



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

UTRIP

XXX | 6

December, januar
2022/23

Poštnina plačana pri pošti 1102 Ljubljana

Uvodnik

Lepo je, če leto lahko zaključimo
slovesno in vedro

Praznovali smo

95-letnica organiziranega
delovanja medicinskih sester
na Slovenskem, 30-letnica
zborničnega delovanja in
30-letnica izhajanja
informativnega glasila Utrip

Novice iz EFN

115. Generalna skupščina
Evropske federacije združenj
medicinskih sester

Aktualno

Babištvo nominirano za vpis
na Unescov seznam nesnovne
kulturne dediščine
človeštva



SAMO POVEZANI

SMO NAJBOLJŠI IN PRAV TO SI OD NAS

ŽELIJO IN ZASLUŽIJO NAŠI PACIENTI.

skupaj



**GLAVNA UREDNICA:**

Monika Ažman

ODGOVORNA UREDNICA:

Ksenija Pirš

UREDNIŠKI ODBOR:

Marjeta Berkopec, mag. Andreja Krajnc, Tea Bevk, Tadeja Drenovec, Zala Marn, Nataša Radovanović

STROKOVNA RECENZIJA:

Anita Prelec

LEKTORIRANJE:

Jelica Žalig Grce

NAKLADA:

15.950 izvodov

NASLOV UREDNIŠTVA:

UTRIP, Ob železnici 30 a, Ljubljana
Tel. št.: 01 544 5480
F.: 01 544 5481

TRR Zbornice – Zveze pri NLB, d. d.,

poslovalnica Tavčarjeva, Ljubljana
številka: SI56 0201 5025 8761 480

OGLASI:

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

Tel. št.: 01 544 5480

F.: 01 544 5481

trzenje@zbornica-zveza.si

OBLIKOVANJE IN PRIPRAVA**ZA TISK:**

Barbara Kralj, PRELOM d. o. o.
www.prelom.si

TISK:

Salomon d. o. o.

SPLETNA STRAN ZBORNICE –**ZVEZE:**

www.zbornica-zveza.si

Utrip (online)

ELEKTRONSKI NASLOV UTRIPA:

utrip@zbornica-zveza.si

SPREMEMBO SVOJIH OSEBNIH

PODATKOV (naslov, priimek ...)

POŠLJITE NA NASLOV:

clanarina@zbornica-zveza.si

ISSN 1581-3738

Revija izide 6-krat letno.

Datum izida: 12. 12. 2022

Fotografija za naslovnico:

*Utrinki s slavnostne akademije
(Tjaša Barbo)*

N A J A V L J A M O

14. KONGRES ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE

MEDICINSKE SESTRE IN BABIČE SKUPAJ ZA ZDRAVJE LJUDI

11. IN 12. MAJ 2023
KONGRESNI CENTER BRDO,
BRDO PRI KRANJU

Več informacij in navodil na:
www.zbornica-zveza.si/kongres-2023/



SPOŠTOVANA GOSPA NATAŠA VIDNAR,

ob imenovanju Vlade Republike Slovenije na mesto vršilke dolžnosti
generalne direktorice Direktorata za zdravstveno nego vam iskreno
čestitamo in vam želimo uspešno delo.

Na Zbornici – Zvezi bomo z veseljem tvorno sodelovali z vami in
verjamemo, da bomo skupaj našli ustrezne rešitve za urejanje razmer
na področju zdravstvene nege in babištva.

Anita Prelec,
izvršna direktorica

Monika Ažman,
predsednica



Lepo je, če leto lahko zaključimo slovesno in vedro. Ker smo v letu pomembnih obletnic – obeležujemo 95-letnico organiziranega delovanja medicinskih sester na Slovenskem, 30-letnico zborničnega delovanja in 30-letnico izhajanja glasila Utrip, je prav, da se jih dotaknem. In ker pravijo, da kdor ne spoštuje preteklosti, ni vreden prihodnosti, je pogled v preteklost odstiranje pomena in zavedanja lastne profesije. Tako zdravstvena nega kot strokovna organizacija sta se skozi devet desetletij in pol srečevali z najrazličnejšimi izzivi in tudi prizadevanji za reševanje le-teh, a kot da se zgodovina ves čas ponavlja in se iz nje ne želimo ničesar naučiti.



MONIKA AŽMAN

Začetki poklicnega delovanja segajo v čas, ko je bil slovenski prostor del Avstro-Ogrske, zato ni naključje, da so si na Dunaju formalno izobrazbo v zdravstveni negi pridobile tudi Slovenke, ki so prenesle znanje in izkušnje v slovenske dežele. Konec 1. svetovne vojne je pomenil lakoto, bolezn, vojne sirote in splošno vojno izčrpanost. Zdravstveno-socialno mrežo je bilo treba šele vzpostaviti, pri čemer je stopila v ospredje predvsem zaščita mater in otrok. Angela Boškin, Olga Cvahte in Pavla Bones so bile skrbstvene sestre, ki so opravljale javnozdravstveno in socialno delo še pred ustanovitvijo javnozdravstvene ustanove Higijenski zavod v Ljubljani leta 1923. Z nastopom dela Angele Boškin na Jesenicah februarja 1919 in Olge Cvahte ter Pavle Bones v Trbovljah maja istega leta se je v Sloveniji začelo izvajati zdravstveno-socialno delo. Z namenom medsebojnega povezovanja in strokovnega napredka so se zaščitne sestre leta 1927 povezale v strokovno Organizacijo absolventk šole za sestre Zavoda za socialno-higiensko zaščito dece v Ljubljani. Združene in povezane so začele opozarjati tudi na ekonomsko izkoriščanje in slabe razmere za njihovo delo in življenje. V Ženski zvezi so dobile podporo, ko je s Higijenskega zavoda prišel predlog, da se za sestre uvede celibat. Opogumile so se in odločno uprle. Članice ženskih gibanj so zaščitnim sestram priznavale strokovnost in kompetentnost, kar je zlasti prišlo do izraza pri vprašanju legalizacije umetne prekinitve nosečnosti tudi iz socialnih razlogov.

To je le utrinek začetkov strokovnega, organiziranega delovanja medicinskih sester na Slovenskem, a kot da je današnji čas odsev preteklosti. Tako blizu nas se preliva kri na vojnih bojiščih, ki za seboj puščajo trpljenje, žalost in negotovost za milijone Evropejcev. Za nami sta dve leti pandemije koronavirusne bolezni, ki je spremenila način zdravstvene obravnave, poglobila socialne razlike, še kako vplivala na duševno zdravje ljudi, še povečala stiske ranljivih skupin in dobesedno opustošila zdravstvene in socialne ustanove z zdravstvenimi strokovnjaki, ki so in še zapuščajo svoj poklic. Kot da smo se znašli na točki, ko bi bilo treba vse skupaj resetirati in zdravstveni sistem znova zagnati na vrednotah solidarnosti, dostopnosti in blaginje zdravja za vse.

Tako žive so besede Angele Boškin iz njenega zadnjega intervjuja: »Delo je edino, ki življenje osladi in napravi vidno« ali pa »Posvečati se je potrebno človeku ... in »Človek, ki se je odločil za takšno trnovo pot, mora po njej, ne glede na levo in desno!« Pot, po kateri stopamo slovenske medicinske sestre in babice zadnjih 30 let, ko smo Zvezi dodale tudi zbornični

del, je pot, na katero smo lahko upravičeno ponosne. Sledimo napredku znanosti, si prizadevamo za doseg naprednih znanj, najboljših kliničnih praks, primerljivih z mednarodnim prostorom, naša strokovna organizacija ima jasno začrtane cilje, strategijo in vizijo. Naša skupna vez so vrednote, ki jih cenimo, spoštujemo in živimo. Naša vloga v zdravstvenem in socialnem varstvu je nepogrešljiva in neprecenljiva. Pacienti se tega zelo zavedajo in nam svojo hvaležnost tudi izkazujejo. A to ne bo dovolj, da bomo zdravstvene strokovnjake zadržali v sistemu, v teh tako plemenitih poklicih in vanj pritegnili nove, mlade moči.

Desetletja opozarjanj na podplačanost, težke delovne pogoje, ki zahtevajo ne le znanje in strokovnost, temveč tudi človečnost, empatijo, pravičnost, solidarnost, zagovorništvo, celega, predanega človeka niso bila slišana. Če kdaj, potem je v tem trenutku verjetno zadnja priložnost, da nas slišijo in uslišijo tudi politika in odločevalci. Nisem prepričana, da smo še pripravljeni čakati!?

Z imenovanjem nove aktualne vlade v poletnih mesecih smo bili prepričani, da bomo enakovredno in aktivno vključeni v zdravstveno politiko in razvoj zdravstvenega sistema, ne samo v aktivnosti na izvedbeni ravni. Imenovanje prve državne sekretarke za področje zdravstvene nege na Ministrstvu za zdravje v zgodovini je bila smela poteza, a je žal trajala le tri mesece. Sočasno s tem imenovanjem je bil na Ministrstvu za zdravje ustanovljen tudi Direktorat za zdravstveno nego, kar je pomemben korak za našo stroko. Skrbi pa me tudi za usodo tega direktorata. Pred nami so resni izzivi in zahtevne naloge, ki jih lahko v dobro vseh, predvsem pa pacientov, izvedemo le skupaj. Najprej je treba sprejeti kadrovske standarde in normative. S pripravo strategije razvoja zdravstvene in babiške nege za obdobje do leta 2030 zamujamo že dve leti. Na novo nastale potrebe po zahtevnejših obravnavah same po sebi kličejo k razvoju in izvajanju naprednih znanj in specializacij s področja zdravstvene nege. Sprejem zakona o zdravstveni negi in babištvu, ki bo sistemsko in na zakonski ravni uredil področje in dal reguliranemu poklicu medicinske sestre in babice enakopraven položaj z drugimi reguliranimi poklici, ni več le želja, temveč več kot realna zahteva sodobnega zdravstvenega varstva. Vse s ciljem, da bo dobro in varno poskrbljeno za paciente in izvajalce.

Z ustreznim plačilom, zagotovitvijo boljših delovnih pogojev, stanovanjsko politiko za mlade, prožnejšo in trajnostno naravnano politiko zaposlovanja, mentorstvom, socialno in ne nazadnje žensko politiko moramo vsi skupaj, še posebej pa

politični odločevalci/država poskrbeti, da bo poklic prihodnosti, najlepši poklic medicinske sestre in babice spet postal privlačen. Da bodo v njem ostali starejši zaposleni z veliko znanja in neprecenljivimi izkušnjami in da se bodo zanj odločale prihajajoče generacije. Zagotavljam vam, da bo Zbornica – Zveza še naprej ščitila interese izvajalcev zdravstvene in babiške nege ter si prizadevala za boljše delovne pogoje, za več znanja, za večji vložek v zdravstveno in babiško nego predvsem zato, da bo zagotavljala kakovostno in varno zdravstveno obravnavo pacientov ter varnost izvajalcem. Pa tudi sledila še enim modrim besedam Angele Boškin: »Takrat so nas učili, da mora sestra poznati vso panogo življenja, sestra mora iti tudi po beznicah, da spozna življenje, biti mora kot sončni žarek, ki povsod obsije in se sam ne umaže!«

