

P 2289 61

UTRIP

INFORMATIVNI BILTEN ZBORNICE ZDRAVSTVENE NEGE SLOVENIJE · ZVEZE DRUŠTEV MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV SLOVENIJE



Durogesic®

TRANSDERMALNI FENTANIL



Kaj je Durogesic?

Durogesic je transdermalni obliž, ki omogoča 72-urno sistemsko preskrbo s fentanilom. Fentanil je sintetični opioid s katerim lahko učinkovito tudi več mesecev lajšamo hude kontinuirane bolečine.



Kako lahko Durogesic pomaga vašemu bolniku?

En obliž Durogesica omogoča tridnevno neprekinjeno lajšanje bolečine. Ob primerljivi analgeziji povzroča manj neželenih učinkov kot drugi močni opioidi. Uporaba Durogesica je preprosta, bolniki ga dobro sprejemajo. Durogesic lahko izboljša kakovost življenja vašega bolnika.

Podrobnejše informacije o zdravilu dobite pri imetniku dovoljenja za promet:



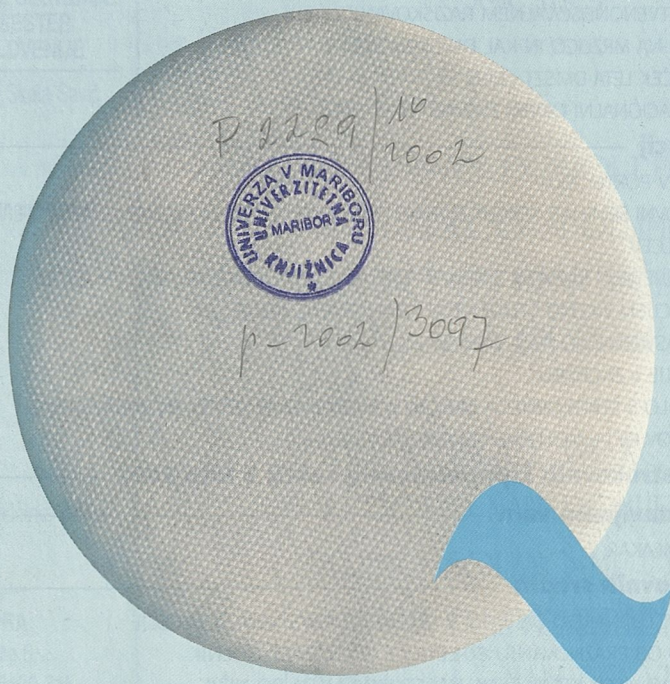
Johnson & Johnson S.E.

Podružnica Ljubljana

Šmartinska cesta 140, 1000 Ljubljana

E-mail: jac_slo@jnjsi.jnj.com

Inteligentna rešitev



TenderWet/TenderWet24 je obloga za hitro, preprosto, praktično in sterilno oskrbo rane v obliki blazinice. Pred uporabo jo je potrebno aktivirati s **TenderWet Solution** ali **Ringerjevo raztopino**, ki se izloča v rano, jo s tem izpira in čisti, istočasno pa izločke iz rane veže v svoje visoko vpojno jedro s superabsorbensom.

Uporablja se ob aktivnem čiščenju ran z močnim izločanjem in počasnim celjenjem, ob oskrbi ran s trdim nekrotičnim tkivom, ob znakih klinične okužbe ter oskrbi kroničnih ran, kot so diabetična gangrena, preležanine ali golenje razjede. Obloga TenderWet/TenderWet 24 se uporablja toliko časa, da se razvije čisto granulacijsko tkivo.



Samo za zunanjo uporabo

HARTMANN

merit

Uvoznik in ekskluzivni zastopnik medicinskih izdelkov Hartmann, Šmartinska 130, 1000 Ljubljana, Slovenija, Tel.: (01) 548 37 10, Fax: (01) 548 37 46

delo zbornice - zveze

5 DECEMBER NA ZBORNICI – ZVEZI

ICN

9 MEDNARODNI SVET MEDICINSKIH SESTER ICN

aktualno

14 ZDRAVSTVENA NEGA V EVROPSKI SKUPNOSTI

iz društev

16 KAKO DOLOČITI RAZISKOVALNI PROBLEM IN IZBRATI USTREZNE METODE V ZDRAVSTVENONEGOVALNEM RAZISKOVANJU

17 POHOD NA MRZLICO IN KAL DNE 29.9.2001

18 ZAKLJUČEK LETA DMSZT CELJE

19 MULTINACIONALNI OKVIRI ZDRAVSTVENE NEGA

iz sekcij

21 EORNA V PORTU 2001

22 STROKOVNI SEMINAR SEKCIJE ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV IN MEDICINSKIH SESTER – REŠEVALCEV.

24 SPODBUJEVALCI RAZVOJA ZDRAVSTVENE NEGE V IZOBRAŽEVALNEM PROCESU

25 MOTIVACIJSKI VIKEND ŠTUDENTOV ZDRAVSTVENE NEGE

26 TUDI ZASVOJENCISO NAŠI VAROVANCI

35 SREČANJE V ZAGREBU

36 POROČILO S STROKOVNEGA SREČANJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV OFTALMOLOŠKE SEKCIJE SLOVENIJE

27 **Plan strokovnih izpopolnjevanj sekcij v letu 2002**

predstavljamo vam

39 JELKA MLAKAR

iz delovnih sredin

42 PROJEKT LEONARDO DA VINCI V SREDNJI ZDRAVSTVENI ŠOLI CELJE

43 PESTRO OB PRAZNOVANJU 80-LETNICE BOLNIŠNICE GOLNIK

45 ZNIŽAJMO VISOK KRVNI TLAK, NAREDIMO KAJ, DA BO NIŽJI

47 LUČ BAKLE, SIMBOL OZAVEŠČENOSTI IN PRIPRAVLJENOSTI ZA POMOČ

iz mednarodnih srečanj

48 UTRINKI IZ BARCELONE ALI KAKO SMO PREŽIVELI 5. PERINATOLOŠKI KONGRES IN SE PRI TEM IMELI ŠE LEPO

mi med seboj

49 ABSOLVENTSKI IZLET V GRČIJO

50 MOJI DOSEŽKI NA SVETOVNEM PRVENSTVU

s humorjem je lažje in lepše

52 "PISMO ŽELJA"

nasveti

53 NEKAJ MALEGA NASVETOV ZA LASTNO ZDRAVJE

razmišljanja

54 KDO ČISTI ZA NAMI POT PRIJATELJSTVA

obvestila

56 USTANOVITEV DRUŠTVA ZA OSKRBO RAN SLOVENIJE

58 **srečanja v tujini**

**NAVODILA
ZA OBJAVO
ČLANKOV
V UTRIPU**

Rok za oddajo prispevkov za objavo v informativnem biltenu Utrip je do 25. v mesecu. Utrip izhaja med 12. in 15. v mesecu. Članki naj bodo natipkani ali računalniško izpisani tako, da je 30 vrstic na eni strani in s 60 znaki v vrsti. Članki naj ne presegajo 4 tipkanih strani. Avtorje naprošamo, da poleg izpisa oddajo tudi disketo in po največ dve sliki na prispevek. Poleg tega naj avtorji navedejo svoj priimek in ime, naslov bivanja in telefonsko številko, na katero bodo dosegljivi za morebitne razgovore glede objave članka. Slike, ki so priložene k člankom, naj bodo opremljene z besedilom ter priimki in imeni oseb na sliki. Rokopisov ne vračamo. Prispevkov ne honoriramo.

Uredništvo

UTRIP

INFORMATIVNI BILTEN

ZBORNICA ZDRAVSTVENE NEGE SLOVENIJE -
ZVEZA DRUŠTEV MEDICINSKIH SESTER
IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV SLOVENIJE

ODGOVORNA UREDNICA: Brigita Skela Savič

UREDNIŠKI ODBOR:

Brigita Skela Savič, Petra Kersnič,
Irena Keršič Ramšak, Veronika Pretnar Kunstek

LEKTORICA: prof. Cvetana Tavzes

PREVAJALEC: Primož Trobevšek

NAKLADA: 12500 izvodov

NASLOV UREDNIŠTVA:

UTRIP, Ljubljana, Vidovdanska 9
telefon, telefaks: 01/ 2316-055,
tajništvo Zbornice - Zveze
telefon, telefaks: 01/ 4344-903, naročnine, računi
e-mail: zveza.med.sester@siol.net
žiro račun: 50101-678-48641

TRŽENJE OGLASNEGA PROSTORA:

ANONSA d.o.o. Ljubljana, Preglov trg 6,
tel.: 01/ 5461-800, 5408-202, faks: 5400-315
e-mail: anonsa@anonsa.si

PRIPRAVA ZA TISK:

STARLING d.o.o., Vrhnika, Krožna pot 2
tel.: 01/ 7557-850, faks: 01/ 7557-855
e-mail: starling@siol.net

TISK:

Tiskarna POVŠE, Povšetova 36 a, Ljubljana,
tel./faks: 01/ 2301-542,

FOTOGRAFIJA NA NASLOVNICI:

Jaka Bregar

Spletna stran: www.zveza-dmszts.si

Utrip je glasilo – informativni bilten Zbornice zdravstvene nege Slovenije – Zveze društev medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije. Revija izhaja 11-krat letno. Letna naročnina za nečlane je 4500 sit, člani plačujejo naročnino za Utrip s članarino, od katere se obračunava in plačuje 8,5-odstotni davek na dodano vrednost.

VOŠČILO

ZA VŠE JE SVET DOVOLJ BOGAT,
ZDAJ SREČO SI DELIMO,
ISKRENO VSI SI VOŠČIMO,
IN SRCA SI ODPRIMO.

ODPRIMO SRCE VSAKOMUR,
KI ROKO NAM PONUDI,
OTRIMO SOLZNO MU OKO
IN GA RAZVEŠELIMO.
DA SKUPAJ Z NAM BO VEŠEL,
IN SREČO BO UŽIVAL,
V LJUBEZNI – MIRU BO ŽIVEL,
V NOVEM LETU 2002 BIVAL.

Veronika Viltušnik

Petra Kersnič

DECEMBER NA ZBORNICI – ZVEZI

Za nami je zadnji mesec leta 2001. Kaj vse smo si od leta obetali, je zdaj že moč sešteti, zbrati, zapisati. Zdaj tudi že vemo, kaj vse se je nabralo v zbirniku želja za leto 2002. V preteklem mesecu smo bili deležni na tisoče izrečenih najboljših želja in stiskov rok. Neštetokrat je bila izrečene tudi beseda zdravje. Smo si morda vzeli trenutek zase? Se sploh znamo vprašati, ali smo zdravi? Še bolje – ali si znamo na to odgovoriti? Zagotovo je eden od temeljev naše sreče in zdravja prijaznost in naklonjenost do samega sebe. Ali smo tega sposobni? Zagotovo je najpomembneje, da življenje res živimo, da si ustvarjamo male in velike sreče sami, šele nato bomo opazili, kaj vse nas osrečuje. Zato si poiščimo nam prijazen slog življenja, ki nas bo osrečeval, hkrati pa zagotavljal varovanje in krepitev telesa in duha!

Vsem, ki ste nam ob izteku starega leta izrekli zahvalo za delo v preteklem letu in izrekli dobre želje za prihajajoče leto, se iskreno zahvaljujemo.

In kaj smo delali in kje smo bili v decembru:

4. december

- sestanek Nadzornega odbora Projekta Matra - »Kakovost in količina v zdravstveni negi« - v Zdravstvenem domu Maribor.

11. december

3. seja Odbora regijskih društev v Murski Soboti

Dnevni red:

1. Pregled zapisnika 2. seje ORD z dne 26.9.2001
2. Kako realizirati Nacionalno strategijo razvoja zdravstvene nege v Sloveniji in Resolucijo izvajalcev zdravstvene nege - sprejetih na 3. kongresu zdravstvene nege 13.9.2001
3. Poročilo s sej Upravnega odbora
4. Obravnava sprememb predloga Poslovnika o delu ORD
5. Obravnava pristopne izjave za članstvo v regijskem društvu
6. Program dela društev v letu 2002
7. Razno

13. december

- seja Uredniškega odbora Obzornika zdravstvene nege,

- 4. seja Častnega razsodišča.

14. december

- na pobudo Sergeja Heijnena, strokovnega svetovalca na Ministrstvu za zdravstvo, so se na Zbornici – Zvezi 14. 12. sestali predstavniki Zbornice – Zveze - mag. Bojana Filej, Darinka Klemenc in Peter Požun - s sodelavci Projekta Razvoja upravljanja sistema zdravstvenega varstva v Sloveniji in sicer s predstavniki Zdravstvene zavarovalnice iz Avstralije - prof. Don Hindle in Ms. Katherine Burchield, ki pokrivajo podprojekt Prilagoditev in razvoj sistema financiranja izvajalcev zdravstvenih storitev. Prisotni so ugotavljali, da je v Sloveniji takoj mogoče opaziti neustrezno izkoriščenost medicinskih sester in da vidijo zelo veliko potrebo po vzpostavitvi tesnejših povezav med medicinskimi sestrami, zdravniki in drugimi zdravstvenimi delavci. V ta namen se bodo ponovno sestali 18.12.2001 in v mesecu januarju organizirali učno delavnico;

- 16. seja Upravnega odbora
Dnevni red:

1. Obravnava predloga zapisnika 15. seje UO z dne 24.11.2001
2. Plan dela 2002
3. Zakon o dejavnosti zdravstvene nege
4. Predlog izhodišč za delo komisij in delovnih teles Zbornice – Zveze
5. Pregled pridobljenih ponudb za tiskarske storitve v letu 2002

6. Obravnava predlogov iz delovnega razgovor o sodelovanju z razstavljalci
7. Pregled aktivnosti
8. Pobude, vloge

Zakon o dejavnosti zdravstvene nege

Predsednica je poročala o dopisu ministra za zdravje, s katerim poziva, da do 31. 1. 2002 Zbornica – Zveza kot pomemben dejavnik v sistemu zdravstvenega varstva predloži svoje predloge za spremembe. V dopisu je še zapisano, da je cilj pripraviti kakovostno besedilo zakonskih predpisov, v katerih bi optimalno uskladili javni zdravstveni interes slovenske države ter druge organizirane interese izvajalcev zdravstvene dejavnosti.

Upravni odbor je sklenil, da bo deloval v dve smeri – oblikoval bo dopolnila obstoječe zakonodaje in nadaljeval z oblikovanjem in argumentiranjem samostojne zakonodaje na področju zdravstvene nege.

Prijavnica in varstvo osebnih podatkov

Vsaka prijavnica za strokovno srečanje Zbornice – Zveze in strokovne sekcije mora vsebovati rubriko, v kateri bo vsak posameznik lahko s svojim podpisom izrazil strinjanje, da se njegove osebne podatke – ime, priimek in naslov delovne organizacije – posreduje sponzorjem, ki bi te podatke ob zaključku strokovnega srečanja tudi želeli.

Sodelovanje, povezovanje, komuniciranje

Upravni odbor je razpravljal o problematiki in različnih načinih komuniciranja, uporabe emblema, štampljk, dopisovanja in sklenil, da bo oblikoval in sprejel pravila obličnosti, poslovnega obnašanja in komuniciranja znotraj in zunaj organizacije. Prav tako bo oblikovan protokol za dogovarjanje z oglaševalci, razstavljalci oziroma sponzorji. Pravila naj bi poleg poslovne kulture in partnerskega odnosa med razstavljalci - sponzorji in organizatorji vsebovala tudi grobe finančne okvire vrednosti storitev ter medsebojne obveznosti med organizatorjem in oglaševalcem.

Zardi boljše obveščenosti in medsebojnega komuniciranja med organi in delovnimi telesi se bo Upravni odbor v februarju in septembru sestal z Odborom regijskih društev in koordinaci-

jskim odborom strokovnih sekcij, v mesecih marec, junij in oktober pa s predsedniki komisij, delovnih skupin in uredniki.

Imenovanja

Upravni odbor je s 1.1.2002 imenoval nov Uredniški odbor informativnega biltena Utrip. Za odgovorno urednico je bila imenovana Brigita Skela Savič, za člane Uredniškega odbora pa Irena Keršič Ramšak, Veronika Pretnar Kunstek in Petra Kersnič.

Upravni odbor je imenoval za sodelovanje z Ministrstvom za zdravje naslednje sodelavke:

Ireno Vidmar za sodelovanje v delovni skupini za pripravo meril za postavitev mreže javne zdravstvene službe na primarni ravni;

Danielo Morec za sodelovanje v delovni skupini za pripravo meril za postavitev mreže na sekundarni ravni;

Baro Pavčič Trškan za sodelovanje v delovni skupini za oblikovanje zdravstvene dokumentacije v skladu z zakonom o evidencah.

Tiskarske storitve

Upravni odbor je sklenil v letu 2002 natančneje proučiti možnosti cenejšega tiska publikacij Zbornice – Zveze. Ker je na tržišču veliko ponudnikov teh storitev, bo Upravni odbor o izboru odločal po pridobitvi ponudb in razgovorih s ponudniki.

17. december

- 16. seja Koordinacijskega odbora strokovnih sekcij

Dnevni red:

1. Pregled zapisnika 15. seje KOSS z dne 26.11. 2001
2. Aktivnosti Zbornice – Zveze
3. Usklajevanje terminskih planov izobraževanj in pregled predlaganih vsebin za izobraževanja v letu 2002
4. Razno

18. december

- sestanek s predstavniki svetovalne skupine Projekta za upravljanje v zdravstvu na temo Prilagoditev in razvoj sistema financiranja izvajalcev zdravstvenih storitev.

19. december

- novoletno srečanje funkcionarjev in sodelavcev Zbornice – Zveze v Ljubljani.

20. december

- 57. seja Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno nego;
- razgovor z. direktorico Zveze potrošnikov Slovenije – gospo Bredo Kutin;
- razgovor z državnim sekretarjem mag. Mirkom Zormanom na Ministrstvu za šolstvo, znanost in šport;

razgovor s predsednikom Zdravniške zbornice doc. dr. Markom Bitencem.

21. december

- sestanek na Ministrstvu za zdravstvo o organizaciji srečanja s predstavniki komisije iz EU za pregled ocene stanja na področju priznavanja tistih poklicev v zdravstvu, ki sodijo v okvir posebnih direktiv – zdravnik, zobozdravnik, medicinska sestra, babica, farmacevt in veterinar.

Spomnimo se:

1. december – svetovni dan boja proti AIDS-u

Po podatkih Inštituta za varovanje zdravja Slovenije je bilo od leta 1986 do 30. septembra 2001 v Sloveniji prijavljenih 94 primerov AIDS-a in 83 primerov okužbe s HIV, kjer se AIDS še ni razvil. Po podatkih živijo zdaj v Sloveniji 103 ljudje - 28 bolnikov z AIDS-om in 75 z diagnosticirano okužbo s HIV. SZO ocenjuje, da je na svetu 36,1 milijon ljudi okuženih z virusom HIV. Do zdaj je za posledicami okužbe z virusom umrlo že 21,8 milijona ljudi.

3. december - mednarodni dan invalidov

Ob letošnjem svetovnem dnevu invalidov je Svet vlade R Slovenije za invalide in bolnike s svojo poslanico opozoril na spoštovanje človekovih pravic in svoboščin in načel enakosti pred zakoni tudi za vse invalide.

5. december - dan prostovoljcev

9. december – dan miru

10. december – dan človekovih pravic

29. december – dan biološke raznovrstnosti

POMEMBNO OBVESTILO

Obveščamo Vas, da bo v skladu z Zakonom o varstvu osebnih podatkov (Uradni list RS št. 59/99) splošni prijavnici za strokovna srečanja, ki se organizirajo v sklopu naše organizacije, dodana rubrika, v kateri bo vsak posameznik, ki se prijavi na strokovno srečanje, podal svoje soglasje k posredovanju podatkov – imena in priimka ter delovne organizacije - sponzorjem, ki bi po strokovnem srečanju želeli vzpostaviti osebni stik.

Prosimo vse, ki se boste prijaviili na strokovna srečanja, da v to rubriko zapišete svojo odločitev in s tem omogočite delovanje organizacije v skladu z veljavno zakonodajo!

Mednarodni svet medicinskih sester ICN

Moto 12. maja 2002 – Mednarodnega dneva medicinskih sester:

Medicinske sestre so vedno tu za vas – skrbijo za družine!

Stališče – izjava

ICN/PS/00/26

Medicinske sestre in delo v izmenah

Stališče Mednarodnega sveta medicinskih sester:

Mednarodni svet medicinskih sester (ICN) se zaveda, da morajo biti nekatere storitve zdravstvene nege dostopne štiriindvajset ur na dan, zato je delo v izmenah nujno. Obenem pa je Mednarodni svet medicinskih sester zelo zaskrbljen, ker delo v izmenah lahko negativno vpliva na posameznikovo zdravje, njegovo zmožnost funkcioniranja, na neposredno skupino za podporo in na kontinuiteto nege, kar vse vpliva na kvaliteto storitev.

Mednarodni svet medicinskih sester meni, da morajo sistemi načrtovanja izmen v vseh delovnih okoljih zdravstvene nege ustrezno upoštevati posledice dela za zdravje na delovnem mestu, poleg tega pa tudi:

- potrebe pacientov,
- število medicinskih sester, ki je potrebno za zadovoljevanje potreb pacientov in skupnosti,
- potrebe osebja zdravstvene nege,
- določila zakonodaje in kolektivnih pogodb.

Mednarodni svet medicinskih sester promovira preizkušanje novih vzorcev izmenskega dela, ki imajo vsaj polletno poskusno dobo, tako da se lahko temeljito ovrednoti (ob sodelovanju medicinskih sester). Medicinske sestre se morajo zavedati posledic za zdravje na delovnem mestu, ki jih imajo različni uporabljeni sistemi načrtovanja izmen, tako da lahko prispevajo k oblikovanju politik na podlagi dobre poučenosti.

Mednarodni svet medicinskih sester si prizadeva:

- prepoznati trende pri vodenju izmenskega dela (vključno z deljenimi izmenami),
- članicam - organizacijam posredovati informacije o učinkih izmenskega dela in strategi-

jah vodenja izmenskega dela, ki jih je treba vključiti v izobraževalne in orientacijske programe,

zagotoviti priznavanje poklicnih tveganj, povezanih z izmenskim delom,

pomagati organizacijam medicinskih sester posameznih držav pri pripravi pogajanj za pravične sisteme načrtovanja izmen.

Te organizacije morajo podpreti ali se pogajati za ustrezne delovne razmere medicinskih sester, ki delajo v izmenah. Na primer:

- za načrte izmen, ki predvidevajo čas za počitek, trajanje izmene in vrstni red kroženja,
- za ustrezen obseg osebja zdravstvene nege,
- za dostop do poklicnih zdravstvenih služb,
- za programe glede zmanjševanja stresa,
- za možnost nadaljevalnega izobraževanja,
- za možnost ustreznega varstva otrok,
- za varen prevoz na delo,
- za možnost tople prehrane,
- za garderobe (z omaricami),
- za zaščito pred diskriminatornimi praksami.

Ozadje:

Že sama narava dela zdravstvene nege predvideva, da nega poteka štiriindvajset ur na dan, kar je možno le z izmenskim delom. Takšen vzorec dela od medicinskih sester zahteva, da se mu prilagodijo fizično, čustveno in socialno. Medtem ko delo v izmenah medicinskim sestram lahko zagotovi nekaj želene fleksibilnosti urnika dela in dodatni zaslužek, pa pogosto prinaša tudi dodatne nevšečnosti medicinskim sestram, ki delajo v kompleksnih okoljih in zahtevnih medosebnih okoliščinah. V popoldanskih in nočnih izmenah je pogosto manj osebja (ki je pogosto tudi manj izobraženo), medicinske sestre imajo težave z varnim prevozom ter nimajo osnovnega udobja, kot je na primer topla hrana. Stres izmenskega dela povečuje raven absentizma in fluktuacije, kar vpliva na kakovost zdravstvene nege.

Rotirajoče izmene se povezuje s povečanjem motenj pri spanju, prebavnimi težavami, utrujenostjo in uživanjem alkohola, povezane pa so tudi z manj zadovoljivim psihološkim zdravjem in učinkovitostjo na delovnem mestu. Medicinske sestre, ki delajo v rotirajočih izmenah, so več dni na bolniški in za te izostanke z dela predložijo bolj resne vzroke kot pa njihove kolegice, ki delajo v stalnih izmenah.

Denarna nadomestila za izmensko delo ne rešujejo poklicnih zdravstvenih tveganj, ki so jim izpostavljene medicinske sestre, ki delajo v izmenah. Načini, ki si prizadevajo zmanjšati škodljive učinke dela v izmenah, vključujejo:

- individualizirane urnike dela,
- zmanjševanje ur/tednov dela v popoldanski in nočni izmeni,
- računalniške programe za pripravo objektivnih načrtov izmenskega dela.

Razporejanje medicinskih sester v različnih vzorcih izmen določa raven prisotnosti osebja v določeni enoti/storitvi v določeni točki v času. Tako oblikovan tim zdravstvene nege bo zagotavljal določeno kombinacijo izobrazbenih stopenj in pridobljenih veščin. Taka kombinacija nujno vpliva na kakovost zagotovljene nege. Načrtovanje izmenskega dela vpliva tudi na stopnjo fizične in mentalne utrujenosti, ki ji je podvrženo osebje, ki dela v izmenah.

