem domu Celje.

Tudi vodstvo ZD Celje je zelo hvaležno vsem zdravstvenim delavcem, da so se v času epidemije covid-19 s svojo požrtvovalnostjo in dodatnim delom zelo izkazali. Ob izbruhu pandemije pravih odgovorov ni bilo in le hitra, povezovalna in predvsem globalna akcija je omogočila, da število okuženih ni bilo veliko višje. To ne bi bilo mogoče, če ne bi bilo posameznikov v prvih vrstah, ki so preprečevali tisto najhujše. Prvi med njimi so bili zdravstveni delavci na primarni ravni. Od začetka epidemije in vse do danes se je tim zdravstvene nege zelo povezal, zaposleni so se bolje spoznali, si priskočili na pomoč in bili pripravljeni pomagati drug drugemu. Vemo, da bo tako ostalo tudi v prihodnje. In zato si več kot zaslužijo srebrni znak!

#### GLOBOK POKLON VSEM IN ISKRENE ČESTITKE!



(Od leve proti desni): Branka Klinc, odg. med. sestra specialitike, Barbara Terbovc, odg. med. sestra MDPŠ, Daniela Omerzu, Andreja Doberšek, odg. med. sestra Razvojnne ambulante, Darja Rus Vogelsang, Petra Markovič, Zinka Sinožič, Mateja Martič Pekovšek, odg. med. sestra dispanzerja za šolske otroke in mladino, Jelka Obrez, Mateja Rozman, predstojnica CKZ in vodja množičnega testiranja ZD Celje, Marjana Jažer, Rok Repas, predstojnik reševalne postaje, Katja Blatnik, predstojnica patronaže, Doroteja Štruc, Vodja programa ZN in Vodja Cepilnega centra ZD Celje, Špela Centrih, Tanja Žmavc Vraneševič, Tina Bovha, Darja Arzenšek Marguč, Kaja Koštomaj, odg. med. sestra družinske medicine, dr. Bernarda Hostnik, mag. zdr. nege, odg. med. sestra ZP Vojnik in Dobrna, Ivanka Jazbinšek  
(Fotografije: Foto Toni)



Strokovno društvo  
medicinskih sester, babic in  
in zdravstvenih tehnikov Celje

## V objemu spominov in v naročju Triglavskega narodnega parka



Olga Nezman

Čas moje poklicne dejavnosti sega v obdobje, ko so se posledice vojne vihre nekoliko oddaljile. Na obzorju je bilo slutiti nove usmeritve zdravstvenega sistema, razmah gospodarstva in družbene spremembe. Reorganizacije v zdravstvu, šolstvu in na drugih družbenih področjih so bile del vsakdanjika.

Problemi zadnjih treh desetletij prejšnjega stoletja, o katerih vam pišem, so bili vezani na zastarelo opremo, nefunkcionalne delovne in bivalne prostore, pomanjkanje materiala in zdravstvenega kadra. Za reševanje teh težav so bili postavljeni nosilci za posamezna področja, med njimi tudi za področje nege bolnika. Na tej točki je regijsko Društvo medicinskih sester Celje, ki je bilo ustanovljeno leta 1963 pridobilo nove vsebine za svoje aktivnosti, predvsem pri oblikovanju poklica medicinske sestre, njenega izobraževanja, humanizaciji delovnih pogojev, doseganju višje poklicne identitete medicinskih sester in sodobne vizije razvoja stroke.

Spoštovane kolegice in kolegi, z vami želim deliti spomine na leta od 1982 do 1996, na vse, kar smo kot člani Društva medicinskih sester Celje (takrat uradni naziv društva) doživljali skupaj in z vami, kolegice in kolegi, in z veliko željo in upanjem, da boste zagnano nadaljevali to skupno zgodbo tam, kjer smo vam jo predali.

Združili smo moči, svoje znanje, dodali izkušnje in vedno prisotno dejstvo, da nas je človek izbral pri iskanju pomoči. Zagotoviti najprej pomoč pri njegovih elementarnih potrebah je bilo samo po sebi prisotno in nedvoumno, nato so se zvrstili postopki, ki jih je narekovalo njegovo

zdravstveno stanje. Zaupanje, ki smo ga dolga leta gradili med seboj in skupaj z bolniki je zelo dragoceno. Koliko skupnega vesolja je bilo, ker nam je uspelo, in koliko hvaležnosti.

Delo vodje patronažne službe, glavne medicinske sestre na primarni ravni zdravstvenega varstva in predsednice društva mi je dajalo prednost v pravočasni informaciji in izbiri prioritete, ki so jih vedno narekovala potrebe. V patronažni dejavnosti smo začeli razvijati polivalentnost, na področju primarnega



Slovo od Sedmerih jezer 2018  
(Fotografija: Olga Nezman)

zdravstvenega varstva pa preventivo in zdravstveno vzgojo. Zavedala sem se, da je treba znanje nadgrajevati skozi izobraževanje in strokovno usposabljanje. Potrebe so se razmahnile, morali smo slediti razvoju medicine, reorganizaciji zdravstvenega varstva in napredku. Vedela sem, da posameznice nismo dovolj za vse spremembe, zato sem se vključila v društvo, kjer je bila moja vizija sprejeta za nadaljevanje društvene dejavnosti. Zaupana mi je bila naloga predsednice društva, ki je postajalo takrat eno najmočnejših društev s 1118 članicami in člani.

Aktivnosti so se razmahnile v različnih oblikah: številni strokovni seminarji z naprednimi vsebinami, najboljšimi predavatelji različnih področij, novimi oblikami prenosa znanja, izmenjavami obiskov v delovnih sredinah različnih ustanov, drugih društev in združenj doma in v tujini ter aktivnim sodelovanjem v nalogah Zveze društev medicinskih sester Slovenije. Vse naše načrtovane aktivnosti so predavalnice napolnile do zadnjega sedeža. Zares smo potrebovali znanje. Zelo hitro in kakovostno smo ga prenesli v delovna in strokovna okolja.

V društvu smo razvijali še eno, zelo priljubljeno dejavnost – družabno življenje članstva. Organizirali smo:

- večdnevne izlete po domovini in tujini;
- enodnevne izlete za aktivne in upokojene članice;
- izlete naših otrok v Gardaland – posebno doživetje;
- planinsko dejavnost, v kateri sva s kolegom Ludvikom Stoparjem in prijatelji, gorskimi vodniki enkrat letno vodila pohod na Triglav in dvodnevni pohod do Triglavskih sedmerih jezer. Vsak pohod se je zaključil z družabnim srečanjem, ki ga znajo pripraviti samo planinci;
- kulturne prireditve, na katerih smo želeli del kulturnega programa izvesti sami. Ob praznovanju 30. obletnice društva sem ustanovila vokalno skupino Cvet, nonet, ki so ga sestavljale medicinske sestre društva. Neprekinjeno je delovala več kot 20 let;
- mlade članice so nosile štafeto mladosti skozi Celje in priredile nekaj mladinskih plesov;
- nekaj let smo skupaj z zdravniškim društvom organizirali gala medicinske plese, za katere dvorana ni bila nikoli dovolj velika, in športna tekmovanja Medicotrim.

Društvu je prejelo zlati znak za aktivno dejavnost in požrtvovalnost ob veliki poplavi mesta Celja.

Največji razmah v družabnem programu je doživel in še doživlja vsakoletni obisk Triglavskega narodnega parka.

Kot predsednica društva sem iskala idejo, kako športni aktivnosti društva dodati novo vsebino – planinstvo. Sama sem bila že nekaj let aktivna v Planinski matici Celje. Gore so bile v mojem življenju nekaj posebnega. Vse, kar so mi gore podarile, sem želela deliti z drugimi člani društva.

V pripravi športnega tekmovanja Medicotrim je zelo aktivno sodeloval član našega društva Ludvik Stopar, nekaj let zaposlen v mavčarni celjske bolnišnice, nato vse do upokojitve v ambulanti prve pomoči v Cinkarni Celje. Tu je ustanovil planinsko sekcijo, ki je v programu imela tudi obisk Triglava. Idejo, da bi organizirala pohod na Triglav tudi za naše društvo, sva brez zadržkov takoj dorekla. Tako sva prvi vzpon na Triglav z 42 pohodniki realizirala 27. 8. 1993. V naslednjih letih se je organiziralo sedem vzponov, s skoraj 800 udeleženci. Pot na Triglav se je vedno začela na Rudnem polju do Kredarice, kjer smo prenočili in se zjutraj povzpeli na vrh Triglava. Vračali smo se na Sedmera jezera, prenočili in se z jutrom podali v dolino. Lepote Sedmerih jezer so podprle željo, da bi člani društva lahko enkrat letno obiskali samo Sedmera jezera. Ludvik - Luka, kot je njegovo planinsko ime, je sprejel tudi to obveznost. Z veseljem smo pohod vpisali v letni program društva. Vsako leto sta bila dva avtobusa polna pohodnikov, ki so na Sedmera jezera prinesli smeh, dobro voljo in lepe domače pesmi.

Veliko planincev sem spoznala na naših in tujih gorah, toda takšnega ljubitelja Triglavskega narodnega parka, kot je Luka, nisem srečala nikjer drugje. Na Triglav je vodil že 44 skupin in na Sedmerih jezerih je bil že 200-krat. Kot odličen poznavalec Triglavskega narodnega parka je lepote pokazal že 2000 pohodnikom. Na kočice ob poti je prinašal sanitetni material, vodil tečaje PP, bil med prvimi s prijatelji po potresu na Bovškem, ustanovil je Caritas v Rožni dolini in še marsikaj.

Veliko povedo že številke same, a zgodba se še ni končala, saj sta za menoj 1996 prevzeli vse, kar je dobro za člane društva, moji naslednici, obe ljubiteljici narave. Hvaležni smo dolgoletni predsednici Marjanci Vengust in sedanji predsednici društva Tomislavi Kordiš, da sta in še nadaljujeta tradicijo planinstva v društvu.

Vsak posameznik je v tej zgodbi naredil izjemno število korakov, doživel presenečenja v lepoti narave, planinskem prijateljstvu in zadovoljstvu, da smo lepoto gora pokazali svojim otrokom, celo vnukom.

Vsak, ki spoštuje gore in sebe, se zaveda minljivosti. Pride čas, ko moraš gore znižati, razdalje skrajšati in zmanjšati število korakov. Z Lukom sva planinstvo v društvu začela skupaj in tudi končala ga bova skupaj na letošnjem obisku Sedmerih jezer, drugi vikend julija. Poslovala se bom od čudovite epizode življenja z najlepšimi spomini, ki sem jih ustvarila v naravnem okolju naših gora, v družbi dobrih ljudi in v koraku s članom društva, ki je velik del svojega življenja, skoraj 30 let, podaril organizaciji planinstva v celjskem društvu. V Sloveniji in zunaj meja ni društva, ki bi lahko pisalo podobno zgodbo.

Spoštovani Ludvik - Luka, v svoji preveliki skromnosti ne pričakuješ velike zahvale za opravljeno delo, sprejmi pa moje in naše prepričanje, da si pustil globoko sled društvenega pohodištva in vzor pravega planinca za mlajše generacije. Veliko spominov na tej poti čaka tudi naslednje pohodnike.





društvo  
medicinskih sester, babic  
in zdravstvenih tehnikov  
Novo mesto

## Pomladna druženja v Društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Novo mesto



Kristina Novak



Predavanje »Moč spanja«  
(Fotografija: Gloria Šepce)

Z izboljšanjem epidemiološke situacije smo tudi v Društvu MSBZT Novo mesto nadaljevali aktivnosti, ki so bile zadnji dve leti zaradi epidemije zelo okrnjene. 6. aprila smo končno lahko izvedli redni in volilni občni zbor, ki smo ga morali kar trikrat odpovedati oziroma prestaviti.