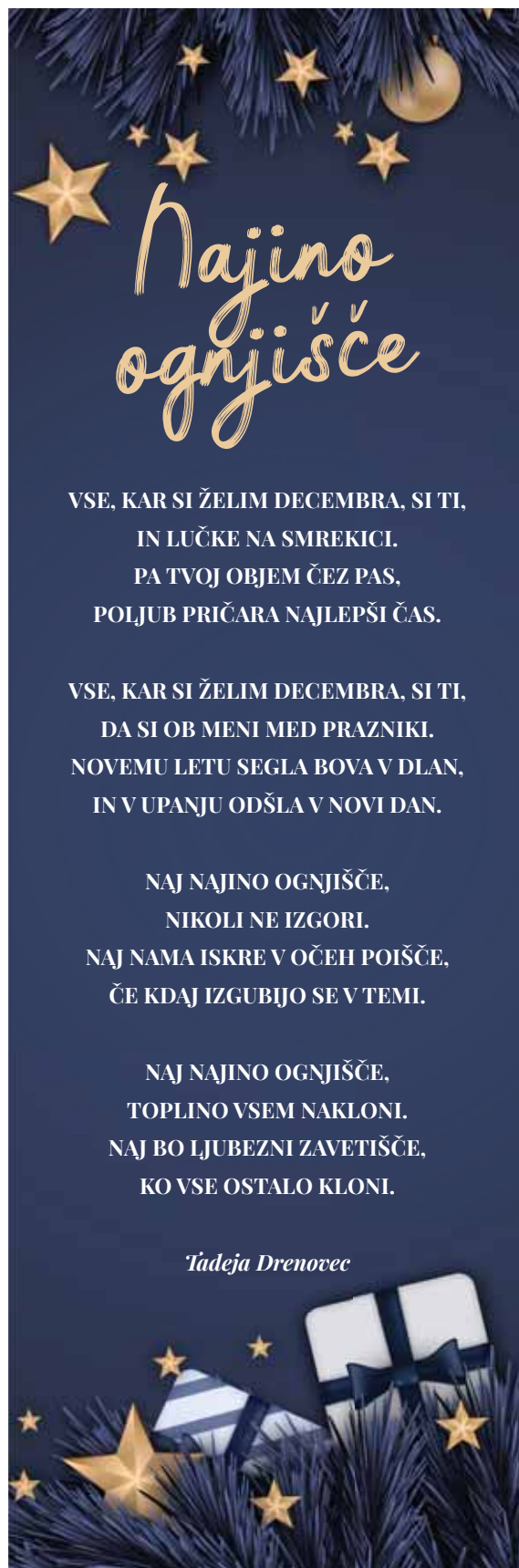
Spoštovane kolegice in kolegi, ob zavirljivih obletnicah naše strokovne organizacije se iskreno zahvaljujem vsem, ki ste s svojim znanjem, delom in predanostjo gradili temelje, premikali meje, dosegali zastavljene cilje in sledili poslanstvu. Brez vas in vašega osebnega prispevka organizacija ne bila to, kar danes je. Hvala tudi vsem, ki ste našo organizacijo in slovensko zdravstveno in babiško nego soustvarjali v letu 2022. Hvala za vaše neprecenljivo znanje in neizmeren trud, ki ga vsak dan vlagate v svoje delo. Hvala tudi vam, spoštovani sodelavci v zdravstvenih timih. Samo povezani skupaj smo najboljši in prav to si od nas želijo in zaslužijo naši pacienti. Hvala vam, ker bomo to zaupanje tudi upravičili. Hvala vsem v pedagoškem procesu, socialnim partnerjem, ki bijete trde bitke pogajanj, sodelavcem, ki neopaženo v ozadju skrbite, da smo informacijsko in drugače podprti, da imamo vedno pri roki ravno tisto, kar najbolj potrebujemo.

Nedavno je v pismih bralcev v časopisu Delu bralka zapisala: »Medicinske sestre, ne dajte se!«

Kot trenutna predsednica Zbornice – Zveze se še kako zavedam, da se medicinske sestre, babice, tehniki zdravstvene nege in bolničarji-negovalci kar tako tudi ne damo, sploh pa se ne predamo!



ŽELIM VAM LEPE PRIHAJAJOČE
PRAZNIČNE DNI, V NOVEM LETU 2023 PA
ZDRAVJA TER OSEBNIH IN POKLICNIH
USPEHOV.



VSE, KAR SI ŽELIM DECEMBRA, SI TI,
IN LUČKE NA SMREKICI.
PA TVOJ OBJEM ČEZ PAS,
POLJUB PRIČARA NAJLEPŠI ČAS.

VSE, KAR SI ŽELIM DECEMBRA, SI TI,
DA SI OB MENI MED PRAZNIKI.
NOVEMU LETU SEGLA BOVA V DLAN,
IN V UPANJU ODŠLA V NOVI DAN.

NAJ NAJINO OGNJIŠČE,
NIKOLI NE IZGORI.
NAJ NAMA ISKRE V OČEH POIŠČE,
ČE KDAJ IZGUBIJO SE V TEMI.

NAJ NAJINO OGNJIŠČE,
TOPLINO VSEM NAKLONI.
NAJ BO LJUBEZNI ZAVETIŠČE,
KO VSE OSTALO KLONI.

Tadeja Drenovec

21

POBUDA ZA SPREMEMBO
ZAKONA O NUJNIH UKREPIH
ZA ZAGOTOVITEV STABILNOSTI
ZDRAVSTVENEGA SISTEMA



3

LEPO JE, ČE LETO LAHKO
ZAKLJUČIMO SLOVESNO IN
VEDRO

23

ZBORNICA – ZVEZA BO V LETU
2023 ZAČELA PREIZKUSE ZNANJA
SLOVENSKEGA STROKOVNEGA
JEZIKA



8

UTRINKI S
SLAVNOSTNE
AKADEMIJE

UTRIP

36

BABIŠTVO NOMINIRANO ZA VPIS NA
UNESCOV SEZNAM NESNOVNE KULTURNE
DEDIŠČINE ČLOVEŠTVA

26

ČASTNO RAZSODIŠČE I. STOPNJE:
POVABILO K SODELOVANJU

86

POGOVOR S KATJO
ČERNIVEC

24

SPOROČILO ZA JAVNOST
EVROPSKE FEDERACIJE
ZDRUŽENJ MEDICINSKIH
SESTER



UVODNIK

- 3 Lepo je, če leto lahko zaključimo slovesno in vedro

PRAZNOVALI SMO

- 8 Utrinki s slavnostne akademije

DELO ZBORNICE – ZVEZE

- 14 Oktober in november 2022
 20 Obvestilo o razpisu volitev Sekcije MS in ZT v kirurgiji
 20 Obvestilo uredništva Obzornika zdravstvene nege
 21 Pobuda za spremembo Zakona o nujnih ukrepih za zagotovitev stabilnosti zdravstvenega sistema
 23 Zbornica – Zveza bo v letu 2023 začela preizkuse znanja slovenskega strokovnega jezika

NOVICE IZ EFN

- 24 Sporočilo za javnost Evropske federacije združenj medicinskih sester

ETIKA

- 26 Častno razsodišče I. stopnje: Povabilo k sodelovanju
 27 V negotovost skozi neznano

IZ ZGODOVINE

- 30 Frančiška Chwatal prva zaščitna medicinska sestra na Kamniškem
 33 Poimenovanje ulice po Jelki Komotar

V SPOMIN

- 34 Bredi Podboj, dolgoletni aktivni članici Zbornice – Zveze

BABIŠTVO

- 36 Babištvo nominirano za vpis na Unescov seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva

PREDSTAVLJAMO VAM

- 38 Rožnati oktober
 40 Ob diagnozi RAK sem spoznala, da imam ob sebi prave prijatelje
 41 Duhovnost v paliativnem pristopu
 43 Povezava med zdravstveno pismenostjo in razširjenostjo sladkorne bolezni, debelosti in arterijske hipertenzije
 45 Strokovna ekskurzija Stalne DS za paliativno zdravstveno nego in oskrbo

PRIDOBIVAMO NOVA ZNANJA

- 48 S strokovnim znanjem skozi čas in slavnostna akademija ob 40-letnici Sekcije MS in ZT v kirurgiji
 54 13. nacionalna konferenca o sladkorni bolezni
 56 Preteklost in prihodnost v obravnavi bolnika z ledvično boleznijo in volitve Sekcije MS in ZT v nefrologiji in transplantaciji
 58 Dan strokovnega srečanja Sekcije MS in ZT v nevrologiji
 60 Enterostomalna terapija in izzivi napredne obravnave pacientov z rano in izločalno stomo
 62 30 let Šole enterostomalne terapije v UKC Ljubljana

- 64 Druga nacionalna konferenca z mednarodno udeležbo: Stanje in izzivi na področju Alzheimerjeve bolezni v Sloveniji

IZ DRUŠTEV

- 66 DMSBZT Novo mesto: Povabilo na slavnostno akademijo ob 60-letnici
 67 SDMSBZT Koroške: Pestra koroška jesen
 70 DMSBZT Gorenjske: Klinično popoldne ob dnevu duševnega zdravja
 72 DMSBZT Gorenjske: Delavnica TPO in uporabe AED
 73 DMSBZT Gorenjske: Potovanje DMSBZT Gorenjske po Andaluziji
 75 DMSBZT Gorenjske: Ustvarjalne delavnice v letu 2022
 76 DMSBZT Gorenjske: Planinski izlet na Golte, vrh Boskovec
 77 DMSBZT Maribor: Povabilo na svečanost s podelitvijo najvišjih priznanj
 78 DMSBZT Maribor: 5. Mariborski dnevi zdravja in sejem medicinske opreme
 79 DMSBZT Maribor: Povabilo na 7. Božični koncert pevskega zbora La Vita
 80 DMSBZT Maribor: Z operativnim posegom do boljšega vida
 81 DMSBZT Maribor: OE NMP ZD dr. Adolfa Drolca Maribor
 83 DMSBZT Ljubljana: Razpis za podelitev priznanj DMSBZT Ljubljana
 84 DMSBZT Ljubljana: Nepravilna drža in osteoartroza
 85 DMSBZT Ljubljana: Izlet v Prekmurje

ŽIVLJENJE MEDICINSKE SESTRE

- 86 Na prvem mestu sem medicinska sestra, pogovor s Katjo Černivec

IZ DELA ZDRAVSTVENIH ŠOL

- 88 Svečana otvoritev prenovljene knjižnice UM, Fakultete za zdravstvene vede
 90 Poletna šola: Simulacije v izobraževanju zdravstvene nege
 92 Izobraževanje mentorjev študentom ZF Univerze v Ljubljani
 94 Povezovanje kliničnega okolja z visokošolskim zavodom
 95 Izobraževanje kliničnih mentorjev na UNM, Fakulteti za zdravstvene vede
 97 Mirko Prosen je prejemnik najvišje državne nagrade na področju šolstva
 98 Dijaki SZŠ Ljubljana na praksi v Belgiji – projekt Erasmus

ŽIVIMO ZDRAVO

- 100 Ne le ostrina duha, za kakovostno življenje so potrebne tudi čvrste kosti
 105 Koliko časa dnevno presedite?

107 NAGRADNA KRIŽANKA Tosama d. o. o.

108 IZOBRAŽEVANJA

95



LET



UTRINKI S SLAVNOSTNE AKADEMIJE

v počastitev 95-letnice organiziranega
delovanja medicinskih sester na
Slovenskem, 30-letnici zborničnega
delovanja in 30-letnici izhajanja
informativnega glasila Utrip

28. november 2022
Brdo pri Kranju

(Fotografije: Tjaša Barbo)

Trinajst absolventk Šole za sestre so bile pobudnice ustanovitve Organizacije absolventk šole za sestre Zavoda za socialno-higiensko zaščito dece v Ljubljani. Osrednji namen delovanja je bil medsebojno povezovanje, strokovni napredek in uveljavitev poklica. Organizacija je do danes doživela več preimenovanj. Z imenom Organizacija diplomiranih zaščitnih sester v Ljubljani se je junija 1929 včlanila v Jugoslovensko društvo diplomiranih sester, ki se je že čez mesec dni vključilo v Mednarodni svet medicinskih sester (ICN). Za društveno delovanje je bilo pomembno delovanje in sodelovanje na državni ravni v Kraljevini Jugoslaviji. Obdobje so zaznamovala prizadevanja za sestrski zakon, izenačenje učnih programov in statusa vseh šol v kraljevini, poenotenje nazivov, nova delovna mesta, enoten predpis in pravno zaščito delovne obleke, napredek stroke, zaščito stanovskih interesov, vodenje registra in vodenje evidence članstva, zlasti pa pravno ureditev poklicnega statusa. Zaradi novonastalega poklica zaščitne sestre namreč niso imele pravne osnove za izplačilo plače.

Ob aktivnostih za profesionalni napredek so začele opozarjati na ekonomsko izkoriščanje, brezposelnost in slabe socialne razmere, v katerih so bile prisiljene živeti in delovati ter postavljale temelje sindikalnega dela. Vzporedno z babicami in otroškimi negovalkami so delovale v obdobju, ki je v tradicionalno usmerjeno slovensko družbo šele prinašalo ideje o emancipaciji žensk in jih tako sililo k povezovanju s članicami naprednih ženskih gibanj.

Podrejenosti v zdravstvenem sistemu, nevidnosti v družbi in nevednosti se je strokovna organizacija uprla s strokovnim izobraževanjem, z raziskovalno dejavnostjo, sindikalnim delom, publicistično dejavnostjo in razvijanjem medosebnih in medpoklicnih odnosov. Ves čas in povsod z zagovarjanjem moralno-etičnih vrednot. Ni zanemarljivo, da je bila regulacija poklica strokovni organizaciji podeljena že leta 1931. Po vojni odvzeto pooblastilo je Zbornica – Zveza znova pridobila šele leta 2005.