Sprejeto leta 1995 Popravljen in posodobljeno leta 2000

Skupna stališča Mednarodnega sveta medicinskih sester:

- Zmerjanje in nasilje nad osebjem zdravstvene nege
- Poklicno zdravje in varnost medicinskih sester
- Družbenoekonomske ugodnosti medicinskih sester

Skupne publikacije Mednarodnega sveta medicinskih sester:

- Smernice glede varnosti na delovnem mestu: Izdaja za medicinske sestre, Ženeva, ICN 1989
- Medicinske sestre: Zdravje in varnost, Ženeva, ICN, 1989
- Smernice o zakonu in delovnem mestu, Ženeva, ICN, 1991

Zdravje in varnost medicinskih sester na delovnem mestu

Stališče Mednarodnega sveta medicinskih sester:

Mednarodni svet medicinskih sester je zgrožen zaradi pomanjkanja ustrezne zakonodaje v zvezi z zdravjem in varnostjo na delovnem mestu, ki bi ščitila medicinske sestre v njihovem delovnem okolju, pogosto z neustreznimi mehanizmi za sodelovanje delavcev pri spremljanju/odpravljanju poklicnih tveganj in nezadostnih virov, ki se jih namenja zagotavljanju optimalnih storitev medicine dela ter varnosti dela in inšpekcij delovnih razmer.

Mednarodni svet medicinskih sester razglša razvoj in uporabo mednarodnih politik ali inštrumentov, ki bodo varovali pravico medicinskih sester do varnega delovnega okolja, vključno z nadaljevalnim izobraževanjem, cepljenjem in zaščitno obleko/opremo. Mednarodni svet medicinskih sester ponovno potrjuje svojo odločenost, da spodbuja raziskovanje na tem področju in svojim članicam redno posreduje pomembne informacije.

Mednarodni svet medicinskih sester odločno podpira različne konvencije Mednarodne organizacije dela (ILO) v zvezi z zdravjem in varnostjo na delovnem mestu ter meni, da morajo organizacije medicinskih sester posameznih držav:

- Zahtevati od svoje vlade, da so določila zakonodaje v zvezi z zdravjem in varnostjo na delovnem mestu namenjena vsem zdravstvenim službam. To se lahko izvede z lobiranjem, individualnimi in/ali kolektivnimi političnimi akcijami.
- V svojih državah začeti in/ali podpreti raziskovanje varnosti in primernosti delovnega okolja medicinskih sester.
- Opozoriti osebje zdravstvene nege, delodajalce in javnost na poklicna tveganja v zdravstvenem sektorju, vključno z nasiljem in zmerjanjem.
- Povečati osveščenost medicinskih sester glede njihovih pravic (kot delavk) do varnega okolja ter glede njihovih obveznosti, da zaščitijo svojo varnost ter promovirajo varnost drugih.

- Prepričati vlade in delodajalce, da sprejmejo in izvedejo vse potrebne ukrepe za zaščito zdravja in dobro medicinskih sester, ki so izpostavljene tveganjem pri vsakdanjem delu, vključno z vakcinacijo, ko je ta potrebna.
- Vplivati na vlade/delodajalce, da zagotovijo osebju v zdravstveni negi dostop do zaščitnih ukrepov (npr. obleke) in opreme brez kakršnihkoli doplačil.
- Spodbujati medicinske sestre, da se cepijo proti boleznim, ki ogrožajo njihovo zdravje in varnost na delovnem mestu.
- Sodelovati s pristojnimi oblastmi, da zagotovijo točnost seznama poklicnih bolezni ter periodično ovrednotijo njegov pomen za osebje v zdravstveni negi.
- Podpirati zahteve medicinskih sester po nadomestilih v zvezi s poklicnimi boleznimi in/ali poškodbami.
- Pridobiti in posredovati informacije o pojavljanju nesreč na delovnem mestu, poškodbah in boleznih medicinskih sester.
- Sodelovati z drugimi organizacijami, ki podpirajo pravice delavcev do varnega delovnega okolja.
- Prepoznati pomembne povezave med delavci in njihovimi družinami pri razvoju kulturološko ustreznih politik in načrtov zdravljenja v zvezi z zdravjem in varnostjo na delovnem mestu.
- Zaščititi medicinske sestre v njihovi vlogi zagovornic pacientov pred morebitnim ustrahovanjem.
- Zahtevati ustrezne sisteme spremljanja na vseh ravneh, ki bodo zagotovili ustrezno izvajanje politik.
- Posredovati informacije o delodajalcih, ki ne upoštevajo zakonodaje v zvezi z zdravjem in varnostjo na delovnem mestu, vključno z mehanizmi poročanja za takšne kršitelje.

Ozadje:

Mednarodni svet medicinskih sester se zaveda osrednje vloge, ki jo pri promoviranju zdravja igra zdravje in varnost na delovnem mestu. Poleg tega se Mednarodni svet medicinskih sester zaveda rastočega strokovnega znanja, ki so si ga medicinske sestre pridobile na področju zdravja in varnosti na delovnem mestu ter ekonomičnega zagotavljanja storitev delavcem.

Mednarodni svet medicinskih sester podpira širjenje vloge medicinske sestre medicine dela pri zadovoljevanju potreb delavcev po primarnem zdravstvenem varstvu ter zahteva pravično nagrajevanje in ustrezne strukture karier, ki podpirajo poklicni razvoj.

Delovno okolje medicinskih sester je pogosto nevarno zaradi:

- Okoljskega onesnaženja z odpadnimi materiali, ki je posledica človekovih in industrijskih dejavnosti.
- Tveganj (npr. kemičnih, bioloških, fizičnih, v zvezi s hrupom, sevanjem, ponavljajočim se delom).
- Medicinske tehnologije – pomanjkljivega vzdrževanja, nezadostnega usposabljanja za uporabo tehnologije.
- Nezadostne oskrbe z zaščitnimi oblekami in varno opremo.
- Motenj vzorcev vsakodnevnega življenja, ki so povezane z delom v izmenah.
- Rastočih zahtev v zvezi s čustvenimi, družbenimi, psihološkimi in duhovnimi potrebami medicinske sestre, ki dela v kompleksnih političnih, družbenih, kulturoloških, ekonomskih in kliničnih okoljih.
- Pojavov nasilja, vključno s spolnim nadlegovanjem.
- Slabe ergonomije (izdelava in oblikovanje pomožne medicinske opreme, materialov in prostorov).
- Nezadostnega razporejanja virov, npr. človeških, finančnih.
- Izolacije.

Zdravstvena nega pacientov ima koristi od varnega delovnega okolja zdravstvenega osebja. Mednarodni svet medicinskih sester opazuje, da večini vlad ni uspelo zbrati svežih in točnih podatkov o nesrečah, poškodbah in boleznih osebja v zdravstveni negi, na podlagi katerih bi zasnovali trdne politike. Pomanjkanje relevantnih podatkov je zelo zaskrbljujoče.

V nekaterih državah sploh ni zakonodaje v zvezi z zdravjem in varnostjo na delovnem mestu, v drugih pa so sredstva za spremljanje njenege uveljavljanja in mehanizmi za sankcioniranje delodajalcev, ki kršijo njena določila, neučinkoviti ali jih ni. Nekatere države so sprejele ustrezno zakonodajo, ki pa izključuje bol-

nišnice in druge zdravstvene službe.

*Konvencija 149 Mednarodne organizacije dela (ILO) o zaposlovanju in razmerah za delo ter življenje osebja v zdravstveni negi*¹⁾ poziva države članice, naj izboljšajo obstoječe zakone in uredbe v zvezi z zdravjem in varnostjo na delovnem mestu tako, da jih prilagodijo posebni naravi dela v zdravstveni negi in okolju, v katerem se izvaja. Deveti del priloženega *Priporočila (157)*¹⁾ dodatno razvije ukrepe, ki so nujni, da se medicinskim sestram zagarira zdravje in varnost na delovnem mestu.

Mednarodna organizacija dela, **Konvencija 149 in Priporočilo 157 v zvezi z zaposlovanjem in pogoji dela in življenja osebja v zdravstveni negi**, Ženeva, ILO, 1977.

Sprejeto leta 1987 Zadnji pregled leta 1992/93 Popravljen in posodobljen leta 2000

Skupna stališča Mednarodnega sveta medicinskih sester:

Zdravstvena tveganja

Medicinske sestre in naravno okolje

Kajenje in zdravje

Stališče – izjava

ICN/PS/00/25

Zaposlitev s skrajšanim delovnim časom

Stališče Mednarodnega sveta medicinskih sester:

Mednarodni svet medicinskih sester (ICN) in njegove članice odločno zavračajo širjenje zaposlovanja s skrajšanim delovnim časom v zdravstveni negi, ki ga motivira izključno želja po obvladovanju stroškov in se ne ozira na učinke takšnega zaposlovanja na kakovost opravljenih storitev ter na poklicni razvoj osebja. Mednarodni svet medicinskih sester in organizacije medicinskih sester posameznih držav nasprotujejo kratkovidnim prizadevanjem za zmanjševanje stroškov v obliki dodatkov delavcem pri nadomeščanju redno zaposlenih medicinskih sester z medicinskimi sestrami, ki se zaposlijo s skrajšanim delovnim časom, ali s priložnostnimi medicinskimi sestrami.

Mednarodni svet medicinskih sester popolnoma podpira uporabo načel enakega plačila (vključno z dodatki) za enako delo – tako za

delavke s polnim delovnim časom kot za delavke s skrajšanim delovnim časom²⁾³⁾. Mednarodni svet medicinskih sester brani pravico medicinskih sester do dela s skrajšanim delovnim časom pod pravičnimi pogoji ter podpira politike, ki povečujejo dostopnost zaposlovanja s polnim delovnim časom, če in ko je to zaželeno.

Mednarodni svet medicinskih sester si bo še naprej prizadeval, da:

- Promovira kakovost delovnega življenja medicinskih sester.
- Brani pravico delavk s skrajšanim delovnim časom do pravičnih pogojev za delo in priložnosti za poklicni razvoj (enakih razmer, kot jih imajo delavke s polnim delovnim časom).
- Prepozna trende, ki negativno vplivajo na kontinuiteto in kakovost zdravstvene nege.
- Pozove organizacije medicinskih sester posameznih držav (NNA), da spremljajo učinke zaposlovanja s skrajšanim delovnim časom na kontinuiteto in kakovost zdravstvene nege ter na rezultate pri pacientih.
- Poudari potrebo organizacij medicinskih sester po ovrednotenju koristi, ki jih obe vrsti zaposlovanja (zaposlovanje s polnim delovnim časom in zaposlovanje s skrajšanim delovnim časom) prinašata zdravstvenim službam.

Mednarodni svet medicinskih sester in organizacije medicinskih sester posameznih držav morajo zagotoviti svetovanje in se pogajati o politikah v zvezi z možnostjo optimalne uporabe zaposlovanja s skrajšanim delovnim časom v različnih delovnih okoljih zdravstvenega varstva.

Posamezne organizacije se morajo aktivno pogajati, podpirati ali lobirati za delovne razmere, ki jasno določajo:

- Prostovoljno naravo odločitve zaposlenih, da delajo s skrajšanim delovnim časom.
- Sporazumne postopke za sprejem zaposlitve s polnim delovnim časom, če in ko je to zaželeno.
- Plačo, delovne razmere in dostopnost dodatkov, ki so vsaj enaki ali sorazmerni tistim, ki so na voljo zaposlenim s polnim delovnim časom.
- Enake možnosti za razvoj kariere in poklicni

razvoj delavk, ki delajo s skrajšanim delovnim časom.

Potrebo po uravnoveženosti med delavkami s skrajšanim delovnim časom in delavkami s polnim delovnim časom, s čimer se zagotovi kontinuiteta ter kakovost zdravstvene nege.

Varnost zaposlitve.

Ozadje:

Zaposleni in delodajalci so v mnogih okoljih naklonjeni delu s skrajšanim delovnim časom. Medicinske sestre ga pogosto sprejemajo kot dobrodošlo možnost, ki prispeva k poklicnemu in osebnemu zadovoljstvu.

Obenem pa delodajalci gledajo na zaposlovanje s skrajšanim delovnim časom kot na sredstvo za uvajanje ali vzdrževanje fleksibilnosti ravni zaposlenih ter za zmanjševanje stroškov poslovanja.

Uvajanje zaposlovanja s skrajšanim delovnim časom pa ni brez potencialno neugodnih posledic. Zaposlovanje medicinskih sester s skrajšanim delovnim časom lahko poslabša delovne razmere osebja, ki je zaposleno s polnim delovnim časom, kot celote, če se sestava osebja ne določi ustrezno. Moč pogajanja, ki jo ima osebje s polnim delovnim časom, se zmanjšuje skupaj z zmanjševanjem njegove številčnosti.

Delavke s skrajšanim delovnim časom so pogosto manj zaščitene z delovno zakonodajo in uredbami na področjih plač, zavarovanja, dodatkov, varnosti zaposlitve, rotirajočih izmen, dostopnosti pokojninskih skladov in nadaljevalnega izobraževanja ter napredovanja.

Mednarodni svet medicinskih sester razume zaskrbljenost, da utegne zaposlovanje medicinskih sester s skrajšanim delovnim časom negativno vplivati na kontinuiteto in kakovost zagotovljene zdravstvene nege. Ohraniti je treba pravilno razmerje med osebjem, ki je zaposleno s polnim delovnim časom, in osebjem s skrajšanim delovnim časom, ki opravlja svoje dolžnosti v določeni enoti/slужbi ob določenem času. O tem je treba premisliti, ko se načrtuje izmene in ko se novači ter razporeja medicinske sestre v zdravstvenih oddelkih in službah.

Smotri Mednarodnega sveta medicinskih sester vključujejo pomoč organizacijam medicinskih sester posameznih držav pri

izboljševanju a) standardov zdravstvene nege in kompetentnosti medicinskih sester in b) poklicnega, družbenega in ekonomskega položaja medicinskih sester.

Sprejeto leta 1995 Popravljen in posodobljeno leta 2000

Skupna stališča Mednarodnega sveta medicinskih sester:

Družbenoekonomska blaginja medicinskih sester

Zdravje in varnost medicinskih sester na delovnem mestu

Kako obdržati medicinske sestre, premeščanje in migracija

Mednarodni svet medicinskih sester je federacija 122 združenj zdravstvene nege posameznih držav, ki predstavlja milijone medicinskih sester vsega sveta. Ker ga od leta 1899 vodijo medicinske sestre za medicinske sestre, je Mednarodni svet medicinskih sester mednarodni glas zdravstvene nege in s svojim delovanjem zagotavlja kakovostno zdravstveno nego za vse ter trdne globalne zdravstvene politike.

3 Place Jean Marteau, Geneva 1201, Švica.

Faks: 41 (22) 908 01 01 Telefon: 41 (22) 908 01

00 Elektronska pošta: icn@uni2a.unige.ch

Spletna stran: www.icn.ch

1) Mednarodna organizacija dela delo s skrajšanim delovnim časom definira kot delo z rednim plačevanjem in delavnikom, ki je bistveno krajši od običajnega delavnika v določeni ustanovi. Začasno delo se nanaša na vse oblike zaposlovanja po pogodbah, ki niso stalne, ne glede na trajanje, razen pri pripravništvu. Torej se je treba zavedati, da se delavce s skrajšanim delovnim časom lahko zaposluje za nedoločen ali določen čas.

Določila in pogoji zaposlovanja delavcev s skrajšanim delovnim časom in zaposlovanja za določen čas v javnih službah. Ženeva. 1994, str. 3.

2) Glejte Izjavo – stališče Mednarodnega sveta medicinskih sester *Družbenoekonomska blaginja medicinskih sester.*

3) **Konvencija Mednarodne organizacije dela 175 o delu s skrajšanim delovnim časom (1994); Konvencija Mednarodne organizacije dela 156 o delavcih z družinskimi obveznostmi (1981); Priporočilo 165 Mednarodne organizacije dela o delavcih z družinskimi obveznostmi (1981).**

Peter Požun

ZDRAVSTVENA NEGA V EVROPSKI SKUPNOSTI

2. PROST PRETOK LJUDI

Državljeni EU si lahko poiščejo delo v katerikoli državi članici. Skupna zakonodaja Skupnosti narekuje medsebojno priznavanje izobrazbene stopnje – spričeval in diplom. Odprti trg delovne sile omogoča iskalcem zaposlitve iskanje v zelo širokem prostoru zunaj meja svoje države, po drugi strani pa spodbuja priliv delovne sile tja, kjer je ta potrebna. Spletna stran EU EURES¹ – Evropske zaposlovalne službe je med najbolj obiskanimi stranmi na strežniku EU. Na njej je moč vsak čas najti informacije o več kot 120.000 prostih delovnih mestih na območju skupnosti. Uveljavljanje pravice do opravljanja dejavnosti, poklica v drugi državi v praksi omogoča sistem vzajemnega priznavanja diplom in drugih poklicnih kvalifikacij. Tako za opravljanje poklica ali poklicne dejavnosti ni več potrebno izvajati obsežnega in nadvse dragega postopka nostrifikacije diplom.

Vsak državljan EU ima pravico do priznanja poklicnih kvalifikacij (ne znanja ali izobrazbe!), pridobljenih v katerikoli članici - državi. Pojem »kvalifikacije« pomeni celoto poklicne, strokovne oziroma univerzitetne izobrazbe in poklicne usposobljenosti, ki jih je kandidat pridobil po programih izobraževanja in usposabljanja v EU, na podlagi katerih je pridobil pravico do opravljanja določenega poklica, oziroma poklicne dejavnosti v EU ter tudi morebitne poklicne izkušnje, pridobljene pri opravljanju poklica oziroma poklicne dejavnosti v EU, in dokazila o izpolnjevanju določenih drugih pogojev. Pri nas pomeni to za poklic medicinske sestre uspešno zaključeno šolanje, opravljeno pripravništvo in strokovni izpit.

EU je sprejela posebne direktive za naslednje poklice, katerih medsebojno priznavanje pote-

ka po t. i. sektorskih direktivah: odvetnik, arhitekt, zdravnik, zobozdravnik, veterinar, farmacevt, medicinska sestra in babica. Za vse ostale poklice pa se uporabljajo splošne direktive. S tem so želele članice EU še posebej zavarovati te poklicne dejavnosti, jih nadzorovati in urejati. Poklicno dejavnost oziroma poklic medicinske sestre v EU ureja več direktiv, najpomembnejši pa sta: sektorska direktiva 77/452/EEC in sektorska direktiva 77/453/EEC, za babice pa sektorska direktiva 80/154/EEC in sektorska direktiva 80/155/EEC².

Direktiva 77/452/EEC ureja vzajemno priznavanje diplom, spričeval in drugih dokazil o strokovni usposobljenosti, direktiva 77/453/EEC pa strokovno usposabljanje medicinskih sester in enako za poklic babice. Najpomembnejše na področju strokovnega usposabljanja je to, da se zahteva splošno izobraževanje v trajanju 10 let in redno poklicno usposabljanje po programu v obsegu treh let ali 4600 ur teoretičnega in praktičnega pouka, ki ga predpisuje EU. Pri tem mora obsegati teorija najmanj eno tretjino in praktično usposabljanje najmanj polovico časa izobraževanja. Kandidatu omogoča pridobiti ustrezna znanja in razumevanje osnov medicine, fiziologije in anatomije, vednja zdravih in bolnih oseb, odnosa med zdravjem ter fizičnim in socialnim okoljem, poznavanje narave in etike poklica, ustrezne klinične izkušnje pri delu z izkušenim osebjem, praktično usposabljanje z osebjem in znanja o učenju drugih ter izkušnje pri delu z drugimi sodelavci.

Direktiva 80/155/EEC pa za babice poleg navedenega dovoljuje tudi usposabljanje v obliki rednega izobraževalnega programa za babice, ki traja vsaj 18 mesecev po pridobljeni kvalifikaciji za medicinsko sestro.

¹ http://europa.eu.int/comm/employment_social/elm/eures/index.htm.

² http://europa.eu.int/eur-lex/en/search/search_lif.html

Tako bodo, če bomo EU dokazali, da naš sistem usposabljanja ustreza direktivam EU, pod dejavnost medicinskih sester vpisali osebe, ki nosijo naslednje nazive: diplomirana medicinska sestra, diplomirani zdravstvenik, diplomirana babica in diplomirani babičar.

Za vse, ki tega naziva nimajo (višje medicinske sestre, višji medicinski tehniki), države članice EU kot zadosten dokaz priznavajo diplome, spričevala in druga dokazila o strokovni usposobljenosti medicinskih sester, ki so jih izdale države članice pred izvajanjem direktive 77/453/EEC, če ta dokazila spremlja potrdilo, da so ti državljani uspešno in zakonito opravljali dejavnosti poklica vsaj tri leta v obdobju petih let pred izstavitvijo potrdila

Če pa so v posameznih primerih ugotovljene občutne razlike v dolžini in vsebini izobraževanja, sme država članica zahtevati, da državljan opravi ustrezno usposabljanje oziroma preverjanje znanja; ne gre za nostrifikacijo – priznanje diplome, temveč samo za preverjanje, ali program v matični državi kandidata ustreza programu v državi gostiteljici. Povedano drugače, kandidatu se prizna poklicna kvalifikacija, kadar so poklicne dejavnosti, ki jih želi opravljati, enake tistim, ki jih je opravljal doma, v matični državi mora torej imeti pravico za opravljanje poklica – govorimo o terminu: **REGULIRAN POKLIC**.

Nekatere države pa zahtevajo od svojih državljanov in kandidatov tudi dokazila o dobrem značaju ali ugledu, ki ga izda pristojni organ (združenje, zbornica, državni organ).

V registrirani dejavnosti (to zdravstvena nega v večini držav članic EU je) se mora kandidat prijaviti pri pristojnem združenju – **REGISTRACIJA** (v našem primeru lahko za to nalogo pristojno ministrstvo pooblasti zbornico ali strokovno združenje).

Medicinska sestra, ki je končala izobraževanje npr. v Nemčiji (10 + 3 leta) in želi opravljati de-

lo medicinske sestre v Angliji, se mora prijaviti pri za to pristojnem organu (United Kingdom Central Council - **UKCC**), ki jo vpiše v register. S tem vpisom pridobi kandidat pravico, da opravlja delo medicinske sestre v Angliji. Vpis, objava sprememb in izpis iz Registra sta javna. UKCC lahko izda kandidatu pozitivno mnenje – odločba o priznanju – vpis v register, napotilo na nadaljnje izobraževanje v Angliji, napotitev na opravljanje dela (prakse) pod nadzorom, za prosilo za dodatne podatke o končanem izobraževanju, zavrnitev vloge, če izobraževanje ni trajalo vsaj tri leta in če se v okviru tega izobraževanja kandidat ni spoznal z minimalnimi zahtevanimi znanji, kot jih zahteva knjižica za registracijo.

Vsako vlogo za vpis v register uslužbenci UKCC primerjajo s programom usposabljanj za medicinsko sestro (State Registered Nurse) v Angliji. Temeljni pogoj za vpis v register je, da je kandidat registriran kot medicinska sestra v svoji državi ali da je usposobljen za delo medicinske sestre, če v matični državi ne obstaja register izvajalcev³.

Tudi predlog slovenskega zakona o postopkih priznavanja kvalifikacij predvideva podobne postopke in poti, za zdaj pa še ne določa nosilca registra medicinskih sester.

Konec januarja 2002 prihajajo v Slovenijo inšpektorji EU za regulirana poklica medicinske sestre in babice. V pripravi na njihov obisk smo žal ugotovili, da v celoti ne izpolnjujemo pogojev, kljub obsežnosti in zahtevnosti usposabljanja. Upamo, da bomo v času štiridnevnega srečanja lahko dokazali, da so slovenske medicinske sestre in babice usposobljene enako kot kolege v državah članicah EU.



³ V SLO nimamo sistema registracije medicinskih sester.

Klavdija Peternej

Društvo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Ljubljana



Kako določiti raziskovalni problem in izbrati ustrezne metode v zdravstvenonegovalnem raziskovanju

Društvo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Ljubljana je 3. decembra 2001 v sodelovanju z Visoko šolo za zdravstvo Univerze v Ljubljani v okviru raziskovalnega projekta **Medicinske sestre v Sloveniji** priredilo učno delavnico Kako določiti raziskovalni problem in izbrati ustrezne metode v zdravstvenonegovalnem raziskovanju. Istega dne je potekal tudi Dan Univerze v Ljubljani.

Glavni nosilki dogajanja sta bili **prof. dr. Birgit Rasmussen**, izredna profesorica na Oddelku za zdravstveno nego Medicinske fakultete Univerze v Umei na Švedskem, ter **doc. dr. Majda Pahor**, vodja katedre za družboslovno in humanistično področje na Visoki šoli za zdravstvo Univerze v Ljubljani.

Po seznanitvi udeleženk je dr. Rasmussen v uvodu opredelila oblikovanje raziskovalnih problemov v zdravstveni negi. Raziskovalni problem je lahko vse ali skoraj vse, vsaka situacija. Na Univerzi v Umei npr. trenutno raziskujejo, kaj je dobro in kaj slabo, kaj pomeni izraz dobra in kaj slaba zdravstvena nega, kaj si pod tem predstavljajo medicinske sestre, pacienti ...