Čeprav je bila udeležba manjša, kot smo pričakovali, saj se je na Dolenjskem prav v tistih dneh spet nekoliko povečalo število okužb z novim koronavirusom, pa smo bili vsi prisotni veseli, da smo se spet lahko srečali »v živo«, poklepetali in se spet počutili kot »v dobrih starih časih«. Pred začetkom občnega zbora se nam je z glasbeno točko na citrah predstavila dijakinja Srednje zdravstvene in kemijske šole Novo mesto. V veliko čast nam je, da se je našega srečanja udeležila tudi izvršna direktorica Zbornice – Zveze Anita Prelec, ki nas je v svojem nagovoru obvestila o aktivnostih zbornice in aktualnih novostih, ki so pomembne za člane. Prisotnim je razdelila tudi darilca – zobne ščetke in razkužila za roke. Še enkrat hvala Zbornici za to pozornost. Na občnem zboru smo izvolili novo (staro) predsednico društva in člane upravnega, nadzornega odbora ter častnega razsodišča. Po končanem občnem zboru smo srečanje nadaljevali s strokovnim delom. Predavanje z naslovom Moč spanja nam je predstavila Brigita Zupančič Tisovec, zaposlena na NIJZ Območna enota Novo mesto. Spanje je področje, ki je spregledano, se pa v zadnjem času na NIJZ težavam s spanjem vse bolj posvečajo. Predavateljica nam je predstavila pomen spanja za naše zdravje. Raziskave kažejo, da v Sloveniji le dobrih 30 % odraslih in 22 % otrok dovolj dolgo spi. Predvsem tisti zdravstveni delavci, ki svoje delo opravljajo tudi v nočni izmeni, imajo lahko s spanjem velike težave, saj delo v treh izmenah poruši ritem spanja. WHO opozarja, da je delo v nočni izmeni »verjetno rakotvorno« in predavateljica nam je razložila, da je vzrok v tem, da se rastni hormon izloča v stanju budnosti in če ponoči ne spimo, se ta hormon izloča v večji količini, kar vpliva tudi na rast tumorskih celic in na večjo možnost metastaziranja. Dokazano je, da se posledica pomanjkanja spanja kažejo na delovanju celega telesa – večje je tveganje za pojav kroničnih nenalezljivih bolezni, poškodb, slabše je reproduktivno zdravje. Pomanjkanje spanja predstavlja tudi višje tveganje za pojav Alzheimerjeve bolezni in z dovolj spanja lahko začetek te bolezni prestavimo kar za 5 do 10



let. Starši se pogosto jezimo na svoje odraščajoče otroke, ki zaspijo pozno ponoči, zjutraj pa jih ne moremo spraviti iz postelje in bi prespali celo dopoldne. To je do neke mere normalno in povezano s pomikom cirkadianega ritma, ki je pri mladostnikih drugačen kot pri odraslih. Predavateljica nam je razdelila tudi letake z 10 priporočili za zdravo spanje, ki so jih na NIJZ pripravili tako za odrasle kot tudi za otroke in mladostnike. Opozorila pa je tudi na 18. marec, ko obeležujemo svetovni dan spanja. Po zares zanimivem predavanju je bil čas tudi za druženje in klepet ob prigrizku in razšli smo se z upanjem, da se kmalu spet srečamo ob praznovanju mednarodnega dneva medicinskih sester.

Svečane akademije ob 5. maju, mednarodnem dnevu babic in 12. maju, mednarodnem dnevu medicinskih sester na Brdu pri Kranju, smo se udeležili v večjem številu, saj sta kar dva letošnja dobitnika zlatega znaka člana našega društva. Akademija in podelitev najvišjih priznanj Zbornice – Zveze je potekala v svečanem vzdušju, seveda pa smo bili najbolj ponosni na kolegico Miro Brodarič in kolega Petra Černeta, ki sta za svoje dolgoletno delo v zdravstveni negi in za prispevek k razvoju in prepoznavnosti našega poklica prejela to visoko priznanje. Nekaj naših članic se je na Brdu pri Kranju udeležilo tudi 18. Simpozija zdravstvene in babiške nege Slovenije, ki je z zanimivimi temami marsikoga pritegnil in znova prepričal, kako pomembni sta zdravstvena in babiška nega v sistemu zdravstvenega varstva.

V društvu pa smo mednarodni dan medicinskih sester obeležili 14. maja. Ker bi se morali vsi zavedati, da brez spoštovanja preteklosti ni prihodnosti, smo člane povabili v Kočevski rog na ogled Baze 20 in partizanske bolnice Jelendol. V delo društva želimo vključevati vse generacije članov, zato smo bili še posebej veseli, da so se nam pridružili tudi najmlajši člani, saj se je srečanja udeležilo 16 študentov zdravstvene nege na Fakulteti za zdravstvene vede Novo mesto. Bazo 20 in partizanske bolnice v Kočevskem rogu upravlja Dolenjski muzej Novo mesto. Na Bazi 20 nas je sprejel Jože Saje, ki skrbi za ta del muzeja in tudi vodi obiskovalce, ki si želijo ogledati te pomnike naše zgodovine. Gospod Saje je velik poznavalec časa in prostora, v katerem so delovale partizanske bolnišnice. Povedal nam je veliko zanimivega o delovanju Baze 20, za nas zdravstvene delavce pa je bilo posebej zanimivo njegovo pripovedovanje o skrbi za ranjence in bolnike v času druge svetovne vojne na naših tleh. Partizansko

zdravstvo je dokaz, da se lahko v ljudeh, tudi v času najhujše stiske in skrbi za lastno življenje, prebudi humanost in skrb za pomoči potrebne. Niti starejše medicinske sestre, ki že dolgo delamo v zdravstveni negi, sploh pa ne naše mlade kolegice in kolegi, ki se za poklic šele pripravljajo, si ne moremo predstavljati, v kakšnih in kako nemogočih razmerah so naše kolegice med vojno skrbele za težko ranjene in bolne partizane. Da pa le ni bilo vse tako tragično, pričajo fotografije srečnih mamic, saj je bila v bolnici tudi porodnišnica. V Jelendolu se je rodilo več kot 40 novorojenčkov in skoraj vsi so preživeli. Danes sicer lahko slišimo zelo različna mnenja o teh časih in dogodkih, ki so se med vojno in po njej dogajali na slovenskih tleh, vendar pa je gospod Saje nepristransko in ne da bi prikazoval samo eno in edino pravo resnico povedal nekaj tudi o najbolj tragičnih dogodkih v naši zgodovini.

V toplem sončnem vremenu so tri ure zgodovine minile zelo hitro. Pohod do izhodiščne točke nas je rahlo utrudil in bili smo tudi že pošteno lačni. Srečanje smo zaključili s kosilom in druženjem v prijetni lokalni gostilni. Vsi prisotni smo se strinjali, da smo preživeli lepo in poučno soboto. Bilo nam je lepo v družbi prihodnjih kolegic in kolegov in upam, da smo jih navdušili, da se bodo aktivnosti, ki jih v društvu pripravljamo, tudi v prihodnje radi udeleževali.



Pred eno od stavb na Bazi 20 (Fotografija: Marica Parapot)



Strokovno društvo  
medicinskih sester,  
babic in zdravstvenih  
tehnikov Koroške

## Aktivna koroška pomlad



Janja Pungartnik

### MIŠICE, KI JIH JE POTREBNO KREPITI



V prvi polovici leta smo za člane Strokovnega društva MSBZT Koroške organizirali strokovno zelo aktivno »Koroško pomlad«. Verjamemo, da je za razvoj na strokovnem področju in za kakovostno izvajanje zdravstvene nege pomemben pozitiven odnos do nadaljevalnega izobraževanja oz. strokovnega razvoja. Zavedanje posameznika o pomembnosti vseživljenjskega izobraževanja je nujno ves čas, saj to pripomore k strokovnemu napredku medicinske sestre. Članstvo se zaveda, da si je dandanes možno samoiniciativno poiskati možnosti za pridobivanje novega znanja in spretnosti in v našem društvu temu sledimo.

Novo leto smo začeli z izobraževanjem, ki sta nam ga pripravili Tanja Robič, dipl. fiziot., dipl. kin. in Nina Pristov, dipl. kin., iz Centra za krepitev zdravja Koroške z naslovom *Pomen gibalne aktivnosti za opravljanje dela v zdravstveni negi*. Številne študije so pokazale, da medicinske sestre v veliki meri trpijo zaradi bolečin v hrbtenici. Le-te so posledica nepravilnih položajev, gibanja pri delu in dvigovanja bremen. Na strokovnem predavanju sta nam v teoretičnem delu predstavili nasvete in priporočila za aktiven življenjski slog ter varne biomehanske principe pri premeščanju bremen. V drugem delu pa je sledil praktični prikaz.

Februarja nam je svojo izkušnjo *babiškega prostovoljnega dela v Zambiji* predstavila Severina Štruc, dipl. babica, zaposlena na Oddelku za ginekologijo in porodništvo Splošne bolnišnice Slovenj Gradec. Sama je o svoji izkušnji povedala: »Ko zapustiš Afriko, ko letalo vzleti, občutiš več kot samo zapuščanje kontinenta, opustiš svoj stari način razmišljanja. Karkoli te čaka na drugi strani tvojega potovanja, se začneja s čisto drugačnim načinom obstoja. S svojo neposrednostjo te Afrika dregne naravnost tja, kamor te še nihče ni. Nova zgodba se je šele začela; z mnogimi vprašanji, ki te glodajo,

dokler ... dokler si ne priznaš, da tudi človek na drugem koncu sveta, za katerega sploh nisi vedel, da obstaja, ima iste želje in razmišljanja kot ti, je reven in nepismen, toda zna zgrabiti življenje z obema rokama. Pravico ima do tega, tako kot ti! Imela sem veliko srečo, da sem lahko bila del njihove zgodbe oziroma družine, kot se imenujejo zdravstveni delavci v Afriki.« S fotografijami nas je popeljala v njihov zdravstveni svet, ki je velikokrat našim očem skrit.

Strokovno potopisno predavanje smo »v živo« ponovili 5. maja ob mednarodnem dnevu babic. Prenašali smo ga tudi on-line in posnetek je dosegljiv na naši spletni in FB strani.

Nadaljevali smo s predstavitvijo raziskave T. Vetter, mag. zdr. nege, o prebolevanju koronavirusne bolezni covid-19 med zdravstvenimi in socialnimi delavci v koroški regiji. Statistično sta bolezen covid-19 v koroški regiji predstavili Valerija Glavica, dipl. m. s., Nika Kajnih, dipl. m. s., iz NIJZ Enote Ravne na Koroškem.