V času druge svetovne vojne so društvene dejavnosti zamrle, vendar so bile diplomirane zaščitne sestre kljub temu organizirane preko Ministrstva za narodno zdravje – referata za sestre. Referat so leta 1946 ukinili z obrazložitvijo, da je zadovoljivo opravil naloge in ga spet vzpostavili šele letos. Leta 1952 so bili postavljeni temelji povojne organizacije. Značilnost obdobja je bila sprememba družbenega reda, naziva zaščitna sestra in otroška negovalka v medicinsko sestro, izguba naziva diplomirana, delovanje v javnem interesu, bolj ali manj prepoznavnost izvajalcev z delovno obleko in neprestano strokovno izpopolnjevanje. Organizacija je podpirala ustanovitev višješolskega izobraževanja ter v šestdesetih in sedemdesetih letih prejšnjega stoletja vsa prizadevanja usmerila v boljše, enotnejše, uspešnejše in prepoznavnejše delo medicinskih sester. Izrazito pomembno je bilo zastopanje ekonomskih interesov članstva. Začetek osemdesetih let je prinesel usmerjeno izobraževanje in vstop moških v zdravstveno nego.

Približevanje organizacije medicinskim sestram po vsej Sloveniji je prineslo ustanavljanje pododborov organizacije, iz katerih so se kasneje razvila današnja regijska strokovna društva. Leta 1963 je bila ustanovljena Zveza društev medicinskih sester Slovenije, v katero se je povežalo devet regijskih društev. Danes je enajst regijskih strokovnih društev steber društvene dejavnosti z več kot 16.400 člani in članicami – medicinskimi sestrami, babicami in zdravstvenimi tehnikami. Da bi zadostili potrebam stalnega strokovnega izobraževanja in izpopolnjevanja ter v skrbi za strokovni ter karierni razvoj medicinskih sester in babic, društva skupaj s strokovnimi sekcijami in delovnimi skupinami vsako leto izvedejo več kot 150 izobraževalnih dogodkov.

Zbornica – Zveza je ob počastitvi treh častitljivih obletnic in letošnjih dosežkov društvom, posameznikom in posameznicam podelila zahvale in posebna jubilejna priznanja.

Predsednice in predsednik so v imenu 11 regijskih strokovnih društev prejeli jubilejno priznanje za izjemen prispevek pri izvajanju splošnih in strokovnih nalog društva v dobro članstva, strokovne in laične javnosti ter za skrb in krepitev pripadnosti strokovni organizaciji.



Prejemniki jubilejnih priznanj, predsednice in predsednik RSD

Zdravstvena zakonodaja, sprejeta 1992, je prinesla izhodišča za upoštevanje načel Svetovne zdravstvene organizacije, nakazovala kompleksne spremembe in nove pristope v razvoju zdravstvene varstva in zdravstvene dejavnosti. Z novo zasnovo je bila opredeljena tudi nova vloga zdravstvene in babiške nege, na katero se je morala strokovna organizacija dobro pripraviti. Leta 1992 so članice in člani Zveze društev medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije na podlagi 87. člena Zakona o zdravstveni dejavnosti ustanovili Zbornico zdravstvene nege Slovenije, katere ustanovitev praznujemo prav danes. Zbornica se je s pogodbo o povezovanju z društvi združila v celovito organizacijo, ki jo danes poznamo pod imenom Zbornica – Zveza. Prva profesionalna generalna sekretarka je bila Petra Kersnič. Obdobje, v katerem je delovala, je zaznamovalo intenzivno delo, velika predanost stroki, močna volja, da se položaj izvajalcev zdravstvene nege in babištva nadgradi z regulacijo, kar pomeni večjo avtonomijo poklicev, za paciente in izvajalce pa večjo kakovost in varnost.

Nujna je bila vizija, veliko poguma, vztrajnosti in argumentirane dokazovanja o potrebnosti zborničnih vsebin, tudi članstvu, managementu in predvsem zdravstveni politiki. Menjavale so se predsednice, zdravstveni ministri, tekla so leta, Petra Kersnič je predstavljala konstanto in pristan, bila je vedno polna informacij, vprašanj in odgovorov, nasvetov in spodbud. Organizacija je začela delovati v prvih, tedaj sicer najetih prostorih. Petra je bila vedno nekje blizu, na voljo vsakomur. In sočasno sposobna skraj sama organizirati danes nepredstavljive stvari. S humorjem je reševala marsikateri izziv ali konflikt, zagovarjala in spodbujala vse, kar je presodila, da bo koristilo stroki in organizaciji. Vse te izkušnje in znanje so jo pripeljali tudi v Zdravstveni svet. Zbornica – Zveza je **Petri Kersnič** ob 30-letnici zborničnega delovanja in 95-letnici organiziranega delovanja medicinskih sester na Slovenskem podelila jubilejno priznanje za strokovno in predano delo na mestu generalne sekretarke strokovne organizacije Zbornica – Zveza.



Prejemnica jubilejnega priznanja Petra Kersnič

Pomembno področje strokovne organizacije je bila podpora pri izdajanju strokovnega in informativnega gradiva. Razvoj časopisno-

založniške dejavnosti Zbornice – Zveza sta zaznamovala Obzornik zdravstvene nege in informativni bilten Utrip. Decembra 1992 je bila za glavno in odgovorno urednico časopisno-založniške dejavnosti za štiriletno mandatno obdobje 1993–1997 imenovana Veronika Pretnar Kunstek. Prvo številko, ki je izšla februarja 1993, kot odziv na potrebe po hitrem in ustreznem obveščanju članov je gospa Veronika Pretnar Kunstek pospremila z naslednjimi besedami: Ob ustanovitvi Zbornice zdravstvene nege se je porodila tudi misel in potreba po novem glasilu, ki nas bo skušalo čim bolj obveščati o delu in poslovanju Zbornice, hkrati pa tudi sproti obveščati o strokovnih srečanjih društev in sekcij ter o drugih pomembnih dogajanjih. Tako je pred vami že prva številka našega novega biltena, ki smo ga poimenovali Utrip. Izhajal naj bi vsak mesec, vsakič pa bomo natisnili približno 8.500 izvodov, tako da bomo naše glasilo lahko posredovali res vsem članicam in članom. S takšnim tempom izhaja Utrip že 30 let, v tem letu že z naklado več kot 16.000 izvodov in s prosto dostopnostjo na spletni strani Zbornice – Zveze. Zbornica – Zveza se je s priznanji zahvalila vsem odgovornim ure-

dnicam: **Veroniki Pretnar Kunstek (1993–1997)**, **Irmi Antončič (1997–2001)**, **red. prof. dr. Brigiti Skela Savič, znanstveni svetnici (2002–2007)**, **Biserki Marolt Meden (2008–2016)** in **aktualni urednici Kseniji Pirš**.

V začetku tega meseca je na Floridi v Združenih državah Amerike potekal kongres ITLS (International Trauma Life Support), ki se ga redno udeležujejo tudi predstavniki iz naše države. Zelo ponosni smo na našo ekipo, sestavljeno iz predstavnikov zdravstva slovenske vojske in reševalne postaje Ljubljana v postavi: **Jernej Košak, Anton Posavec, Zlatko Kvržič, Danijel Andoljšek** in **Damjan Remškar**, ki so ob uspešnem zaključku kongresa prejeli naziv inštruktor. Še prav posebej pa se želimo zahvaliti kolegu **Zlatku Kvržiču**, pripadniku zdravstvene enote Slovenske vojske, ki je prejel svetovno nagrado ITLS za najboljšega inštruktorja leta 2022 na področju inovativnih pristopov poučevanja. Zlatko je tudi eden izmed avtorjev novega učbenika High Threat Trauma for Military and Civilian Providers.



Priznanja aktualni in bivšim odgovornim urednicam glasila Utrip

Ob tem jubilejnim dogodku nismo pozabili gospoda, ki je dolga leta sodeloval pri oblikovanju in tiskanju Utripa ter ustvarjanju celostne podobe Zbornice – Zveze. Zbornica – Zveza ob 30-letnici izhajanja glasila Utrip za 24 let tehničnega urejanja in oblikovanja glasila od 1992 do 2016 posthumno izročila spominsko priznanje **Azmirju Čvoraku**, ki ga sprejela njegova hči **Tijana Čvorak**.

Implementacija Direktive Evropske unije za zagotavljanje prostega pretoka delovne sile in pacientov je državi naložila dodaten izziv, regulacijo dveh samostojnih poklicev, poklic diplomirane medicinske sestre in diplomirane babice. Z javnim pooblastilom Ministrstva za zdravje danes Zbornica – Zveza te naloge vestno izvaja in je tako korak bližje avtonomiji stroke.

Svoje aktivno delovanje doma je organizacija upravičila tudi v mednarodnih organizacijah. Organizacija in njeni člani so bili doma in v tujini večkrat odlikovani predvsem na področju strokovnosti, humanosti, prispevka k razvoju stroke, prepoznavnosti in sodelovanja. Kako raznoliko in bogato je delovanje članov Zbornice – Zveze, kaže tudi predstavitev prejemnikov zahval za posebne dosežke v letu 2022.

Ne smemo pa pozabiti na še en poseben mejnik ob 30-letnici izhajanja glasila Utrip. Po zaslugi doc. dr. Eme Dornik so vse številke od prve do zadnje uspešno prestale digitalizacijo in so vsem nam prosto dostopne za ogled in branje na spletni strani Zbornice – Zveze. Zbornica – Zveza se ob tej priložnosti zahvaljuje **doc. dr. Emi Dornik** za prispevek pri ohranjanju zgodovinske zapuščine strokovne organizacije Zbornice – Zveze z digitalizacijo glasila Utrip.



Prejemnik zahvale Zlatko Kvržič

Zahvalo za leto 2022 je prejela tudi **Jana Klavs** in strokovni sodelavci, ki jih je vodila v okviru projekta PEOS. Za nazivom projekt PEOS se skriva razvoj, pilotiranje, evalviranje in implementacija edukacijskih programov ob zdravljenju sladkorne bolezni na sekundarni ravni zdravstvenega varstva v diabetoloških ambulantah v obdobju od 2019 do 2022. Hvala za veliko na novo nastalega strokovnega gradiva (od spletne platforme, nacionalnih priporočil, učbenika za nosečnostno sladkorno bolezen, do treh novih didaktičnih pripomočkov in kurikula, ki je pravkar v tisku).



Prejemnica zahvale doc. dr. Ema Dornik

Prejemnica zahvale Jana Klavs

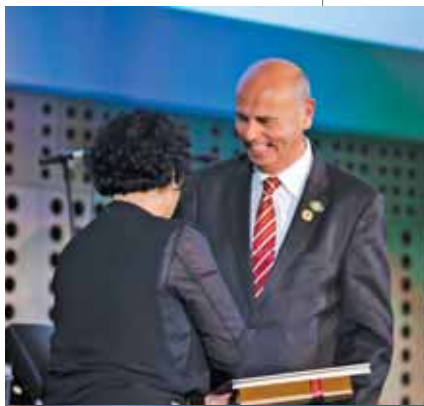
Mag. Peter Požun je bil tri mandate član interesne skupine negospodarskih dejavnosti in je kot državni svetnik v Državnem svetu Republike Slovenije zastopal interese področja zdravstva. Kot predsednik Komisije za socialno varstvo, delo, zdravstvo in invalide je v treh mandatih izvedel kar 126 rednih in izrednih sej tega telesa. Zagotovo smo tudi po njegovi zaslugi redno prejeli povabila na seje, ki so se dotikale tudi zdravstvene in babiške nege. Hvala tudi za vse priložnosti sprejemov v državnem svetu, kadarkoli smo želeli predvsem tujim uglednim strokovnjakom s področja zdravstvene nege in babištva predstaviti ta del našega delovanja.

Zbornica – Zveza je oktobra na Bledu na 115. Generalni skupščini Evropske federacije združenj medicinskih sester gostila 80 najvišjih predstavnikov zdravstvene nege iz vse Evrope, ki zastopajo več kot 3 milijone evropskih medicinskih sester. Ne le, da je bilo to po dveh letih prvo srečanje v živo na tako visoki ravni, prepleteno z veliko pozitivnih čustev, 115. Generalna skupščina EFN je bil dogodek izjemnih strokovnih in organizacijskih presežkov. **Anita Prelec** je z organizacijo in izvedbo tega dogodka postavila nove težko dosegljive standarde izvedbe takšnega dogodka. Po njeni zaslugi smo se slovenske medicinske sestre znova postavila na evropski zemljevid zdravstvene nege kot njen pomemben del!