Pri oblikovanju raziskovalnega vprašanja je priporočljiv projektni pristop. Omogočen mora biti dostop do raziskovanega področja. Za uspešno izpeljavo raziskave je potrebno pridobiti čim številčnejšo podporo, najprej od medicinskih sester, zaposlenih v enoti, kjer raziskava poteka. Vsekakor je priporočljivo, da raziskavo podpira tudi glavna medicinska sestra enote. Drugače lahko raziskava traja neprimerno dalj časa, kot so predvideni načrtani časovni okviri, ali pa je raziskovanje celo onemogočeno. Raziskovalna skupina, ki naj ima vsaj dva člana do tri člane, oblikuje raziskovalno vprašanje in izbere ustrezne metode. Vedno je potrebno misliti na etične vidike zdravstvenonegovalnega

raziskovanja, raziskovancem se lahko velikokrat zagotovi zgolj zaupnost in ne anonimnost podatkov. V grobem je pri raziskavi pomembno pojasniti raziskovalno vprašanje, razumeti, kako ga doživljajo raziskovanci in ugotoviti, kakšna zdravstvenonegovalna intervencija ga bo razrešila ali omilila. Vse te stvari vplivajo na oblikovanje raziskovalnega vprašanja.

Dobro definirano raziskovalno vprašanje je kompleksna stvar. Raziskovalna skupina najprej izbere **temo za raziskovanje** in nato oblikuje **raziskovalne koncepte**. Identificira naj čimveč ozkih vprašanj, začevši od osnov (fiziologija in anatomija) do večjih podrobnosti. To so lahko vse ideje, ki se trenutno pojavijo. Priporočljivo je, da vsak raziskovalec vodi dnevnik idej, ker so lahko v kasnejših fazah raziskovanja zelo uporabne. **Izbira konceptov** mora upoštevati pomembno dosedanje znanje in uporabo različnih metod, zato mora biti teoretični del raziskave že izdelan in raziskovalna vprašanja oblikovana. Nadvse je pomembno, da se **izbere ozka ideja** in se prepusti kar nekaj časa razmišljanju. Ob **dozorevanju ideje** lahko raziskovalec dobro premisli, ali bo raziskovalno vprašanje razširil in kakšne posledice bo to imele. Preširoko zastavljeno vprašanje ni primerno, ker ga ni mogoče zadovoljivo globoko raziskati, predvsem zaradi časovnih okvirov in drugih omejitev. Zastavljeno naj bo konkretno, vendar pa naj vseeno ne bo preozko, da ga ne bi npr. lahko razrešili s preprosto in hitro poizvedbo. Če je raziskovalno vprašanje ali njegov del zastavljeno preveč abstraktno, je potrebno abstraktne pojme najprej operacionalizirati, povzeti in tako oblikovati konkretno raziskovalno vprašanje. Včasih že ena beseda ali spremenjen vrstni red pri definiciji raziskovalnega vprašanja pomeni velike razlike v vsebini

raziskave in v uporabljeni metodologiji. Zato mora biti raziskovalno vprašanje natančno oblikovano.

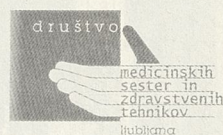
Večino časa je delavnica potekala v obliki dela v malih skupinah, kjer so udeleženci identificirali možno raziskovalno vprašanje in predvideli uporabo možnih raziskovalnih metod. Skupine so v razpravi svoje delo analizirale in oblikovale prej preobsežna ali preozka raziskovalna vprašanja v sprejemljivo obliko. Pokazalo se je, da je bila tema učne delavnice zelo aktualna.

Potrebno bo nabrati še nekaj "kilometrino" v zdravstvenonegovalnem raziskovanju ter se za to predvsem teoretično usposobiti, da bi možna raziskovalna vprašanja "stresali iz rokava" tako hitro, kot sta jih sposobni dr. Rasmussen in dr. Pahor. Zato v slovenski zdravstveni negi za zdaj še potrebujemo malo vzpodbude.

Za pomoč pri izvedbi učne delavnice se posebej zahvaljujemo doc. dr. Majdi Pahor in Visoki šoli za zdravstvo Univerze v Ljubljani za prijetno sodelovanje.

Marija FILIPIČ

Društvo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Ljubljana



POHOD NA MRZLICO IN KAL DNE 29.9.2001

Po dolgotrajnem deževju smo končno dočakali lepo soboto, ki smo jo medicinske sestre izkoristile za ogled narave v Zasavskem hribovju.

Še v meglenem jutru smo v skupini šestnajstih pričele pohod od trboveljske Komunalne skozi gozd Golovca, kjer nas je zamikal zgodaj odpadli kostanj. Pot nam ni dovolila, da bi se tu predolgo zadržale, saj se je kar strmo vzpenjala preko Piškovca do Katarine in naprej proti Mrzlici. Mrzlica nima zaman imena po mrazu; bolj smo se ji bližali, bolj je pihal veter. Ta pozimi s snegom zabriše vse poti in naredi nekaj metrov visoke zamete. Že na začetku poti nas je spremljala glasba vetra, ki je bila sprva nežna ob poigravanju drevesnih listov. Bolj smo se bližali Mrzlici, glasnejši je bil veter, ki se je sprevrgel v pravo bučanje drevesnih krošenj. Pregarjal je tudi megle, ki so bežale pred njim, nam pa od časa do časa zakrivale sončne žarke. Razgled po Savinjski dolini je bil le bežen, pa tudi iz razgledišča na Mrzlici smo le ugibale, kje so Julijski vršaci, Savinjski hribi, Kum pa nas je od časa do časa prijazno pozdravljaj.

V topli planisnjski koči smo se okrepčale s

čajem, pojedle malico in se nekoliko odpočile. Nato smo krenile proti Kalu, ki je bil prijaznejši do nas, bolj v zavetju, in tudi sonce nas je lepo ogrelo. Že od vsega začetka je bilo zaznati jesensko spreminjanje narave. Najbolj očitno pa je bilo na zgodnjih hruškah, kjer so bili listi obarvani z različnimi zelenimi barvami, do rumenih in temno rdečih. Tudi šipek, lešniki in še drugi plodovi in cvetje so se nam ponujali ali za okrasni aranžma ali za uporabo v domači kuhinji.

V Kalski koči smo pojedle toplo malico in se nekoliko odpočile. Hitele smo s pogovori, vendar si nismo vsega povedale, saj se je bilo treba sredi prijetnega čebljanja pripraviti za povratek. Vračale smo se skozi Čeeče, vas v hrastniški občini, mimo velikih kmetij in zaokrožile pot do stičišča poti proti Mrzlici na Katarini. Od tu smo imele isto pot kot zjutraj, vendar nas je sedaj vodila samo še navzdol. Veter je ta čas sklatil še veliko kostanja z dreves, tako da smo ga lahko v golovškem gozdu zopet pobirale.

Z navdušenjem in polne lepih vtisov smo se poslovile in odšle vsaka proti svojemu domu.

Albina KOKOT

Društvo medicinskih sester
in zdravstvenih tehnikov Celje

Zaključek leta DMSZT Celje



Zaključek letošnjega leta smo organizirali enkrat za spremembo na domačih tleh. V soboto, 8. decembra, se nas je 99 članic opoldan zbralo na avtobusni postaji v Celju. Že na prvi pogled se je videlo, da je današnja 'odprava' nekaj posebnega. Bleščic, elegantnih oblek in 'frizersko obdelanih glav' je bilo na pretek!

Še predno smo se dodobra ogledale in naklepetale, smo bile že v Ljubljani, kjer nas je v hotelu Slon čakala srebrna penina in bogato obložena miza. Kulinarični užitki so bili, tako, kot se za konec leta tudi spodobi, res veliki!

S polnimi trebuščki smo se nato odpravile do vinoteke Movia, kjer nas je ob soju sveč in 'sibirskem mrazu' čakala šest leta stara penina.

In že je bil tu 'finale večera' - to je ogled opere Nabucco. Res odlična odrska akcija z obilico tipično opernih situacij s čudovitim zaporedjem živopisanih prizorov! In tako kot je davnega leta 1840, ko je delo nastajalo, maestra Verdija najbolj privlačil uvodni stih zbora hebrejskih sužnjev: 'Zleti, misel, na zlatih perutih', so se sedaj tudi nam ob poslušanju 'ježile dlake' in nas je spreletaval srh ob mogočnih zvokih.

Prežete z mogočno glasbeno konstrukcijo smo, ko je bila ura polnoč, prišle nazaj domov, v Celje. Razšle smo se polne prijetnih vtisov in prejetih želja za vse samo dobro v letu, ki prihaja.

DRUŠTVO MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH
TEHNIKOV CELJE v sodelovanju s KOLABORATIVNIM
CENTROM SZO ZA PRIMARNO ZDRAVSTVENO
NEGO - Zdravstveni dom dr. Adolfa Drolca MARIBOR

VABILO!

Vljudno vas vabimo na Mednarodno učno delavnico z naslovom

'NEGOVALNE DIAGNOZE V PRIMARNI ZDRAVSTVENI NEGI',

ki bo 25. in 26.02.2002 z začetkom ob 9,00 uri
v Mariboru, v hotelu PIRAMIDA.

PROGRAM:

Ponedeljek, 25.02.2002

- 08.00 - 09.00 registracija
- 09.00 - 09.45 otvoritev učne delavnice
- 09.45 - 10.45 Nico OUD: Klasifikacija zdravstvene nege v mednarodnem prostoru
- 10.45 - 11.15 odmor
- 11.15 - 12.30 Virginia K. SABA in Karin S. MARTIN: Uvod v učno delavnico
- 12.30 - 13.30 odmor
- 13.30 - 15.00 Virginia K. SABA: Klasifikacijski sistem zdravstvene nege bolnika na domu (HHCC)
- 15.00 - 15.30 odmor
- 15.30 - 17.00 Karen S. MARTIN: Klasifikacijski sistem za primarno zdravstveno nego (OMAHA)

Torek, 26.02.2002

- 08.30 - 11.00 Vaje v skupinah
- 11.00 - zaključek Učne delavnice

Prijavite se na DMSZT Celje do 31.01.2002 na naslov Marjana Vengušt, DMSZT Celje, Gregorčičeva 5, 3000 Celje, ali na telefon 03 5434 500, med 7. in 8. uro, faks: 03 5441 356. Kotizacija za učno delavnico znaša 20.000,00 SIT, plačate jo na ŽR DMSZT Celje: 50700-678-46080 do 31.01.2002.

Prenočišče si uredite v hotelu Piramida, telefon: 02 23 44 400.

Kontaktna oseba za vse informacije v zvezi z Učno delavnico je Dragica GABRIJELČIČ, telefon: 02 22 86 455.

Zagotovljeno bo konsektivno prevajanje.

Društvo DMSZT Celje

Predsednica
Marjana Vengušt

Emilija Kavaš

Društvo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Pomurja

MULTINACIONALNI OKVIRI ZDRAVSTVENE NEGE.

DMSZT Pomurja je v sodelovanju s Kolaborativnim centrom SZO za primarno zdravstveno nego v Mariboru izvedlo prvo tridnevno strokovno srečanje ob meji z naslovom Multinacionalni okviri Zdravstvene nege.

Srečanja ob meji se je udeležilo 153 medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov iz Slovenije in Madžarske. Madžarskih udeležencev je bilo 68, bili so z Ministrstva za zdravstvo Madžarske, Inštituta za zdravstveno nego iz Budimpešte ter osebje, zaposleno v zdravstveni negi iz Zalaegerszega, iz bolnišnic, doma za starejše in Visoke šole za zdravstveno nego v Zalaegerszegu ter z Univerze v Peču. Naši udeleženci so bili predsednici Zbornice – Zveze ga. mag. Bojana Filej, generalna sekretarka ga. Petra Kersnič, ga. Darja Cibic z Ministrstva za zdravje, z Visoke šole za Zdravstvo v Mariboru – prodekanica ga. Danica Železnik, direktorica Kolaborativnega centra ga. Tatjana Geč, koordinatorka za zdravstveno nego ga. Majda Šlajmer

Japelj, predsednice društev Slovenj Gradec, Maribor in Ljubljane, vodilne medicinske sestre številnih zavodov ter mnogi drugi predstavniki zavodov, šol in naši člani.

Slavnostnega programa se je udeležil ter pozdravil goste župan Občine Dobrovnik Marjan Kardinar, ki je bil naš gostitelj, generalni konzul Republike Madžarske ter nekateri direktorji zavodov in župani.

Po kulturnem programu so potekala strokovna predavanja, ki so predstavila slovensko stroko zdravstvene nege od regulativov za EU do Visoke šole za zdravstvo Maribor, organizacije Zveze – Zbornice ter kakovosti v zdravstveni negi, primarnega zdravstva – patronaže v Mariboru, organizacije Splošne bolnišnice Murska Sobota in zdravstvene nege v tej bolnišnici, skrbi za starejše v Domu Rakičan in delovanju skupin za kakovostno starost ter organizacijo pomurskega društva.

Po strokovnem predavanju je bila večerja in





družabno srečanje, ki ga je popestrila skupina iz Dobrovnika z gospodom županom. Predstavili so nam krst mošta v vino ter nam v slovenščini in madžarščini uprizorili čudovito predstavo. Med nami ni bilo udeleženca, ki se ne bi od srca nasmejal. Osrednjo vlogo sta poleg vinske kraljice pri krstu mošta imeli ga. Petra Kersnič in Klara Šoveni – »ministrska medicinska sestra« z Madžarske. Na koncu smo ob glasbi veselo zaplesali in zaigrali.

Gotovo pa so dali pečat našemu srečanju pripravljeni panoji s posterji, ki so jih pripravili vsi zavodi, društvo, Zbornica – Zveza. in so bili ves čas na ogled v avli.

Naslednji dan smo si ogledali Splošno bolnišnico v Murški Soboti in Dom starejših Rakičan ter se ob 12. uri odpravili na ogled Bolnišnice, Doma za starejše, varovanih stanovanj ter Visoke šole za zdravstvo v Zalaegerszegu. Po ogledu ustanov so nam madžarske kolegice v njihovi sinagogi pripravile čudovit klavirski in orgelski koncert. Po koncertu je bila večerja in sprejem udeležencev ter gostov v hotelu Balaton.

Tretji dan, 13. novembra smo poslušali strokovna predavanja podobnih tem, kot smo jih imeli mi. Madžarski predavatelji so predstavili zdravstveno nego v bolnišnici, na medicini dela, izobraževanje na področju zdravstvene nege ter njihovo skrb za starejše in organiziranost na državni ravni v Inštitutu za zdravstveno nego.

V treh dneh strokovnega in družabnega srečanja slovenskih in madžarskih medicinskih sester smo spoznavali stroko zdravstvene nege, ki ne pozna meja in je namenjena našim pacientom in čim boljšemu zdravstvenemu varstvu v obeh državah. Spoznavali smo podobnosti, razlike, dobre in slabe strani zdravstvene nege, organizacijo in pripravo stroke v obeh državah pri vstopu v Evropo.

Moram priznati, da sem slišala, spoznala in videla veliko novega. Menim, da je bilo to srečanje pomembno na strokovni in meddržavni ravni.

Ob zaključku je naša strokovna koordinatorka ga. Maja Šlajmer Japelj dejala, da smo začeli pot, ki pa ni zaključena, ampak jo bomo gotovo nadaljevali in tako sodelovali na področju izobraževanja, razvoja stroke zdravstvene nege obeh držav.

Madžarske kolegice in kolege kakor tudi nas zanima možnost izmenjave študentov, spoznavanje našega strokovnega dela v bolnišnici, patronaži in drugje. Pot je odprta, samo nadaljevati jo je treba.

Ob vsem tem pa smo slovenske udeleženke spoznale, da ima madžarska stroka zdravstvene nege že univerzitetno izobraževanje, česar si vsi mi na slovenski strani iskreno želimo in upamo, da jo bodo podprli tudi predstavniki države.

Na srečanju smo spoznavali stroko, običaje, kulturo, navezovali stike ter spleтали vezi, ki so pomembne, da bo življenje v obeh državah in v evropski skupnosti lepo. Na slovenski strani smo tudi pokazali življenje obeh narodnosti v skupnem prostoru, v spoštovanju različnosti in podobnosti.

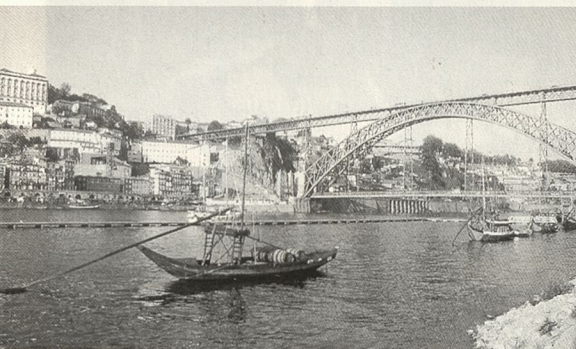
Posebna hvala velja predavateljem, ki so izpeljali strokovni program, vsem pripravljalcem posterjev, organizacijskemu odboru ter članom izvršnega odbora društva, predstavnikom občine Dobrovnik in donatorjem. Iskrena hvala vsem, ki so pomagali z nasveti, finančno, moralno in z delom, da je prvo meddržavno srečanje uspelo na strokovni ravni in ob družabnem srečanju.

Tina Oblak

Sekcija operacijskih medicinskih sester

EORNA v Portu 2001

Porto, mesto, ki leži na bregovih reke Duogo, je eno najstarejših evropskih mest. Polagoma se spušča do reke s čudovitimi mostovi - enega izmed njih je ustvaril Gustave Eiffel - in je kot takšen navdih mnogim umetnikom. Svoje ime si je Porto ustvaril pred več kot dvema stoletjema - predvsem zaradi znanega portovca so ga v mnogih letih obiskale številne znane osebnosti, kar je pripomoglo k temu, da je postal ena najstarejših turističnih točk v Evropi.



Porto - mesto s čudovitimi mostovi

Pomembni zaključki delovnega sestanka, ki so ga organizirale predstavnice države gostiteljice Portugalske, so:

EORNA bo zaprosila za članstvo v ICN, za predsednico EORNA sta bili v naslednjem triletnem mandatu nominirani Kristiina Junttila, Finska in Bella Anten, Nizozemska, potekajo priprave za izmenjavo operacijskih medicinskih sester v okviru držav članic EORNA, vzpostavljena je spletna stran EORNA na naslovu: <http://www.eorna.org>.

V obtoku so že prva obvestila za tretji kongres EORNA, ki bo aprila 2003 na Kreti. Prvi kongres EORNA je bil leta 1997 v Bruslju, drugi leta 2000 v Bergnu. Oba sta se izkazala kot zelo produktivna za operacijske medicinske sestre in druge strokovnjake, ki delajo na področju periopera-

tivne dejavnosti. Sedaj pripravljamo tretji kongres EORNA, katerega cilj je doseči visoko strokovnost in ponuditi informacije o zdajšnjem razvoju operacijske zdravstvene nege.

K temu lahko s svojimi strokovnimi prispevki pripomoremo tudi operacijske medicinske sestre iz Slovenije. V uvodni stopnji so pričakovani abstrakti s področja klinične prakse, izobraževanja, raziskovanja, managementa ali drugih tem, ki se nanašajo na operacijsko zdravstveno nego. Zadnji rok za oddajo abstraktov na državni ravni je 31. maj 2002. Vse nadaljnje informacije, vključno z drugim obvestilom, bodo pravočasno objavljene v Utripu.

Prvo obvestilo za 3. kongres EORNA



E.O.R.N.A.
EUROPEAN OPERATING ROOM
NURSES ASSOCIATION

3rd



European Congress for Operating Room Nurses

"From Myth to Evidence..."



www.eorna.org

10-13 April 2003

Island of Crete, Greece

Creta Maris Conference Center

1st Announcement - Call for Abstracts



www.citycongress.gr

Congress Organisers & Secretariat: "AKTINA-CITY CONGRESS SA"

314-316 Syngrou Ave., GR-176 73, Kallithea - Greece

Tel: +301 6 952 4830 - 952 4888, Fax: +301 6 952 4888

e-mail: citycongress@yahoo.com, citycongress@aktinatravel.gr

Kotaktna oseba:

Tina Oblak, Klinični center, SPS Kirurška klinika, Operacijski blok, Zaloška c. 7, 1525 Ljubljana, tel.: 01 543 14 23, faks: 01 543 13 03, e-mail: tina.oblak@siol.net

Boja Pahor

Sekcija zdravstvenih tehnikov in medicinskih sester - reševalcev

STROKOVNI SEMINAR SEKCIJE ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV IN MEDICINSKIH SESTER – REŠEVALCEV.

23. in 24. novembra 2001 je v Mladinskem zdravilišču in letovišču Debeli rtič potekal strokovni seminar Politravma v predbolnišničnem in bolnišničnem okolju, ki ga je skupaj s Sekcijo organizirala Prehospitarna enota Obala iz ZD Koper.



Ko smo se dogovarjali o terminu in lokaciji strokovnega srečanja, je bilo rečeno, naj bo tam, kjer še ni bilo, in naj bo malo drugače. Odločili smo se za Mladinsko zdravilišče in letovišče Debeli rtič. Zdravilišče, v katerega prihajajo otroci iz vseh krajev Slovenije – eni na letovanje in kopanje v morju, drugi po krepitev in povrnitev zdravja, vsem pa je skupno druženje. Prepričani smo bili, da ga bo na tem koncu veliko, predvsem, da bomo s tega srečanja odšli obogateni z novimi spoznanji in lepimi vtisi v naše vsakdanje delo. Tako je tudi bilo. Kljub slabi vremenski napovedi nas je rtič pričakal v vsej svoji lepoti, obsijan s soncem. Trema in skrbi so s prihodom prvih udeležencev na seminar kar izginile. Prijavna služba na čelu z Marjanom Kapelom je delovala brezhibno.

Vse udeležence so pozdravili in jim zaželeli uspešno delo: Anton Posavec, predsednik Sekcije ZT in med. sester – reševalcev, direktor

ZD Koper Metod Mezek, Andrej Bručan, dr.med., predsednik IO SUZM, Jože Kržič, direktor ZZZS OE Koper, Tatjana Žigon, direktorica Mladinskega zdravilišča in letovišča Debeli rtič ter predsednica strokovnega odbora Irina Pirjevec, vodja PHE Obala iz ZD Koper.

V uvodnem delu seminarja so bile predstavljene posamezne dejavnosti, ki so v okviru urgentne službe zelo pomembne. Tako je bila predstavljena PHE Obala in njeno delovanje na obalnem področju, Reševalna postaja Izola, Regijski center za obveščanje, Gasilska brigada Koper, Reševalna postaja ZD Sežane in poliklinika bolnišnice Izola. V popoldanskem delu seminarja sta bila dva sklopa predavanj in sicer "Poškodba glave, hrbtenice in trupa" ter "Politravmatiziran otrok". Teme, ki so plod znanja in raziskav na tem področju, ter predstavitev praktičnih izkušenj in pričakovanj s terena.

Zaključek prvega dne je popestril družinski



Marjan Kapel, prijavna služba

kvartet Batista z drobci slovenske ljudske glasbe. Pri Batistovih že nekaj let skupaj muzicirajo tri generacije: dedek Slavo, hčerka Irena in vnuka Metka in Vid. Da bi ohranil kar največ izvirnosti, je zanje tudi sam izdelal ali priredil instrumente. Slavo Batista vse svoje življenje posveča raziskovanju slovenskega ljudskega izročila, bogati kulturni dediščini, ki jo ima naš narod v glasbi, običajih in mitologiji. Preprosti, izvirni in neokrnjeni napevi, zapeti in zaigrani tako, kot so jih igrali in peli pred stoletji.

Večer smo zaključili s skupno večerjo v hotelu Andor.

Sobotni dopoldan nas je tako kot prejšnji dan pričakal sončen in sijoč. Kljub utrujenosti od prejšnjega dne smo nadaljevali s predavanji. S svojo prisotnostjo nas je počastila in pozdravila Edita Stok, dr.med., koordinatorka za NMP pri Ministrstvu za zdravje. Ob tem nam je povedala tudi nekaj spodbudnih novosti o organizaciji urgentne službe.

V nadaljevanju sta bila predstavljena še dva sklopa predavanj in sicer "Politravma v predbolnišnični in bolnišnični oskrbi" ter "Različni pristopi k politravmatiziranemu bolniku".



Člani org. in strok. odbora ter predavatelji: Sanja Alagič, Marija Kapel, Boja Pahor, Marko Drole, Rozana Prešeren, Igor Karnjuš, Andrej Starc, Igor Crnič, Igor Podgajski.

Predavanja so bila izjemno zanimiva in strokovna, podkrepljena z izkušnjami s terena.

Na koncu bi se rada pristrčno zahvalila vsem sodelavkam in sodelavcem, ki so nam pomagali, da smo lahko srečanje tako dobro izpeljali. Posebna zahvala velja članom organizacijskega in strokovnega odbora, še posebej Igorju Crniču in Marjanu Kapelu.

Zahvala velja vsem sponzorjem za njihov prispevek.

Analiza anonimne ankete:

Na koordinaciji organizacijskega in strokovnega



Skupinska slika ob zaključku

odbora smo se dogovorili, da udeležencem ponudimo anonimno anketo o njihovih vtisih s seminarja. Na anketni vprašalnik je odgovorilo 48 udeležencev. Rezultatov ankete zaradi majhnega števila ne moremo posploševati, vendar jih lahko imamo za okvirno oceno seminarja.