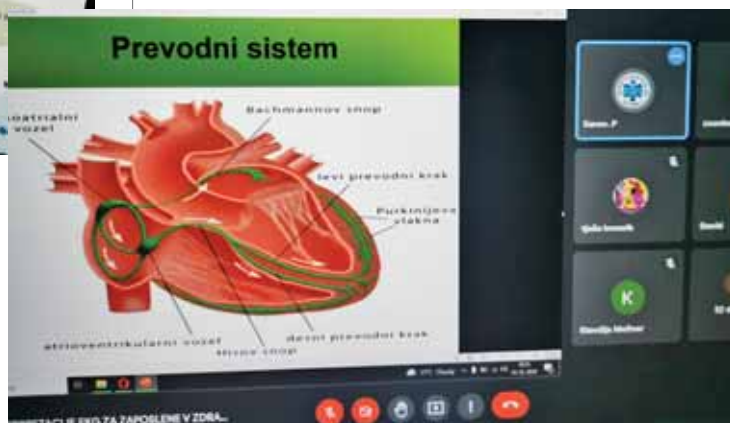


Zadnjih nekaj let se pogosteje izvaja perkutana traheotomija, ki je v primerjavi s klasično, kirurško metodo, manj invaziven poseg, z manj zapletov. Poseg se izvede v enoti za intenzivno zdravljenje v sklopu posteljne enote. Izvedeta jo dva anesteziologa ob sodelovanju medicinske sestre. Aktivnosti zdravstvene nege pri pacientu s traheostomo so nam predstavile Sedina Kovačević, Klavdija Mežnar in Sara Gabrovec, vse dipl. m. s. na Oddelku za anesteziologijo in intenzivno medicino

operativnih strok Splošne bolnišnice Slovenj Gradec. Predstavljena nam je bila tudi pravilna tehnika aspiracije preko traheostome. Oskrbo pacientov na terenu je predstavila Jerneja Pirih, dipl. m. s., iz patriažne službe Zdravstvenega doma Slovenj Gradec, oskrbo varovancev v DSO pa Taja Lužnik, dipl. m. s., iz DSO Na Fari, Prevalje.



Osnove EKG za zaposlene v zdravstveni negi nam je v marcu interpretiral Samo Podhostnik, mag. zdrav. nege, iz ZRC Koroške. Pojasnil nam je, da številni zunanji ali notranji dejavniki lahko povzročajo motnje pri izvedbi postopka in vplivajo na interpretacijo posnetka, posledično pa lahko tudi na postavitev diagnoze in zdravljenje. Najpogostejši razlogi za pojav odklonov v posnetku so fizični premiki pacienta, povečano dihalno delo, izometrična napetost mišic, elektromagnetne motnje, slab stik med elektrodo in kožo, okvara ali odklop kablov ter zamenjava ali neustrezna pozicija elektrod. Natančna izvedba postopka zagotovi kakovosten posnetek EKG, ki zdravniku predstavlja pomemben dodatek k oceni pacientovega stanja, omogoča zgodnje postavljanje diagnoze in zdravljenje.



Lea Dren, Suzana Starc, Helena Zorman in Anja Videmšek, vse dipl. m. s., zaposlene na Oddelku za pediatrijo Splošne



bolnišnice Slovenj Gradec, so predstavile *vlogo medicinske sestre v specialističnih pediatričnih ambulantah*. Predstavljeni so bili oddelek in ambulante ter organizacija in primerjava dela pred in med epidemijo, vloga medicinske sestre pri gastroskopiji pri otroku v anesteziji, v alergološko-pulmološki ambulanti s poudarkom na imunoterapiji, dela in naloge medicinske sestre v specialistični nefrološki ambulanti s poudarkom na zdravstvenovzgojnem programu šole lulanja – klinična pot in predstavitev postopka Biofeedback. Predstavljen je bil multidisciplinarni tim razvojne ambulante in njihovih novih prostorov s poudarkom na presejalnem testu Denver II Slovenija. Tadeja Čeplak, dipl. babica, je predstavila sprejem in obravnavo novorojenčka v enoti za neonatologijo.



Cikel izobraževanj v prvem delu leta smo zaključili s strokovnim popoldnevom SDMSBZT Koroške in programa Svit. Letos so se na NIJZ, v želji po intenzivnejšem sodelovanju programa Svit z medicinskimi sestrami, odločili, da nas zaprosijo za pomoč pri promociji programa, saj raziskave programa Svit kažejo, da lahko medicinske sestre pomembno prispevamo k odločitvi posameznika za sodelovanje v programu. S predstavitvijo programa članom društva so nas želeli spodbuditi, da se odzovemo na vabilo v program in tako poskrbimo za svoje lastno zdravje in da sodelovanje v programu priporočimo tudi svojim pacientom.



Pri pacientih z zaporo sečevoda ali sečnice in posledično moteno odtekanje urina iz ledvic v mehur ali iz mehurja zaradi različnih bolezenskih stanj je pogosto prva rešitev vstavitve ene izmed drenaž, odvisno od mesta zapore in patologije. Ta je lahko začasna ali stalna, doživljenjska. V prispevkih bodo predstavljene vse aktivnosti zdravstvene nege, ki jih izvajamo pri pacientih z nefrostomskim katetrom, cistostomo, urostomo, urinskim katetrom in pravilno ravnanje z urinsko vrečko. *Aktivnosti zdravstvene nege pri pacientu z urinskimi drenažami* so predstavile Majda Topler, mag. zdr. nege, Helena Kotnik, dipl. m. s. ter Mojca Rednak, mag. zdrav. ved. Vsebinsko so popestrile z video vsebinami. Bojana Viderman, dipl. m. s., iz patronažne službe Zdravstvenega doma Ravne na Koroškem nam je predstavila oskrbo varovanca z urinskimi drenažami v domačem okolju.



Strokovna predavanja smo v veliki večini zaključili s preverjanjem znanja in s pozivom na sodelovanje v anketi, kjer lahko izrazijo svoje mnenje o strokovnih vsebinah z namenom, da se lahko kontinuirano izboljšujemo.

Strokovnih popoldnevov se je udeležilo več kot 500 članov in članic, kar ocenjujemo za zelo spodbudno.

(Fotografije: Arhiv društva)



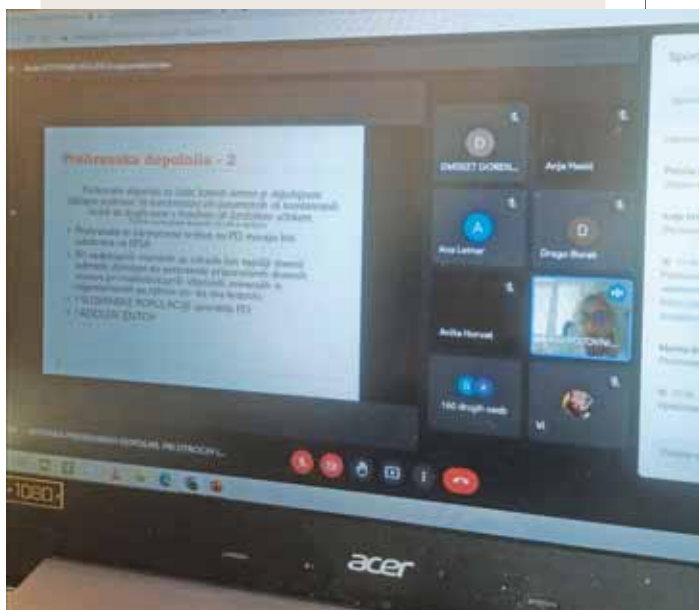


Društvo  
medicinskih  
sester, babic in  
zdravstvenih  
tehnikov  
Gorenjske

## Uporaba prehranskih dopolnil pri otrocih in mladostnikih



Zala Marn



(Fotografija: Zala Marn)

Drugi pomladanski klinični večer DMBZT Gorenjske smo tokrat namenili uporabi prehranskih dopolnil pri otrocih in mladostnikih. O povečani uporabi letih nas je opozorilo kar nekaj izvajalcev primarnega zdravstvenega varstva, zato smo se odločili, da razbijemo nekaj znanih in neznanih trditev.

Zala Marn, dipl. m. s. s spec. znanji, nam je predstavila z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju med mladostniki v Sloveniji, izsledke mednarodne raziskave HBSC iz leta 2018. V splošnem se je trend uživanja zelenjave, sadja in rednega zajtrkovanja otrok in mladostnikov zvišal, medtem ko se ugodno niža trend uživanja energijskih in sladkih pijač. Skupno z družino obeduje tretjina mladostnikov, žal pa to ne velja za višje starostne skupine.

Izr. prof. dr. Nada Rotovnik Kozjek nam je predstavila uporabo prehranskih dopolnil in superživil pri otrocih ter mladostnikih. Pravi, da uravnotežen vnos presnovnih substratov s prehrano zagotavlja normalno delovanje telesa in omogoča optimalno rast otroka in mladostnika. Poudarja, da je pred kakršnim koli jemanjem prehranskih dopolnil nujna prehranska in presnovna diagnostika. Na področju superživil je omenila, da po raziskavah ni najdenih skoraj nič opisanih učinkov proizvajalcev. Omenila je, da je treba biti pri navedbah o superživilih pazljiv, saj gre največkrat le za dobro reklamo.

Žan Zupančič, mag. inž. prehrane, nam je predstavil konzumacijo s proteini obogatenih živil pri otrocih in mladostnikih. Tudi drugi predavatelj je poudaril navedbe izr. prof. dr. Nade Rotovnik Kozjek, da je treba otroka ali mladostnika ustrezno diagnosticirati tako prehransko kot tudi presnovno. Predstavil nam je nekaj zanimivih proteinskih pudingov in napitkov ter jih tudi hranilno ovrednotil. Sicer pa velja, da, če so otroci in mladostniki telesno aktivni (trenirajo različne športe), se priporoča športna prehrana.

Dogodek smo zaključili z mislijo, da je zdrava in uravnotežena prehrana najboljša za vašega otroka in mladostnika. Nato pa odšli na lahko večerjo.



## Strokovno srečanje ob svetovnem dnevu zdravja



Mateja Šimec

Univerza v Novem mestu, Fakulteta za zdravstvene vede

Novo mesto, 7. april 2022

## UVOD

Na Fakulteti za zdravstvene vede Univerze v Novem mestu smo ob svetovnem dnevu zdravja, 7. 4. 2022, v organizaciji z Nacionalnim inštitutom za javno zdravje OE Novo mesto, Splošno bolnišnico Novo mesto in Zdravstvenim domom Novo mesto izvedli strokovno srečanje z naslovom »Življenje v luči epidemije covid-19«, kjer smo spregovorili o vplivu epidemije covid-19 na življenje posameznika in celotne družbe.

## JEDRO

V uvodnih pozdravnih nagovorih so direktorica občinske uprave Mestne občine Novo mesto **dr. Vida Čadonič Špelič**, predstojnica NIJZ OE Novo mesto **Bonia Miljavac, dr. med., spec.**, direktorica SB Novo mesto **doc. dr. Milena Kra-mar Zupan**, v. d. str. dir. SB Novo mesto, **Boštjan Kersnič, dr. med., spec.** in dekanica Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Novem mestu **doc. dr. Nevenka Kregar Velikonja** poudarili pomembnost tovrstnih srečanj in ozaveščanje tako strokovne kot laične javnosti z rezultati raziskovanja ter pomembnost medinstitucionalnega povezovanja različnih deležnikov na področju omejitev širjenja epidemije covid-19 z namenom zagotavljanja zdravja prebivalcev.

**Zasl. prof. dr. Mirjana Ule** je poudarila, da je pandemija covid-19 nedvomno ena večjih zdravstvenih in socialnih kriz sodobnega časa, saj ima svetovne razsežnosti. »Očitne in predvsem neposredne zdravstvene posledice so seveda velike, a je treba izpostaviti tudi druge zlasti družbene, kulturne, socialnopsihološke posledice, ki so po svojem obsegu in daljnosežnosti znatno bolj usodne od zdravstvenih.« Pandemija je namreč pokazala, kako dolgotrajne zdravstvene, ekonomske, stanovanjske in druge neenakosti vplivajo na širjenje virusa in povzročajo nesorazmerno večjo stopnjo ogroženosti pri tistih, ki se že sicer srečujejo s prikrajšanostjo in diskriminacijo.