Ob mednarodnem dnevu slepih in slabovidnih je Sekcija reševalcev v zdravstvu ob podpori partnerjev projekta Obala oživilja organizirala tečaj temeljnih postopkov oživljanja za slepe in slabovidne, ki so svoje počitniške dni preživljali v Domu oddiha v Izoli. Tečaj je letos prvič opravilo 30 udeležencev. Na plaži slepih in slabovidnih so sledile še druge aktivnosti, v katere so se

vkjučili še: Zveza društev slepih in slabovidnih Slovenije, Rdeči križ Slovenije, dispečerske službe zdravstva, psi vodniki za slepe in invalidne osebe, tiflopedagogi očne klinike UKC Ljubljana in mnogi drugi. In vse to sta prva v evropskem prostoru združila prav **Dejan Bratuša** in **Igor Crnič** pod sloganom Vsak zemljan ima pravico in možnost pomagati rešiti življenje, tudi slepi. Za pripravo in izvedbo projekta Obala oživilja 2022 se Zbornica – Zveza iskreno zahvaljuje in želi, da bi dogodek postal tradicionalen.

Prejemnika priznanj: mag. Peter Požun (slika zgoraj) in Anita Prelec (slika spodaj)



Za še več adrenalina poskrbijo reševalci na motorjih. In prav njim je bila namenjena naslednja zahvala. **Marko Kukovec, Žan Čander, Alex Trojnar, Patric Lausch** in **tehnični strokovnjak Gregor Justin** so bili prejemniki zahvale ob res edinstvenem dogodku. Še enkrat so namreč dokazali, da za (strokovnjake s področja zdravstvene nege v sodelovanju z izvrstnimi sodelavci) skorajda ni meja – v številkah, v zmogljivostih, v razsežnostih. Drugega spletnega kongresa International Fire & EMS Motorcycle Response Unit Association (IMRUA), ki je potekal 1. oktobra 2022, se je udeležilo 540 udeležencev iz 43 držav z vseh kontinentov. Prvič so se kongresu pridružili tudi kolegi iz Kenije, Sierra Leone, Brazilije, Malezije, Tajske, Hongkonga in Tajvana. Na kongresu, ki je potekal neprekinjeno 13 ur, je predavalo 21 predavateljev iz 13 držav. Najmočnejši aplavz so namenili vojaškemu zdravniku, ki je predaval v živo kar iz bolnišnice sredi fronte v Ukrajini. Zaostajali niso tudi drugi predavatelji, saj so bili vsi vključeni v posredovanje v terorističnih napadih, naravnih in množičnih nesrečah. V Maribor je iz Budimpešte pripotoval tudi predsednik IMRUA Patric Lausch, da je lahko prisostvoval temu izjemnemu strokovnemu in tehničnemu dogodku.



Prejemnika zahval: Dejan Bratuša in Igor Crnič



Prejemniki zahval: Marko Kukovec, Žan Čander, Alex Trojnar in Gregor Justin

Delovna skupina za **nenasilje** v zdravstveni in babiški negi, ki deluje že 22 let, je v preteklem mesecu izdala Priročnik za obravnavo nasilja v zdravstvenih in socialnovarstvenih zavodih **Nasilje NE!** v slovenskem in angleškem jeziku. To je prvi slovenski priročnik, ki celovito naslavlja nasilje v zdravstvenih in socialnovarstvenih zavodih s poudarkom na zdravstveni in babiški negi, je priročnik, ki pomaga prepoznati nasilje, priročnik, ki prinaša priporočila za obravnavo in preprečevanje nasilja, priročnik, ki vsebuje številne primere ali oblike nasilja; priročnik, v katerem najdete vsebine o nasilni komunikaciji, deeskalaciji, spolnem nadlegovanju in nadlegovanju zaradi spola, trpinčenju, spletnem nasilju, nasilju nad otroki v družini, nasilju nad ženskami v družini in intimno partnerskih odnosih, nasilju nad starejšimi v družini, nasilju nad pacienti in stanovalci v zdravstvenih in socialnovarstvenih zavodih. Priročnik tako obravnava nasilje z vseh možnih gledišč in skozi prizmo njegove vtkanosti v družbene, organizacijske prakse in medosebne odnose. Zahvaljujemo se vsem, avtorjem in urednicam. Avtorji priročnika so: predsednica delovne skupine **Irena Špela Cvetežar, Sonja Kovač, Vesna Sekelj Rangus, Urban Bole in Aljoša Lapanja**. Tri urednice in hkrati tudi avtorice, ki so združile ne le strokovno znanje, temveč tudi posebno energijo **Darinka Klemenc, doktorica Sonja Robnik** in naša častna članica **Dora Lešnik Mugnaioni**. Hvala za še en pomemben prispevek k ustvarjanju ničelne tolerance do nasilja ne samo v zdravstvenem in socialnem varstvu, ampak v družbi nasploh.

ohranile poklicno pripadnost, nudile profesionalno skrb, človeško toplino in vrednote, ki jih stroka spoštuje še danes. Med nami so tudi medicinske sestre, prvotno tudi zaščitne sestre, otroške negovalke, babice in bolničarke, ki jim je tudi v pozni jeseni življenja mar za zdravstveno in babiško nego. Za dolgoletno članstvo in pripadnost strokovni organizaciji jim Zbornica – Zveza podeljuje jubilejno priznanje.

Priznanje Zbornice – Zveze prejmejo cenjene gospe:

Marija Mlakar, Zdenka Kaplan, Ivanka Bago, Ida Kenk, Cecilija Božič, Angela Dolenc, Marija Vevar, Marija Flisar, Lucija Tekavc, Kristina Čibašek, Terezija Grah, Francka Kos, Tonka Makuc, Antonija Pajnič, Olga Pivk Vidmar, Zofka Poženel, Pavla Ribarič, Marija Šipec in Maruša Šolar.



Prejemniki zahval: člani DS za nenasilje v zdravstveni in babiški negi

Imeli smo priložnost in čast, da se poklonimo babicam in medicinskim sestram, ki so na začetku in večino preteklega stoletja profesiji zdravstvene nege dajale utrip, strokovno in življenjsko moč. Med nami so tudi tiste, ki jih ne doseže zgodovinski spomin, niso del učbenikov, pa vendar so tudi one obogatile stroko, prispevale svoje zgodbe in predane poslanstvu svojega poklica naredile zdravstveno nego edinstveno, zanimivo in nujno potrebno pa tudi vidno. Predvsem pa so do danes razvijale in

Priznanja trem medicinskim sestram, prisotnim v dvorani, sta podelila predsednica Zbornice – Zveze **Monika Ažman** in podpredsednik mag. **Janez Kramar**. Ob 95-letnici organiziranega delovanja medicinskih sester na Slovenskem za dolgoletno članstvo in pripadnost strokovni organizaciji sta jubilejna priznanja izročila **Mariji Mlakar, Zdenki Kaplan in Antoniji Pajnič**.

To izjemno podelitev je zelo osebno spremljal tudi sin sestre Vovkove (tako je njeno ime zapisano v ustanovitvenem zapisniku 27. 11. 1927), ene od 13 ustanoviteljic naše organizacije, **Jože Ažman**.

Svečanost so z glasbo povezali članice pevskega zbora La Vita, medicinske sestre DMSBZT Maribor, pod vodstvom zborovodkinje **Klementina Mikec Korpič** in študentska skupina **Mantra**.

Lapismik

PRAZNOVALI SMO



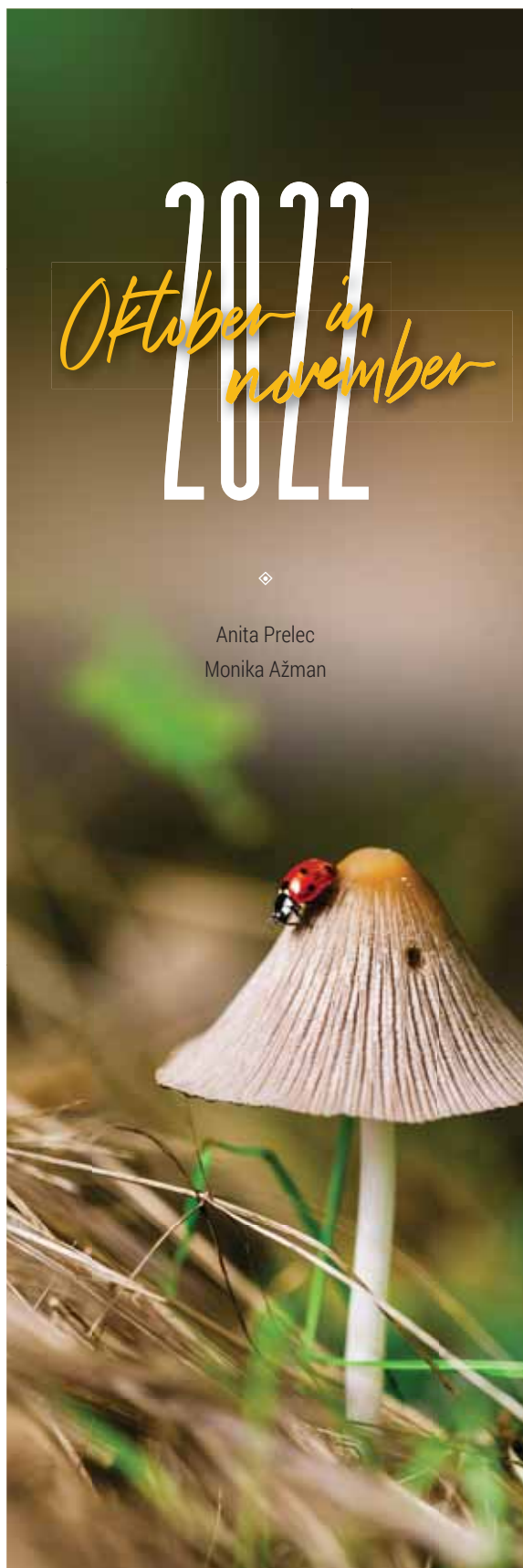
Pevski zbor La Vita (levo),
s skupino Mantra (desno)



Branka Smole in Dejan Dobersek



Za zaključek pa slavnostna torta



Zlata jesen se počasi poslavlja, ljubitelji zime pa že težko pričakujejo prvo pošiljko snega. Mnogi med vami zagotovo težko pričakujete le nekaj umirjenih prazničnih dni brez telefonov in neprestanega hitenja, urejanja, pregovarjanja in vseh drugih aktivnosti, ki ga od vas zahteva poklic. V zadnji številki glasila v tem letu smo zares na kratko strnili najpomembnejše aktivnosti, ki so zaznamovale delo Zbornice – Zveze v dveh jesenskih mesecih. Ni jih bilo malo, zbrali smo le nekaj pomembnih informacij, da vas opolnomočijo in da ste »na tekočem«.

1. 10. 2022

Slovesno je bilo v Portorožu, kjer so se sestali kolegice in kolegi s področja kirurške zdravstvene nege in obeležili 40 let delovanja strokovne Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji. Predsednica Zbornice – Zveze se je ob tem svečanem trenutku zahvalila vsem nekdanjim in sedanjim kolegicam in kolegom, ki soustvarjajo strokovno sekcijo ter jim izročila zahvalno listino. Dobitnice zahval na ožjem strokovnem področju so bile Irma Rijavec, Marta Gantar in Lidija Fošnarič.

3. 10. 2022

Na Brdu pri Kranju smo skupaj z Ministrstvom za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti izvedli strokovni dogodek z naslovom: Varno in zdravju prijazno staranje na delovnem mestu. Varnost in zdravje pri delu sta bistveni sestavini kakovostnega delovnega okolja. Zato je bil osnovni namen dogodka skupno razmišljanje o tem, kako ga zagotavljati od prvega vstopa na trg dela, da bo varno in zdravju prijazno ne samo naše staranje, ampak da bomo zdravje ohranili tudi v obdobju upokojitve. Odziv na strokovni dogodek, ki sta ga otvorila minister Luka Mesec in predsednica Zbornice – Zveze, je bil izjemen. Zabeležili smo več kot 550 udeležencev, med njimi tudi 200 zdravstvenih delavcev. Uspešen projekt bomo nadaljevali tudi v naslednjem letu.

4. 10. 2022

Na sestanku v prostorih Zbornice – Zveze smo se sestali s člani Katedre za družinsko medicino Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani. Namen sestanka je bil predstavitev prenovljenega programa študija medicine, ki bo v 2. letniku študija tako za študente medicine kot stomatologije vključeval tudi klinične vaje v socialno-zdravstvenih zavodih s poudarkom na celostni obravnavi pacienta.