Iz zastavljenih vprašanj je mogoče razbrati, da je splošno mnenje o seminarju pozitivno in vzpodbudno, saj je povprečna ocena seminarja 8,3, strokovni odbor je bil ocenjen z oceno 8,2, organizacijski odbor z 8,6 in družabni dogodki z oceno 8. Večina je predavanja ocenila kot strokovna in dobra, enako tudi predavatelje. Moteča so se nekaterim zdela uvodna predavanja na seminarju, vendar je potrebno poudariti, da so pri dvodnevni seminarjih uvodna predavanja nujna. Z uvodnimi predavanji organizator predstavi gostitelja in organizacijo služb na tem področju, kar nikakor ni slabo.

Večina anketiranih je pogrešala praktične vaje, ki naj bi bile nadgradnja teoretičnih predavanj. Seminar je bil zaključen v soboto, 24. nov. 2001, z željo po ponovnem snidenju v naslednjem letu.

Darinka Babič

Sekcija medicinskih sester v vzgoji in izobraževanju

SPODBUJEVALCI RAZVOJA ZDRAVSTVENE NEGE V IZOBRAŽEVALNEM PROCESU

Nastop dijakov Srednje zdravstvene šole Ljubljana



Pripeljali smo se v sončno ljubljansko jutro in to je obetalo dober začetek našega srečanja. Prav nič nas ni motilo gradbišče na Visoki šoli v Ljubljani. Šola se odeva v boljšo podobo, primernejšo za študente in učitelje. Kljub težavam s prostori nam je Visoka šola ljubeznivo priskočila na pomoč in nam za strokovni seminar odstopila svoje prostore. V imenu IO sekcije in v svojem imenu se za pomoč zahvaljujem. Prav tako se zahvaljujem vsem predavateljem za zanimiva in koristna predavanja ter vsem pomočnicam na šoli, da je seminar potekal brezhibno.

Kako zelo pomembno je vseživljenjsko izobraževanje in sodelovanje šol, ki izobražujejo za zdravstveno nego, je v svojem pozdravnem nagovoru povedal dekan šole, prof. dr. Božo Kralj. K temu mnenju se je pridružila še mag. Marija Zaletel, predstojnica za zdravstveno nego na Visoki šoli v Ljubljani. Predstavila je še strokovni kader, izobraževalno strukturo kolegic in načrte s svojega strokovnega področja.

Dan so nam vsekakor popestrili in polepšali dijaki Srednje zdravstvene šole Ljubljana s svojim kulturnim prispevkom. Njim in njihovi mentorici prisrčna hvala.

Strokovni del se je pričel s predavanjem mag. Marije Bohinc, ki je prikazala pomen inovativnosti v zdravstveni negi, način vodenja, ki vodi v kakovost rezultatov, procesov in odnosov.

Ena izmed oblik inovativnosti v poučevanju zdravstvene nege je tudi podjetno učenje zdravstvene nege, ki pa v tej fazi učenja še nima podjetniškega učinka. Je samo drugačen pristop k učenju, ki poudarja učenčevo fleksibilnost, kreativnost, avtonomnost, način reševanja težav, sprejemanje negativne kritike kot izziv in ne kot poraz. V tradicionalni obliki poučevanja, kot ga imamo sedaj, je le malo prostora za to obliko dela. Učitelji so preveč zavezani klasični didaktiki in pravicam dijakov.

Več možnosti za inovativnost poučevanja v zdravstveni negi imajo učitelji na visokih šolah. Oblike dela potekajo kontinuirano, spremljajo lahko svoj napredek v obliki mapnega zapisa, je v svojem predavanju povedala mag. Klaudija Urbančič.

Pravilna priprava in pravila, ki veljajo za objavo strokovnega članka, je bila naslednja tema. Predavateljica je poudarila razliko med eksperimentalnim in teoretskim načinom raziskovalne študije. Prispevek ge. Andreje Mihelič Zajec, prebrala ga je mag. Marija Zaletel, je poudaril tudi citiranje literature med besedilom in citiranje literature na koncu članka.

Urnik kot obvladovanje delovnega časa v zdravstveni negi je predstavila ga. Ljuba Lednik iz Splošne bolnišnice Maribor. Prav gotovo je ta prispevek pripomogel h globalnemu pogledu v obvladovanje izobraževalnega časa dijakov, ko se bo računalniško zapisoval čas dijakov v procesu izobraževanja.

Zadnje predavanje, ki sta ga imeli predavateljici ga. Barbara Donik in ga. Petra Kamenšek, je bilo namenjeno nam, predavateljicam. Kaj lahko sami naredimo za boljše počutje, boljše medsebojne odnose, motivacijo in zadovoljstvo pri delu. Po strokovnem delu je imela sekcija še občni zbor.

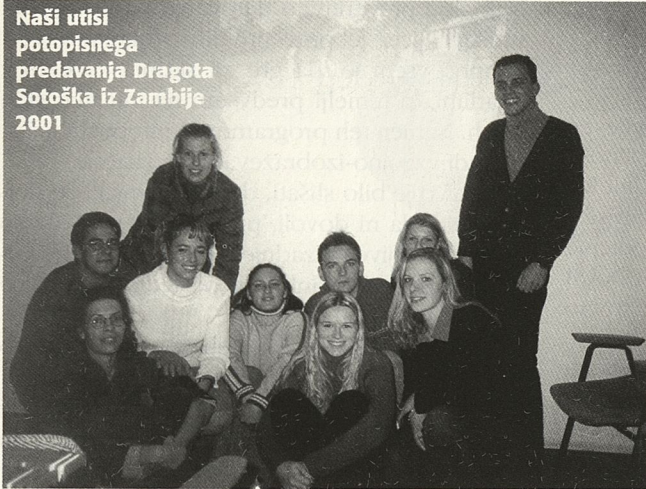
Razšli smo se v poznih popoldanskih urah v upanju, da smo zadovoljili pričakovanja poslušalcev in s povabilom k aktivnemu sodelovanju vseh članic naše sekcije na naslednjih strokovnih srečanjih.

Andreja LOVŠE

Sekcija študentov zdravstvene nege

MOTIVACIJSKI VIKEND ŠTUDENTOV ZDRAVSTVENE NEGE (Hoško Pohorje)

**Naši utisi
potopisnega
predavanja Dragota
Sotoška iz Zambije
2001**



V dnevih med 16. in 18. novembrom se je petindvajset študentov zdravstvene nege iz Ljubljane in Maribora udeležilo motivacijskega vikenda na Hoškem Pohorju.

Namen motivacijskega vikenda je bil vzpodbuditi čim več novih članov Sekcije študentov zdravstvene nege – SNSU za aktivno sodelovanje pri njihovih projektih. Nekateri študentje smo se med seboj poznali že prej, nekateri pa smo se tam srečali prvič. Po prihodu na Hoško pohorje smo se seznanili med seboj, prav tako pa tudi s potekom programa v naslednjih dveh dneh. Kmalu zatem je sledilo prvo, uvodno predavanje. To je bilo potopisno predavanje absolventa zdravstvene nege Draga Sotoška, ki je bil letos udeleženec odprave sekcije za tropsko medicino v Zambiji. Z diapozitivi nam je predstavil, kakšno je zdravstveno varstvo v Zambiji in kakšne so tamkajšnje življenjske razmere. Ti diapozitivi so bili resnično pretresljivi in so nekatere od nas zelo presunili. Nekatere izmed nas je ob tem zamikalo, da bi se tudi sami udeležili takšne odprave, vendar pa se zavedamo, da je za tako odpravo potrebna dolgotrajna psihična, a tudi fizična priprava. Po skupinskem pogovoru smo se polni mešanih občutkov odpravili k počitku.

Sobotno dopoldne je bilo namenjeno pred-

stavitvi dela in nekaterih projektov Sekcije študentov zdravstvene nege. Predstavljeni so bili tako domači kot mednarodni projekti, med katerimi se nekateri pojavljajo že nekaj let. Uporabljali smo tudi učne delavnice, v katerih smo se razdelili v skupine. Vsaka od skupin je poskušala sestaviti samostojen projekt. Učnim delavnicam je sledila predstavitev projekta in izkazalo se je, da smo bili vsi uspešni, za kar smo bili simbolično nagradjeni.

Po obilnem kosilu je sledilo predavanje gospe Nadje Flajs, strokovnjakinje s področja komunikologije. Predstavila nam je, kako z učinkovito komunikacijo priti do prijetnega nastopa in uspeha. Njeno predavanje je bilo zelo zanimivo in kljub temu, da je predavanje trajalo tri ure, se nikomur ni zdelo predolgo. To smo potrdili z mnogimi vprašanji po končanem predavanju, pri čemer se je naš pogovor zavlekel vse do Martinove večerje.

Za večerji so nam postregli s tradicionalnimi Martinovimi jedmi, razen z gosjo, ki je niso želeli pripraviti zaradi epidemije salmonele. Namesto nje so nam postregli s piščancem.

Po napornem delovnem dnevu in polni doživetij smo se utrujeni odpravili k nočnemu počitku.

Nedeljsko dopoldne smo izkoristili za predavanje o tem, kako najbolje izkoristiti čas. Predavanje se nam je vsem zdelo zelo koristno, saj večini izmed nas primankuje časa in si ga zato želimo čimbolje razporediti.

Z nedeljskim kosilom smo zaključili delavnico in si izmenjali še zadnje misli in vtise o projektu.

Utrujeni, a vseeno z lepimi spomini in polni lepih občutkov smo se podali proti domu.

Zahvaljujemo se tudi našim zvestim sponzorjem: DMSZT Ljubljana, 3M, podružnica v Ljubljani, Droga Portorož d.d., Radenska d.d., Krka d.o.o.

Marta FALEŽ

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov splošne medicine

TUDI ZASVOJENCI SO NAŠI VAROVANCI

9. november je bil hladen, neprijazen, deževen in snežen dan. Kar nekaj poguma in odločnosti smo potrebovali vsi, ki smo se udeležili strokovnega seminarja sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov splošne medicine na temo 'TUDI ZASVOJENCI SO NAŠI VAROVANCI'. Organizacijski del in strokovno vsebino je pripravila ga. Danica Repas, predstavnica IO sekcije MS splošne medicine za Koroško regijo s pomočjo Tanje Kontič in predsednice sekcije, ge. Božene Istenič.

Neprijetnosti jutra so bile hitro pozabljene, saj nas je osvojilo veselo in radoživo vzdušje na Gimnaziji v Slovenj Gradcu, kjer je potekal seminar. Na tej gimnaziji ima sedež tudi Zdravstvena šola. Lepo je bilo videti te mlade, zadovoljne in vedoželjne ljudi.

Žal smo bili prav kmalu seznanjeni z drugačno kvaliteto življenja ljudi, predvsem mladih, ki so tudi med nami. Družbenega prikrivanja, da je odvisnost bolezen, da je prisotna in da narašča, že dolgo časa ni več. Seznanjeni smo bili, kako odvisnost razumeti in sprejeti, kakšna je obravnava odvisnikov v Centru za preprečevanje in zdravljenje odvisnih, kakšna je problematika zlorabe drog s policijskega stališča in kakšna je vloga medicinske sestre na omenjenem področju.

Družba ponuja drogo na vsakem koraku, vedno več mladih sega po njej. V Sloveniji se v okviru zdravstvenih institucij in zdravstvenega programa poskuša oblikovati uspešna doktrina dela z zasvojenimi od drog. Še vedno je najtežje pripraviti zasvojenca za zdravljenje. Če se ne odločijo za popolno abstinenco, so zdaj zelo uspešne oblike nudenja pomoči odvisnikom in njihovim družinam usmerjene k čim manjšim drugim stranskim posledicam uživanja drog. Taka oblika pomoči je dragocena zato, ker velikokrat pomeni vmesno fazo k dokončni odločitvi odvisnika za opustitev droge. Žal je tudi v tej obliki pomoči veliko zlorab. Policijski

strokovnjak nam je predstavil realnost, ki kaže, da razne statistike ne odražajo dejanskega stanja. V policiji zaznavajo, da se uživanje drog širi, kar pripisujejo zelo liberalni politiki v svetu in pri nas. Prihodnost vidijo v multidisciplinarnem pristopu in s preventivnimi programi.

Najboljše preventivno delovanje pa je v rokah staršev. Sicer je preventivnih programov več. Skupno vsem je, da gre za skupinsko delo z mladimi, ki temelji predvsem na interakcijskih vajah. Namen teh programov je informativnega, pa tudi vzgojno-izobraževalnega značaja.

Zanimivo je bilo slišati, da strokovnjaki že dolgo vedo, da ni dovolj 'pridigati' in učiti, da so droge škodljive. V zadnjem času razmišljajo celo o negativnih učinkih in posledicah množice informacij o drogah.

Vsi predavatelji so želeli sporočiti, kako pomembno vlogo ima družina, vzgojiteljska vloga staršev. Tisti mladostniki, ki imajo bolj trdno osebnostno strukturo, so manj ogroženi za kasnejšo zasvojenost. Družina mora nuditi mladostniku varnost, ljubezen in sprejetost. Mora ga naučiti odgovornega obnašanja in sprejemanja posledic. Starši naj bi bili otrokom pozitiven vzor v odnosu do vseh vrst zasvojenosti, ki vodijo v odvisnost. Družba pa naj omogoči mladim aktivno preživetje prostega časa, predvsem telesne aktivnosti in intelektualno udejstvovanje.

In kakšna je vloga medicinske sestre? Predvsem zdravstvenovzgojna, sicer pa bolniku in družini pomagati, ga sprejeti kot celoto.

Seminar je bil zelo dober, saj je bil strokovno dobro zastavljen. Odlični predavatelji z večletnimi izkušnjami so ga izpeljali in bogatili do konca. Tudi pogostitev je bila na visoki ravni. Prav tako je bilo presenetljivo veliko sponzorjev, ki so srečanje podprli.

Zelo delovni dan smo pozno popoldne zaključili z ogledom Sokličevega muzeja in cerkve Sv. Elizabete pod strokovnim vodstvom tamkajšnjega župnika, ki je vse prisotne osvojil z načinom svoje pripovedi. Krona vsega pa je bil nastop mešanega komornega zbora CARINTHIA CANTAT – v prevodu Koroška poje.

Obogateni, strokovno in kulturno, smo se v večernih urah vračali domov. V svojih srcih smo bili hvaležni organizatorju za bogato preživet dan.



Plan strokovnih izpopolnjevanj v letu 2002

S t r o k o v n e s e k c i j e

1. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V MEDICINI DELA, PROMETA IN ŠPORTA

Tema: Čustvena inteligenca
Kraj in čas: *Idrija, 7. Junij 2002*

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Ana Lavrih,
Ministrstvo za notranje zadeve, Sektor za zdravstveno
varstvo in varstvo pri delu, Ljubljana,
tel. 01 3001450 (med 13. in 14. uro).

2. PSIHIATRIČNA IN NEVROLOŠKA SEKCIJA

1. Tema: Zdravstvena nega v procesu psihoterapije
Kraj in čas: *Begunje, 4. april 2002*

2. Tema: Edukativno izkustveni program:
Zdravstvena nega smo ljudje
Kraj in čas: *Preddvor, 21. - 23. marec 2002*

3. Tema: Tematski sklop iz nevrologije
Kraj in čas: *6. junij 2002*

4. Tema: Obravnava pacientov z odklonilnim
vedenjem v kriznih stanjih
Kraj in čas: *Psihiatrična klinika Ljubljana
Polje, 26. september 2002*

5. Tema: Psihiatrična bolnišnica Idrija se predstavi
Kraj in čas: *Psihiatrična bolnišnica Idrija,
7. november 2002*

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Vesna Čuk,
Psihiatrična bolnišnica Idrija, tel. 05 373 44 35.

3. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER V VZGOJI IN IZOBRAŽEVANJU

1. Tema: Poučevanje strokovno-teoretičnih
predmetov na srednji stopnji izobraževanja
Kraj in čas: *1. in 2. marec 2002*

2. Tema: Novosti v kirurški zdravstveni negi
Kraj in čas: *29. in 30. november 2002*

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Darinka Babič,
Srednja zdravstvena šola Juga Polak Maribor,
tel. 02 331 30 61.

4. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER ZA ANESTEZIOLOGIJO, INTENZIVNO NEGO IN TERAPIJO TER TRANSFUZIOLOGIJO

Tema: Naloge medicinske sestre pri oskrbi bolnika ,
ki potrebuje umetno ventilacijo
Kraj in čas: *Portorož, 10. in 11. maj 2002*

Informacije:
**predsednica strokovne sekcije Irena Buček
Hajdarevič,** Klinični oddelek za anesteziologijo
Kliničnega centra, Ljubljana, tel. 01 522 22 32.

5. SEKCIJA PATRONAŽNIH MEDICINSKIH SESTER

1. Tema: Patronažna zdravstvena nega nosečnice,
otročnice in novorojenca s poudarkom na sprejemu
enotnih smernic
Kraj in čas: *Postojna, 28. marec 2002*

2. Tema: Bolnik z motnjami strjevanja krvi v
domačem okolju
Kraj in čas: *Škofja Loka,
7. in 8. november 2002*

Informacije:
**predsednica strokovne sekcije Magda
Berložnik,** Zdravstveni dom Celje,
tel. 03 543 43 01.

6. SEKCIJA OPERACIJSKIH MEDICINSKIH SESTER

1. Tema: Kakovost medoperacijske zdravstvene
nege danes za jutri (skupaj z mednarodnim
kongresom kirurgov Slovenije)
Kraj in čas: *Portorož, 22. - 25. maj 2002*

2. Tema: Kakovost medoperacijske zdravstvene
nege danes za jutri
Kraj in čas: *18. in 19. oktober 2002*

Informacije:
Predsednica sekcije Manica Rebernik Milič,
Bolnišnica Maribor, ginekologija, tel. 02 321 10 00.

7. SEKCIJA MEDICINSKIH SISTER BABIC

1. Tema: CTG - delavnica

Kraj in čas: 30. januar 2002

2. Tema: Zdravstveno varstvo žensk, otrok in družine

Kraj in čas: 22. marec 2002

3. Tema: Zdravstveno varstvo nosečnic in ginekoloških bolnic

Kraj in čas: 11. oktober 2002

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Gordana

Njenjič, KC, Ginekološka klinika Ljubljana,

tel. 01 522 60 48

8. PULMOLOŠKA SEKCIJA MEDICINSKIH SISTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV

1. Tema: Astma in alergije (bivalno okolje, nutritivne alergije, zdravstveno vzgojno delo)

Kraj in čas: Portorož, 19. in 20. april 2002

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Marija Špelič,

KC, SPS Interna klinika, Center za pljučne bolezni in alergijo, Zaloška 7, Ljubljana, tel. 01 522 50 50.

9. PEDIATRIČNA SEKCIJA

1. Tema: Diabetes z učnimi delavnicami

Kraj in čas: Atomske toplice,
7. in 8. marec 2002

2. Tema: Motnje prehranjevanja in presnove pri otrocih

Kraj in čas: Kranjska gora,
3. in 4. oktober 2002

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Valentina

Vajovič, Zdravstveni dom Novo mesto,
tel. 07 391 68 43.

10. SEKCIJA MEDICINSKIH SISTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV SPLOŠNE MEDICINE

1. Tema: SMELT 2002 - strokovno srečanje v sodelovanju z zdravniškim združenjem za družinsko medicino

Kraj in čas: Ljubljana, 17. in 18. maj 2002

2. Tema: Medicinska sestra v splošni ambulanti: bolnik varovanec s čustvenimi težavami

Kraj in čas: 27. september 2002

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Božena Istenič,

Zdravstveni dom Tolmin, Prešernova 6, Tolmin,
tel. 05 388 11 20 ali 041 518 324.

11. OFTALMOLOŠKA SEKCIJA

1. Tema: Dve desetletji oftalmološke sekcije (predavanja in strokovna ekskurzija v Graz)

Kraj in čas: 19. in 20. april 2002

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Đurđa Sima,

KC, Očesna klinika, Ljubljana telefon 01 543 17 00.

12. SEKCIJA KIRURŠKIH MEDICINSKIH SISTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV

1. Tema: Implementacija Risk - managementov v praksi, Zlomi kolkov, Standardiziran načrt zdravstvene nege bolnika z zlomom kolka, Zunanji fiksater pri zlomih zapestja, Zdravstvena vzgoja pri bolniku z zunanjim fiksaterjem, Rezultati zdravljenja raka širokega črevesja in danke v Splošni bolnišnici Jesenice, Standardiziran način zdravstvene nege pri bolniku z operacijo na črevesju, Novi pristopi pri zdravljenju poškodb vranice pri otrocih in mladostnikih, Sprejem otroka na načrtovan operacijski poseg- vidik zdravstvene nege, Celjenje rane, Oskrba kronične rane pri bolniku z okužbo MRSA

Kraj in čas: Bled, 21. in 22. november

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Irma Rijavec,

SB Nova Gorica, tel. 05 3301600 ali 05 330 10 00.

**13. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER
IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV
V REHABILITACIJI IN ZDRAVILIŠKI
DEJAVNOSTI**

1. Tema: Rehabilitacija po poškodbi lokomotornega aparata

Kraj in čas: Terme Zreče, 26. april 2002

2. Tema: Rehabilitacija bolnikov srčno-žilnih obolenj
Kraj in čas: Šmarješke toplice,
25. oktober 2002

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Jelka Voda,
Terme Ptuj, tel. 02 782 72 11.

**14. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER
V ONKOLOGIJI**

Tem: Razvoj onkološke zdravstvene nege in onkologije, Kakovost v zdravstvu
Kraj in čas: Ljubljana, 10. - 11. oktober 2002

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Brigita Skela Savič, Onkološki inštitut, Ljubljana,
tel. 01 432 00 18.

15. SEKCIJA ZA ZDRAVSTVENO NEGO STOM

1. Tema: Golenja razjeda od A do Ž, Negovalne diagnoze v enterostomalni terapiji, Strokovne smernice pri oskrbi bolnikov s stomo, Negovalna dokumentacija zdravstvene nege bolnikov s stomo, Stomist prostovoljec se predstavi
Kraj in čas: Radenci, 18. in 19. marec 2002

2. Tema: Strokovno srečanje enterostomalnih terapevtk Slovenije
Kraj in čas: Novo mesto, 18. november 2002

3. Tema: Strokovna ekskurzija

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Marta Gantar,
SB Novo mesto, tel. 07 391 64 55

**16. ENDOKRINOLOŠKA SEKCIJA
MEDICINSKIH SESTER IN
ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV**

1. Tema: Zdravljenje in zdravstvena vzgoja sladkornega bolnika
Kraj in čas: Radenci, 19. in 20. april 2002

2. Tema: Celostna obravnava endokrinološkega bolnika
Kraj in čas: 25. in 26. oktober 2002

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Mateja Tomažin Šporar, KC, Klinika za endokrinologijo,
tel. 01 434 31 68.

**17. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER
IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV ZA
PODROČJE NEFROLOGIJE, DIALIZE
IN TRANSPLANTACIJE LEDVIC**

Tema: Zdravstvena nega oz. vodenje kroničnega dializnega bolnika z zapleti
- Vodenje dializnega bolnika z MRSA okužbo
- Vodenje dokumentacije dializnega bolnika vključno z navodili o dializi
- Profiling med dializo
- Zdravstvena nega kroničnih ledvičnih bolnikov v ambulantni in hospitalni obravnavi
- Zdravljenje s peritonealno dializo
- Zdravstvena nega bolnikov zdravljenih s peritonealno dializo
- Zdravljenje bolnikov s transplantacijami organov
- Zdravstvena nega bolnikov po transplantacijah organov

Kraj in čas: Dobrna, 5. in 6. april 2002

2. Tema: Edukacija edukatorja vključno z vsebinami: v času predializnega zdravljenja, v času zdravljenja z dializo, pred in po transplantaciji organov.
Kraj in čas: 14. in 15. junij

3. Tema: I. slovenski kongres medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov internističnih strok: Povezovanje- naša prednost in priložnost - organizacijsko in strokovno aktivna udeležba na kongresu internističnih sekcij
Kraj in čas: Terme Čatež,
17., 18. in 19. oktober 2002

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Mirjana Čalić,
KC Ljubljana, tel. 01 231 88 71.

18. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER V ENDOSKOPIJI

1. Tema: 14. strokovni seminar (predstavitev endoskopske dejavnosti v Celju, čiščenje in dezinfekcija v endoskopiji, zdravstvena vzgoja v ambulantni za endoskopijo, kultura medsebojnih odnosov na delovnem mestu)

Kraj in čas: *Zdravilišče Laško,*
14. in 15. marec 2002

2. Tema: Zdravstvena nega in vloga medicinske sestre in zdravstvenega tehnika pri :

- pripravi bolnika pred, med in po bronhoskopiji
- togi in upogljivi bronhoskopiji
- bronhoskopiji na intenzivnem oddelku
- bronhoskopiji pri otrocih
- bronhoskopiji bolnikov z imunsko pomanjkljivostjo
- interventni bronhoskopiji in novejših diagnostičnih metodah
- organizaciji dela v endoskopskih oddelkih

Učne delavnice na temo: čiščenje in dezinfekcija instrumentov, priprava instrumentov za endoultrazvok, obdelava biopsičnega materiala.