**Ada Hočevar Grom, dr. med., mdpš. in spec.**, iz NIJZ je predstavila raziskavo SI-PANDA, ki potrjuje prisotnost pandemske izčrpanosti, poslabšanja življenjskega sloga in tudi duševnega zdravja prebivalcev Slovenije v času pandemije covid-19. Opozorila je, da je pandemija oz. sama bolezen covid-19 bolj prizadela starejše, posledice ukrepov za njeno zajezitev pa so vidne predvsem pri mlajših, pri katerih sta se najbolj poslabšala življenjski slog in duševno zdravje. **Marta Košir, dr. med., spec.**, iz NIJZ OE Novo mesto pa je poudarila, da so bili ukrepi za preprečevanje prenosa virusa v preteklih dveh letih nujni, nazorno pa je predstavila potek epidemije v

zdravstveni regiji Novo mesto. Pojasnila je tudi, da po dveh letih epidemije sicer res prehajamo v čas, ko lahko bolj sproščeno gledamo v prihodnost, vendar to ne pomeni, da popolnoma pozabimo na ukrepe za omejevanje širjenja virusa. Dodala je, da nas epidemije učijo, da lahko obstajamo samo kot skupnost, saj smo skupaj boljši.

Iz Splošne bolnišnice Novo mesto so **Maja Martinšek, dipl. m. s., Bojan Kostič, dr. med., Boštjan Kersnič, dr. med.** ter **Ljubica Novak, mag. vzg. in men. v zdr.**, predstavili celostno obravnavo pacientov s covidom-19, pa tudi številne izzive, kot so prostorska in kadrovska obremenitev, s katerimi so se srečevali v času epidemije covid-19. **Asist. mag. Alenka Simonič, dr. med.**, iz ZD Novo mesto je osvetlila dogajanje med epidemijo covid-19 na ravni primarnega zdravstvenega varstva, ki je osnovni gradnik vsakega zdravstvenega sistema. Epidemija je pri njihovem delu zahtevala velike napore in postavitev dodatnih delovišč ter kadra, spremenili so delovanje dejavnosti nujne medicinske pomoči ter prilagodili redne dejavnosti ambulant družinske medicine.

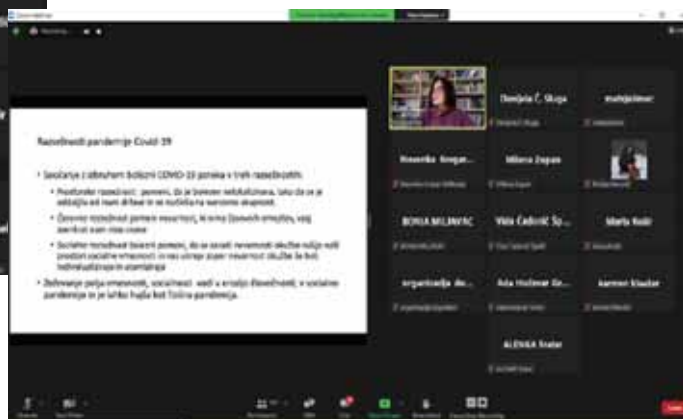
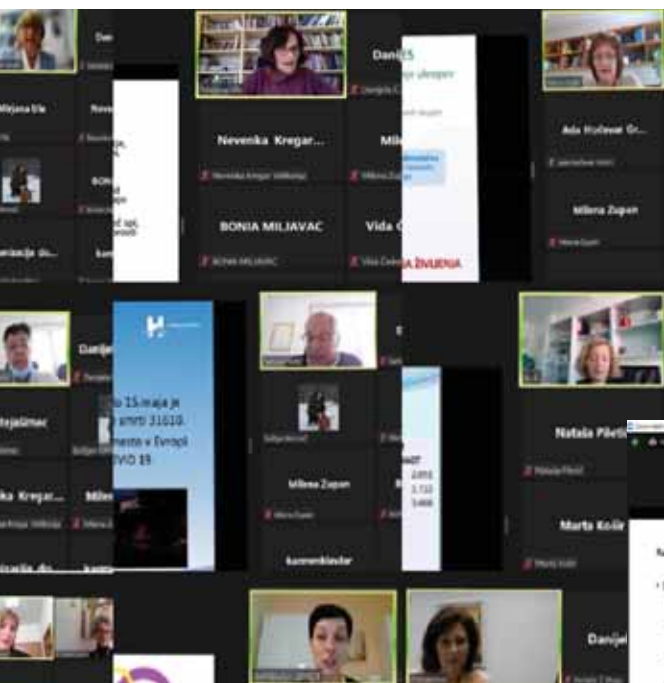
Kako obravnavati osebe z dolgotrajnimi posledicami covid-19 je predstavila **Barbara Lemut, dipl. fiziot.**, iz Centra za krepitev zdravja ZD Nova Gorica in predstavila njihov program celostne obravnave in rehabilitacije teh pacientov, katerega cilj je opolnomočenje posameznika za opravljanje večine aktivnosti, ki jih je opravljal pred boleznijo in njegova vrnitev v delovno okolje.

Iz Doma starejših občanov Trebnje so diplomirane medicinske sestre **Alenka Tratar, Amanda Juvan Kogovšek** in **Karmen Klavžar** predstavile delovanje zavoda in poudarile, da jih je epidemija covid-19 močno povezala, postavila pred nove izzive in jim omogočila pridobivanje novih izkušenj ter znanja na tem področju.

Predavateljici iz Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Novem mestu **doc. dr. Nevenka Kregar Velikonja** in **prof. dr. Karmen Erjavec** sta prikazali rezultate raziskave o stališčih študentov zdravstvene nege in zdravstvenih delavcev, ki je pokazala, da na doslednost izvajanja preventivnih ukrepov vplivajo stališča, ta pa se oblikujejo pod vplivom informacijskih virov, med katerimi so v začetni fazi epidemije prevladovali spletni strani, televizija in družbena omrežja.

## ZA ZAKLJUČEK

Predavanjem je sledila zanimiva razprava in odgovori na številna vprašanja slušateljev.



Utrinki s strokovnega srečanja  
(Fotografije: Univerza v Novem mestu,  
Fakulteta za zdravstvene vede)



## Univerza v Novem mestu Fakulteta za *zdravstvene vede*

### Visokošolski strokovni študijski program

- Zdravstvena nega
- Fizioterapija
- Fitoterapija

### Magistrski študijski program

- Vzgoja in menedžment v zdravstvu
- Integrirana zdravstvena in socialna oskrba
- Zdravstvena nega
- Fizioterapija

### Doktorski študijski program

- Zdravstvene vede

**Vabljeni k vpisu!**

*www.uni-nm.si / 07 393 00 17 / Na Loko 2, Novo mesto*



# Genomsko informiranje – program za izpopolnjevanje zdravstvenih delavcev, ki delajo na področju genetike in sodelujejo z genetskimi svetovalci



Doc. dr. Nevenka Kregar Velikonja, Bernarda Prosenc, prof. dr. Borut Peterlin

2021 smo na Fakulteti za zdravstvene vede Univerze v Novem mestu prvič izvedli program za izpopolnjevanje Genomsko informiranje, ki obsega 40 KT in se izvaja kot del magistrskega študijskega programa Zdravstvena nega. Program je ponovno razpisan v študijskem letu 2022/2023.

Temeljni cilj študijskega programa za izpopolnjevanje je poglobljanje in specializacija znanja na področju genomskega informiranja ter usposabljanje za raziskovalno delo v domačem in mednarodnem okolju.

Slušatelji študijskega programa za izpopolnjevanje med študijem razvijajo kompetence za:

- razumevanje in prepoznavanje značilnosti dednih bolezni ter obvladovanje postopkov obravnave pacientov v procesu genetskega svetovanja;
- poznavanje osnov genetskega svetovanja;
- izdelavo osebne in družinske anamneze (družinskega drevesa), prepoznavo načinov dedovanja in genetskega tveganja;
- razumevanje genetskega testiranja v klinični praksi ter etičnih, pravnih in socialnih implikacij genetskega testiranja;

- osnovno interpretacijo genetskih testov in kritično presojo uporabnosti genetskih testov;
- aktivno promoviranje zdravja, ocenjevanje tveganja za nastanek bolezni in skrb za varnost ter zdravje ljudi,
- varovanje pacientovega dostojanstva, zasebnosti in zaupnosti podatkov,
- primerno komuniciranje v negovalnem, zdravstvenem, multidisciplinarnem timu, razvoj in vzdrževanje profesionalnih medsebojnih odnosov med zaposlenimi, pacienti, njihovimi družinami, skupinami in skupnostjo.

Študijski program izpopolnjevanja Genomsko informiranje je vpisan v Nacionalni register specialnih znanj v dejavnosti zdravstvene in babiške nege, kjer je evidentiran kot specialno znanje s področja genomskega svetovanja pod številko SZO-2020-0008-0008.

Program je obiskovalo osem študentk in ga tudi uspešno zaključilo. Zagovori zaključnih nalog so potekali pred komisijo, v kateri je v skladu s pravilnikom o specialnih znanjih v zdravstveni in babiški negi sodelovala tudi predstavnica Zbornice – Zveze doc. dr. Mojca Dobnik. Študentke so v svojih zaključnih nalogah, ki so jih opravile pod mentorstvom



Z zagovorov zaključnih nalog 14. 10. 2021, Univerza v Novem mestu, Fakulteta za zdravstvene vede (Fotografiji: Univerza v Novem mestu, Fakulteta za zdravstvene vede)

prof. dr. Boruta Peterlina in doc. dr. Mateje Krajc, obravnavale različne vidike genomskega informiranja: predkonceptijsko genetsko diagnostiko, odločanje za neinvazivno prenatalno genetsko diagnostiko, odločitev parov za prekinitev nosečnosti zaradi pogoste kromosomske nepravilnosti pri plodu, odločanje za predsimpltomatsko genetsko testiranje na področju onkologije, trende napotovanja na onkološko genetsko obravnavo pri bolnicah z rakom jajčnikov, postopek informiranja in privolitve za genetsko testiranje, storitve telegenetskega svetovanja in vpliv epidemije covid-19 na genetsko obravnavo.

Pridobljena specialna znanja so v njihovih delovnih okoljih prepoznana kot dodana vrednost za delo s pacienti, ki se srečujejo z različnimi težavami, povezanimi z genetiko in genomiko.

## O B V E S T I L O

*Če ne želite prejemati Utripa v papirni obliki, ker ga prebirate preko spletne strani Zbornice – Zveze, nam to sporočite na e-naslov:*

*[clanarina@zbornica-zveza.si](mailto:clanarina@zbornica-zveza.si)*

*Uredništvo*

# Sprejem ministrice za šolstvo dr. Simone Kustec in predsednice Zbornice – Zveze Monike Ažman na Gimnaziji Ormož



Tatjana Skoliber

Na materinski dan, 25. marca, sta nas v Ormožu s svojo prisotnostjo počastili ministrica za šolstvo dr. Simona Kustec in predsednica Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije Monika Ažman.