Dogovorili smo se o tesnem sodelovanju pri pripravi navodil za klinične vaje, medicinske sestre pa bodo prevzele mentorstvo.

Spremembe so neizbežne – razvoj je izbira smo poimenovali posvet, ki smo ga postavili na oder SiTi Teatra. Posveta se je udeležilo več kot 140 predstavnikov srednjega in vrhnjega managementa zdravstvene nege. Ob predstavitvi rezultatov mednarodne raziskave prof. dr. Brigitte Skela Savič RN4CAST za Slovenijo je bil navzočim predstavljen program specialnih znanj s področja vodenja v zdravstveni in babiški negi, ki ga bomo začeli izvajati marca prihodnje leto.



Okrogla miza Spremembe so neizbežne – razvoj je izbira

6. 10. 2022

Sestali so se člani Častnega razsodišča I. stopnje, ki pripravljajo prenovo Kodeksa etike v zdravstveni negi in oskrbi.

7. 10. in 8. 10. 2022

Med 7. in 8. oktobrom so potekali tradicionalni dnevi funkcionarjev, po treh letih spet v živo. Tema dvodnevne družnje je bilo oblikovanje strategije Zbornice – Zveze za obdobje 2023–2033. Udeleženci so dvodnevno srečanje ocenili kot odlično priložnost za povezovanje funkcionarjev Zbornice – Zveze v skupnih ciljih in viziji.

10. 10. 2022

V Portorožu je potekala slovesnost ob 20-letnici organizirane preventive za odrasle v Sloveniji. Program **Skupaj za zdravje** je na voljo vsem odraslim prebivalcem, njegov namen pa je preprečevanje in obvladovanje najpogostejših kroničnih bolezni ter krepitev, ohranjanje in izboljšanje zdravja z bolj zdravim življenjskim slogom. Pomembno vlogo pri izvajanju programa imajo v zdravstvenem timu tudi medicinska sestra tako v ambulantni družinske medicine, patronažne medicinske sestre kot tudi medicinske sestre, zaposlene v centrih za krepitev zdravja ter v mnogih izvedbenih delavnicah v lokalni skupnosti. Nacionalni inštitut za javno zdravje je Zbornici – Zvezi izročil zahvalo, namenjeno vsem medicinskim sestram, ki vseh 20 let sodelujejo v omenjenem programu.

12.–14. 10. 2022

Na Bledu smo gostili pomemben dogodek, in sicer 115. Generalno skupščino Evropske federacije združenj medicinskih sester (EFN), ki se je udeležilo 80 predstavnikov iz 32 evropskih držav. Predstavniki nacionalnih združenj medicinskih sester, ki so člani EFN, so se po dveh letih spletnih srečanj zaradi pandemije covid-19 ponovno sestali v živo. Na srečanju je bilo poudarjeno, da se EU in celotna Evropa soočata z izzivom zadržanja medicinskih sester v poklicu in s pritegnitvijo novih izvajalcev v poklic. V okviru skupščine so potekale tudi volitve v izvršni odbor EFN, pri čemer je bila Monika Ažman, predsednica Zbornice – Zveze, znova izvoljena za članico izvršnega odbora. Dan pred uradnim začetkom zasedanja skupščine so se na pobudo naše strokovne organizacije sestali predstavniki združenj medicinskih sester in babilah zahodnega Balkana.



Udeleženci srečanja balkanske regije

13. 10. 2022

Koordinatorica strokovnih sekcij in članica Upravnega odbora Nataša Piletič se je v Termah Čatež udeležila strokovnega srečanja Urgentni pacient – pacient z oteženim dihanjem, ki ga je izvedla Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci. Ob tem so kolegu Boštjanu Gluharju podelili priznanje na ožjem strokovnem področju.



Izročanje priznanja predsednici Lekarniške zbornice mag. Darji Potočnik

17. 10. 2022

Svečano je bilo v tem letu tudi v lekarniški dejavnosti. Sredi oktobra je Lekarniška zbornica Slovenije obeležila 30 let svojega delovanja. Predsednica Zbornice – Zveze je poleg uradne čestitke aktualni predsednici lekarniške zbornice mag. Darji Potočnik izročila tudi priznanje za 30 let strokovnega delovanja in uspešnega medpoklicnega sodelovanja.

18. 10. 2022

V prostorih Zbornice – Zveze je potekala seja volilnega telesa Zbornice – Zveze za predstavnika za področje zdravstva v Državnem svetu. Kandidaturo, ki je ustrezala razpisnim pogojem, sta pravočasno oddala Monika Ažman in mag. Peter Požun. Volilno telo je z večino glasov potrdilo Moniko Ažman.



Delovno predsedstvo volilne seje

Potekala je 21. seja Upravnega odbora Zbornice – Zveze. Nekaj najpomembnejših točk dnevnega reda: **pregledan in sprejet je bil zapisnik 20. seje UO z dne 19. 9. 2022 in 42. korespondenčne seje z dne 12. 10. 2022. Vodstvo je poročalo o aktivnostih med 20. in 21. sejo Upravnega odbora.** Člani upravnega odbora so podprli prošnjo Univerze v Novem mestu, Fakultete za zdravstvene vede za častno pokroviteljstvo 12. mednarodne konference Celostna obravnava pacienta. Prav tako so podprli prošnjo za donacijo Nujni medicinski pomoči Zdravstvenega doma Postojna za organizacijo seminarja Tehnično reševanje. **Podprli so tudi distribucijo vprašalnika** magistrske študentke na temo Vpliv življenjskega sloga na prisotnost kroničnih bolezni med zdravstvenimi delavci in zaposlenimi v drugih panogah. Odobreni so bili potni nalogi za tujino. Člani Upravnega odbora so sprejeli sklep, da se na prošnjo ciprske strokovne organizacije Cyprus Nurses and Midwives Association ob doslednem navajanju virov in avtorjev dovoli uporaba in prevod priročnika Nasilje NE!

19. 10. 2022

Potekala je 14. redna seja Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno in babiško nego, kjer je bila osrednja točka dnevnega reda prenos kompetenc z zdravnika na diplomirano medicinsko sestro. Oblikovan in sprejet je bil naslednji sklep:

Glede na prvi odstavek 14. člena Zakona o nujnih ukrepih za zagotovitev stabilnosti zdravstvenega sistema RSK ZBN kot pristojen RSK ni bil pozvan za pripravo

stališča, na kakšen način se lahko izvede prenos pooblastil. Pozvan je bil le RSK za družinsko medicino. Stališče RSK ZBN je, da podpiramo napredna znanja in razvoj zdravstvene nege, vendar pri prenosu pooblastil želimo, da so izpolnjeni tudi vsi drugi potrebni pogoji:

- dodatne obremenitve obstoječega kadra zdravstvene nege niso dopustne, zato je prenos pooblastil možen le v okolju, kjer je bila izvedena okrepitev kadra;
- v primeru prevzemanja novih nalog mora biti izvedeno dodatno usposabljanje v ustrezni obliki glede na vrsto in obseg pooblastil in odgovornosti;
- s prenosom pooblastil mora povečani odgovornosti slediti tudi plačilo.

Način prenosa pooblastila ne more biti enosmeren, ampak se mora s prenosom pooblastil strinjati tudi medicinska sestra, zdravstveni tehnik oziroma zdravstveni administrator, na katerega se tako pooblastilo prenaša. Če se ta ne čuti sposobnega za prevzem takšne odgovornosti, ni dolžan prevzeti pooblastila. Sklep stopi v veljavo takoj.

Predsednica Zbornice – Zveze se je odzvala povabilu Sindikata zdravstva in socialnega skrbstva in se udeležila tradicionalnega seminarja za njihove zaupnike v Dolenjskih Toplicah. Na kratko jih je seznanila z aktivnostmi na področju kadrovskih standardov in normativov, izvajanja preizkusa strokovne usposobljenosti po ZZDej-K 38. člen, druga skupina ter o drugih aktualnih dogodkih.

20. 10. 2022

Monika Ažman in Anita Prelec sta se udeležili svečanosti Reševalne postaje Univerzitetnega kliničnega centra (UKC) Ljubljana v Slovenski filharmoniji, na kateri je bil slavnostni govornik predsednik republike Borut Pahor. S svečanostjo so obeležili 100 let poklicnega delovanja prostovoljne reševalne dejavnosti, katere začetki sicer segajo že v leto 1870, leta 1922 pa je postaja začela delovati poklicno. Sekcija reševalcev v zdravstvu je ob tem prejela spominsko plaketo.



Prejeta spominska plaketa Sekcije reševalcev v zdravstvu

21. 10. 2022

V Državnem svetu je potekala 36. izredna seja Komisije za socialno varstvo, delo, zdravstvo in invalide, kjer so obravnavali Predlog zakona o nujnih ukrepih za zajezitev širjenja in blaženja posledic nalezljive bolezni COVID-19 na področju zdravstva (ZNUNBZ) – nujni postopek. Seje se je udeležila tudi Monika Ažman in v imenu Zbornice – Zveze na zakon podala pripombe.

21. 10. 2022 je na letnem strokovnem posvetu enterostomalnih terapevtk Slovenije na Vranskem Sekcija medicinskih sester v enterostomalni terapiji predstavila štiri nove nacionalne protokole za ZN in oskrbo izločalnih stom.

24. 10. 2022

Sekcija medicinskih sester v enterostomalni terapiji je v sodelovanju z UKC Ljubljana uspešno zaključila izobraževanje za pridobitev specialnih znanj s področja enterostomalne terapije. Izobraževanje je po zaključnem izpitu uspešno opravilo 24 kandidatk/-ov. 24. novembra 2022 sta na podelitvi diplom prisostvovali predsednica Zbornice – Zveze Monika Ažman in predsednica Sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji Renata Batas.



S svečanosti ob podelitvi specialnih znanj enterostomalnim terapevtom

26. 10. 2022

V predavalnici Zbornice – Zveze so se na pobudo predsednice sekcije Ivanke Limonšek sestale članice Izvršnega odbora strokovne Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v pediatriji ter posamezne vodilne medicinske sestre pediatričnih oddelkov slovenskih bolnišnic. Zbrane je nagovorila tudi predsednica Zbornice – Zveze.

27. 10. 2022

Na Bledu je potekal Golniški simpozij 2022, ki ga je organizirala Univerzitetna klinika Golnik. V sekciji za področje zdravstvene nege je bila med vabljenimi predavatelji tudi predsednica Zbornice – Zveze. Navzočim je predstavila dokument »Najverjetnejša prihodnost in temeljne spremembe – razmislak o prihodnji vlogi zdravstvenih delavcev v svetu«, ki je prosto dostopen tudi na

spletni strani Zbornice – Zveze: e-publikacija_PrihodnostinSpremembe_Sl (zbornica-zveza.si)

4. 11. 2022

Delovna skupina za paliativno zdravstveno nego je pod vodstvom predsednice delovne skupine Judite Slak obiskala Geriatrični zdravstveni center Albert Schweitzer v Gradcu. Namen obiska je bila izmenjava znanj in izkušenj med člani delovne skupine za paliativno zdravstveno nego pri Zbornici – Zvezi s strokovnjaki s področja paliativne in hospic oskrbe v Avstriji.

7. 11. 2022

Anita Prelec se je udeležila predstavitve projektov nevladnih organizacij o zmanjšanju neenakosti med spoloma, ki so potekali v zadnjih letih pod okriljem Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

8. 11. 2022

V novih prostorih DMSBZT Pomurja je potekala 57. redna seja ORSD, kjer so si predsednice in predsednik izmenjali pomembne informacije o regijskih aktivnostih in skupnih prihajajočih projektih. Sprejeli so tudi sklep, ki se glasi:

ORSD podaja predlog, da imajo s 1. 1. 2023 študenti smeri zdravstvena nega in babištvo v času rednega študija brezplačno članarino.

9. 11. 2022

Po dolgem premoru so se v prostorih Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana v živo sestale pomočnice in pomočniki direktorjev za področje zdravstvene in babiške nege slovenskih bolnišnic v okviru stalne delovne skupine RSK ZBN – bolnišnična raven. Pogovarjali so se o aktualnih razmerah, predvsem o vse težjih delovnih pogojev zaradi odhajanja zaposlenih iz poklica, upokojevanja in neodziva na razpisana prosta delovna mesta.