Kraj in čas: *Bolnišnica Golnik,*
10. in 11. november 2002

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Stanka Popovič,
KC, Klinični oddelek za abdominalno kirurgijo
tel. 01 522 26 77 ali 522 35 20.

19. SEKCIJA ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV IN MEDICINSKIH SESTER REŠEVALCEV

1. Tema: Zastrupitve v predbolniščni nujni medicinski pomoči

Kraj in čas: *Maribor, 16. april 2002*

2. Tema: Tehnike reševanja in mobilizacije v predbolniščni nujni medicinski pomoči (z učnimi delavnicami)

Kraj in čas: *Ljubljana,*
19. in 20. november 2002

3. Tema: Mednarodni simpozij o urgentni medicini (soudležba)

Kraj in čas: *Portorož, 19. - 22. junij 2002*

Informacije:
predsednik strokovne sekcije Anton Posavec,
KC Ljubljana tel. 041 538 904.

20. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V ZOBODZDRAVSTVU

Tema: Infekcija z MRSO in preprečevanje, pravila o evidentiranju storitev za plačnika, voda - gasila bo žejo in umivala zobe, psihološki dejavniki tveganja pri nastanku bolezni, predstavitev sprostitvenih tehnik - učna delavnica.

Kraj in čas: *Slovenj Gradec, 15. marec 2002*

2. Tema: X. dnevi oralnega zdravlja (zobozdravstvena vzgoja otrok s prilagojenim programom, starih in ostarelih)

Kraj in čas: *Ljubljana, 14. in 15. junij 2002*

Informacije:
predsednica sekcije Stanislava Štajer,
Zobna poliklinika Kranj, tel. 04 208 20 00.

21. SEKCIJA ŠTUDENTOV ZDRAVSTVENE NEGE

1. Tema: Alternativna medicina

Kraj in čas: *12. marec 2002*

Informacije:
predsednica sekcije Patricija Kobilšek,
Mednarodna pisarna ŠOU, Kersnikova 4,
tel. 01 431 70 10 int. 212.

22. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER V STERILIZACIJI

1. Tema: Prednosti različnih sterilizacij

Kraj in čas: *Podčetrtek, 17. maj 2002*

Informacije:
predsednica strokovne sekcije Eva Verstovšek,
Klinični center - centralna sterilizacija, Ljubljana,
tel. 01 522 36 63.

23. HEMATOLOŠKA SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV

1. Tema: Individualna obravnava bolnika v hemato-onkologiji (procesna metoda dela, komunikacija ...)
Kraj in čas: *Otočec, 10. in 11. maj 2002*

2. Tema: I. slovenski kongres medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov internističnih strok:
(Povezovanje -naša prednost in priložnost)
Kraj in čas: *Terme Čatež, 17., 18. in 19. oktober 2002*

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Marjana Božjak,
KC Ljubljana, SPS Interna klinika, Klinični oddelek za hematologijo, tel. 01 522 41 67.

24. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V URGENTNI MEDICINI

1. Tema: Strokovna ekskurzija Pariz in udeležba na EFCCNA(Evropsko združenje kritične zdravstvene nege)
Kraj in čas: *Pariz, 24. in 25. maj*

2. Tema: Zdravstvena nega bolnika pri invazivnih preiskavah in zdravljenju; urgentna stanja pri infektoloških bolnikih in proste teme, primeri iz prakse (Soudeležba na mednarodnem simpoziju urgentne medicine)
Kraj in čas: *Portorož, 19. - 22. junij 2002*

3. Tema: Izobraževanje na področju urgentne zdravstvene nege, dokumentacija zdravstvene nege, raziskave na področju urgentne zdravstvene nege, etika in etične dileme (Soudeležba na evropskem kongresu urgentne medicine)
Kraj in čas: *29. september do 2. oktober 2002*

4. Tema: I. slovenski kongres medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov internističnih strok:
Povezovanje- naša prednost in priložnost
Kraj in čas: *Terme Čatež, 17., 18. in 19. oktober 2002*

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Slavica Klančar,
KC, Ljubljana, tel. 01 522 22 32.

25. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER V DERMATOVENEROLOGIJI

1. Tema: Bulozne dermatoze, diagnostika in zdravljenje, zdravstvena nega bolnikov z buloznimi dermatozami
Kraj in čas: *Novo mesto, 17. maj 2002*

2. Tema: Spolno prenosljive okužbe in okužbe kože, Preventiva in zdravstvena vzgoja, Zdravstvena nega dermatoloških bolnikov (kongres z mednarodno udeležbo)
Kraj in čas: *Kranjska gora, 14., 15. in 16. november 2002*

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Ivanka Pupis Škapin,
KC Ljubljana, Dermatološka klinika, tel. 01 522 42 82.

26. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV NA INTERNISTIČNO - INFЕКТОLOŠKEM PODROČJU

1. Tema: Gastroenterologija
Kraj in čas: *Ljubljana, 5. april 2002*

2. Tema: I. slovenski kongres medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov internističnih strok:
Povezovanje- naša prednost in priložnost
Kraj in čas: *Terme Čatež, 17., 18. in 19. oktober 2002*

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Erna Kos-Grabnar, KC, Interna klinika, tel. 01 231 73 75 ali 01 231 04 62.

27. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V SOCIALNIH ZAVODIH

1. Tema: Kakovost zdravstvene nege v socialnih zavodih
Kraj in čas: *Otočec, 26. in 27. marec 2002*

2. Tema: Zdravstvena nega težko bolnih varovancev in podpora svojcem
Kraj in čas: *Laško, 9. in 10. oktober*

Informacije:

predsednica strokovne sekcije Sabina Renčel,
Socialno varstveni zavod Dutovlje,
tel. 05 764 01 14 ali 05 764 20 00.

28. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V KARDIOLOGIJI IN ANGIOLOGIJI

1. Tema: Poklicna identiteta medicinske sestre -
posebnosti zdravstvene nege kardiološkega bolnika
Kraj in čas: 7. in 8. junij 2002

Informacije:

predsednica sekcije Lidija Marinč, KC Ljubljana,
Klinični oddelek za kardiologijo, tel. 01 522 49 34.

29. SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER V MANAGEMENTU

1. Tema: UPOŠTEVAJMO NOVOSTI (Predstavitev
projekta Razvoja upravljanja sistema zdravstvenega
varstva, Nova zdravstvena in delovna zakonodaja -
zakon delovnih razmerij, zakon o varstvu pri delu,
pravilnik o delu Zdravstvenega sveta in razširjenih
strokovnih kolegijev, Vodenje in motivacija
zaposlenih)

Kraj in čas: Portorož, 10. in 11. april 2002

2. Tema: Vodenje sprememb (vodenje sprememb
in leadership - vodenje in uveljavljanje sprememb na
operativni ravni - predstavitev projekta LEO)

**Kraj in čas: Ljubljana,
12. in 13. november 2002**

Informacije:

predsednik strokovne sekcije Peter Požun,
Klinični center Ljubljana, tel. 041 648 938

**Pred uporabo natančno
preberite navodilo!**

**O tveganju in neželenih
učinkih se posvetujte z**

zdravnikom ali farmacevtom.

Zdravilne sestavine: vitamin A (retinilacetat) 4.000 I.E.; beta-karoten 1.000 I.E.; vitamin C (askorbinska kislina) 60 mg; vitamin D₂ (ergokalciferol) 400 I.E.; vitamin E (DL- α -tokoferilacetat) 30 I.E.; vitamin B₁ (tiaminjev nitrat) 1,5 mg; vitamin B₂ (riboflavin) 1,7 mg; nikotinamid 20 mg; vitamin B₆ (kot piridoksinjev klorid) 2 mg; folna kislina 400 μ g; vitamin B₁₂ (cianokobalamin) 6 μ g; biotin 30 μ g; pantotenska kislina (kot kalcijev pantotemat) 10 mg; vitamin K₁ (filomenadon) 25 μ g; kalcij (kot kalcijev hidrogentostat dihidrat) 162 mg; fosfor (kot kalcijev hidrogentostat dihidrat) 125 mg; železo (kot železov(II) fumarat) 18 mg; jod (kot kalijev jodid) 150 μ g; magnezij (kot magnezijev oksid) 100 mg; cink (kot cinkov oksid) 15 mg; baker (kot bakrov(II) oksid) 2 mg; kalij (kot kalijev klorid) 40 mg; selen (kot natrijev selenat) 25 μ g; mangan (kot manganov sulfat monohidrat) 2,5 mg; krom (kot kromov(III) klorid heksahidrat) 25 μ g; molibden (kot natrijev molibdat dihidrat) 25 μ g; klorid (kot kalijev klorid) 36,3 mg; nikelj (kot nikeljev(II) sulfat heksahidrat) 5 μ g; kosteš (kot kostišev(II) klorid dihidrat) 10 μ g; silicij (kot natrijev silikat nonahidrat) 10 μ g; vanadij (kot natrijev vanadat) 10 μ g. Pomožne snovi so: mikrokristalna celuloza (E460a), magnezijev stearat (E572), povidon, silicijev dioksid, stearinska kislina (E570), Opadry(r) Orange YS-1-6291 (hidroksiipropilmetilceluloza, rumeno barvilo (E110), titanov dioksid (E171)), trietilcitrat, polisorbitat 80 (E433), prečiščena voda. Terapevtske indikacije: zaradi diete, neuravnotežene prehrane ali starosti zmanjšano uživanje in absorpcija vitaminov, mineralov in elementov v sledovih. Povečane potrebe po vitaminih med nosečnostjo in dojenjem, v obdobjih rasti, stresa, okrevanja in med dolgotrajnimi boleznimi. Simptomi pomanjkanja vitaminov, npr. pomanjkanje teka in izčrpanost. Odmerjanje in način uporabe: odrasli in otroci, starejši od 12 let: ena tableta na dan, najbolje po zajtrku in neprežvečena. Previdnostni ukrepi in opozorila: pred sočasnim jemanjem drugih vitaminskih, vitaminsko-mineralnih in/ali mineralnih izdelkov se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom. Interakcije zdravila Centrum od A do Ž z drugimi zdravili niso znane. Kontraindikacije: preobutljivost za katerokoli sestavino (tj. jodid, folno kislino), motnje v presnovi železa. Neželeni učinki: v redkih primerih je bila opisana alergijska preobutljivost. Interakcije: ni znanih. Način zdajdanja zdravila: Zdravilo se izdaja brez recepta v lekarnah in specializiranih prodajalnah.



Ste res pomislili na vse?!

- Novo zdravilo v Sloveniji!
- 1 tableta dnevno
- Samo v lekarnah in specializiranih prodajalnah!
- 31 aktivnih sestavin – 14 vitaminov, 6 mineralov ter 11 elementov v sledovih

Številka 1 v svetu!



Vse od A do železa.

Imetnik dovoljenja za promet: TOP TRADE d.o.o., Cesta v Gorice 39, Ljubljana.

Za boljše življenje bolnikov z rakom



- ➡ manj bolečin v kosteh
- ➡ manjše tveganje zlomov
- ➡ prvi izsledki o redkejšem pojavljanju kostnih metastaz

V bolnišnici - ali doma ?

Svoboda izbire !

Osteoprotektivno zdravljenje z izrazitimi ugodnostmi za bolnika:

peroralni **BONEFOS®** (klodronat) za terapijo osteolize zaradi malignosti (npr. zaradi raka na dojki, diseminiranega plazmocitoma, raka prostate,...).

Omogoča peroralne odmerke, kar zagotavlja življenje v domačem okolju, brez infuzij.



BONEFOS®
klodronat

Za zdravljenje hiperkalcemije in osteolize zaradi malignosti.

Podrobnejše informacije so na voljo pri:

Schering AG • Podružnica za Slovenijo, Dunajska 22, Ljubljana

Telefon: 01 300 10 50 • Telefax: 01 433 83 26 • e-mail: schering@schering.si

Marta Bančov

Pulmološka sekcija medicinskih sester
in zdravstvenih tehnikov**SREČANJE V ZAGREBU**

Na septembrskem sestanku IO pulmološke sekcije je hitro padla odločitev: zakaj ne bi letošnjega jesenskega izobraževanja izpeljali malo drugače. Pripravimo strokovno ekskurzijo! In res! V soboto, 24. novembra, smo se v lepem jutru odpeljali iz Ljubljane proti Zagrebu. V programu smo imeli ogled treh bolnišnic za pljučne bolezni.

Hrvaška pulmološka sekcija oziroma njena predsednica Rosana Svetič-Čišić so nam pripravili zanimiv program. Sprejeli so nas v bolnišnici na Jordanovcu. V njihovi predavalnici so nas pozdravili: predsednica pulmološke sekcije, direktor bolnišnice in glavna sestra.

Že takoj pri vhodu smo opazili, da imajo vse višje medicinske sestre elegantne temno modre kostime z belimi ovratniki, kar je bilo za nas, ki smo vajeni le beline oziroma svetlo modre barve, prijetna popestritev.

Sledila so tri predavanja. Mehanska ventilacija, bolniška poliklinična skrb za bolnike s trajnim zdravljenjem s kisikom, inštrumenti in načini za merjenje kvalitete dela. Za vsa tri predavanja je bila skupna ugotovitev: kratko, jasno, odločno in strokovno podprto. Užitek je bilo poslušati tako samozavestne sestre, ki so z vsem svojim nastopom izžarevale veliko energije in zagnanosti za delo. V diskusiji smo potem primerjali stanje pri nas in na Hrvaškem.

Po kratkem okrepčilu in osvežitvi smo si ogledali bolnišnico Jordanovec. Stavba je stara, vendar lepo vzdrževana. Z majhnimi finančnimi sredstvi se trudijo narediti kar največ za stroko. Med drugim smo si ogledali tudi kirurški pulmološki intenzivni oddelek z devetimi posteljami. Še zanimivost: za vsako novo sestro je prvo delovno mesto tukaj. Delo je res zelo zahtevno, se pa tudi zelo veliko naučijo. Povprečna starost sestre je 22 let, na oddelku ostanejo največ 5 let, potem pa jih premestijo na druge oddelke.

Na Srebrnjaku smo si ogledali bolnišnico za bolezni dihal, otrok in mladine. Že pred



vhodom so nas presenetile živobarvne gugalnice in tobogani, v sami bolnišnici pa stene, polne pisanih slik. Tu je tudi edini oddelek na Hrvaškem za zdravljenje TBC otrok in mladine. V preteklih desetih letih, ko je divjala vojna, se je število otrok s tuberkulozo močno povečalo, sedaj se spet »normalizira«. Največ jih je bilo s področja Slavonskega Broda, najmanj pa iz Dalmacije.

Svojo bolnišnico predstavljajo v prikupni brošuri. Malim bolnikom poleg zdravstvene oskrbe nudijo tudi razvedrilo in zaposlitev, za malo večje pa še nekaj vzgojnih predavanj.

V pogovoru v Rockefellerjevi bolnišnici so naše gostiteljice obujale lepe spomine na nekdanje druženje in strokovno sodelovanje s Slovenijo, posebno z inštitutom Golnik in Kliničnim centrom.

Šele pred kratkim so začele z visokošolskim študijem in jim je tudi tu Slovenija nekakšen vzor in spodbuda.

Po strokovnem delu smo se z vodičem in v spremstvu dveh gostiteljic podali na dveurni potep po Zagrebu. Začeli smo na Kapitolu, se spustili na Trg bana Jelačića, se povzpeli na Markov trg, v živo videli Banske dvore in Sabor. Za popestritev je poskrbel zabavni vodič. V zgodnjih večernih urah smo polni vtisov zaključili izlet in se popeljali proti domu.

Zahvaljujemo se sestrkam Rosani, Zorani, Jasminki in drugim za topel sprejem in njihovo »prosto soboto«, ki so jo preživele z nami.

Z zadovoljstvom so sprejele vabilo, da se kmalu vidimo v Sloveniji.

Maja Vidrih

Oftalmološka sekcije medicinskih sester in zdravstvenih rehnikov

POROČILO S STROKOVNEGA SREČANJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV OFTALMOLOŠKE SEKCIJE SLOVENIJE

V petek, 12. oktobra 2001 smo se medicinske sestre in zdravstveni tehniki Oftalmološke sekcije Slovenije zbrali na jesenskem srečanju v zdravilišču Strunjan. Osrednja tema enodnevnega strokovnega srečanja so bile NEGOVALNE DIAGNOZE. Seznanili smo se z združenim delovanjem Očesnega in ORL oddelka v Bolnišnici Izola in se pogovarjali o bolnikovih pravicah v zdravstveni negi.

Uvodne pozdravne besede sta izrekli gostiteljica, glavna sestra Očesnega in ORL oddelka Splošne bolnišnice Izola Stojka Škrokov, viš. med. ses., in predsednica Oftalmološke sekcije Đurđa Sima, dipl. med. ses.

V prvem predavanju nam je Stojka Škrokov, viš. med. ses., prikazala razvoj oftalmološke dejavnosti v slovenski Istri. V drugem delu nas je seznanila, s kakšnimi težavami so se srečevali pri združevanju negovalnega tima oftalmološke in otolaringološke dejavnosti v Splošni bolnišnici Izola, v katerega so bili prisiljeni, da bi zmanjšali stroške dela in materialne stroške. Povedala je, da je združevanje negovalnega tima proces, ki še vedno traja, in ob tem poudarila predvsem pomen izobraževanja medicinskih sester. Razvili so negovalni tim, ki je enoten, trden, tako strokovno usposobljen, da samostojno in odgovorno izvaja zdravstveno nego oftalmološkega in otolaringološkega bolnika.

Sledilo je predavanje Vesne Jalovec, viš. med. ses., ki nam je predstavila organizacijo dela na Očesni polikliniki v Splošni bolnišnici Izola. Poudarila je težave organizacije zdravstvene nege pri ambulantni obravnavi bolnika in predstavila možnosti za zmanjševanje teh pomanjkljivosti. Predavanje je zaključila z razmišljanjem, zakaj je organizirana skrb za ljudi z motnjami vida nezadostna. Zaradi predsodkov in nepoznavanja njihove problematike je moteno

njihovo enakovredno vključevanje v družbeno dogajanje, zaprti so v vzgojno-izobraževalne ustanove, predčasno upokojeni... Medicinske sestre se moramo pridružiti oblikovanju bolj humane družbene miselnosti in ustvarjanju razmer, ki bi slepim in slabovidnim osebam pri nas omogočilo enakovreden položaj v družbi.

V svojem predavanju nam je Ema Ščavničar, viš. med. ses., supervizor, predavateljica, predstavila teoretične osnove za oblikovanje negovalnih diagnoz. Seznanila nas je z definicijami negovalne diagnoze, ki so pomembne za njeno razumevanje. Z negovalno diagnozo medicinska sestra izrazi strokovno presojo stanja zdravja bolnika/varovanca, njegove odzive na obravnavo in potrebe po zdravstveni negi. Negovalna diagnoza je podlaga za načrtovanje intervencij zdravstvene nege v procesni metodi dela. S praktičnimi primeri nam je predstavila posamezne elemente negovalne diagnoze. Predstavila nam je tudi najbolj uporabne sisteme razdelitve negovalnih diagnoz, ki omogočajo sistematično delo in olajšajo uvajanje negovalnih diagnoz v praksi.

O svojih izkušnjah na področju razvoja in oblikovanja negovalnih diagnoz v patronažnem zdravstvenem varstvu nam je predavala Tatjana Geč, viš. med. ses., univ. dipl. org. Povedala nam je, da v patronažnem varstvu izvajajo svojo dejavnost z negovalnimi diagnozami že sedem let. Do sedaj so razvili 94 lastnih specifičnih negovalnih diagnoz, 25 so jih razvili sami, 69 pa skupaj s študenti Visoke zdravstvene šole Univerze v Mariboru. Vse negovalne diagnoze so bile preizkušene po vzorcu Danskega instituta in uporabljene v praksi. Njihove izkušnje kažejo, da izvajanje zdravstvene nege z negovalnimi diagnozami NANDA, načrtovanje aktivnosti zdravstvene nege z negovalnimi intervencijami NIC in postavljanje ciljev z negovalni-

mi rezultati NOC ter medsebojna povezanost vseh treh zagotavlja v prihodnosti kakovosten pristop v zdravstveni negi.

Negovalne diagnoze v oftalmološki zdravstveni negi, delo štirih avtoric z Očesne klinike v Ljubljani, sta predstavili Tatjana Nendl, dipl. med. ses., spec. oftalm. zdravstvene nege, in Đurđa Sima, dipl. med. ses. Pri pripravi predavanja sta sodelovali Maja Vidrih, dipl. med. ses., spec. oftalm. zdravstvene nege, in Divna Eržen, dipl. med. ses. Namen predavanja je bil predvsem približati teoretična izhodišča za pisanje negovalnih diagnoz k neposrednim primerom iz prakse očesne zdravstvene nege.

Zelo odmevno je bilo tudi predavanje Vere Grbec, viš. med. ses., univ. dipl. org., o etičnih načelih in človekovih – bolnikovih pravicah v zdravstveni negi. Poudarila je nekatera etična načela, ki jih izraža tudi Kodeks etike medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije,

kot so načelo dobronamernosti, zaveza molčečnosti ter načelo pravičnosti in enakosti. Opozorila je, da je na področju zdravstva najmočnejše poudarjena pravica do človekove avtonomije in človekovega dostojanstva. Medicinske sestre si moramo prizadevati, da bodo določbe kodeksov in deklaracij postale čim bolj del naše dejavnosti v vsakdanji praksi. Diskusija, ki je sledila predavanjem, je dokazala, da so bile izbrane teme zanimive in aktualne. Strokovno srečanje smo zaključili s skupnim kosilom in z ogledom Zdravilišča Strunjan.

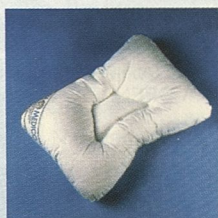
Medicinske sestre v oftalmološki zdravstveni negi se zavedamo, da mora naša stroka slediti hitrim spremembam pri obravnavi oftalmoloških bolnikov. Kakovostnejši pristop k našemu bolniku – varovancu dosežemo z individualnim pristopom, kar nam omogoča oblikovanje negovalnih standardov in negovalnih diagnoz.

PODLOGE IN ORTOPEDSKI PRIPOMOČKI



ODEJA[®] MEDICO

Antistatični in antialergijski program nadvložkov, prešitih odevi in zglavnikov smo dopolnili s specializiranimi podlogami in ortopedskimi pripomočki, zanimivimi tako za zdravstvene ustanove kot tudi za individualnega kupca. Izbrali smo tkanino, ki je primerna za pranje pri višjih temperaturah in se ne krči, hkrati pa je dovolj trdna, da prenese večje obremenitve. Kot polnilo največkrat uporabljamo fino rezane poliuretanske paličice, ki se ne potlačijo in tudi po mnogih pranjih pri 95°C obdržijo obliko. Posamezne izdelke bi radi še posebej izpostavili zaradi široke možnosti uporabe in resnično dodelanih detajlov.



Sanje MEDICO zglavnik

dim. 50x70 cm



Podloga za dlan

dim. 15x7 cm



Podloga za peto

dim. 20x30x10 cm



Večnamenska podloga

dim. 130x110 cm



Obroč za sedenje

dim. ø52 cm



Podloga za noge

dim. 65x80+20 cm



JANUAR	FEBRUAR	MAREC	APRIL	MAJ
KLASIČNA TELESNA MASAŽA 26., 27.januar 2., 3. februar	ŠOLA ZDRAVEGA HUJŠANJA 16. februar dop.	PEDIKURA 8., 9., 10., 22., 23., 24. marec	MANUALNA LIMFNA DRENAŽA "OBRAZ IN VRAT" za kozmetike 6. in 7. april	LIČENJE S TATJANO EBERL, dvodnevni 18., 19. maj
FIZIKALNE METODE V KOZMETIKI 26.januar	VZRŽEVANJE SOLARIJA IN PRAVILNO SONČENJE 15. februar	REFLEKSNA MASAŽA STOPAL 1.,2.,3. marec	BOLEČINE V VRATU IN KRIŽU "Da nam bo hrbtenica hvaležna", učna delavnica 13. april, dop.	KLASIČNA TELESNA MASAŽA, 18., 19., 25. in 26. maj
OSVEŽILNI TEČAJ MANUALNE LIMFNE DRENAŽE 12.in 13. januar	OSTEOPOROZA IN MENOPAUZA 16. februar, pop.	NAJNOVEJŠI KOZM. POSTOPKI PRI NEGI TELESA IN OBLIKOVANJE TELESA 30. marec	LASERSKO ODSTRANJEVANJE DLAK, učna delavnica, 13. april, pop.	SHIATSU LASIŠČA IN OBRAZA 11. maj, pop.
NEGA OBRAZA Z ULTRAZVOKOM, HIALURONSKO KISLINO IN LECITINOM 19. januar	CELOSTNA PODOBA POSLOVNE ŽENSKE (za podjetja)	MANUALNA LIMFNA DRENAŽA, osnovni 15., 16., 17., 22., 23., 24. marec	KAJ MORAMO VEDETI - kozmetičnega salona, - celostna podoba kozmetičarke - prodaja uslug in izdelkov v salonu... - etični kodeks kozmetičarke, 19. april, dop.	
		BIOENERGIJA 9.,10. marec	BIOENERGIJA 20.,21. april	
			LIČENJE S TATJANO EBERL enotedenski tečaj 8. do 12. april	
JUNIJ	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DECEMBER
REFLEKSNA MASAŽA STOPAL, nadaljevalni 31.maj, 1., 2.junij	KLASIČNA TELESNA MASAŽA 14., 15, 21. 22., september	MANUALNA LIMFNA DRENAŽA, osnovni, 4.,5.,6.,11.,12.,13.	ZEN SHIATSU, osnovni 15.,16., 17. november	LIČENJE S TATJANO EBERL, enotedenski, 2.-6. december
BIOENERGIJA 1.,2., junij	PEDIKURA 27.,28.,29. septem. 11.,12.,13. oktober	REFLEKSNA MASAŽA STOPAL začetni, 4. oktober	SHIATSU LASIŠČA IN OBRAZA 23. november	
		OSTEOPOROZA IN MENOPAUZA 19. oktober, pop.	LIČENJE S TATJANO EBERL, 29., 30. november	
		BOLEČINE V VRATU IN KRIŽU, učna delavnica 19. oktober, dop.	CELOSTNA PODOBA POSLOVNE ŽENSKE (za podjetja)	
		KAJ MORAMO VEDETI ? seminar (o prodaji izdelkov v salonu, o celostni podobi salona ...) 22. oktober, dop.		