Gimnazija Ormož v šolskem letu 2021/22 prvič izvaja program zdravstvene nege. Redno zaposleni in gostujoči učitelji si želimo prihodnje zdravstvene delavce pripraviti na uspešno življenje, uspešen študij in vseživljenjsko učenje ter jim za popotnico dati kakovostno znanje, samostojnost, kritičnost in ustvarjalnost ter vseživljenjske veščine.

Namen obiska je bil predstavitev dijakov srednjega strokovnega programa zdravstvene nege in specialne učilnice ter srečanje vseh akterjev za pridobitev novega programa na Gimnaziji Ormož.

Prva generacija zdravstvene nege je spoštovanima gostjama povedala in pokazala, kako močno si prizadevajo, da bi postali zdravstveni delavci, na katere se bo družba lahko zanesla. Zavedajo se, da se mora dobra medicinska sestra marljivo učiti, mora biti pozorna, empatična, rada mora imeti ljudi in biti izredno strokovna. Učimo jih, da se bodo kot bodoči zdravstveni delavci vsak dan dotaknili življenja nekoga, ali pa se bo življenje nekoga dotaknilo njih.

»Tako strokovna presoja pred umestitvijo novega programa kot sedanji vpis kažeta, da smo sprejeli pravo odločitev«, je poudarila ministrica Kustec.

Ministrica Kustec se je zahvalila dijakom in zaposlenim za predstavitev novega programa Zdravstvena nega in izrazila zadovoljstvo ob dobrem vpisu. Na Gimnaziji Ormož so si 12 let prizadevali za ta program, ki izobražuje za enega od najpomembnejših poklicev.

Iskreno se zahvaljujemo vsem, ki so kakor koli pripomogli, da je srednja zdravstvena šola danes v našem Ormožu. Verjamem, da bo vsaka generacija posebej dokazovala, da lahko tako po strokovnosti kot človečnosti korakamo z rama ob rami z vsemi srednjimi zdravstvenimi šolami v Sloveniji.







(Fotografije: Lenka Keček Vaupotič)



# 25. Državno tekmovanje srednjih zdravstvenih šol za priznanje Angele Boškin



Tatjana Skoliber

Srednje šole, ki izvajajo zdravstvene programe (zdravstvena nega, bolničar-negovalec), se povezujejo na različnih področjih, med drugim tudi tako, da vsako leto zadnji petek pred svetovnim dnevom zdravja, tj. 7. aprila, organizirajo državno tekmovanje iz znanja na strokovnem področju ter razpišejo natečaj na likovnem in literarnem področju. Tekmovalci se potegujejo za priznanja Angele Boškin. Letos je potekalo 25. tekmovanje 8. 4. 2022 na Srednji zdravstveni šoli v Ljubljani.

Ideja o ustanovitvi srednje zdravstvene šole v Ormožu je nastala že pred nekaj leti. Zdaj je končno tu – program zdravstvene nege na Gimnaziji Ormož. Prva generacija v šolskem letu 2021/22 šteje kar 32 dijakinj in dijakov. Zelo zavzeti so na vseh področjih, zato bodo s pomočjo vseh učiteljev na šoli, s pomočjo strokovnih sodelavcev skozi štiriletno šolanje krepili svoje osebne lastnosti, kot so odgovornost, vztrajnost in empatičnost, spoznali bodo pomen ustreznih odnosov, spoštovanja, sodelovanja. Delo v zdravstveni negi prinaša osebno zadovoljstvo vsem tistim, ki so pripravljeni ljudem izkazovati ljubezen, razumejo sočloveka, spoštujejo njegovo drugačnost in so pripravljeni pomagati tistim, ki ne morejo skrbeti zase.

Ob seznanitvi z možnostjo udeležbe na tekmovanju so bili zelo navdušeni, kar nekaj rok je bilo dvignjenih z veliko željo po

sodelovanju. Letos je bila tema literarnega in likovnega natečaja »V svoji koži«. Strokovno tekmovanje v programu zdravstvena nega pa je bilo naslovljeno »Zdravstvena nega pacienta s kožnimi obolenji v različnih starostnih obdobjih«.

Špela Štiher, Taja Vajda in Ajda Mlinarič so sodelovale z likovnimi prispevki, Tanja Veldin, Klara Anušek, Luka Matjašič, Blaž Milošič in Evan Ljubec pa so se pomerili v tekmovanju iz znanja zdravstvene nege in oskrbe. Ob pripravah na tekmovanje je bilo prisotno malo pozitivnega strahu, živčnosti, nervoze. Predstavljalo jim je neki nov neznan svet. Tekmovanje za priznanje Angele Boškin je pomembno, saj si dijaki tako poglobijo svoje znanje ali sodelujejo na področju, ki jim leži.

8. 4. 2022 je bil dan, ko smo že ob 5.40 krenili iz Ormoža proti Ljubljani, spremljalo nas je še nekaj sošolcev – navijačev. Pot je bila zelo prijetna, čutiti ni bilo nobene treme, prav nasprotno, vso pot sta se slišala smeh in petje. V Ljubljano smo prispeli prvi, sprejeti smo bili zelo lepo. Takoj so nas pogostili, tekmovalce preoblekli v enake majice in jih fotografirali. Po uvodnem govoru ravnateljice mag. Silve Kastelic ter kratkem glasbenem programu so tekmovalci odšli v učilnice, drugi pa smo poslušali zelo poučno predavanje z naslovom »Kako poskrbeti za svojo kožo, da bomo v dobri koži?«

Po predavanju smo se skupaj s tekmovalci sprehodili ob Ljubljani do stare cukrarne, kjer smo bili deležni vodenege ogleda po obnovljeni in zelo zanimivi zgradbi. Ob vrnitvi v šolo je sledilo fotografiranje vseh ekip, ogled razstave likovnih prispevkov naših tekmovalcev in dobro kosilo. Druženje smo zaključili z ogledom muzikala in razglasitvijo rezultatov.

Čeprav se naši dijaki niso uvrstili med prve tri, so se zavedali in tudi sami povedali, da je udeležba na različnih tekmovanjih

pomembna, še bolj na tekmovanjih iz stroke. V njihovih očeh se je zrcalilo izredno zadovoljstvo. V avtobusu je sledilo vprašanje: »Ali bomo lahko sodelovali tudi naslednje leto?« Pot domov je bila v prijetnem, pozitivnem vzdušju.

Menim torej, da je bila udeležba na tekmovanju za priznanje Angele Boškin za naše dijake zelo pomembna. Z udeležbo na tekmovanju so poglobili znanje iz stroke, razširili znanje iz specifične vsebine, srečali dijake drugih šol, si izmenjali izkušnje ter se predvsem družili. Ponosni so bili na svoj dosežek, predvsem pa so dobili občutek, da v slovenskem merilu zastopajo svojo šolo in svoj kraj. Mentorji se zavedamo, da jim že s samimi pripravami in udeležbo na tovrstnih tekmovanjih krepimo samozavest, postajajo bolj odgovorni do sebe in dela, razvijajo zdrav tekmovalni duh, hkrati pa tkejo prijateljski odnos v skupini. Udeležba na tekmovanju je izjemno dragocena izkušnja, ki poleg poglobljanja znanja prinaša tudi boljše razumevanje in premagovanje samega sebe v času osebnostnega zorenja.

*Ni dovolj samo vedeti; znanje je treba tudi uporabljati.  
Ni dovolj hoteti, treba je tudi narediti.  
(Johann Wolfgang von Goethe)*



Prva generacija dijakov zdravstvene nege Gimnazije Ormož na tekmovanju  
(Fotografije: Tatjana Skoliber)





# V deželi luženih prest



Mag. Sonja Slana, Silvo Kociper

Srednja zdravstvena šola Murska Sobota je konec februarja, začetek marca znova poslala tri dijakinje 3. letnika (Valentina Lörinc, Valentina Bence in Nuša Šadl) na tritedensko Erasmus+ prakso v dom za dementne v nemški Schwindegg.

Ob prihodu v Sterneck, kjer so bile nastanjene Nuša in obe Valentini, ki so opravljale prakso v bavarskem Schwindegg, mi je bilo jasno, zakaj me je Valentina pozdravila z besedami: »Profesorica, tako smo čakale, da pridete.« Čakale so po tednu dni dela, da jih odpeljem v »svet«, v München, kjer smo si ogledale dom za ostarele, rezidenco za seniorje, kliniko in obiskale Generalni konzulat RS. Ko sem šoferja, ki me je peljal iz Schwindegg v Sterneck, spraševala, ali je Sterneck vas, se je zarežal in pripomnil: »Joooo, dass kann man net sogen.« Očitno gre za večji kraj, sem pomislila. Ne, Sterneck je gostišče in kmetija čisto na samem, dijakinje so ga primerjale z Goričkim. »Vse je super, ljudje prijazni, krasne sobe, le odrezane smo od sveta,« so mi pripovedovale.

Strežejo dunajske zrezke, krače in klobase – vse v XXL izvedbi in dnevno se spopadajo z XXL porcijami, ki so pri nas namenjene trem osebam. Bavarska ima marsikaj, kar si velja ogledati in posnemati, ampak zame kulinarika ne sodi v ti dve kategoriji. Razen mehkih, hrustljivih bavarskih luženih prest, s katerimi so mi postregli, ko sem prispela v sanatorij v Schwindegg. Pekarne, kjer se v vitrinah bohotijo prepletene dobrote, so skoraj na vsakem koraku. Medtem ko pri nas preste sčasoma postanejo vedno trše (edina prava presta je trda kot kamen), so nemške preste mehke tudi naslednji dan.

Ni težko opaziti, da imajo Bavarci visok življenjski standard, ki se kaže na vsakem koraku – v avtomobilih, storitvah, načinu življenja, potovanjih, ki si jih lahko privoščijo. Bavarska je za sodobne nomade, ki po svetu iščejo delo in boljše življenje, še vedno obljudljena dežela. Ne glede na izkušnjo pandemije kopnijo takšne in drugačne meje in svet postaja globalna vas. Zato nas ni presenetilo, da smo na obiskih domov in klinike srečevali nekdanje dijake Srednje zdravstvene šole Murska Sobota.

Obiskali smo Generalni konzulat RS v Münchnu, kjer nas je sprejela generalna konzulka Maša Šiftar, ki nam je predstavila



(Fotografija: arhiv šole)



vlogo slovenskega veleposlaništva v Berlinu ter naloge konzularnega predstavništva. Z generalno konzulko smo se pogovarjali o življenju in zaposlovanju na Bavarskem. Izvedeli smo, da je za Slovence, ki se odselijo iz domovine, Bavarska drugi najpogostejši cilj. Pogovarjali smo se o prednostih in slabostih zaposlovanja na Bavarskem. Največja težava je najti stanovanje, saj so cene najemnin povsem primerljive s cenami v Ljubljani. Za začetek si lahko poiščeš sobo v razširjeni stanovanjski skupnosti, nemško Wohngeminschaften, ampak stanovanja brez službe skoraj ni mogoče najeti.