V prostorih Zbornice – Zveze je potekala 16. seja OSS, kjer smo si izmenjali informacije o aktivnostih v zadnjih dveh mesecih. Načrtovana izobraževanja vseh strokovnih sekcij za 2023 so objavljena na spletni strani Zbornice – Zveze Program dela strokovnih sekcij za leto 2023 – Zbornica – Zveza (zbornica-zveza.si)

13. 11. 2022

Sekcija študentov zdravstvene nege in babištva je organizirala že »tradicionalni« študentski kampus na Debelem rtiču. Zanimiva predavanja in še bolj zanimive delavnice so odraz, da si mladi želijo pridobivati nova znanja in veščine, želijo biti dejavni in vključeni. Tako je tudi prav. Pogumno naprej!

14. 11. 2022

Sestal se je Strokovni odbor 14. kongresa ZBN 2023 in pregledal prejete povzetke. **Spremljajte spletno stran in e-novice, kjer je objavljen preliminarni program največjega strokovnega dogodka v naslednjem letu.**

17. 11. 2022

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji je organizirala strokovno srečanje z naslovom **Terapevtsko okolje, medosebni terapevtski odnosi in komunikacija so temelj zdravstvene nege na področju duševnega zdravlja in psihiatrije**. Izjemni gostitelji so bili zaposleni v psihiatrični bolnišnici Vojnik, za kar se jim iskreno zahvaljujemo. V svečanem delu srečanja sta priznanji za izjemne dosežke na ožjem strokovnem področju prejeli Suzana Smovnik in Lidija Mrak. Iskreno čestitamo.

18. 11. 2022

Izjemni strokovni dogodek je v Portorožu organizirala Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji. Naslov strokovnega srečanja se je glasil **Obravnava nevrološkega pacienta skozi prizmo strokovnih sekcij Zbornice – Zveze**. Iskrene čestitke predsedniku Robertu Rajnarju in ekipi.

21. 11. 2022

Na Brdu pri Kranju smo se udeležili posveta, ki ga je organiziralo Ministrstvo za zdravje na temo **Novosti, ki jih prinašata Zakona ZNUZSZS in ZNUNBZ**.

22. 11. 2022

Po dveh letih virtualnih srečanj so se v živo sestali tudi kongresni ambasadorji. Na Ljubljanskem gradu se je večerne slovesnosti s podelitvijo častnih nazivov kongresnim ambasadorjem Slovenije za leto 2022 udeležila tudi predsednica Zbornice – Zveze.

23. 11. 2022

Potekala je 15. seja Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno in babiško nego. Dva sklepa, sprejeta na seji, sta se dotikala priprave strategije razvoja zdravstvene in babiške nege do leta 2032 in podporo povečanja števila razpisnih mest v programih zdravstvene nege in babištva na že obstoječih javnih univerzah in srednjih šolah s področja zdravstva.

Ob 30. obletnici Zbornice laboratorijske medicine Slovenije smo se na Ljubljanskem gradu udeležili svečanosti, kjer se je predsednica Pika Meško Brguljan za opravljeno delo zahvalila vsem svojim predhodnikom.

24. 11. 2022

Izjemno število udeležencev na strokovnem srečanju **Glejmo v prihodnost, včeraj je že zgodovina** je zabeležila tudi strokovna Sekcija medicinskih sester in managementu, ki je na Bled privabila preko 190 udeležencev. V svečanem delu srečanja so dr. Marjeti Logar Čuček podelili priznanje za izjemne dosežke na ožjem strokovnem področju. V volilnem delu srečanja je bil izvoljen tudi novi predsednik sekcije **Dejan Doberšek**. Iskrene čestitke obema.

V prostorih Fakultete za upravo so potekale volitve predstavnika zdravstva v Državni svet, z glasovi elektorjev Zbornice – Zveze in Zdravniške zbornice. Monika Ažman je bila izvoljena za državno svetnico za področje zdravstva za mandatno obdobje 2022–2027. V zahvalnem nagovoru je čestitala tudi kandidatu Zdravniške zbornice prim. Matiju Cevcu. Njeno delovanje bo usmerjeno v pacienta, v zdravstvo ter v izboljšanje delovnih pogojev vseh zdravstvenih delavcev. Zavzemala se bo za ohranjanje javnega zdravstva, za enakopravnost in dostopnost zdravstvenih storitev za vse.

Na 22. seji Upravnega odbora Zbornice – Zveze je bil imenovan nov uredniški odbor Obzornika zdravstvene nege za obdobje 2023–2027 v sestavi:

1. Mateja Lorber, glavna in odgovorna urednica
2. Leona Cilar (Univerza v Mariboru, Fakulteta za zdravstvene vede)
3. Mateja Bahun (Fakulteta za zdravstvo Angele Boškin)
4. Mojca Dobnik (UKC Maribor)
5. Marija Milavec Kapun (Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta)
6. Petra Petročnik (Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta)
7. Tina Kamenšek (Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta)
8. Andreja Kvas (Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta)
9. Andreja Ljubič (Ministrstvo za zdravje)
10. Sabina Ličen (Univerza na Primorskem, Fakulteta za vede o zdravju)
11. Martina Kocbek Gajšt (Karlova univerza, Češka)
12. Mirko Prosen (Univerza na Primorskem, Fakulteta za vede o zdravju)
13. Dominika Vrtnjak (Univerza v Mariboru, Fakulteta za zdravstvene vede)
14. Sergej Kmetec (Univerza v Mariboru, Fakulteta za zdravstvene vede)
15. Melita Peršolja (Univerza na Primorskem, Fakulteta za vede o zdravju)
16. Tamara Štemberger Kolnik (Fakultete za zdravstvene vede v Celju)
17. Miha Lučovnik (UKCLJ, Ginekološka klinika)

25. 11. 2022

Anita Prelec je pozdravila udeležence strokovnega srečanja Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v operativni dejavnosti, ki so imeli drugi del strokovnega srečanja **Zdravje zaposlenih v perioperativni zdravstveni negi**.

Izvršni odbor strokovne Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji je sprejel odstop predsednika Darka Loncnarja in za v. d. predsednika Upravnemu odboru Zbornice – Zveze predlagal **Aljošo Lapanja**. Obravnavan je bil načrt dela strokovne

sekcije 2023 in priprave na prvo izobraževanje za specialno znanje iz zdravstvene nege na področju duševnega zdravja in psihiatrije. Predčasne nadomestne volitve novega predsednika/predsednice sekcije in nadomestnega člana IO bo predvidoma maja 2023 ob tradicionalnem dvodnevem strokovnem seminarju v Zrečah.

Na drugem posvetu se je sestalo več kot 40 zaposlenih v centrih za duševno zdravje otrok in mladostnikov iz vse Slovenije. Razprava je tekla o aktualnih težavah in strokovnih dilemah na področju centrov za duševno zdravje na primarni ravni. Udeleženci posveta so se seznanili s programom specialnega znanja iz zdravstvene nege na področju duševnega zdravja in psihiatrije, saj je večinski delež prijavljenih prav iz teh centrov. Izobraževanje se bo začelo **12. 1. 2023**. Predlagali so dopis vsem pristojnim v povezavi z oblikovanjem novih delovnih mest, primerljivo umeščenostjo v plačne razrede in o predlogu glede dodatkov po kolektivni pogodbi za delo s pacienti z duševno motnjo.

29. 11. 2022

Sekcija medicinskih sester v enterostomalni terapiji, ki jo zastopa Renata Batas, je sodelovala na strokovnem posvetu z Zbornico MedTech Slovenija pri Gospodarski zbornici Slovenije v zvezi s standardi za sodobne obloge za oskrbo ran.

30. 11. 2022

Na zadnjem sestanku smo s sodelavci Filozofske fakultete v Ljubljani in Mariboru pregledali in oblikovali dokončni program preizkusa slovenskega jezika. Več informacij na naslednjih straneh Utripa ali na spletni strani Zbornice – Zveze.

Novembra 2022 se je dvakrat sestala tudi delovna skupina za pripravo predloga in strokovne utemeljitve specializacij na ožjih strokovnih področjih zdravstvene nege, in sicer s področja promocije zdravja in integrirane obravnave oseb s kroničnimi boleznimi na primarni ravni zdravstvene dejavnosti.

Komisija za dodeljevanje sredstev iz sklada za izobraževanje je prosilcem dodelila oktobra 13.260 evrov in novembra 4.755 evrov ter 2400 kun.



Izteka se še eno aktivno leto. Leto, ko smo počasi začeli opuščati pandemijske ukrepe. Leto, za katerega smo si želeli, da bi bilo vse kot nekoč, pred pandemijo koronavirusne bolezni. Vse se nikoli ne da ponoviti/obnoviti, a ostajajo tudi lepe, ne le tragične posledice izgub in bolečine. Nova znanja, novi pristopi, nove vezi, ki naj bodo močne in usmerjene v prave stvari. Naj vas najlepši praznični čas obdari s pravimi prijatelji, z vsem, kar imate radi in v čemer uživajte, četudi je to sem in tja le dolg spanec. Veseli bomo, če boste v letu 2023 naši sodelavci, nam pisali, poročali iz svojih delovnih sredin, čestitali, opominjali, nam nastavljalni ogledalo in bogatili naše skupno glasilo. Vse dobro v prihajajočem letu, predvsem pa zdravja. Srečno.

*Iskrene čestitke strokovnemu kolegu
Dejanu Doberšku za prejem plakete
za izjemne dosežke na področju
prostovoljstva, ki ga je prejel v Državnem
svetu Republike Slovenije ob mednarodnem
dnevu prostovoljstva 5. 12. 2022.*

PONOSNI SMO NATE.

Zbornica – Zveza



(Fotografija: Državni svet RS)

Opravičilo

Na Rogli je med 15. 9. in 17. 9. 2022 potekalo že XIV. Strokovno izobraževalno tekmovanje ekip iz NMP, ki ga je organizirala Sekcija reševalcev v zdravstvu. Čestitke vsem 20 slovenskim ekipam za pogum in tekmovalni duh, še posebej zmagovalni ekipi ZD Ajdovščina!

V prejšnjem Utripu (stran 10) je bila objavljena napačna fotografija, zato objavljamo fotografijo zmagovalne ekipe, ki ji ob uspehu iskreno voščimo in se opravičujemo za nenamerno napako.





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



**OBVESTILO O RAZPISU ZA VOLITVE
PRESEDNICE/KA IN ČLANOV OZ. ČLANIC
IZVRŠNEGA ODBORA STROKOVNE SEKCIJE
MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH
TEHNIKOV V KIRURGIJI**

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji na podlagi 15. člena Pravilnika o delu strokovnih sekcij Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije in korespondenčnega sklepa Izvršnega odbora sekcije IO 5/2022 razpisuje volitve za štiriletno mandatno obdobje 2023 – 2027 za: predsednika/predsednico in člane/članice izvršnega odbora (9 mest). Mesta zasedejo zaposleni iz naslednjih bolnišnic: SB IZOLA, SB NOVO MESTO, SB BREŽICE, SB CELJE, SB SLOVENJ GRADEC, SB MURSKA SOBOTA, SB JESENICE, UKC LJUBLJANA IN UKC MARIBOR.

Kandidati pošljejo kandidaturo na sedež volilne komisije do vključno 6. 3. 2023 v zaprti ovojnici s pripisom: »Volitve Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji – Ne odpiraj!«, na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30a, 1000 Ljubljana.

Volitve bodo izvedene na strokovnem srečanju 10. 3. 2023 v Laškem. Celotno besedilo razpisa je objavljeno na spletni strani Zbornice – Zveze, v rubriki aktualni razpisi.

Predsednica Sekcije medicinskih sester in
zdravstvenih tehnikov v kirurgiji:
Adrijana Debelak, dipl. m. s., univ. dipl. org.



Obzornik zdravstvene nege je bil v zadnjih nekaj mesecih deležen nekaj sprememb. Revija je objavila razpis za pridobitev novih članov uredniškega odbora in z razpisom pridobila »nov veter« ter nove obraze, ki bodo reviji doprinesli novo energijo za uspešno delo v naprej.

Obzornik zdravstvene nege je v septembru pridobil *Index Copernicus Value (ICV)* za leto 2021, ki znaša 100 (v letu 2020 je bil 97,01, leto poprej 92,81, v letu 2018 97,71 in v letu 2017 pa 77,15). Baza *ICI Journals Master List* skrbno pregleduje in ocenjuje revije skozi njihove objave ter jim dodeluje po bibliometričnem procesu *Index Copernicus Value (ICV)* za njihov vpliv v znanstvenem publiciranju.

Hkrati je bil *Obzornik zdravstvene nege* vključen v bazo *Sherpa Romeo*. Baza *Sherpa Romeo* zbira podatke o odprtodostopnih (open access) revijah s celega sveta. V svojo zbirko jih vključuje na podlagi skrbnega, dolgo trajajočega pregleda.