Petra Kersnič

Jelka Mlakar



Predstavljamo Vam Jelko Mlakar, glavno medicinsko sestro Kliničnega centra v Ljubljani, predsednico Nadzornega odbora Zbornice – Zveze, članico Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno nego – to so le nekatere pomembne funkcije današnjega dne, ki so posledica mnogih drugih funkcij in nalog preteklih dni. Ni vedno prav lahko prepričevati kolegice, da so pomembne osebe, da ljudi zanimajo njihovi pogledi na današnji trenutek, da si zaslužijo, da jih spozna širša javnost in še bi lahko naštevala razloge, s katerimi jih prepričujem in nagovarjam k sodelovanju. Jelka mi je na moje zaprosilo kratko in takoj odgovorila z besedami, da bo poiskala čas in ustrezno razpoloženje za oblikovanje pravih odgovorov na moja vprašanja. Med drugim je v dopisovanju z menoj zapisala: "Če se že predstavljam in "odkrivam tančice" (ki jih pri moji odprti štajerski duši sploh ni), potem to počnem z vso iskrenostjo, ki morda ni vedno lepo zvoneča, prihaja pa od srca".

Kdaj in kako si začutila željo postati po poklicu medicinska sestra?

"Pri šestih letih. Težko verjeti, vendar je res. Takrat so me starši pustili v bolnišnici, kjer sem prvič in upam zadnjič doživela občutek, da ne bom preživela. Uspavali so me z etrom. Po operaciji "mandeljnov" se je po obvezni dvodnevni slabosti začelo življenje. Takrat me je doletelo. Ko smo se otroci v času obveznega počitka skrivali pod posteljo, sem jih zagledala. Natikače. Svetlikajoče, s tankimi petami, naravnost božanske. Nosila jih je medicinska sestra, ki nas je okarala in poslala v postelje. Takrat sem se odločila. Postala bom medicinska sestra in nosila bom takšne natikače. Medicinska sestra sem postala, takšnih natikačev pa nisem nikoli nosila.

Zelo se bojim, da jih tudi nikoli ne bom, sem jim pa neskončno hvaležna."

Ali si imela kdaj v mislih kateri drug poklic?

"Ne. Kljub intenzivnemu prizadevanju mojih učiteljev v osnovni šoli, da sem rojena za

učiteljico, sem vztrajala pri svojem. Resnično so mi bili vedno znova v pomoč "moji natikači".

Opiši svojo poklicno pot do danes!

"Po drugem letniku višje šole sem začela delati preko študentskega servisa v Ambulanti za splošno kirurgijo na Polikliniki v Kliničnem centru v Ljubljani.

Ker sem se dobro počutila med sodelavci, ki so me od prvega dne naprej "vzeli" za svojo, sem tam kar ostala. Tretji letnik višje šole sem končala ob delu. Zdaj sem tem sodelavcem hvaležna bolj, kot sem jim bila takrat.

Sedaj, ko mi je dano bistveno zreleje ocenjevati vpliv delovnega ozračja in bistveno vlogo sodelavcev, šele vem, kolikšno bogastvo so mi nezavedno podarili. Dovolili so mi verjeti, da sem izbrala pravi poklic, da je prav imeti rad ljudi, da je mogoče delati v timu, kjer se natančno ve, katero vlogo ima posameznik, in da je mogoče narediti mnogo dobrega za paciente. Predvsem pa so mi dovolili najpomembnejše: da sem vzljubila svoj poklic in da sem ponosna, ker sem medicinska sestra. Po petih letih de-

lovnih izkušenj so ti isti sodelavci menili, da sem sposobna prevzeti delovne obveznosti glavne medicinske sestre, takrat že razširjenega (bolniški oddelek) Oddelka za splošno kirurgijo. To je bilo obdobje intenzivnega učenja o zdravstveni negi in predvsem o ljudeh. Zdaj že vem, da se učenje nikoli ne konča in da nas ljudje vedno znova presenetijo. Takrat pa sem mislila, da sem se znanosti o zdravstveni negi in vedenju o ljudeh naučila za vse življenje.

Leta 1991 sem prevzela vodenje zdravstvene nege na Kirurški kliniki. V prvih mesecih me je spremljal občutek, da odgovornosti ne bom kos in da bom izneverila zaupanje tistih, ki so me predlagali za opravljanje te funkcije. S sodelovanjem odličnih sodelavk in sodelavcev smo skupaj ustvarili izjemen konstruktiven tim, ki je s skupnimi močmi premagoval ovire, reševal težave in bistveno prispeval k razvoju zdravstvene nege, tako na organizacijskem kot na strokovnem področju. Po skoraj natanko desetih letih sem sprejela nov izziv. Menim, da najtežjega v mojem življenju. Ne samo zato, ker vodenje področja za zdravstveno nego v Kliničnem centru ni najlažje, izziv je večji zaradi uspešnega delovanja moje predhodnice, ki zahteva od mene in vseh mojih sodelavcev zagotavljanje kontinuitete in razvoj zastavljenih nalog. Če pa želim, da bo nekoč po mojem odhodu morebiti nekdo zapisal podobne besede, moram narediti še veliko več. Hočem verjeti, da mi bo skupaj s sodelavkami in sodelavci to tudi uspelo.

Želim po najboljših močeh prispevati k razvoju in priznanju zdravstvene nege v slovenskem prostoru in izboljševanju razmer za delo sodelavcev v negovalnem in zdravstvenem timu. Predvsem pa je osnovni namen vsega mojega dela kakovost zdravstvene nege in njeno izboljševanje do cilja, ko bomo lahko rekli, da smo za bolnika naredili vse, kar je bilo v naši moči."

Ali meniš, da je naš poklic rezerviran za ženske – kako pa si doživljala v tem poklicu moške kolege?

"Absolutno ne. Menim, da dajejo "moški kolegi" neko drugo dimenzijo našemu poklicu. Pozitivno in to iz več razlogov. Prvič, razbijajo stereotip o izključno "ženskem" poklicu in s

tem bistveno pripomorejo k rušenju mita o ženski, materinski in sestrski vlogi na področju zdravstvene nege. Drugič pa menim, da v večinsko ženske kolektive naši moški kolegi vnesejo pridih zdrave tekmovalnosti in po mojih izkušnjah izboljšujejo medsebojne odnose."

Kako ocenjuješ položaj zdravstvene nege v Kliničnem centru v zadnjih 10-tih letih in kako gledaš na razvoj v Sloveniji?

"Ne želim reči, da se pred tem obdobjem ni veliko naredilo na področju zdravstvene nege. Nasprotno. Menim, da je v vsem zgodovinskem razvoju dokazljiv trud in delo naših predhodnikov. Na to vprašanje bi odgovorila raje simbolično. Še pred 10-mi leti smo govorili o "negi" in o "sestrah". Zdaj ustrezno in pravilno uporabljajo nazivanje tudi zdravniki (zagotovo ga dobro poznajo, če ga nekateri že ne želijo uporabljati).

Zdravstvena nega je v preteklem desetletju postala vidna, prepoznavni del zdravstvene oskrbe pacienta. Opazno se tudi razvija v znanstveno dejavnost."

Kakšno prihodnost napoveduješ zdravstveni negi in medicinskim sestram v Sloveniji?

"Nisem jasnovidka, kljub temu pa bi si upala z gotovostjo trditi, da bo takšna, kakršno bomo naredili mi sami. Če se ozrem okoli sebe in vidim samozavestne, strokovnih in pozitivnih vrednot polne medicinske sestre in zdravstvene tehnike, potem z gotovostjo trdim, da je prihodnost zdravstvene nege svetla. Če bomo zmogli, znali in hoteli preseči lastne interese za skupni interes, imamo vse poti odprte. Torej je vse ali skoraj vse odvisno od nas samih."

Kako ocenjuješ Resolucijo izvajalcev zdravstvene nege, ki je bila sprejeta na 3. kongresu zdravstvene nege?

"V prvi vrsti menim, da je Resolucijo treba razumeti kot zavezo vseh, ki delamo na področju zdravstvene nege. Istočasno pa je Resolucija objava naših namer strokovni in laični javnosti."

Katere so lastnosti, ki jih pričakuješ od drugih?

"Iskrenost, modrost, pravičnost, čut za druge ljudi, živali, naravo"

Kaj drugim najbolj pogosto zameriš?

“Praviloma se poskušam pogovoriti, preden zamerim. Če mi to ne uspe, sem razočarana, nisem pa človek, ki bi “gojil zamere”. Res me moti edino le očitna zlonamernost, za vse druge človeške pomanjkljivosti pa znam najti olajševalne okoliščine, ko gre zame ali za druge.”

Kaj ti pomeni prosti čas in kako ga izrabiš?

“Pomeni mi veliko, tudi zato, ker ga imam vedno premalo. Prosti čas namenim tistemu, kar imam najraje: druženju z družino – mož in sin, sorodniki, prijatelji, domačimi ljubljenci – en velik pes in pet smešnih mačk, sprehodom po gozdni poti nad hišo, celodnevni hribovskimi ali kolesarskimi izletom in seveda mojim rožam, grmovnicam in drevesom. Neskončno rada tudi berem.”

Če bi poklonili na izbiro sanjsko potovanje, kam in v kateri kraj na svetu bi želela?
 “V Južno Afriko. Johannesburg bi bil čisto o. k.”

Katera je tvoja zadnja knjiga, ki si jo prebrala?

“Valovi življenja Michaela Korde.”

In tvoje skrite želje?

“Če jih povem, ne bodo več skrite, niti več samo moje. Sicer pa imam želje kot večina ljudi. Dosti zdravja, sreče, zadovoljstva in denarja zase in za vse. In čas brez vojne in trpljenja ter lakote.”

Jelka – hvala za odgovore in naj obvelja tista najina besedna igra nekega jesenskega dne “Tomorrow is enother day”! Morda pa kdaj naletim na natikače in Ti jih ob kakšni okrogli obletnici uspem podariti!

vir zdravja dan za dnem

Prednosti 4 žitnih LCA jogurtov

Varovalno živilo:



VARUJE ZDRAVJE

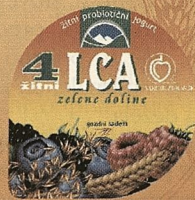
z malo maščobe,
nasičenih maščobnih kislin
in brez holesterola

Pozitivne učinkovine balastnih snovi (inulin in 4 žitna zrna):
izboljšujejo prebavo, pomagajo zavirati razvoj bolezni srca in ožilja ter vzdrževati zdravo ravnovesje prebavne mikroflore.

Pozitivne učinkovine probiotičnih bakterijskih kultur (LCA):
krepijo imunski sistem, so vir folne kisline, vzpostavljajo naravno ravnotežje črevesne mikroflore ter izboljšujejo celotno prebavo in presnovo laktoze.

Zaradi svoje visoke biološke vrednosti so 4 žitni LCA jogurti nepogrešljivi v vsakodnevni zdravi prehrani.

Mlekarna Celeia d.o.o.



Marinka Marolt, Marjana Šantej

Projekt Leonardo Da Vinci v Srednji zdravstveni šoli Celje

V Srednji zdravstveni šoli Celje smo se leta 1999 prijavili na razpis za sodelovanje v projektu Leonardo da Vinci. To je evropski projekt mednarodne izmenjave učiteljev in dijakov srednjih strokovnih in poklicnih šol. Bili smo izbrani in začelo se je sodelovanje s srednjo zdravstveno šolo Loevaengsgymnasiet iz kraja Skoevde na Švedskem. Februarja 2000 so nas obiskali ravnateljica Lovangsgymnasiet, dve učiteljici strokovnih predmetov ter regionalni direktor za področje izobraževanja v Skoevdeju. Zanimali so jih predvsem organizacijski vidiki izobraževanja v našem šolstvu in primerljivost programov, ki jih izvajamo. Enotedenski obisk je bil zelo deloven. Hkrati pa smo se tudi potrudili in jim pokazali lepote mesta Celja z okolico, pa tudi nekatere bisere Slovenije.

Sodelovanje se je nadaljevalo z našim tritedenskim delovnim obiskom na Švedskem. Ravnateljica, dve učiteljici strokovnih predmetov, tri dijakinje in en dijak naše šole smo konec aprila in v začetku maja 2000 spoznavali švedski izobraževalni sistem ter konkretno delo v šoli in v bolnišnici, saj smo sodelovali pri teoretičnem in praktičnem pouku. Obiskali smo več šol ter različne zdravstvene in socialnovarstvene ustanove. Ob tem smo spoznavali organiziranost zdravstvene dejavnosti. Gostitelji so poleg strokovnega dela organizirali obisk tako, da so nam lahko pokazali tudi nekaj kulturno zgodovinskih in naravnih znamenitosti svoje dežele.

Letos v oktobru se je projekt nadaljeval s prihodom skupine treh učiteljic in štirih dijakinj iz Loevaengsgymnasiet. Delovni obisk se je po treh intenzivnih tednih zaključil v soboto, 27. 10. 2001. V Srednji zdravstveni šoli Celje smo za udeleženske projekta pripravili dva programa, posebej za dijakinje in posebej za učiteljice, programa pa sta se delno tudi prekrivala, tako da so se učiteljice in dijakinje srečevale tako pri delu kot pri spoznavanju lepote našega mesta in okolice. Hkrati so bila srečanja dobrodošla za prijetnejše bivanje.

Pred prihodom v Slovenijo so imele gostje s Švedske drugačno predstavo o razmerah v Sloveniji. Bile so prijetno presenečene in pomirjene, ko so spoznale, da je Slovenija urejena, lepa in mirna dežela.

Dijakinje so v času delovnega obiska stanovale pri družinah naših dijakov. Družine gostiteljice so jim poleg celotne oskrbe nudile tudi možnosti za sprostitve, zabavo in izlete.

Ob prihodu smo v šoli organizirali kratek skupni sprejem. Po ogledu šole so udeleženske spoznale način dela v splošno teoretičnih učilnicah, v kabinetih, sodelovale so pri pouku. Zelo lepo je bilo pri urah, ko so naši in švedski dijaki predstavljali svoji deželi in svojo šolo. V prvem delu obiska so dijakinje spoznavale delo v Domu upokojencev Celje, nato pa se je praktični pouk nadaljeval v Splošni bolnišnici Celje.

Dijakinje so pri praktičnem pouku sodelovale v parih z našimi dijaki. Vsi smo opazili, da je bil njihov način vzpostavljanja stikov kljub nekaterim jezikovnim pregradam lahkoten in pristen, odnos do vseh pa sproščen, vendar spoštljiv. Pri delu so se zelo trudile, imele pa so tudi izreden smisel za opazovanje.

Učiteljice so se zanimale predvsem za delo v srednjih strokovnih in poklicnih šolah. Obiskale so večino šol v Celju. Še posebej so se zanimale glede možnosti izobraževanja odraslih v Sloveniji in za organiziranost socialno zdravstvenih ustanov. Z veseljem smo jim omogočili obiske v vseh zdravstvenih ustanovah v Celju. Obiskali smo tudi nekatera zdravilišča in domove za varstvo starejših. Glede na to, da veljamo skupaj s Švedsko za »star narod«, je bilo ob obiskih veliko govora in vprašanj prav o kvaliteti življenja v starosti.

Ob popoldnevih in ob koncih tedna smo za gostje organizirali skupne ogledе in izlete. Pokazali smo jim vrsto kulturnozgodovinskih in naravnih znamenitosti ter naravnih lepot. Med drugim so lahko občudovalе pogled z Viševnika in lepote Bleda, se sprostile v Logarski dolini, videle in občudovalе Kostanjevico ter jeruzalemske gorice, vinorodni okoliš Slovenskih Konjic ter Trebnik z njegovo ponudbo zelišč. Naše gostje so povsod doživele pristrčen sprejem in so se prijetno počutile. Večkrat so izrazile zadovoljstvo glede delavnosti in strokovne usposobljenosti ljudi pri nas. Presenečene so bile nad kvaliteto življenja in standardom v Sloveniji. Zelo so občudovalе raznolikost naše pokrajine in lepoto narave.

Skupaj smo ocenili, da je delovni obisk zelo uspel. Gostje so odhajale domov zadovoljne, z veliko lepimi vtisi in z željo po nadaljnjem sodelovanju. Šola v Skovdeju nam je že pisno potrdila svojo pripravljenost. Zato upamo, da bo naša nova vloga za sodelovanje v projektu Leonardo da Vinci ugodno rešena.

Saša Kadivec, Izidor Kern

PESTRO OB PRAZNOVANJU 80-LETNICE BOLNIŠNICE GOLNIK

»Ars longa, vita brevis«, Hipokratov izrek, so bile besede, s katerimi je prof. dr. Jurij Šorli, direktor Bolnišnice Golnik-Kliničnega oddelka za pljučne bolezni in alergijo nagovoril goste svečane akademije v Cankarjevem domu. V tem letu je bolnišnica na Golniku praznovala visok jubilej. Spoštljiva starost priznane zdravstvene ustanove doma in v svetu izraža v svojem delovanju visoko vitalnost in ustvarjalnost. Takšno je bilo tudi praznovanje. Preplet umetniškega in strokovnega dela med zaposlenimi in prijatelji Golnika je bil usmerjen v prihodnost.

Številni kulturni dogodki, ki so se vrstili od spomladi naprej, so bili med bolniki, zaposlenimi in v širši slovenski javnosti zelo toplo sprejeti. V začetku junija je potekala v zelenem okolju bolniških stavb tridnevna *Slikarska kolonija*. Več kot dvajset znanih akademskih slikarjev in uveljavljenih samorastnikov je nastala likovna dela poklonilo bolnišnici.

Na razstavi likovnih del *Golnik skozi oči slikarjev* v galeriji Mestne občine Kranj so se jim pridružili zaposleni, ki prosti čas preživljajo s čopičem in platnom, in umetniki, ki se niso uspeli udeležiti kolonije. Čez poletne mesece je galerijski prostor pred županovo pisarno obiskala množica radovednih opazovalcev. Ob tem je izšel razstavni katalog sodelujočih ustvarjalcev z oceno likovnega kritika.

Razstavo je zaključila zelo uspela *Aukcija likovnih del*, ki jo je vodil Tone Fornezzi Tof. Od skupno 62 likovnih del je bilo prodanih 59. Iztržek aukcije, sponzorska in donatorska sredstva ter prostovoljni prispevki so omogočili nakup dolgo želenega in težko pričakovanega računalniškega tomografa, namenjenega diagnostiki pljučnih bolezni. Rojstni dan bolnišnice, 1. oktober, ker je bilo tega dne leta 1921 uradno odprto državno Zdravilišče za tuberkulozo, je zaznamovalo odprtje pregledne razstave *Bolnišnica Golnik skozi čas*. Razstava bo v Stebriščni dvorani Gorenjskega muzeja v Kranju na ogled do konca leta. Nastala muzejska zbir-



Andreja Peternej, glavna medicinska sestra in duša kulturnih dogodkov, skupaj s Tofom na uspeli avkciji likovnih del

ka je plod sodelovanja z Inštitutom za zgodovino medicine MF in Gorenjskim muzejem. Svoje stalno mesto bo dobila v bolnišničnih prostorih.



Z otvoritve pregledne razstave v Stebriščni dvorani Gorenjskega muzeja v Kranju

Vedrina in toplina barv in mehkih oblik del na papirju in slik akademskega slikarja Klavdija Tutte je vnesla optimizem v bolnišnično okolje. Ta *Donacija*, ki jo je spremljal krajši koncertni nastop učencev Glasbene šole iz Kranja, je bila zelo naklonjeno sprejeta. Likovna oprema naredi hladne in bele prostore bolj prijetne.

Bolnišnica je za dva dni odprla svoje prostore laični in strokovni javnosti. *Dnevi odprtih vrat* so se začeli s sprejemom v avli, ogledom krajšega filma in direktorjevim pozdravom. Sledil je voden ogled diagnostičnih enot, labo-

ratorijev in oddelkov. Pri tem nismo pozabili pokazati imenitnega parka, grajske stavbe in arhitekturnih dosežkov Vurnika, Khama in Plečnika. Gostili smo tudi predstavnike slovenskih medijev.



Na Brdu pri Kranju je potekal strokovni sestanek za medicinske sestre Zdravstvena nega bolnika s pljučno boleznijo

V okviru tradicionalnih golniških dnevo sta bila organizirana strokovna sestanka za medicinske sestre na Brdu pri Kranju in za zdravnike v Cankarjevem domu. Zdravniški sestanek je potekal pod naslovom *Pulmologija in alergologija v Sloveniji v 21. stoletju*. Teme so bile aktualne: tuberkuloza, alergijske bolezni in astma ter pljučnice. Strokovni sestanek na Brdu je bil prerez skozi stanje zdravstvene nege v bolnišnici in prikaz možnosti razvoja. Vizijo zdravstvene nege bolnikov s pljučnimi in alergijskimi boleznimi je predstavila glavna sestra bolnišnice Andreja Peternelj. Skrb za kakovost na različnih področjih delovanja je v bolnišnici na Golniku že dalj časa zelo opazna. Bogate izkušnje na tem področju je predstavila Saša Kadivec. Celostna obravnava bolnikov vključuje tudi zdravstveno nego in vzgojo. Marjana Bratkovič, Nataša Čeh, Marjeta Anderle, Ružica Bavdek in Tatjana Jakhel so v okviru te teme razpravljale o bolniku s KOPB, bolniku s tuberkulozo, bolniku s kronično pljučno boleznijo, bolniku z dolgotrajni ventilacijo in ventilaciji pljučnega bolnika v domači oskrbi. Barbara Bukovnik je predstavila razširjenost in reševanje vprašanja preobčutljivosti za naravni lateks med negovalnim osebjem. Več kot 180 udeležencev je prejelo zbornik predavanj.

Na strokovnem sestanku je bila podeljena plaketa za življenjski prispevek v razvoju Bolnišnice Golnik dolgoletni glavni medicinski sestri Manji Travnika.

Sklepno dejanje je bila *Svečana akademija* v Cankarjevem domu. S kulturnim programom so povabljene v dvorani razvedrili igralec Gašper Tič, ki je nastopal z odlomkom iz monokomedije Z. Sokoloviča Kako sem prišel na svet, pevka Vita Mavrič s šansoni ob spremljavi mojstra Mojmirja Sepeta ter plesni par Katarina Venturini in Andrej Škufca, ki sta z rumbo in cha-chajem navdušila vse prisotne v dvorani. Slavnostni govor je imel direktor bolnišnice, prof. dr. Jurij Šorli. Pozdravne besede predsednika republike Milana Kučana je prebrala voditeljica, saj je bil spričo aktualnih svetovnih dogodkov in državiških obveznosti nepričakovano v tujini. Navzoče je pozdravil minister za zdravje, prof. dr. Dušan Keber. V sproščenem in prijateljskem vzdušju je potekal sprejem v predverju Cankarjevega doma.



Vita Mavrič in Mojmir Sepe

V tem letu se v bolnišnici nadaljuje obnova in posodabljanje. Laboratorij za klinično biokemijo in hematologijo je v celoti obnovljen. Zaključujejo se obsežna prenovitvena dela v bolnišnični kuhinji. Do konca leta bo začel obratovati računalniški tomograf. Med pomembne projekte sodi sprejem Strateškega poslovnega načrta in oddaja vloge za nagrado za poslovno odličnost.

Včasih naporno rutinsko delo smo s kulturnimi in strokovnimi dejavnostmi popestrili in oplemenitili naše poslanstvo. V praznovanju smo našli nove izzive in ideje za prihodnja leta.

Foto: Janez Misson

Malčka Kvasnik, Muta

Po gozdni učni poti nad Radljami**Znižajmo visok krvni tlak, naredimo kaj, da bo nižji**

Iz meglenega jesenskega jutra smo krenili proti Staremu gradu nad Radljami, kjer nas je pričakalo sonce. Zbrali smo se tečajniki »Znižajmo visok krvni tlak«, zdravstveni delavci in planinci planinskega društva Bricnik iz Mute. Nekam posebna družčina bi dejala, a nič takega, bili smo eno ali drugo ali vse hkrati. Vodja tega tečaja Slavica Urnaut, višja medicinska sestra iz zdravstvenega doma v Radljah, je ta pohod načrtovala prav s planinci iz Mute, tudi zato, da pohod in druženje popestrimo z namenom, da kaj zapojemo, saj imamo svoj pevski zbor, ki ga vodi Lojzek Bratuša.