Dogovorjeni smo bili tudi za ogled doma za ostarele München-Neufriedenheim. Sprejele so nas direktorica gospa Raap, njena pomočnica in glavna kadrovnica. Takoj ob prihodu me je direktorica popravila, da niso dom za ostarele, temveč rezidenca za seniorje, kar mi je kmalu postalo jasno. V bistvu gre za varovana stanovanja za bogate starejše ljudi. Koncept njihove ustanove je, da stanovalci ohranijo enak standard in kakovost življenja, kot so ga imeli pred prihodom v rezidenco, hkrati pa želijo, da stanovalci razvijejo občutek skupnosti, ki se je v velikih mestih izgubil. Naša naslednja postaja je bila Augustinum Klinik München, kjer nas je sprejel vodja zdravstvene nege gospod Puhovac, ki nam je razkazal bolnico in povedal, da iščejo zdravstveni kader. Privabljaajo tako zdravnike kot zdravstvene delavce in jim ponujajo takojšnjo zaposlitev. »Če bodo naši zdravstveni delavci odšli, le kdo bo skrbel za slovenske bolnike,« sem ga vprašala, pa ni imel odgovora. Ker se prebivalstvo v Evropi stara, bo potrebnega vse več negovalnega osebja. Najbolj aktivne države, kot je Nemčija, zato iščejo sestre zase, za svoje bolne in obnemogle v tujini in jih aktivno vabijo k sebi. Ampak saj vemo, da ni vse v denarju in da tujina ni obljubljena dežela.

Ob zaključku projekta Erasmus+ bi se rada zahvalila Erasmus dvojici na Srednji zdravstveni šoli Murska Sobota – profesorici Renati Rožanc in profesorici Miri Vaupotič, ki sta si vse skupaj tudi tokrat kot že prejšnja leta zamislili, sestavili in vodili. Mira Vaupotič je že pred več kot dvema desetletjema vzpostavila profesionalne stike in sodelovanje z ustanovami Augustinum v Nemčiji in s tem številnim dijakom omogočila opravljanje delovne prakse v tujini.

## Dajte svoji karieri nov zagon!



Magistrski študij

### Napredna zdravstvena nega

Izredni študij v Ljubljani.

Magistrski študij

### Promocija zdravja

Izredni študij v Ljubljani.

Doktorski študij

### Zdravstvene vede

Izredni študij v Ljubljani.

Študijski program za izpopolnjevanje

### Okužbe, povezane z zdravstvom

Izredni študij v Ljubljani ali na Jesenicah.

Študijski program za izpopolnjevanje

### Mentorstvo v kliničnem okolju

Izredni študij v Ljubljani ali na Jesenicah.

Prvi prijavni rok:  
do 31. avgusta 2022

Visokošolska študijska programa

### Zdravstvena nega Fizioterapija

Drugi prijavni rok:  
od 19. do 23. avgusta 2022

Pridružite se nam.



Fakulteta za zdravstvo  
Angele Boškin

www.fzab.si



## Odrešujoča prilagodljivost



Jože Lavrinec

*Naše prehranske navade vplivajo ne le na naše zdravje, ampak tudi na zdravje celega planeta. Večinoma nam je prvi del trditve razumljiv in domač, a tudi umevanje drugega se nam že, hočeš ali nočeš, počasi plazi v vsakdan. Že bežen pogled na neposredno okolico nas sooči z okoljsko obremenjenostjo in nujnostjo po vsaj kakšni skromni spremembi.*

Oseben odgovor je načeloma dokaj preprost: ločevanje odpadkov, skrbno ravnanje z ostanki hrane, ekološki pristop, kjer je le možno in če drugega ne, vsaj razmislek o »trajnostni zdravi prehrani«.

Po definiciji FAO-WHO (2019) je trajnostna zdrava prehrana prehranski vzorec, ki posamezniku omogoča ne le zdravje, temveč tudi dobro počutje in sočasno zelo malo ali sploh ne obremenjuje okolja, je sprejemljiv tako osebno kakor družbeno, cenovno dostopen in varen. A definicije so ena, vsakdanje življenje pa povsem druga plat istega kovanca. Za povrh si večina z definicijami ne zna zapolniti krožnika. Pa tako lepo je opletati z njimi!

Kdor se je že poskušal poglobljati v planetarno zdravo prehrano, je ugotovil, da v veliki meri temelji na živilih rastlinskega porekla, medtem ko so živila živalskega porekla bolj za okras in popestritev. Sodobnemu povprečnemu Slovencu (s povprečnimi Evropejci ni nič drugače) ne bo ravno privlačna, saj večinoma razmišlja o konkretnem koščku pečenega (dušenega, ocvrtega ali kuhanega) mesa, lepo okrašenega z »rezino paradižnika in vejico peteršilja«. Ta trditev ni iz trte zvita! Tako v poročilu Agencije Slovenije za okolje lahko beremo: »Slovenci smo veliki ljubitelji mesa. Podatki za leto 2018 kažejo, da pojemo precej več mesa (92,6 kg) kot je evropsko povprečje (69,3 kg). Samooskrba z mesom je 80-odstotna, torej je treba meso uvažati; zlasti prašičje meso, ki ga tudi največ pojemo« (Burja, 2019). Že res, da se statistika že naslednje leto malce popravi: »Prebivalec Slovenije je v letu 2020 porabil za prehrano v povprečju največ sadja (129 kg), zelenjave (119 kg), sledila so žita (116 kg), meso (88 kg), krompir (64 kg), jajca (10 kg) in med (1 kg). Večja kot v 2019 je bila povprečna poraba sadja za prehrano (za 1 %), zelenjave (za 2 %), krompirja (za 3 %) in medu (za 28 %), manjša pa povprečna poraba mesa in žit (za 3 %) ter jajc (za 17 %)« (SURS, 2021), a slovenskega odnosa do mesa bistveno ne spremeni. Iz tega vidika bo uveljavljanje trajnostne zdrave prehrane težavno opravilo. Je pač tako, da ko povprečnemu Slovencu ali kar Evropejcu iz nekega razloga omejimo meso, nastane štala. Težko si mu je predstavljati življenje »brez mesa«. Za nameček v odnosu do mesa Slovenci nismo bistveno drugačni kakor ostali razviti svet. V »klanjanje mesnim jedem« smo padli približno v sredini preteklega stoletja, ko se je v srednjem sloju razvitega sveta začel »prehranski prehod«. Zaradi ekonomskega

obilja in zato ker so si ljudje »pač lahko privoščili«, je večina srednjega ekonomskega razreda opustila skromnost v prehrani ter začela prisegati na živila bolj »polnega okusa« (meso, jajca, mleko in izdelki, ribe) (Dagevos, 2021). Zdaj pa približno od preloma tisočletja v istem ekonomskem sloju populacije opazujemo »sekundarni prehranski prehod«. Deloma zaradi ekološke zavesti, deloma zaradi večje skrbi za lastno zdravje se vse več ljudi razvitega sveta odloča za omejevanje živil živalskega izvora ter hkrati vse pogosteje posega po rastlinskih virih. Vendar če je prehranski prehod v preteklem stoletju potekal burno, kot bi se prebivalci bali, da bodo zamudili zadnji vlak, se nov moderni prehod odvija počasi in s preudarnimi premisleki. Mogoče imajo v tem trenutku kakšni trenerji in garažni prehranski specialisti s svojimi zagovori visoko beljakovinske prehrane s kopico živil živalskega porekla še vedno uspeh in svoje pristaše tudi v zdravstveni stroki, a vedno več raziskav počasi obrača jeziček na tehtnici v drugo smer. Zato tudi mediteranska prehrana, kjer so živila živalskega porekla povsem običajen del vsakdana, postaja zanimiva alternativa prehranske preventive in terapije. Ker zagovarja skromnost pri uživanju mesa, postaja pomemben kolešček v tranziciji v trajnostno zdravo prehrano.

In vendar bosta tako Janez kakor Hans doživljala »bulimijo« (beri neutolažljivo buljenje) ob sprehodu mimo mesarjeve vitrine v kakšni večji trgovini. In tudi Micika in Gerta se bosta težko odpovedali dvojno velikemu pakiranju hrenovk po akcijski ceni. Kakovost ni pomembna, samo da so vsaj navidezno cenejše, otroci jih imajo radi, dela z njimi pa nobenega. Ja, že zato bo prehod v trajnostno zdravo prehrano dolg in težaven.

V tem trenutku si marsikdo težko predstavlja vsakdan z zelo malo ali sploh nič mesa. To, da bi bilo tako bolj zdravo, sicer že tli v podzavesti, ekološka sprejemljivost se tudi že odslikava. Ampak, meso je tako čudovitega in polnega okusa! Predstave so eno, realnost nekaj povsem drugega. In ne, za zdaj se nam ni treba bati, da bi morali po dekretu postati vegetarijanci, še manj, kar takoj, čez noč. Že zdaj obstaja nekaj prehranskih slogov, ki povsem zadoščajo zahtevam trajnostne zdrave prehrane. Vsak od njih ima svoje privržence, izvajalce in promotorje. Že pogled na tri prehranske sloge z največ privrženci pokaže pestrost in optimizem. Že res, da se prav vsi trije slogi naslanjajo na vegetarijanstvo, vendar to ne bi smelo biti ovira. Semi ali delno vegetarijanstvo, fleksitarijanstvo in reduktarijanstvo so vsekakor odločitve bližnje

**Semi ali delno vegetarijanstvo, fleksitarijanstvo in reduktarijanstvo so vsekakor odločitve bližnje prihodnosti, saj za vse velja isti poenostavljen opis: manj mesa in več zelenjave!**

prihodnosti, saj za vse velja isti poenostavljen opis: manj mesa in več zelenjave!

Ker se imena naslanjajo na vegetarijanstvo, bi se lahko marsikdo vprašal: »Je sploh mogoče biti vegetarijanec za polovični delovni čas? Si vegetarijanec ali nisi!« A ker že tako ali tako poznamo veliko različic vegetarijanstva, si lahko takoj postavimo kontra vprašanje: »In zakaj ne?« Ko pomislimo na staro slovensko navado »brezmesnih petkov«, si moramo priznati, da v prehranskem smislu to ni nič drugega kot uvajanje vegetarijanskega dneva v tedenski jedilnik.

Zatorej fleksitarijanstvo ali fleksibilno vegetarijanstvo ni prav nič drugega, kakor pretežno poseganje po rastlinskih virih; samo takrat, ko za to obstaja dober razlog, posameznik brez občutka slabe vesti zaužije živalsko beljakovino. Mogoče zato, ker si nenadoma zaželi nekaj mesnega ali pa zato, ker v dobri družbi praznujejo osebni praznik. Ali pa se preprosto nočejo prepirati z gostinci, ki sicer vegetarijanske obroke ponujajo, a jih pogosto razumejo malce po svoje. Njihov odnos do hrane je prilagodljiv, a še vedno krepko v korist rastlinskim živilom.

Po drugi strani je reduktarijanstvo gibanje, kjer posameznik počasi zmanjšuje količino mesa v svoji prehrani. Res je, končni cilj je vsekakor vegetarijanstvo, a nikjer ne piše kdaj in kakšno. Verjetno so in bodo ljudje, ki bodo vse življenje omejevali živila živalskega porekla in nikoli ne bodo postali pravi vegetarijanci. A nič zato! Redno bodo posegali po polovičnih ali celo samo tretjinskih porcijah mesa ali rib, število brezmesnih dni se bo počasi množilo, količina živil rastlinskega porekla bo počasi rasla ... Ob tem sploh ni pomembno, ali se takšne prehrane lotevajo iz ekoloških, zdravstveno-preventivnih ali celo terapevtskih razlogov. Mesa v njihovi prehrani je manj, zelenjave pa več. In to šteje!

Ostane še semi ali delno vegetarijanstvo, ki pa ni nič drugega kakor drugo ime za obe predhodni prehranski praksi.