Obzornik zdravstvene nege je postal tudi v letošnjem letu del baze Scilit, ki je informativna baza podatkov, ki ponuja na enem mestu predstavitev odprtodostopnih revij, povezave do njihovih člankov ter število njihovih citatov.

Uredništvo *Obzornika zdravstvene nege* vabi avtorje k objavi v strokovni znanstveni reviji. Revija si želi še naprej biti podpora veja slovenskega strokovnega razvoja zdravstvene nege, saj lahko našo stroko v Sloveniji uspešno razvijamo naprej le z dokazi podprto zdravstveno nego.

izr. prof. dr. Mateja Lorber



Št.: 941-4/22-33
Datum: 25. 10. 2022

Zadeva: Pobuda za spremembo tretjega in četrtega odstavka 16. člena Zakona o nujnih ukrepih za zagotovitev stabilnosti zdravstvenega sistema

Spoštovani,

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti, ki deluje pri Zbornici zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezi strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (v nadaljnjem besedilu Zbornica – Zveza), predlaga spremembo tretjega in četrtega odstavka 16. člena Zakona o nujnih ukrepih za zagotovitev stabilnosti zdravstvenega sistema (Uradni list RS, št. 100/22, v nadaljnjem besedilu ZNUZSZS) za ustrezno **nagrajevanje patronažnih medicinskih sester za povečan obseg obremenitev** in ustrezno nagrajevanje tistih patronažnih medicinskih sester, ki zdravstveno nego na domu izvajajo na območjih občin z nižjo razvitostjo oziroma za drugo ustrezno nagrajevanje patronažnih medicinskih sester, ki naj se določi v **Zakonu o nujnih ukrepih za zaježitev širjenja in blaženja posledic nalezljive bolezni covid-19 na področju zdravstva**.

ZNUZSZS v prvem odstavku 16. člena določa, da se z namenom zagotoviti stabilno delovanje zdravstvene dejavnosti na primarni ravni in večjo dostopnost do zdravstvenih storitev za poklice v zdravstveni dejavnosti določa:

- dodatek za povečan obseg dela za posebne obremenitve,
- dodatek za zaposlitev dodatnega zdravstvenega kadra,
- dodatek za posebne pogoje dela na območjih občin z nižjo razvitostjo.

Tretji odstavek 16. člena ZNUZSZS določa, da zdravstvenim delavcem in zdravstvenim sodelavcem, ki so zaposleni v **ambulantah pri izvajalcih zdravstvene dejavnosti** v mreži javne zdravstvene službe na primarni ravni zdravstvene dejavnosti, **pripada dodatek za povečan obseg dela za posebne obremenitve zaradi pomanjkanja zdravstvenega kadra** in posledično večjega obsega dela v višini do 2000 evrov mesečno za polni delovni čas sorazmerno glede na obseg programa zdravstvene dejavnosti in glede na stopnjo pomanjkanja posameznega poklica v zdravstveni dejavnosti.

Četrty odstavek 16. člena ZNUZSZS določa, da dodatek za posebne pogoje dela na območjih občin z nižjo razvitostjo pripada zdravnikom, ki opravljajo zdravniško službo na primarni ravni zdravstvene dejavnosti na območjih občin, ki v skladu z uredbo o razvitosti občin dosegajo razmerje med razvitostjo občine in povprečno razvitostjo občin v državi manjše od 0,9.

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti ugotavlja, da **16. člen ZNUZSZS**, ki naj bi zagotavljal stabilno delovanje zdravstvene dejavnosti na primarni ravni ter zagotovil **ustrezno nagrajevanje** zdravstvenih delavcev in zdravstvenih sodelavcev na primarni ravni zdravstvene dejavnosti, **ne določa dodatka za povečan obseg dela za posebne obremenitve** za patronažne medicinske sestre in **ne določa dodatka** za posebne pogoje dela na območjih občin z nižjo razvitostjo za patronažne medicinske sestre.

Patronažno varstvo je organizirano kot samostojna služba ali organizacijska enota osnovnega zdravstvenega varstva v zdravstvenih domovih. Zdravstvena nega v patronažnem varstvu je integralni del primarne zdravstvene nege in s tem primarnega zdravstvenega varstva ter se izvaja na pacientovem domu, v zdravstvenem domu, v lokalni skupnosti in na terenu.

V Sloveniji je na **primarni ravni organizirano patronažno varstvo**, ki deluje kot samostojna dejavnost znotraj zdravstvenega doma ali pa na podlagi pridobljene koncesije. V tem trenutku mrežo patronažnega varstva predstavlja nekaj več kot 900 timov diplomiranih medicinskih sester, ki se zadnja leta srečujejo z vedno večjo obremenjenostjo in preseganjem programa ravno



tako kot družinski zdravniki. Storitve imajo patronažne medicinske sestre plačane le v okviru letnega dogovora, presežek realizacije ni nikoli plačan. Delo medicinske sestre v patronažnem varstvu predstavljajo preventivne in kurativne obravnave. Novorojenčke morajo obiskati 24 ur po odpustu, preventivne obravnave otročnice/novorojenčka/dojenčka so časovno opredeljene in jih ne smejo in ne morejo odlagati, glede na ranljivost pa morajo pri rizičnih skupinah opraviti še dodatne obiske. Kurativne obravnave so po naročilu družinskega zdravnika na osnovi delovnega naloga. Preobremenjenost s kurativnimi obravnavami je tudi posledica hitrih odpustov iz bolnišnic, saj se s tem sicer res razbremenijo bolnišnice, se pa dodatno obremeni patronažno varstvo. Zato zaradi narave dela v patronažnem varstvu ni čakalnih vrst in patronažne medicinske sestre so vedno opravile vse delo. Opuščanje obiskov oziroma ustvarjanje čakalnih vrst pri preventivnih oziroma kurativnih obravnavah bi lahko pomembno vplivalo na poslabšanje zdravstvenega stanja pacientov.

Ker se v patronažnem varstvu opravi več storitev, kot jih prizna Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, se patronažne medicinske sestre srečujejo z negativnim finančnim izidom, saj z opravljenimi obravnavami nastanejo tudi materialni stroški, ki niso povrnjeni.

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti predlaga, da se določilo **tretjega odstavka 16. člena ZNUZSZS** spremeni in dopolni tako, da so do dodatka za posebne obremenitve in posledično večji obseg dela upravičene tudi patronažne medicinske sestre, ki zdravstveno nego izvajajo **pri izvajalcih zdravstvene dejavnosti v mreži javne zdravstvene službe** na primarni ravni zdravstvene dejavnosti.

Prav tako predlaga, da se določilo **četrtga odstavka 16. člena ZNUZSZS** o dodatku za posebne pogoje dela na območjih občin z nižjo razvitostjo spremeni in dopolni tako, da do dodatka niso upravičeni le zdravniki, ki opravljajo zdravniško službo na primarni ravni zdravstvene dejavnosti na območjih navedenih občin, ampak tudi **patronažne medicinske sestre**, ki na območju občin z nižjo razvitostjo **opravljajo patronažno službo**.

Zbornica – Zveza predlaga Ministrstvu za zdravje, da če nagrajevanja patronažnih medicinskih sester ni mogoče ustrezno urediti s spremembo tretjega in četrtega odstavka 16. člena ZNUZSZS, naj se to vprašanje uredi s posebnim določilom v **Zakonu o nujnih ukrepih za zajezitev širjenja in blaženja posledic nalezljive bolezni covid-19 na področju zdravstva**.

Pobudo posredujemo Ministrstvu za zdravje in pristojnim sindikalnim organizacijam v dejavnosti zdravstvene nege.

Za preučitev pobude se zahvaljujemo.

Staša Rojten,
predsednica Sekcije medicinskih sester in
zdravstvenih tehnikov v patronažni
dejavnosti

Monika Ažman,
predsednica Zbornice – Zveze

Vročiti:

- Ministrstvo za zdravje, Štefanova ulica 5, 1000 Ljubljana, elektronsko na e-naslov: Mojca.Dobnik@gov.si in gp.mz@gov.si
- sindikalne organizacije elektronsko na e-naslove: sdzns@siol.net, pisarna@sindikatzsvs.si, sindikatpergam@siol.net, jaka.pergam@siol.net, miha.benet@siol.net, szsss@sindikatzsss.si, vladimir.lazic@kclj.si



ZBORNICA – ZVEZA BO V LETU 2023 ZAČELA PREIZKUSE ZNANJA SLOVENSKEGA STROKOVNEGA JEZIKA

Zbornici zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezi strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (v nadaljnjem besedilu Zbornica – Zveza) je podeljeno javno pooblastilo za **preizkuse znanja slovenskega strokovnega jezika**, ki ga opravljajo medicinske sestre, babice in tehniki zdravstvene nege, ki so izobrazbo pridobili v tujini.

Zakon o zdravstveni dejavnosti (Uradni list RS, št. 23/05 – uradno prečiščeno besedilo, 15/08 – ZPacP, 23/08, 58/08 – ZZdrS-E, 77/08 – ZDZdr, 40/12 – ZUJF, 14/13, 88/16 – ZdZPZD, 64/17, 1/19 – odl. US, 73/19, 82/20, 152/20 – ZZUOOP, 203/20 – ZIUPOPdve, 112/21 – ZNUPZ, 196/21 – ZDOsk, 100/22 – ZNUZSZS, 132/22 – odl. US in 141/22 – ZNUNBZ, v nadaljnjem besedilu ZZDej) v 63. členu določa, da zdravstveni delavec, ki opravlja svoje delo v neposrednem stiku z bolnikom, uporablja slovenski jezik.

Izvajalec zdravstvene dejavnosti za posamezno delovno mesto določi potrebno stopnjo znanja slovenskega jezika, najnižja stopnja znanja pa je raven **B2 Skupnega evropskega jezikovnega okvira** (v nadaljnjem besedilu SEJO).

Za **diplomirano medicinsko sestro** in **diplomirano babico** se zahteva znanje slovenskega jezika **raven ustno C1** ter **pisno B2** SEJO, za **tehniko zdravstvene nege** pa raven **ustno in pisno B2** SEJO.

Zakon o nujnih ukrepih za zavezitev širjenja in blaženja posledic nalezljive bolezni COVID-19 na področju zdravstva (Uradni list RS, št. 141/22, ZNUNBZ), ki je bil sprejet 28. 10. 2022, je v 21. členu začasno odstopil od določil ZZDej in določil, da se ne glede na tretji odstavek 63. člena ZZDej za **diplomirano medicinsko sestro**, **diplomirano babico** in magistra farmacije, ki opravlja svoje delo v neposrednem stiku z bolnikom, zahteva znanje slovenskega jezika na ravni **ustno in pisno B2** SEJO. Ukrep iz tega člena velja do **31. decembra 2023**. Vlada Republike Slovenije lahko ukrep s sklepom **največ dvakrat podaljša**, vsakokrat za največ šest mesecev.

Novost spremenjenega 63. člena ZZDej je, da se znanje slovenskega jezika lahko dokazuje tudi s potrdilom **Zbornice – Zveze** o uspešno opravljenem **preizkusu znanja slovenskega strokovnega jezika** za zdravstvene delavce v dejavnosti zdravstvene in babiške nege. Poudarek na preizkusu znanja slovenskega strokovnega jezika je na strokovnem področju zdravstvene oziroma babiške nege. Potrdilo o uspešno opravljenem preizkusu znanja slovenskega strokovnega jezika za zdravstvene delavce se izda za namen opravljanja dela zdravstvenega delavca pri izvajalcu zdravstvene dejavnosti v Republiki Sloveniji.

Zbornica – Zveza bo v letu 2023 organizirala prve preizkuse znanja slovenskega strokovnega jezika na ravni **pisno B2** in **ustno C1** po SEJO ter **pisno B2** in **ustno B2** po SEJO.

V naslednjih dneh bo Zbornica – Zveza v soglasju z ministrom za zdravje sprejela Pravilnik o preizkusu znanja slovenskega strokovnega jezika za zdravstvene delavce in zdravstvene sodelavce, ki opravljajo dejavnosti v zdravstveni in babiški negi (v nadaljnjem besedilu pravilnik), ta določa način, vsebino, potek preizkusa znanja slovenskega strokovnega jezika.

Do konca decembra 2022 bo Zbornica – Zveza na svoji spletni strani, povezava <https://www.zbornica-zveza.si/>, objavila:

- program preizkusa slovenskega strokovnega jezika,
- prijavnico za preizkus slovenskega strokovnega jezika,
- termine načrtovanih preizkusov v letu 2023.