Preden smo krenili na pot, nas je prišla pozdravit Jožica Heher iz Dravograda, članica društva za zdravje srca in ožilja Koroške. Izrazila je obžalovanje, da se nam ne more pridružiti na pohodu, nam čestitala za tako odločitev in dodala, da se vse premalo zavedamo, da je moto, da znižamo visok krvni tlak, prav v tem, da spremenimo svoj slog in živimo bolj zdravo, da se predamo druženjem in sprostitvam v naravi.

Ko smo čez dobro uro prispeli na stari grad, nas je tam čakal Marijan Lipuš s toplo telečjo obaro, sadjem in sadnimi napitki. Čeprav je bilo diet-

no, je teknilo kot malokdaj in dejali smo, da je v naravi vse boljše in okusnejše, kot sicer. Nato je Slavica Urnaut dejala, da je sicer zadovoljna s številom tečajnikov, prav tako tudi s številom svojih zdravstvenih sodelavcev, čeprav je pričakovala večjo udeležbo, a začelo se je. Da spoznamo vrednote druženja in sprostitev v naravi, da si vzamemo čas zase, za svoje zdravje. Saj često pozabljamo, da je prav visok krvni tlak pogost dejavnik za nastanek bolezni srca in ožilja, ki je posledica prehitrega tempa našega vsakdana. Zahvalila se je za udeležbo vsem tečajnikom, svojim zdravstvenim

sodelavkam, planinskemu pevskeму zboru Bricnik iz Mute, Marjanu Lipušu za okusno malico ter nam razdelila praktična darila, ki so jih prispevali: Palfinger - Janez Bijol iz Vuzenice in zdravstveni dom Radlje. Bile so kape, obliži, labela, vse to, kar ne sme manjkati v naših nahrbtnikih. Za vse še enkrat najlepša hvala.

Posebej se je Slavica zahvalila za sodelovanje še Darji Nabernik, univ. dipl. psih., tudi predavateljici tečaja »Znižajmo visok krvni tlak, naredimo kaj, da bo nižji, da si je vzela čas, nas spremljala od začetka do konca, nas vzpodbujala, se z nami veselila in tudi zapela.

Lepa zahvala za sodelovanje je bila namenjena tudi glavni medicinski sestri Sonji Kevc, ki je pohvalila delo Slavice Urnaut in si zaželela več takih in podobnih druženj v naravi.

Ko sem opazovala to naše druženje, se mi je nehote vrnila misel, kako malo je potrebno, da se sprostimo, da naredimo kaj zase, za svoje zdravje, da bi bili srečni mi in tisti, s katerimi si to srečo delimo. Razšli smo se srečni zadovoljni, s pesmijo na ustih in si dejali, da bi se kmalu spet zbrali, se veselili skupaj in za nekaj ur pozabili na skrbi, ki nas nenehno spremljajo.

Tamara Kofol, Alenka Naglost

Mesec november - mesec preventive odvisnosti. LUČ BAKLE, SIMBOL OZAVEŠČENOSTI IN PRIPRAVLJENOSTI ZA POMOČ

V Zdravstvenem domu Ajdovščina – Kabinet za zdravstveno vzgojo in Klub zdravljenih alkoholikov – smo v novembru 2001 pripravili preventivni projekt »KAJ SE DOGAJA Z MENOJ?».

Osnovni cilj projekta je bil doseči vse prebivalce (osebe na robu, ogrožene osebe, svojce) in jih ozavestiti o svojem spremenjenem ravnanju do sebe, do soljudi, družine in poklica, zaradi vpliva zlorabe drog in posledično odvisnosti. Pripravile smo zgibanko o rizičnem obnašanju z informacijo o nujenju pomoči. Zgibanko smo poslali v vsa gospodinjstva občine Ajdovščina in Vipava.

Drugi cilj je bil omogočiti vsakemu posamezniku prvi korak iz začaranega kroga z informacijami in nujenjem individualnega svetovanja strokovnjakov. Poleg strokovnih aktivnosti smo za boljšo promocijo in uspeh akcije organizirale gledališko predstavo »Prepovedani sadeži« skupine KUD Štrudl. Vsebina zgodbe je imela samo eno sporočilo: »Pravi raj ustvarja pogovor in beseda je sadež, ki človeka spreminja v rajsko bitje«.



nad vsebino gledališke predstave kot tudi sporočilom.

V četrtek in petek smo v avli Zdravstvenega doma pripravile mizo z zdravstvenovzgojnim materialom o odvisnostih. Vsi mimoidoči so se zanimali za tovrstna vprašanja in zgibanke so v hipu pošle.

V kabinetu za zdravstveno vzgojo so istočasno potekala individualna strokovna svetovanja. Vodili so jih strokovnjaki iz Ambulante za zdravljenje odvisnosti in Ambulante za motnje v razvoju Nova Gorica ter Kluba zdravljenih alkoholikov Ajdovščina. Ljudje so nas presenetili z odprtostjo in željo po spremembi, ki so jo izrazili z obiskom svetovalcev.

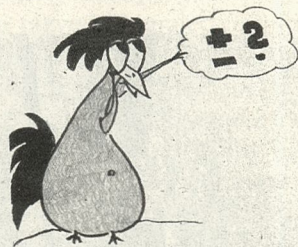
Opazili smo, da težave najlažje priznajo ženske z motnjami hranjenja. Predvidevamo, da je to posledica pomanjkanja pomoči na tem področju pri nas.

Iz odziva ljudi sklepamo, da je bilo sporočilo, ki smo ga želele posredovati, pripravljeno in prikazano na zanimiv, privlačen način.

Poleg tega pa smo ob obisku svetovanj dobili potrditev, da so v našem okolju ljudje, ki potrebujejo in že iščejo pomoč.

Zaključno sporočilo našega projekta torej je, da moramo v našem okolju narediti korak naprej z razširitvijo nujenju pomoči.

KAJ SE DOGAJA Z MENOJ ?



Želim postati bolj
ODLOČEN in
SAMOZAVESTEN!

Po predstavi smo imeli pohod z balkami, ki smo ga poimenovali Korak iz teme. Z njim smo hotele simbolično pokazati, da se zavedamo težav, da ljudi s težavami odvisnosti in njihove svojce sprejemamo in ne obsojamo in da jim želimo pomagati. Ko so ljudje prihajali, so si v avli kinodvorane ogledali raztavo, ki so jo na temo odvisnosti pripravili učenci OŠ Ajdovščina, SŠ Veno Pilon in člani Centra mladinskih dejavnosti.

Dvorana je bila zasedena do zadnjega stola. Čutilo se je navdušenje, saj so bili gledalci ganjeni

Cvetka Pangerl

JESENSKI PIKNIK

Delavci Otroškega oddelka Splošne bolnišnice Celje smo se odločili, da bo mo oktobrsko popoldne preživeli malo drugače – ob Šmartinskem jezeru, v krogu svojih najbližjih.

Brez dvoma privlačno povabilo, ne nazadnje tudi zato, da spoznamo sodelavce z druge plati. Napovedi o slabem vremenu se niso uresničile.

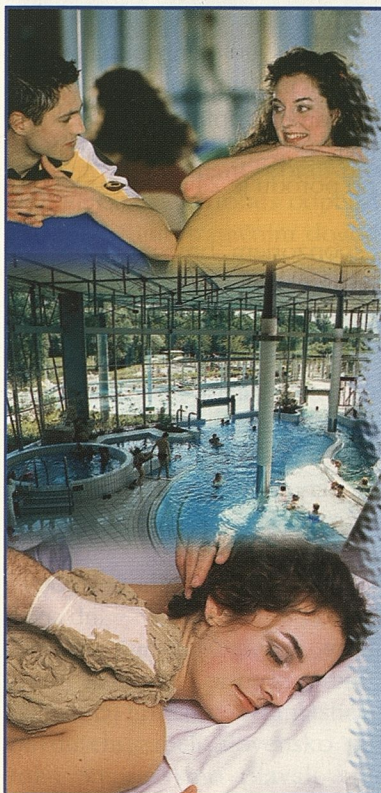
Zjutraj je bil delovni dan v krogu naših malih bolnikov, ki imajo velike strahove in se veselijo naše pomoči, da bi bili čimprej zdravi in odšli domov.

Končno je bila ura dve popoldne in odhod na pričakovani piknik. Z avtomobili smo se odpeljali na dogovorjeno mesto »pod kozolcem«. Tam so nas že čakale pečene dobrote z ražnja, potica in drugo pecivo. Ni manjkalo niti kostanja in mošta, ki sodi zraven. Popoldan in večer sta minila kot bi trenil, saj smo se zabavali z družabnimi igrami in se zavrteli ob prijetnih zvokih ansambla »Trio Mogu«.

Trdno smo se odločili, da moramo srečanje še ponoviti, če ne prej, pa naslednjo jesen. Vsem, ki so nam omogočili prijetno druženje, se zahvaljujem.



Osebe, upokojenci in naši najbližji.
Otroški oddelek bolnišnice Celje



Radenska

ZDRAVILIŠČE RADENCI

120 let tradicije

Preživite prijeten konec tedna v Radencih.

Podaljšani vikend paketi (od četrтка do nedelje ali od petka do ponedeljka)

Paket vsebuje: tri polpenziona v izbranem hotelu (samopostrežni zajtrk in večerjo), kopanje v termah, CO₂-mineralno kopel, polovično ročno masažo, pitje radenske v pitni dvorani, dnevno en vstop v savno (za goste hotelov Radin in Izvir).

Hotel Radin ***** 34.000

Hotel Izvir ***** 32.300

Hotel Miral ***** 26.600

Cena velja od 3. 1. do 23. 3. 2002 na osebo v dvoposteljni sobi v SIT. Turistična taksa se plača posebej.

V času zimskih počitnic (od 15. 2. do 3. 3. 2002) biva en otrok do 12. leta in otroci do 7. leta v sobi z dvema odraslima **BREZPLAČNO!**
5 dni od 45.250 SIT dalje.

Programi za sprostitve, užitek in dobro počutje: **Wellness & Beauty** programi.

Tel: 02 520 27 20, 02 520 10 00,
www.radenska.si rezervacije.zdravilisce@radenska.si

Anita Prelec

UTRINKI IZ BARCELONE ali KAKO SMO PREŽIVELI 5. PERINATOLOŠKI KONGRES IN SE PRI TEM IMELI ŠE LEPO

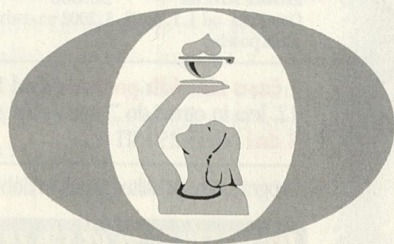
V času bojazni, kako preživeti varen in miren let na drugi konec Evrope, se je v Barceloni, prestolnici Katalonije, odvijal 5. svetovni perinatološki kongres. Svetovnemu perinatološkemu združenju, ki vključuje porodničarje, neonatologe-pediatre, babice in pediatrične medicinske sestre iz vsega sveta, je uspelo v veličastni kongresni dvorani združiti znanja in izkušnje strokovnih sodelavcev iz 124 držav sveta.

Preko tritisoč udeležencev se je v petih dneh razvrstilo po dvoranah, ki so tematsko pokrivalo interesna področja poslušalcev. Vsak dan se je zvrstilo tudi preko 200 plakatov. S kolegico Gordano Njenjič sva predstavili naš prispevek z naslovom: Spremembe perinatološkega varstva Slovenije v času tranzicije. Na plakatu so bile opisane politične, ekonomske in socialne spremembe med letoma 1990 – 1999, zaradi katerih je prišlo tudi do sprememb na področju predporodnih, obporodnih in poporodnih rezultatov. Podatke nam je zbral mag. Verdenik s pomočjo Nacionalnega perinatološkega sistema Slovenije in tudi zasluga za prelepo oblikovanje plakata gre prav njemu. Tretji dan kongresa smo se zbrale babice iz vseh vetrov in poslušale predavanja kolegic: izobraževanje babic v državah Evropske unije, porodni centri v ZDA, potermenska nosečnost, skrb za presredek v II. porodni dobi, osnovne

kompetence babic, etični vidiki babištva, prispevek babic k varnemu materinstvu, dojenje in izkušnje porodnic ... in še kaj. Večer smo zaključili z gala srečanjem vseh udeleženk v Nacionalni galeriji – prekrasno. Kongres je bil prav tako pomemben zaradi sprejetja t. i. Barcelonske deklaracije z naslovom: Pravice žensk in novorojenčkov.

Za dobro razpoloženje so vse dni skrbeli toplo vreme, kozarček hladne sangrije, morska paela in zvoki flamenca. Po obsežnih kongresnih dejavnostih smo si spočili oči (in ušesa) ob ogledu največjih znamenitosti Barcelone. Samo za informacijo – Sagrada familija je še vedno v delu! Zadnji dan sva si s kolegico ogledali še porodnišnico (terciarni center s 3000 porodi), ki v svoji kategorizaciji ponuja pet zvezdic. Začetna navdušenost naju je kmalu minila, saj so s svojimi rezultati (90 % epiziotomij, 25 % carskih rezov, 10 % izhodnih porodniških operacij, skoraj vsi porodi z epiduralnim blokom) slabo primerljivi s slovenskim povprečjem. Ležalna doba po porodu je 24 ur in po carskem rezu 48 ur.

Iskrena hvala sponzorjem, brez njih ne bi bile deležne tega pomembnega srečanja. Srečen povratek domov je v meni prebudil vzdih globoko, iskreno, iz srca – LJUBO DOMA, KDOR GA IMA.



Majda Šmit

ABSOLVENTSKI IZLET V GRČIJO



Končno je prišel dan D, ko smo se 17 študentov 3. letnika izrednega študija zdravstvene nege - diferencialni program Visoke šole za zdravstvo v Ljubljani zbrali pred Halo Tivoli, odkoder nas je avtobus odpeljal na letališče v Benetke. Kljub tragičnim dogodkom, ki so se pred našim izletom dogodili v Ameriki, in temu, da so nas mnogi spraševali, ali res gremo z letalom, smo se veseli snidenja, s prepričanjem, da se nam in našemu letalu ne bo nič zgodilo, podali novim dogodkom nasproti.

Na letališču v Atenah nas je pričakala simpatična gospa Olga, Slovenka, ki že kar nekaj desetletij živi in dela v Atenah kot turistična vodička. S svojo mladostno pojavnostjo, odličnim znanjem grščine, poznavanjem grške zgodovine in mitologije nas je polna energije štiri dni vodila po arheoloških ostalinah klasične Grčije. Ogledali smo si preročišče Delfi, Mikene, Korinski prekop, v antičnem gledališču Epidavrus s fantastično akustiko smo navdušeni zapeli slovensko pesem, na polotoku Sunion smo plavali v toplem morju,

povzpeli smo se na akropolo in opazovali mogočno mesto Atene. Seveda pa smo imeli tudi družabne večere v grških tavernah, kjer smo okušali njihovo kulinariko, se zabavali ob folklornem programu, plesali sirtaki. Polni dobrega razpoloženja in smeha smo se učili o grških bogovih - mitoloških in sedanjih - mesenih.

Ker je vsake lepe stvari enkrat konec, smo se tudi mi morali vrniti domov, seveda z upanjem, da podoben izlet še kdaj ponovimo. Mogoče za nagrado, ko bomo že diplomirali?

Naj bo zapis vzpodbuda vsem absolventom, ki študirate v izrednem ali diferencialnem programu, da si organizirate izlet. Lepih skupnih trenutkov ob zaključku študija nam ne more dati nihče, lahko pa si jih podarimo sami!

Vsem sošolkam in sošolcem, ki ste že diplomirali, iskrene čestitke, nam, ki smo na poti do diplome, pa naj v novem letu ne zmanjka delovnega zanosa in življenjske energije!

Nasvidenje spomladi, v Atenah, grški restavraciji v Ljubljani.

Jožica Šiftar

MOJI DOSEŽKI NA SVETOVNEM PRVENSTVU



V mesecu juliju 2001 je v mestu Brisbane v Avstraliji potekalo 14 svetovno veteransko prvenstvo v atletiki, ki se ga je udeležilo kar 6000 atletov iz 79 držav. Med njimi je sodelovalo tudi 25 članov iz Slovenije. Udeležili smo se skoraj vseh atletskih disciplin. Iz Pomurja smo sodelovali trije atleti, ki smo tekmovali, vsak posameznik, kar v treh disciplinah in s svojimi rezultati pripomogli, da se je Slovenija skupno uvrstila zelo visoko, po številu medalj in tudi posamično.

Sama sem tekmovala v teku na 5 km, 10 km in 42 km in se v zadnjih dveh disciplinah uvrstila na 7 mesto na svetu. S samim rezultatom sem bila seveda zelo zadovoljna, saj je bila proga maratona zelo zahtevna in start zelo zgodaj, po avstralskem času ob 6. uri. Poleg tega sem imela spomladi prometno nesrečo, ki mi je zelo omejila treninge. Z voljo se vse premaga.

Za vse tri discipline teka sem se odločila zaradi 20-dnevnega bivanja v Brisbenu in je bilo zadosti časa, da sem se med tekami nekoliko odpočila.

Priznati moram, da sem imela največjo predtekmovalno tremo v teku na 5 km. Eno uro pred tekmo se je bilo potrebno podpisati na seznam nastopajočih in s tem potrditi, da boš na tekmi sodeloval. Sledilo je ogrevanje, za tem

pa oštevilčenje tekmovalk po vrstnem redu. Nekaj minut pred startom smo v spremstvu sodnika po zaporednih številkah od 1 do 35 odšle na stadion. Sledilo je še nekaj minut ogrevanja in končno namestitev na startna mesta. V tem trenutku mi je adrenalin najbolj narastel in srce mi je močno razbijalo. Pok iz pištole in vseh 35 tekačic se je pognalo zmagi nasproti, prepričanih, da so prav one tiste, ki so najboljše.

Za tek na 10 km sem imela kar 4 dni časa, da še nekoliko potreniram oziroma da se odpočijem od prejšnje tekme. Pri tej disciplini sem bila že bolj sproščena. Celoten postopek priprav je potekal enako kot pri tekmi na 5 km, z razliko, da sem bila bolj prepričana vase, da bom izboljšala uvrstitev. In res mi je uspelo. Zadnjih 400 m sem lahko kar pospešila in prehitela še dve tekmici in bila s končno uvrstitvijo zelo zadovoljna.

Za disciplino, tek na 42 km 195 m, v katero sem največ vlagala, sem imela za pripravo zopet na voljo 4 dni časa. V tem času sem opravila dva daljša treninga. Na dan maratona jutraj, ko se je 8 maratoncev iz slovenskega tabora odpeljalo na štart, je bila še trda tema. Taksi, ki smo ga morali naročiti za prevoz na start, je zamujal skoraj 20 minut. Bili smo že zaradi teka nervozni in nestrpni, da smo se komaj obvladali, ko je taksist čisto mirno dejal: »mirno dečki, saj je še čas!« Nervozna je popustila šele na stadionu, ko smo se začeli pripravljati in ogrevati med ostalo množico maratoncev. Zanimivo nas je bilo opazovati med čakanjem na start. Vsak je kaj počel. Eni so se ogrevali v rahlem teku sem in tja, drugi so delali razstezalne in razgibalne vaje, spet tretji klepetali me seboj in drug drugega bodrili, nekateri so hoteli biti čisto sami.

Kot pred vsakim maratonom sem tudi pred tem bila precej nervozna, saj sem vedela, da je proga zelo zahtevna in bom morala kar garati za dobro uvrstitev. Nekaj minut pred startom: še enkrat na WC, še malo tekočine, nekoliko masaže gležnjev in kolen, nato iskanje dobrega mesta na startu, odštevanje sekund, štart in boj s samim seboj se je začel.

Proga je bila krožno speljana ob reki Brisbane

tako, da si se s svojimi tekmeči kar naprej srečeval. Meni ni posebno ustrezala in mi je v začetku jemala energijo in elan. Proti tridesetemu kilometru sem to tesnobo nekako premagala in uspelo mi je, da sem tek pospešila in vzpostavila hitrejši enakomeren ritem vse do cilja.

Cilj - ko sem videla, da imam pred seboj še manj kot dvesto metrov, sem zbrala še zadnjo energijo in finiširala do ciljne črte. To je bil zame najlepši občutek. Gledalci so mi navdušeno ploskali in kričali »dobro delo si opravila«. V tem trenutku me je preplaval po vsem telesu veličasten občutek miru in zadovoljstva, da nisem mogla zadržati solz. Uspela sem in zopet premagala enega izmed številnih že pretečenih maratonov na 42 km, 195 m.

Vrbnjak je v svoji moški konkurenci ekipno osvojil srebrno medaljo na 42 km. Mauko pa je v teku na 400 m, 200 m in 100 m osvojil tudi dobre rezultate.

Celotno prvenstvo je potekalo kar 14 dni in tako nam je ostalo nekaj časa, da smo si ogledali delček Avstralije. Izlete smo si organizirali po skupinah, odvisno od programa tekmovanja, in se med seboj pogovorili, kaj je najbolj privlačno za ogled.

Zelo aktualna je bila zlata obala, ki se je razprostirala kilometre ob Indijskem oceanu. S svojimi visokimi valovi je kar naprej gladil peščeno obalo in privabljal številne ljubitelje deskanja in jahanja na valovih in seveda tudi kopalce.

V času našega obiska je bila v Avstraliji zima z dnevnimi temperaturami od 25-27 °C, ponoči pa se je temperatura spustila tudi do 0 °C.

Druga zanimivost je bil podvodni svet živali, kjer si si lahko ogledoval številne prebivalce morskih globin, od malih do velikih, da ti je kar dih zastal.

Ogledali smo si tudi živalski vrt s koalami, kengurui, papigami, dingom, orli in še bi lahko naštevale. Nas so najbolj pritegnile koale, male mehke kepice, ki so spale v rogovilah fikusov benjaminov in se niso dale motiti v svojem skoraj celodnevem spanju. Prav tako kengurui, ki so bili čisto udomačeni, da smo se z njimi lahko neumorno slikali in jih hranili kar iz roke. Kače pa smo lahko opazovali samo skozi steklo.

Veliko naše pozornosti je pritegnil ogromen botanični vrt. Rastline, ki jih mi gojimo v lončkih, so tam velikanska drevesa, da ne

moreš verjeti očem. Fikusi benjamini so s svojimi mogočnimi krošnjami hladili in krasili precejšen del obale vzdolž reke Brisbane.



Prosti dan za vse udeležence svetovnega prvenstva smo izkoristili za srečanje s Slovenci, ki že leta živijo v Avstraliji. Stik z njimi smo navezali že v Sloveniji, preko Interneta. Povabili so nas v svoj dom »Planinka«, kjer so nas pogostili in smo se ob zvokih domačih viž razgibali. Med prijetnim klepetom z njimi smo izvedeli dosti zanimivosti. O njihovem življenju v Avstraliji, kaj jih je prineslo v tuji svet, kako so začeli in kaj so morali prestati, da so prišli do tega, kar imajo zdaj. Ostali del dneva so nam razkazali okolico Brisbena z najvišjim vrhom in deževni gozd. Zvečer smo se s prijetnimi vtisi poslovlili od njih z željo, da se še kdaj srečamo. Naš čas bivanja se je hitro iztekal. Vsa tekmovanja so se že zaključila, razen najzahtevnejše discipline v atletiki, maratona. Bil je na programu zadnji dan in kljub rahli utrujenosti od vtisov, ki smo jih doživeli, smo Slovenci maraton odlično premagali, kot sem že omenila.

Ob povratku v domovino nam je ostal še postanek na Baliju v Indonezijskem otočju. V teh dveh dnevih smo si s pomočjo prijetnega indonezijskega voditelja ogledali njihova terasasta riževa polja, templje, se umili v vodi mladosti, izvirajoči v enem izmed največjih templjev, ki ga najbolj častijo. Seznanili smo se z delčkom njihovega vsakdanjega življenja, v katerem zaznaš skromnost in prijaznost, z njihovo kulturo izdelovanja lesenih predmetov iz ebenovine in tehnike risanja na blago.

Ob prihodu na Brnik smo bili vsi slovenski atleti prijetno presenečeni. Predstavniki Atletske zveze Slovenije so nas pričakali na letališču in nam osebno čestitali za dober uspeh, ki smo ga dosegli na svetovnem prvenstvu v Avstraliji.

"PISMO ŽELJA"



"Halo, mami, oči, pravkar sem zaključil pismo želja za dedka Mraza. Ga odneseta na pošto?"

DVOJINA

"Janez, zdaj pa povej, ali je samostalnik hlače ednina ali dvojina?" vpraša učiteljica Janeza.

"Tovarišica, mislim, zgoraj je ednina, spodaj je dvojina!" se odreže Janez.

PLES

"Sonja, ti pa plešeš kot gozdna vila," hofira Janez med plesom Sonji.

"Joj, Janez, pozabil si dodati, da sem vila, ki pleše ob štoru!"