Čemu sploh služi takšno polovičarstvo? Preprosto zato, ker smo ljudje različni! Do lastnega življenja in do narave odgovorno vegetarijanstvo ni enostavno. Ni samo prehranska praksa, temveč slog življenja. Vanj je treba vložiti veliko truda, veliko učenja in veliko pridobivanja novih spretnosti! Drugače je kaj lahko neodgovorno in neuravnoteženo. Takšno, ki sčasoma hitro privede do kakšnega obolenja zaradi kronično prenizkega prehranskega vnosa enega izmed kritičnih hranil. Čim več prehranskih skupin izločimo iz prehrane, toliko težje je zagotavljati vsa potrebna hranila. Ne nemogoče, da ne bo

potome! Le težje in z večjim tveganjem za nastanek pomanjkanja kakšnega vitamina, minerala ali celo beljakovin. Da se to ne bi zgodilo, da ima interesent čas za pridobivanje znanja in spretnosti, je tu zmernost in prilagodljivost.

**Izdelki z zvenečo nalepko »vegansko« so namreč vse preveč slani, vse prebogati z nasičenimi maščobami in prerevni z mikrohranili. Resda so okusni, mogoče bi z njimi celo koristno zapolnili kakšen obrok, kaj več žal ne.**

Sočasno se je treba zavedati, da uporaba industrijsko pripravljenih mesnih in sirnih analogov ni ravno zdravju koristna. Izdelki z zvenečo nalepko »vegansko« so namreč vse preveč slani, vse prebogati z nasičenimi maščobami in prerevni z mikrohranili. Resda so okusni, mogoče bi z njimi celo koristno zapolnili kakšen obrok, kaj več žal ne. Če bi jih redno uporabljali, bi kaj lahko kompromitirali svoje zdravje in sočasno krepko obremenili naravo. Zato je vsak, ki želi ohranjati naravo ter čuvati svoje zdravje, prisiljen pripravljati večino obrokov doma. In se učiti, kako pripraviti okusno enolončnico iz leče, čičerke ali fižola, kako z gobami, oreški in stročnicami obogatiti okus testenin, kaše ali

riža, kako pripraviti za oči, nos in usta privlačno zelenjavno jed ter preprosto pecivo. Čisto normalno je, da ob takšnih eksperimentih občasno prija klasika z malo mesa. Pa smo pri fleksitarijanstvu ali reduktarijanstvu, ki vse to tolerirata.

Nenavadna imena sicer zanimivih prehranskih praks bi nas morala, če že nič drugega, vsaj spodbuditi k razmišljanju o počasnem spreminjanju prehranskega sloga. Že nekaj odstotkov več zaužite zelenjave in stročnic bo prineslo nekaj zdravstvenih koristi. Samo malo bolj prilagodljivi in zvedavi moramo biti.

#### **Literatura in viri:**

Burja, A. (2019). *PG13 - Potrošnja hrane - proteini živalskega izvora; ključno poročilo; ARSO okolje*. Dostopno na: <http://kazalci.arso.gov.si/sl/content/potrosnja-hrane-proteini-zivalskega-izvora> (07.04.2022).

Dagevos, H. (2021). *Finding flexitarians: Current studies on meat eaters and meat reducers*. *Trends in Food Science & Technology*; 114, 530-539.

FAO – WHO – Food and Agriculture Organization of the United Nations; World Health Organization. (2019). *Sustainable healthy diets: guiding principles*. Dostopno na: <https://www.fao.org/3/ca6640en/ca6640en.pdf> (20.4.2022).

McCullum-Gomez, C. (2022). *Healthy People, Healthy Planet - A Flexitarian Approach to Sustainable Healthy Diets*. *Today Dietitian Magazine, CE Supplement: March*.

SURS. (2021). *Povprečna poraba mesa, žit in jajc na prebivalca v 2020 manjša kot v 2019*. Dostopno na: <https://www.stat.si/StatWeb/News/Index/9954> (7. 04. 2022).



# ZAHVALA

*Izraziti hvaležnost.*

*Izpovedati jo.*

*Tako, povsem iz srca.*

*Izpovedati jo takrat, ko jo iskreno začutiš.*

*Brez leporečja in narejenosti.*

*Razodeti jo v vsej resnici, čisto odprto,*

*tako kot se zjutraj razpre nebo*

*in obsije z novo zarjo vso zemljo,*

*brez pridržkov in senc.*

*J. Urbanija*

Spoštovani gospod Jože Lavrinec,  
iskreno se vam zahvaljujemo  
za pomemben doprinos in vaše  
dolgoletno delo na področju  
zdravstvene nege, za vaše izjemne  
strokovne in poučne prispevke, ki  
bogatiijo **že 100 števil**  
našega informativnega biltena Utrip.

S hvaležnostjo in priporočili za naše  
nadaljnje sodelovanje!

*Ksenija Pirš,*  
*odgovorna urednica Utripa*

*Monika Ažman,*  
*predsednica Zbornice - Zveze*

**Drage članice in člani!**  
**Sodelujte v nagradni igri Zbornice - Zveze**  
**s koronsko zgodbo, izkušnjo s cepilnega**  
**mesta, izvirnim motom, sliko ali opisom**  
**dogodka v vaši delovni sredini in dobili**  
**boste majico SKUPAJ ZMOREMO!**



*Tam v modri obleki stojimo,  
bolnikom zdravja želimo.*

*Čeprav smo včasih po  
ljudskih zobeh,  
smo še vedno žarek upanja  
v njihovih očeh.*

*Nina Radolič*

Vaš prispevek pričakujemo na e – naslovu: [splet@zbornica-zveza.si](mailto:splet@zbornica-zveza.si)

V naslednji številki bomo objavili najbolj izvirne zgodbe.



UTRIP	KIPARSKI IZDELEK, KIP	KDOR DELA KOMPRO-MISE	PISA-TELJICA PEROCI	PLEMICEV STREŽNIK	NEKDANJI CITROEN	MOSKOV, ZDRUŽE-NJE ARHI-TEKTOV
DVOM, NEZA-UPANJE					1	
NENADNA SRČNA SLABOST		9				
PREBI-VALEC UMAGA				13		
LOUZE PETERLE			OSEBA PO KATERI SE KAJ IMENUJE	PRVI ZLOG COKOLADE (S. IGRAL-KA (MIRA))		
PREPES-NITEV, PREVOD						
GLAVNO MESTO DRŽAVE KANJAS	2					
HUJSE KAZNIVO DEJANJE					NASEL-DINA PRAVO-SLAVNIH MENHOV	GUSAR

ITALIJANSKI POTU-JOCI PRIDIGAR IN USTA-NOVITELJ REDA FRANCI-SKANOV	BARINO POLSTENO PERD	ALPСКА RASTLINA S CVETI V KOSKIH	LJUBL-TELSKI SPORTNIK	NARODNO ZAVEDEN CLOVEK	NOVINAR KANONI	IVAN TAVCAR	STEKLO V OKENSKEM OKVIRJU	IZRAZ, KI IMA EN CLEN	JAPONSKI DRUBIZ BOSARSKI PEVEC MONTENO	SANJA PAVLIN KASA PLEVKA (MANCA)			
												14	
FRANC-PEŠNIK (ALPHON-SE DE)					4		12		ENOTA ZA MER, JAKO-STI TEVA 'SOLSK' CVEK		3		
MODNA UMET-NOST						KRAJ JUZNO OD PILIJA RAST (STAR)				IGRALKA RINA VELIKA SOBA V PALACI			
KRATEK IZREK, VODILO					PREBI-VALEC RAC PLEVKA BOSS			7	PLOSCATA MORISKA REBA STARI OCE				
ITAL-JANSKA PESNICA (ANTO-NELLA)							TROPŠKA TRAVNATA RAVAN OCVRTI PRIGRIZEK	6			VZORNIK MLADIH	PEVKA LENDERO	SKOTŠKA RODOVNA SKUPNOST
NJIVA NA KATERI JE BILO POZETO ŽITO					5				NARODNI PARK NA OTOKU KJUSU	PRIBOD V GOSTE	10		
JAZ, T. ON			JAKOST (REDNO) ROBERT LOWELL							ŠPANSKI TENISAC (RAFAEL) MILAN KUCAN			11
PREDNJA STRAN TELEVI-ZORJA						POSTAR		8					
PALJICA ZA CISCENJE PLUGA						INTER-DVIG S TAL				FILMSKI IGRALEC ALIDA			

OZNACENE CRKE RAZPOREDITE V LOK, KJER BOŠTE DOBILI KONČNO REŠITEV.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
--------------------------------------------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----

**Z obliži Vivacare tudi na počitnice**

V Tosamini liniji Vivacare najdemo obliže za čisto vse poškodbe kože. Z njimi oskrbimo ureznine in odrgnine, preprečimo ali hitreje pozdravimo žulje, poskrbimo, da se opekline zacelijo brez težav ter poskrbimo, da se manjše rane ne zmojijo.

Obvezna vsebina naše počitniške lekarne naj bo letos set obližev **Vivacare family** s kar 40-imi sterilnimi obliži različnih dimenzij, ki so narejeni iz različnih materialov. Primerni so tudi za nežno in občutljivo kožo ter za rane, ki jih je treba zaščititi pred vodo.

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](mailto:clanarina@zbornica-zveza.si) in izžrebali bomo 6 nagrajencev. Med pravilnimi rešitvami bomo izžrebali 6 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.

avtor: Marko Drešček



Na cesti smo  
vsi člani istega  
kluba.

**Nagibaj se  
k varnosti,  
ne na nasprotni  
vozni pas.**

**triglav**

Vse bo v redu.  
[triglav.si](http://triglav.si)





Spoštovani,

objavljamo obvestilo o napovedi usposabljanja za pridobitev specialnega znanja s področja okužb povezanih z zdravstvom – za socialno varstvene zavode.

V letu 2021 je Zbornica – Zveza pričela z usposabljanji za pridobitev specialnega znanja s področja okužb, povezanih z zdravstvom – za socialno varstvene zavode. V treh terminih je specialno znanje pridobilo 79 diplomiranih medicinskih sester / diplomiranih zdravstvenikov oziroma diplomiranih sanitarnih inženirjev večinoma iz socialno varstvenih zavodov.

Usposabljanje bo ponovno organizirano **jeseňi 2022, kamor se lahko vključijo do 25 udeležencev**. Prosta mesta bodo zasedena po vrstnem redu prijav.

#### Osnovne informacije o usposabljanju

Namen izvedbe usposabljanja za pridobitev specialnega znanja s področja okužb, povezanih z zdravstvom je dodatno usposabljanje diplomiranih medicinskih sester, diplomiranih sanitarnih inženirjev in domskih zdravnikov v socialno varstvenih zavodih, varstveno delovnih centrih, centrih za usposabljanje in varstvo in izobraževanje za potrebe učinkovitega spremljanja, obvladovanja, preprečevanja okužb povezanih z zdravstvom in preventivnega delovanja.

#### CILJI:

- Razumevanje osnovnih konceptov pri obvladovanju okužb povezanih z zdravstvom (okužbe, povzročitelji in organizacija obvladovanja)
- Priprava, izvajanje, spremljanje in nadzorovanje Programa preprečevanja okužb, povezanih z zdravstvom vključno z nadzorom nad izobraževanjem zaposlenih
- Prepoznavanje tveganj, spremljanje kazalnikov kakovosti, razlaga epidemioloških podatkov, osnovne statistične metode, ki se uporabljajo pri nadzoru okužb
- Opredeliti vlogo zdravnikov, medicinskih sester in odgovornih članov tima in se seznaniti z zakonodajo, pravili in predpisi
- Posodobiti znanje o higieni rok, izolacijskih ukrepih, osebni varovalni opremlitvi
- Razumevanje ključnih vprašanj čiščenja, razkuževanja, ravnanja z odpadki in sterilizacije.