GORENJSKI

"Francelj, daj, posodi mi tisočaka," prosi Jože.

"Ne boš verjel, ampak ga nimam," pohiti z odgovorom Francelj.

"Kaj pa žena?" ne odneha Jože.

"Hvala. Žena se zadnje čase počuti dobro!"

ADAM

"Zakaj pa Adam ni imel tašče?" modrujeta Ivan in Marjan v ranem jutru po silvestrskem praznovanju.

"Si pa zrel. On je pa vendar živel v rajlu!"

REKLI SO – DA BI SPREMINJALI SVET IN LJUDI!

Prijateljstvo nam je danes bolj potrebno od vode in ognja.

Cicero

Stare hiše in mlada dekleta se hitro vnamejo.

Nemški pregovor

Trener je človek, ki zna v soboto povedati, kaj se bo zgodilo v nedeljov ponedeljek pa pojasnjuje, zakaj se ni dogodilo!.

Jeff Rovin

Bolečina mi pravi: sem, in dokler sem, si tudi ti.

Ranko Marinkovič

ZA VAŠ NASMEH IN ŠE KAJ VEČ se trudi PETRA KERSNIČ

NEKAJ MALEGA NASVETOV ZA LASTNO ZDRAVJE

*"Ljubezni in kašlja
ni mogoče skriti."*

George Herbert, pesnik 1593-1633



ZDRAVJE IN VITALNOST V 13. KORAKIH

1. Uživajte v poklicu in skrbite za enakomerno obremenitev s skrbmi!
2. Če zbolite, ste utrujeni in ne zmorete več, si vzemite počitek in obmirujte!
3. Skrbite za telesno kondicijo s primerno aktivnostjo in za odpornost s pravilno prehrano!
4. Če je le mogoče, prenehajte kaditi in postanite zmerni v uživanju alkohola!
5. Samoopazovanje in samopregledovanje naj bosta del vsakodnevne osebne nege!
6. Poskrbite za dovolj znanja o preprečevanju poškodb na delovnem mestu in doma!
7. Zagotovite si zdravo življenjsko in delovno ozračje in okolje!
8. Obiščite svojega izbranega zdravnika, tudi če niste bolni!
9. Zaupajte vase in v svoje sposobnosti!
10. Imejte in uživajte zdrav in varen seks!
11. Kadar si močno želite kake hrane ali pijače, si jo v zmernih količinah tudi privoščite in uživajte!
12. Čeprav vas preganja čas, poskrbite za sprotno, predvsem pa dnevno sprostitev!
13. Jadrajte skozi življenje v družbi ljudi, ki jih imate radi. Vključujte se v javna prizadevanja za zdravo življenje!

Nasvete pobira in zbira Petra Kersnič



ISS Servisystem izvaja:

- ✕ dnevno čiščenje prostorov in opreme
- ✕ občasna - temeljita čiščenja prostorov in opreme
- ✕ čiščenje oken
- ✕ fizično in tehnično varovanje
- ✕ receptorska opravila
- ✕ varovanje kopalcev
- ✕ interni transport in logistika
- ✕ urejanje in vzdrževanje okolice
- ✕ priprava in razdeljevanje hrane
- ✕ storitve pomoči in strežbe
- ✕ pranje perila
- ✕ tehnično vzdrževanje
- ✕ ravnanje z odpadki
- ✕ prodaja izdelkov
- ✕ ISS ...

LE DOBRO JE DOVOLJ DOBRO

ISS Servisystem d.o.o.
Kopitarjeva 5
2000 Maribor

tel.: 02/22 08 600
fax: 02/22 08 638
e-mail: info@iss-slo.si
www.iss-slo.si

Mija Šimenc

KDO ČISTI ZA NAMI POT PRIJATELJSTVA



Pot prijateljstva vodi tudi mimo naše kmetije v Bizoviku. Urejajo jo mladi ljudje. Vse leto do pozne jeseni jih vsako jutro pripelje kombi. Dolgo sem se spraševala, kdo so. Potem sem izvedela, da so to mladostniki-invalidi z zmanjšanimi zmožnostmi, ki si na zahtevnem trgu delovne sile težko pridobijo stalno zaposlitev; če pa jo že dobijo, jo zaradi manjših delovnih zmožnosti praviloma tudi izgubijo. Maja letos sem se odzvala povabilu na otvoritev novih prostorov Zelenega programa Želva (vrtarsko komunalni program), ki je bila v maju 2001 na Trpinčevi 39, v stavbi Totre. Povabila sta me direktor Želve gospod Vinko Bilič in gospa Magdalena Justin, diplomirana socialna delavka in skupinski habilitator.

Želva je podjetje za usposabljanje in zaposlovanje invalidov. Do ustanovitve tega podjetja so že obstajale razne invalidske delavnice, za slepe, gluhe ali invalide drugih kategorij. Niso pa usposabljali duševno prizadetih. Želva je vsestranska organizacija, ki zaposluje tudi duševno prizadete. Mladostniki niso več samo mizarji in šivilje. Mestna občina Ljubljana je leta 1994 omogočila, da so se začele izvajati tudi dejavnosti na področju komunale. Že sedmo leto vzdržujejo tudi Pot prijateljstva (nekdanjo Pot spominov in tovarištva). Sprva so opravljali le lažja dela, kot so pobiranje smeti, grabljenje listja in praznjenje košev. Kasneje so jim predstavniki Mestne občine zaupali zahtevnejša opravila, kot na primer košnja trave, obrezovanje dreves in zasaditev novih dreves. Pri Želvi so na to nemalo ponosni, saj je Pot prijateljstva pomemben športnorekreacijski objekt. Pot je dolga 33 km in široka 4 metre, ob njej pa je zasajenih več kot 8000 dreves. Samo v zadnjih letih pa so v sodelovanju z društvom Zeleni pristan Ljubljana zasadili še 725 dreves. Morda pridemo celo v Guinnessovo knjigo rekordov.

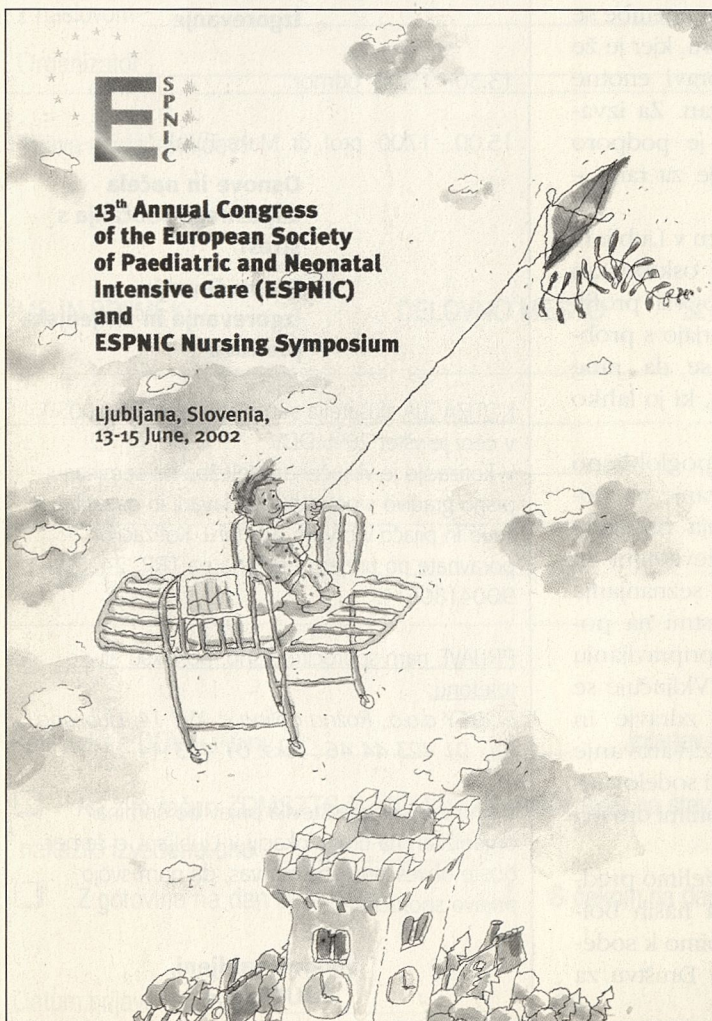
Pri Želvi so zaposlene 204 osebe, od tega je 160 invalidov. Med njimi so tudi mladostniki, ki so končali šolo s prilagojenim programom. Delajo po svojih zmožnostih. Zeleni program je letos dobil nov traktor, ki so ga bili mladostniki še posebej veseli. Tako se te osebe, ki so bile prej doma, v breme staršem in državi, vključijo v aktivno življenje in postajajo enakovredni drugim državljanom v svojem okolju. Zdaj jim ne daje več država, temveč oni dajejo njej, saj z zaposlitvijo plačujejo davke in prispevke. Hkrati sami skrbijo za svojo socialno varnost.

Po tej slovesnosti sem se odločila, da to, kar sem izvedela, predstavim tudi drugim, saj zvečine ne vemo, kdo čisti za nami, kadar smo malomarni in nam je težko stopiti do koša za smeti. Nastop teh mladih je bil ganljiv. Kadar hodimo po Poti prijateljstva, pomislimo tudi nanje.

SLOVENSKO DRUŠTVO HOSPIC, Poljanska c. 6, Ljubljana
prireja naslednje delavnice:

1. **Odnos do lastne umrljivosti:** Metka Klevišar, dr. med., **15.01.2002**, od 9. do 14. ure.
2. **Podpora družini umirajočega:** Tatjana Fink, univ. dipl. soc.,
18.01.2002, od 9. do 14. ure in **14.02. 2002**, od 9. do 14. ure.
3. **Stiska zdravstvenih in socialnih delavcev pri srečevanju z žalujočimi:**
Bernarda Mudrovčič, dipl.m.s., **25.01.2001**, od 15. do 20. ure.
4. **Kultura slovesa:** Metka Klevišar, dr. med., **29.01.2002**, od 9. do 14. ure.
5. **Vloga zdravnika ob sporočanju slabe novice:**
Urša Salobir, dr. med., Onkološki inštitut, **16.02.2002**, od 9. do 14. ure.

Delavnice bodo potekale na Kersnikovi 6 v 6. nadstropju in so verifirane pri zbornici zdravstvene nege Slovenije. Prijave pošljite na naslov: Slovensko društvo hospic, Poljanska 6, 1000 Ljubljana
Tel.: 01/ 234 83 30, Faks: 01/ 234 83 36, E-mail: hospic@siol.net
Kotizacijo v višini 8500 sit lahko nakažete na transakcijski račun pri A Banki d.d., št.: 05100-8010047155.



Več informacij dobite pri:
ga. Karmen Boh
Tajništvo

**Klinični oddelek za otroško
kirurgijo in intenzivno
terapijo**

Kirurška klinika
Klinični center Ljubljana
Zaloška 7
1525 Ljubljana

Tel.: (01) 430 17 14 ali
522 33 49
Faks: (01) 430 17 14
E-pošta: karmen.boh@kclj.si

Vanja Vilar

Ustanovitev Društva za oskrbo ran Slovenije

Devetdeseta leta lahko označimo kot obdobje velikih sprememb v industriji, politiki, družbi oziroma na vseh področjih človeške dejavnosti. V teh razmerah se iščejo in odkrivajo nove priložnosti za napredek in nove poti za doseganje ciljev. Želje vseh so združene v doseganju višje stopnje kakovosti življenja vsakega izmed nas in vsega človeštva.

Tudi na področju zdravstvene oskrbe ran sodobna medicina še vedno išče in raziskuje vzroke za njihov nastanek in metode za čimboljše in hitrejše celjenje ran. Te spremembe se odražajo tudi v slovenskem prostoru, kjer je že nekaj časa čutiti težnjo po pripravi enotne zdravstvene doktrine za oskrbo ran. Za izvajanje omenjene dejavnosti nam je podporo ponudilo tudi Evropsko združenje za rane – EWMA.

24.10. 2001 je bil v Kliničnem centru v Ljubljani ustanovni občni zbor Društva za oskrbo ran Slovenije, v katerem sodelujejo vsi profili zdravstvenih delavcev, ki se ukvarjajo s problematiko celjenja ran. Zavedamo se, da rane zahtevajo kompleksno obravnavo, ki jo lahko izvaja samo multidisciplinarni tim.

Osnovni namen društva je poglobljeno strokovno izobraževanje in delovanje na področju oskrbe ran. Cilji delovanja obsegajo strokovna sodelovanja z izobraževalnimi in strokovnimi ustanovami, sprotno seznanjanje strokovne javnosti z vsemi novostmi na področju zdravljenja in oskrbe ran, pripravljanju in razširjanju strokovnih smernic. Vključuje se sodelovanje z Ministrstvom za zdravje in Zavodom za zdravstveno zavarovanje Slovenije. Nenazadnje je nujno tudi sodelovanje in povezovanje z drugimi podobnimi društvi in organizacijami doma in v tujini.

Z vsemi omenjenimi aktivnostimi želimo predvsem izboljšati kakovost življenja naših bolnikov in varovancev. Zato Vas vabimo k sodelovanju in aktivnemu delovanju v Društvu za oskrbo ran Slovenije.

Vabimo vas, da se udeležite seminarja z naslovom

STRES IN IZGOREVANJE,

ki bo potekal **13. februarja 2002** v Ljubljani
(Rožna dolina c. XV/14).

PROGRAM:

9.00 - 11.00 prof. dr. Janek Musek

**Narava, vzroki in
posledice stresa**

**Stres kot rizični dejavnik
imunosti in zdravja**

11.00 - 11.30 odmor

11.30 - 13.30 prof. dr. Janek Musek

**Bolezen kot stres
Izgorevanje**

13.30 - 15.00 odmor

15.00 - 17.00 prof. dr. Maks Tušak

**Osnove in načela
uspešnega soočanja s
stresi**

**Preprečevanje
izgorevanja in življenjska
prenova**

KOTIZACIJA slušatelja seminarja je 17.880,00SIT, v ceni je všteti 20% DDV.

V kotizacijo je vključena udeležba na seminarju, pisno gradivo s povzetki predavanj in osvežitve s kavo in pijačo v prvem odmoru. Kotizacijo poravnate po prejemu računa na TRR: 24200 – 9004180614.

PRIJAVE nam sporočite pisno, po faksu ali telefonu:

EDUCY d.o.o., Rožna dolina c. XV/ 14, Ljubljana
Tel.: 01 423 44 46, faks: 01 423 44 47

V primeru večjega števila prijav bo seminar organiziran na drugi lokaciji v Ljubljani, o čemer boste obveščeni. Prosimo vas, da nam svojo prijavo sporočite.

**Vljudno vabljeni,
EDUCYd.o.o.**

PRIJAVNICA ZA STROKOVNA SREČANJA

Zavod (podjetje) _____

Poštna številka in kraj _____

Ulica in hišna številka _____

Zavezanec za DDV DA NE (obkrožite) - Davčna številka _____

Telefon _____ Kontaktna oseba: _____

Prijavnica za strokovno srečanje v kraju _____ dne _____

z naslovom _____

Organizator _____

Prijava udeleženk/cev:

S podpisom prijavljena/ni
soglašam, da se moje ime,
priimek in delovna organizacija
posreduje sponzorjem.

IME IN PRIIMEK

DELOVNO MESTO

Št. članske izkaznice

_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

Kotizacijo z DDV v višini _____ tolarjev je poravnana:

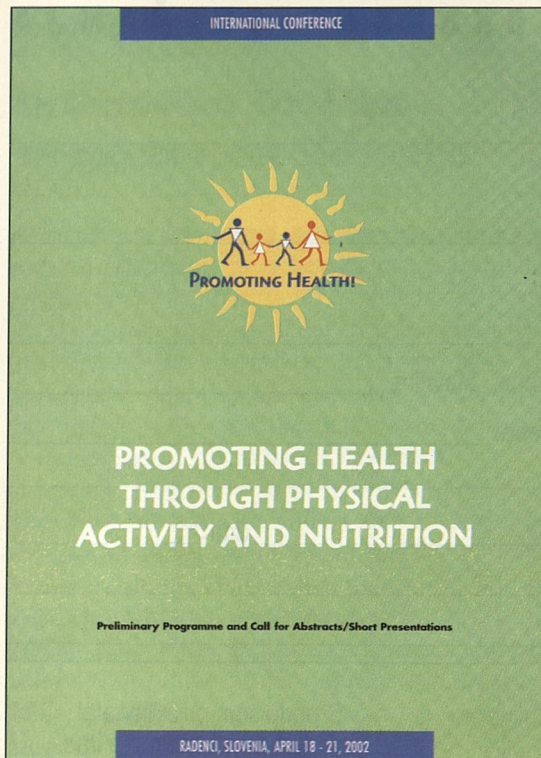
☐ Na žiro račun ZDMSZTS št.. 50101-678-48641 sklic na številko 00 120 + SM (št. sekcije)
nakazilo izvedeno dne _____

☐ Z gotovino na dan seminarja ☐ S čekom na dan seminarja

Datum prijave _____

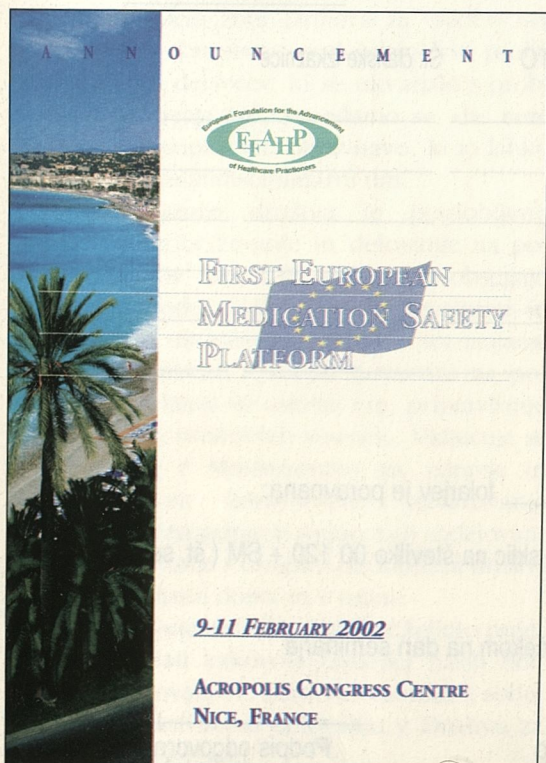
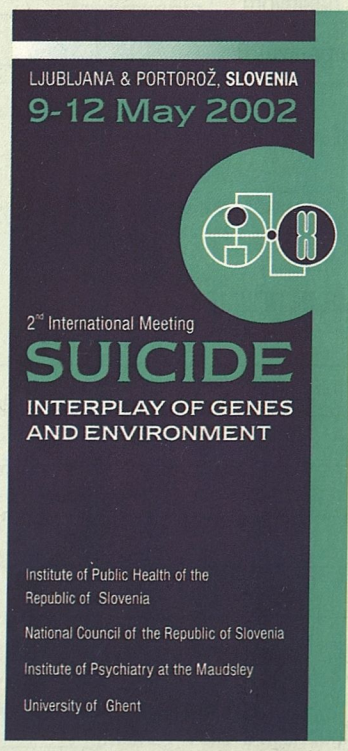
Žig _____

Podpis odgovorne osebe: _____



**INTERNATIONAL CONFERENCE
PROMOTING HEALTH
THROUGH PHYSICAL
ACTIVITY AND NUTRITION**
Preliminary Programme and Call for
Abstracts/Short Presentations
RADENCI, SLOVENIA, APRIL 18 - 21, 2002

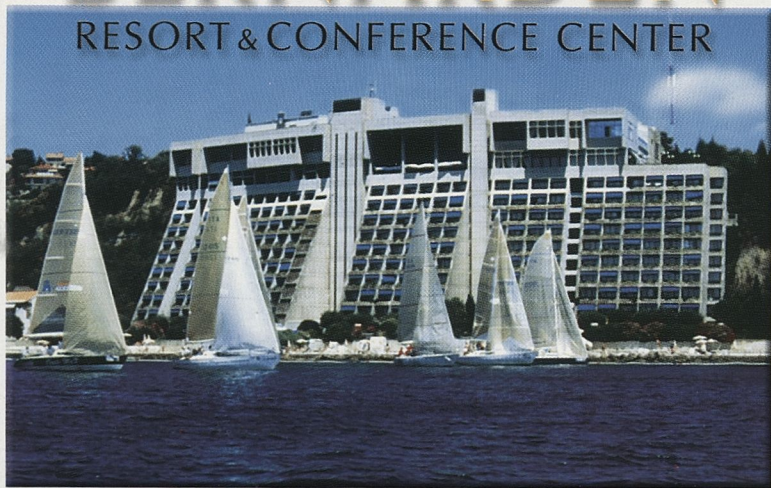
**Institute of Public Health of the Republic
of Slovenia
National Council of the Republic of
Slovenia
Institute of Psychiatry at the Maudsley
University of Ghent
2nd International Meeting
SUICIDE INTERPLAY OF GENES AND
ENVIRONMENT
LJUBLJANA & PORTOROŽ, SLOVENIA
9-12 MAY 2002**



**ANNOUNCEMENT
European Foundation for the Advancement of
Healthcare Practitioners
FIRST EUROPEAN MEDICATION SAFETY
PLATFORM
9 - 11 FEBRUARY 2002
ACROPOLIS CONGRESS CENTRE
NICE, FRANCE**

BERNARDIN

RESORT & CONFERENCE CENTER



*Stradicijo gostoljubnosti...
Udobna namestitev, kongresni center, privlačna
bazenska ponudba.*



Tel.: 05/695 51 04 ali 05/695 51 06, fax: 05/674 64 10
e-mail: hoteli.bernardin@siol.net, internet: www.h-bernardin.si
Hoteli Bernardin, d.d., Obala 2, 6320 Portorož - Slovenija



Panatus®
tablete, sirup

Panatus® forte
tablete, sirup

butamirat citrat

Pot do mirnega spanca

- odpravlja akutni in kronični suh in dražec kašelj različnega izvora
- primeren za otroke in odrasle, tudi za sladkorne bolnike
- pomirja kašelj pred diagnostičnimi in terapevtskimi posegi v bronhijih in po njih, pred operacijo in po njej
- ne povzroča sedacije in odvisnosti

Skrajšano navodilo

Indikacije. Panatus je indiciran za zdravljenje akutnega in kroničnega dražčega suhega kašlja različnega izvora, kašlja pred diagnostičnimi posegi v bronhijih in po njih, pred operacijo in po njej ter za zdravljenje oslovskega kašlja. **Odmerjanje.** Panatus odmerjamo glede na starost bolnika, farmacevtsko obliko ter pogostost in moč kašlja. Sirup Panatus forte, odrasli: 4-krat na dan po 1 veliko žlico (15 ml); otroci, starejši od 12 let: 3-krat na dan po 1 veliko žlico; stari 6 do 12 let: 3-krat na dan po 2 mali žlici (5 ml); stari 3 leta do 6 let: 3-krat na dan po 1 malo žlico. Tablete Panatus forte, odrasli: 2-krat do 3-krat na dan po 1 tableto (50 mg); otroci, starejši od 12 let: 1-krat do 2-krat na dan po 1 tableto. Sirup Panatus, odrasli: 3-krat do 4-krat na dan po 6 malih žlic (5 ml); otroci, starejši od 9 let: 4-krat na dan po 3 male žlice; stari 6 do 9 let: 3-krat na dan po 3 male žlice; stari 3 leta do 6 let: 3-krat na dan po 2 mali žlici; stari 1 leto do 3 leta: 3-krat na dan po 1 malo žlico; stari 6 mesecev do 1 leto: 4-krat na dan po pol male žlice (3,5 ml). Tablete Panatus, odrasli: 2-krat do 3-krat na dan po 2 tableti (20 mg); otroci, starejši od 12 let: 3-krat na dan po 1 tableto; stari 6 do 12 let: 2-krat na dan po 1 tableto. **Kontraindikacije.** Preobčutljivost za zdravilo. **Nosečnost in dojenje.** Ker z zdravljenjem nosečnic ni izkušenj, zdravila v prvih treh mesecih nosečnosti ne priporočamo. Svetujemo tudi previdnost med dojenjem, saj ne vemo, ali zdravilo prehaja v materino mleko. **Interakcije.** Klinično pomembne interakcije z drugimi zdravili niso znane. **Stranski učinki.** Zelo redko in v blagi obliki se lahko pojavijo kožni izpuščaji, prebavne motnje in vrtoglavica. Stranskih učinkov, značilnih za opiatne antitusike, ni. **Preveliko odmerjanje.** Zdravljenje blažjih oblik zastrupitve ni potrebno. Pri hujših oblikah priporočamo izpiranje želodca, aktivno oglje in odvajalo, spremljanje življenjskih funkcij in po potrebi simptomatsko zdravljenje. **Oprema.** 200 ml sirupa Panatus (4 mg butamirat citrata/5 ml) in 200 ml sirupa Panatus forte (7,5 mg butamirat citrata/5 ml), 10 tablet Panatus po 20 mg in 10 tablet Panatus forte po 50 mg butamirat citrata.

Podrobnejše informacije so na voljo pri proizvajalcu.



Krka, d.d., Novo mesto
Smarješka cesta 6
8501 Novo mesto
www.krka.si

Panatus®. Za noč brez kašlja.