#### UDELEŽENCI:

- Diplomirane medicinske sestre / diplomirani zdravstveniki, ki delajo na področju socialno varstvenih zavodov, CUDV, VDC
- Zdravniki, ki zagotavljajo oskrbo SVZ, CUDV, VDC
- Diplomirani sanitarni inženirji, ki delajo v SVZ, CUDV, VDC

TRAJANJE: skupaj najmanj 150 ur (1 ura = 45 minut).

150 urno izobraževanje je v izobraževalnem sistemu ovrednoteno s 4 kreditnimi točkami, kar pomeni priznanje enega izbirnega predmeta v podiplomskem študijskem programu.

#### Terminski plan izobraževanja

Predavanja in delavnice bodo potekale vsak drugi teden od srede do petka od 8.00 – 16.00 ure:

1. teden 28. 9. – 30. 9. 2022
2. teden 12. 10. – 14. 10. 2022
3. teden 26. 10. – 28. 10. 2022
4. teden 9. 11. – 11. 11. 2022
5. teden 30. 11. – 2. 12. 2022

#### OBLIKE IZOBRAŽEVANJA:

Predavanja, delavnice, izdelava seminarske naloge, zaključni izpit. Predavanja bodo potekala po hibridnem modelu, prilagojeno epidemiološkim razmeram (na lokaciji Zbornice – Zveze ali drugi primerni lokaciji in online).

Lokacija izobraževanja: Spletno okolje google meet, v prostorih Zbornice – Zveze.

#### Programski odbor:

Slavko Bolčević, mag. jav. upr., dipl. zn / slavko-bolcevic@gmail.com, Varstveno delovni center Tončke

Ivanka Limonšek, dipl. m. s. / ivanka.limonsek@zavod-dornava.si, Zavod za usposabljanje, delo in varstvo dr. Marijana Borštnarja Dornava,

asist. Tatjana Mrvič, dr. med., tatjana.mrvic@kclj.si, UKCL Ljubljana, Klinika za infektivne bolezni in vročinska stanja,

Marjetka Smolinger Galun, dipl. m. s. / marjetka.smolinger@gmail.com, Dom pod gorco Maribor, Draga Štromajer, dipl. m. s. / pooblastila.sodelavec@zbornica-zveza.si, Zbornica – Zveza,

Mojca Tomažič, dipl. m. s., spec. menedž./mojca.tomazic@kclj.si, UKC Ljubljana, upravljanje in vodenje

#### Organizacijski odbor:

Monika Ažman, predsednica Zbornice – Zveze; predsednica@zbornica-zveza.si, tel: 01 544 54 80  
Anita Prelec, izvršna direktorica Zbornice – Zveze; izvrsna.direktorica@zbornica-zveza.si

Draga Štromajer, Zbornica – Zveza, pooblastila.sodelavec@zbornica-zveza.si, tel.: 040 325 143

#### Zaključek izobraževanja:

Usposabljanje za pridobitev specialnega znanja s področja okužb, povezanih z zdravstvom se zaključuje z izdelavo seminarske naloge in uspešno opravljenega preizkusa znanja.

#### NUJNO

Prijava: prijave pošljite preko elektronske pošte koordinatrici usposabljanja za pridobitev specialnega znanja Dragi Štromajer, Zbornica – Zveza, E naslov: pooblastila.sodelavec@zbornica-zveza.si

Cena za udeleženco: 1.200,00 evrov z DDV.

## Organizator



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v družinski medicini

## TEMA SREČANJA

## IZZIVI PONOVRNEGA ZAGONA PREVENTIVE V AMBULANTI DRUŽINSKE MEDICINE

## Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija

Petek, 10. 6. 2022, v Kongresnem centru Brdo. Registracija udeležencev od 7.30 do 08.10.

## Program izobraževanja

Program izobraževanja je objavljen na spletni strani Zbornice – Zveze.

## Kotizacija, nakazilo, število udeležencev

Kotizacija z DDV za celodnevno izobraževanje znaša za člane Zbornice – Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, 95 € in za nečlane 190 €.

## Licenčne in pedagoške točke

Program je v postopku vpisa v register strokovnih izpopolnjevanj in vrednotenja pedagoških in licenčnih točk pri Zbornici – Zvezi.

## Dodatne informacije in prijava

Prijava na strokovno izobraževanje je možna preko e-prijavnice, ki je dosegljiva na spletni strani Zbornice – Zveze:


www.zbornica-zveza.si.

Dodatne informacije:

barbara.bukovnik@gmail.com

*Vljudno vabljeni!*

**Organizator**



Sekcija medicinskih sester v promociji zdravja in zdravstveni vzgoji

**TEMA SREČANJA**

**ZASVOJENOST – EDINI ZAPOR S KLJUČAVNICO NA NOTRANJI STRANI**

**Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija**

21. 9. 2022, Terme Šmarješke Toplice, Dolenjska

**Program izobraževanja**

Program izobraževanja bo objavljen na spletni strani Zbornice – Zveze

**Kotizacija, nakazilo, število udeležencev**

Kotizacija z DDV za člane ZZBNS znaša 95 EUR, za nečlane 190 EUR.

**Licenčne in pedagoške točke**

Licenčne in pedagoške točke so v postopku pridobivanja

**Dodatne informacije in prijava**

vidnar@amis.net,  
ksenija.noc@gmail.com

**Organizator**



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v zobozdravstvu

**TEMA SREČANJA**

**30. strokovni seminar ZOBOZDRAVSTVO V PRIMEŽU PRETEKLOSTI IN SEDANJOSTI**

**Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija**

Petek, 23. 9. in sobota, 24. 9. 2022, ob 10. uri v Kongresnem centru Bernardin  
Registracija udeležencev od 8.00 do 9.50

**Program izobraževanja**

Program izobraževanja bo v celoti objavljen na spletni strani Zbornice – Zveze, [www.zbornica-zveza.si](http://www.zbornica-zveza.si).

**Kotizacija, nakazilo, število udeležencev**

Kotizacija za dvodnevno udeležbo znaša 320 € z vključenim DDV za posameznega udeleženca. Člani Zbornice – Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, so upravičeni do 50-% popusta (plačajo 160 € z vključenim DDV).

**Licenčne in pedagoške točke**

Program je v postopku vpisa v register strokovnih izobraževanj in vrednotenja za licenčne in pedagoške točke pri Zbornici – Zvezi.

**Dodatne informacije in prijava**

Elektronske prijave bodo možne preko spletne strani Zbornice-Zveze: [www.zbornica-zveza.si](http://www.zbornica-zveza.si), pod E-PRIJAVNICA.  
Dodatne informacije: [dajnana.grubar@gmail.com](mailto:dajnana.grubar@gmail.com) in [cok.marina@gmail.com](mailto:cok.marina@gmail.com) ali 051 396 296.

**Organizator**



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v medicini dela, prometa in športa

**TEMA SREČANJA**

**VLOGA MEDICINE DELA, PROMETA IN ŠPORTA SKOZI EPIDEMIJO COVIDA**

**Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija**

30. 9. 2022,  
Pohorje Village Wellness & Spa Resort  
Hočko Pohorje 133, 2208 Pohorje  
(registracija od 8.30 do 9.00)

**Program izobraževanja**

Program bo v celoti objavljen na spletni strani Zbornice – Zveze junija 2022.

**Kotizacija, nakazilo, število udeležencev**

Kotizacija za udeležbo na strokovnem izpopolnjevanju znaša 190 EUR z vključenim DDV za posameznega udeleženca. Člani Zbornice – Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, so upravičeni do 50-% popusta (plačajo 95 EUR z vključenim DDV).

**Licenčne in pedagoške točke**

Vloga za pridobitev licenčnih in pedagoških točk za strokovno srečanje bo oddana na Zbornico – Zvezo.

**Dodatne informacije in prijava**

Elektronske prijave bodo možne na spletni strani Zbornice – Zveze: [www.zbornica-zveza.si](http://www.zbornica-zveza.si). Dodatne informacije: [pejtic.biljana@gmail.com](mailto:pejtic.biljana@gmail.com)



# Zakaj biti član / članica Zbornice - Zveze

U  
G  
O  
D  
N  
O  
S  
T  
I  
Č  
L  
A  
N  
S  
T  
V  
A

1. Svojim članom vodimo **pregledno, uporabniku prijazno** osebno mapo (portfolio) strokovnih izpopolnjevanj in izobraževanj.
2. Strokovna izobraževanja so v organizaciji Zbornice – Zveze ter regijskih društev in strokovnih sekcij za člane tudi do **50 % ugodnejša**.
3. Naši člani dobijo brezplačno glasilo **Utrip v tiskani ali elektronski obliki**.
4. Z e-novicami vas bomo sproti obveščali o **izobraževanjih in aktualnem dogajanju v zdravstveni in babiški negi**.
5. Člani lahko **enkrat letno zaprosijo za Sredstva iz sklada za izobraževanje**, in sicer tako za kotizacije za strokovna izobraževanja kot za šolnine na vseh ravneh.
6. Odvisno od trenutne ponudbe zunanjih partnerjev, ki jo nenehno dopolnjujemo, naši člani lahko izkoristijo številne zanimive ugodnosti.
7. Članom omogočamo aktivnejše vključevanje v raziskovalne mednarodne in domače projekte.
8. Svetujemo vam pri **strokovnih vprašanjih**, ki se vam porajajo na delovnem mestu. Kot člani ste upravičeni do brezplačnih strokovnih mnenj in odgovorov.
9. Regijska strokovna društva skrbijo za **strokovni in osebnostni razvoj** svojih članov z organizacijo različnih strokovnih izobraževanj, strokovnih ekskurzij ter organizacijo kulturnih, športnih in drugih zanimivih dejavnosti ...
10. Ob včlanitvi vsak član prejme knjižici Profesionalna podoba izvajalcev zdravstvene in babiške nege ter oskrbe ter Kodeks etike v zdravstveni negi in oskrbi Slovenije in Kodeks etike za babice Slovenije ter simbolično darilo.
11. Posebnih ugodnosti so deležni tudi **študenti**, člani Zbornice – Zveze, do 27. leta starosti.

## POSEBNA PONUDBA ZA NAŠE ČLANE

TERME VIVAT

hotel & resorts



# -15%

VEČ INFORMACIJ NAJDETE NA  
WWW.TERMEVIVAT.COM

Članstvo v Zbornici - Zvezi  
2024  
2025  
2026  
2027  
2028  
2029  
2030

TERME VIVAT  
www.termevivat.com  
+386 (0)5 333 3333




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



# HALO, LUMPI BABICA?

Vsako sredo se na tak telefonski klic odzovejo prijazne Lumpi babice, ki s spodbudno besedo in svojimi bogatimi izkušnjami nudijo podporo nosečnicam in mladim staršem. V odgovor na njihova mnoga vprašanja je tu babiška podpora, ki je na voljo vsako sredo med 17. in 20. uro. Izvajajo jo izkušene babice, članice Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije ob podpori Kluba Lumpi.

## Naj se glas Lumpi babic sliši!

 Brezplačna telefonska številka je članom kluba na voljo v aplikaciji Kluba Lumpi Moj M.



### Kako se včlaniti v Klub Lumpi?

Skenirajte QR-kodo, naložite mobilno aplikacijo Moj M in kliknite ikono Klub Lumpi.

[www.lumpi.si](http://www.lumpi.si)



**Mercator**  
moj najboljši sosed