Pomembnejša obvestila o preizkusu slovenskega strokovnega jezika bomo objavili v biltenu UTRIP.

Andrej Vojnovič, univ. dipl. prav.



Sporočilo za javnost Evropske federacije združenj medicinskih sester (EFN)

115. Generalna skupščina Evropske federacije združenj medicinskih sester (EFN)

Po dveh letih spletnih srečanj zaradi pandemije covid-19 so se člani Evropske federacije združenj medicinskih sester (EFN), ki zastopa več kot tri milijone medicinskih sester v Evropski uniji, znova sešli v živo. Jesenska generalna skupščina EFN je potekala v Sloveniji med 13. in 14. oktobrom 2022.

Člani EFN so pozdravili Mojco Dobnik, vršilko dolžnosti generalne direktorice Direktorata za zdravstveno nego na Ministrstvu za zdravje, ki je naslovila ključna vprašanja za medicinske sestre v Sloveniji, ki čakajo na sistemsko ureditev, kot na primer pomanjkanje medicinskih sester, digitalizacija ter kakovost in varnost.

V okviru evropskega stebra socialnih pravic (<https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/economy-works-people/jobs-growth-and-investment/european-pillar-social-rights_en>) EFN poudarja pomen medicinskih sester z naprednimi znanji (<<http://efn.eu/wp-content/uploads/2022/04/EFN-Policy-Statement-on-APN-April-2022.pdf>>; v angleščini Advanced Practice Nurse oz. APN) za zagotavljanje ugodnih izidov zdravstvene obravnave. Člani delovne skupine EFN za napredno zdravstveno nego so članom EFN predstavili nekaj konkretnih rezultatov, med drugim rezultate metaanalize podatkov, zbranih od vseh 36 članov EFN. O teh rezultatih so razpravljale tri komisije EFN (strokovna komisija, komisija za delovno silo, komisija za javne politike) ter oblikovale kratkoročno, srednjeročno in dolgoročno strategijo za napredno zdravstveno nego v Evropski uniji in Evropi. Kot je zapisano v matriki štirih

kategorij izvajalcev zdravstvene nege EFN (EFN Workforce Matrix 3+1: <https://efn.eu/?page_id=8220>), igrajo medicinske sestre z naprednimi znanji ključno vlogo pri zagotavljanju odpornosti zdravstvenih sistemov in sistemov socialnega varstva v Evropski uniji in Evropi. Zato bo EFN še naprej razvijala pomembno tematiko napredne zdravstvene nege s svojimi člani.

Kot odziv na vojno v Ukrajini EFN tesno sodeluje z Mednarodnim svetom medicinskih sester (ICN) in Združenjem medicinskih sester Poljske, da bi skupaj pomagali ukrajinskim medicinskim sestram. V ta namen organiziramo intenzivna izobraževanja za ukrajinske medicinske sestre, ki so pribežale na Poljsko. Tečajji so uspešni, glavni deležniki v poljski skupnosti medicinskih sester pa so soglasni glede splošnih poudarkov, ki morajo biti vključeni v izobraževanje za ukrajinske medicinske sestre. Na Ministrstvu za zdravje Poljske že pripravljajo novo zakonodajo, ki bo predstavljala pravni okvir za izvajanje izobraževanj. Izjemno pomembno je vlagati v ukrajinske medicinske sestre in zdravstveno nego, saj se bosta tako okrepila vodenje in razvoj zdravstvene nege, to pa bo prispevalo k obnovi ukrajinskega sistema zdravstvenega varstva po koncu oboroženih spopadov.

Poleg tega so člani EFN v okviru Strateškega in operativnega načrta za lobiranje v letih 2021–2027 <<http://www.efnweb.be/wp-content/uploads/EFN-SOLP-2021-2027-1.pdf>> razpravljali o treh ključnih strateških dokumentih in jih potrdili:

1) popravljen Strateški dokument EFN o zdravstveni negi za naše zdravje in zdravje planeta, ki vključuje tudi določilo o izobrazbi medicinskih sester; 2) Strateški dokument EFN o smernicah za podatke o zdravstveni negi Mednarodne organizacije dela (ILO); 3) Strateški dokument EFN o evropski strategiji za oskrbo.

Na koncu so člani EFN delili informacije o aktivnostih, primerih dobre prakse in izkušnjah na področju izobraževanja, delovnih razmer ter zagotavljanja kakovosti in varnosti v zvezi z dolgotrajno oskrbo, kar zajema tudi digitalizacijo. S tem želimo spodbuditi Evropski svet, da bi izdal Priporočilo o dolgotrajni oskrbi v okviru nove Evropske strategije za oskrbo. Nujno je, da predlagane zdravstvene politike Evropske unije odražajo strokovno znanje medicinskih sester, saj bo tako mogoče lažje strukturirati namenske rešitve in pobude na področju zdravstva.

Še vedno nas čakajo številni izzivi, ki vplivajo na delo medicinskih sester po celotni Evropski uniji. Člani EFN bodo s skupnimi močmi oblikovalce politik na državni ravni in na ravni Evropske unije opozarjali na dodano vrednost medicinskih sester v EU ter na njihov ključni vpliv na zdravstvene sisteme in sisteme socialnega varstva. Poseben poudarek bomo namenili vprašanjem izobraževanja na področju zdravstvene nege, delovne sile ter kakovosti in varnosti, vključno z digitalizacijo.



Evropska federacija združenj medicinskih sester (EFN)

E-mail: efn@efn.eu, www.efn.eu



ČASTNO RAZSODIŠČE I. STOPNJE

Povabilo k sodelovanju



Spoštovani,

Častno razsodišče (ČR) I. stopnje vas vabi k sodelovanju. Vabimo vas, da **nam posredujete vprašanja, etične probleme, dileme ali dvome**, vezane na svoje strokovno delo. Opozorite lahko na **etično sporno prakso, postopke ali odnose s pacienti, stanovalci v domovih starejših, njihovimi bližnjimi, sodelavci, drugimi ...**

Veseli bomo vaših predlogov ali pobud, na katere se bomo odzvali in vam pomagali.

Za komunikacijo z vami skrbi viš. pred. Robert Sotler, član ČR I. Vaša sporočila bodo obravnavana anonimno, zasebnost podatkov in vsebin bo zagotovljena. Želimo vam biti v pomoč in podporo pri zahtevnem in odgovornem delu.



Darinka Klemenc (predsednica ČR I) in viš. pred. Robert Sotler (član)

eticna.vprasanja@zbornica-zveza.si



V negotovost skozi neznano



Darinka Klemenc, Vesna Marjanović

Oktobra letos smo se člani ***Delovne skupine za nenasilje v zdravstveni in babiški negi*** (Irena Špela Cvetežar, vodja, Aljoša Lapanja in Darinka Klemenc, člana; Dora Lešnik Mugnaioni, strokovna sodelavka delovne skupine, ki je zelo veliko pomagala pri pripravah na kongres, vendar se dogodka žal ni mogla udeležiti, se ji pa zahvaljujemo za njeno veliko pomoč) ***na Zlatiboru v Srbiji udeležili Oktobrskih srečanj*** (srb. Oktobarski susreti) Zveze združenj zdravstvenih delavcev Srbije (srb: Savez udruženja zdravstvenih radnika Srbije).

V plenarnem delu Društva medicinskih sester in tehnikov Srbije smo izvedli dvourno okroglo mizo z naslovom ***Kultura nenasilja v zdravstvu***. Ob koncu smo v zanimivi razpravi ugotavljali, da teh tem v naših okoljih nikoli ni dovolj. Poslušalce smo usmerjali tudi na naša gradiva na spletnih straneh, vključno s priporočili za področje različnih vrst nasilja. Kot zanimivo predavanje v plenarnem delu smo ocenili predavanje z naslovom: ***V negotovosti skozi neznano***, kolegice Vesna Marjanović iz Zdravstvenega doma Doljevac. Gre za pogled na organizacijski, moralni, etični, strokovni vidik – refleksijo dogajanja v zdravstveni negi v času epidemije covid-19 v Srbiji. Kolegico smo zaprosili za dovoljenje, da njen prispevek prevedemo in objavimo v Utripu.

Ocenjujemo, da je bilo naše sodelovanje na Zlatiboru koristno iz več razlogov: izmenjava strokovnih znanj in izkušenj, vzdrževanje povezav z združenjem, s katerim ima Zbornica – Zveza že leta podpisan sporazum o medsebojnem sodelovanju, še posebej pa promocija področja nenasilja v zdravstvu in zdravstveni ter babiški negi, kar delovna skupina strokovno

intenzivno pokriva. Gre tudi za odlično promocijo Zbornice – Zveze v tujini. Med člani Častnega odbora kongresa je navedena tudi predsednica Zbornice – Zveze Monika Ažman, kar daje dogodku dodatno težo – tudi za Zbornico – Zvezo, ki se ji zahvaljujemo za priložnost, prav tako združenju, da smo se lahko udeležili kongresa.

Prispevek, povzet po PP predstavitvi, je sicer skrajšan, zagotovo pa bo dosegel svoj namen: razmišljanje o organizacijskih, strokovnih, etičnih vprašanjih in dilemah v času covid-19 – doživet in reflektiran skozi oči kolegice, ki je tako kot mnogi tudi osebno preživljala to težko obdobje na delovnem mestu.

Kolegici Vesni Marjanović, VMS, iz Zdravstvenega doma Doljevac se iskreno zahvaljujem za gradivo in za dovoljenje, da prispevek objavimo v Utripu.

V NEGOTOVOST SKOZI NEZNANO

Pandemija nove koronavirusne bolezni covid-19 je za zdravstvene sisteme po vsem svetu pomenila izziv brez primere. Tudi v Srbiji. Prvi uradni primer okužbe je bil registriran 6. marca 2020 pri 43-letnem moškem iz Subotice. Sledilo je veliko pacientov z okužbami dihal, kar je zahtevalo angažiranje zdravstvenih delavcev vseh profilov in vključitev velikega števila zdravstvenih ustanov v covidni sistem. Zaradi spopadanja z neznanim virusom, z izzivi z nabavo zaščitne opreme, respiratorjev in testov ter hkrati nujne zaščite zmogljivosti sistema je bila potrebna hitra reorganizacija zdravstvenega sistema. Zgrajene so bile tudi nove covidne bolnišnice: v Kruševcu, Batajnici ...

Kriza epidemije covid-19 je poudarila pomen umestitve primarnega zdravstvenega varstva v jedro zdravstvenega sistema. Osnovno zdravstveno varstvo je postalo steber varovanja pravice do zdravja, primarno zdravstvo hrbenica zdravstvenega sistema države. Sprejeti je bilo treba ogromno število obolelih z okužbami dihal, registrirati obolele in hkrati zdravstveno skrbeti za vse druge paciente.

Predsednik vlade je 15. marca 2020 razglasil izredne razmere – zdravstvena situacija brez primere! Priča smo bili državnemu, političnemu in globalnemu problemu in velikim izzivom. Minister za zdravje je 20. marca 2020 izdal ukaz o razglasitvi epidemije nalezljive bolezni covid-19. Dejal je, da zdravstveni sistem v Srbiji zaposluje več kot 100.000 ljudi, ki so se morali hitro prilagoditi novim razmeram, treba je bilo zagotoviti dovolj ljudi, jih usposobiti za delo, zdravstveni sistem je moral delovati na dveh frontah – en del za oskrbo okuženih, drugi del pa za druge paciente. Vse zdravstvene ustanove so se morale čez noč prilagoditi novim razmeram.

Moj namen ni razpravljati o zdravstveni obravnavi, protokolih, sestankih in sklepih kriznega štaba. Želim povedati svoje zgodbe o preteklem obdobju, o ljudeh, o zavodu, tudi o strokovnosti, etiki in moralni. Poraja se veliko vprašanj, na katera ne znam odgovoriti in zadevajo vse nas:

Kakšni so kriteriji za delo v covidnih conah?

Na podlagi česa so bili zaposleni izbrani za delo v covidni coni, kaj je bilo odločilno: izkušnje, veščine, znanje, zaupanje, zdravstveno stanje, starost, druženje, interes ...?

Takoj je bilo jasno, da zdravstveni delavci s kroničnimi obolenji ne smejo biti izpostavljeni tveganju okužbe. Postavljalo se je vprašanje, kdo vključuje ali izključuje zaposlenega ali določeno službo, oddelek: glavni medicinski tehnik, odgovorni tehnik, predstojnik, koordinatorica covidne ambulante, direktor?

Kdo odloča o tem, ali je nekdo primeren ali ne za delo v covidnih ambulantah?

Kaj pomeni: »V covidni ambulanti naj delajo sposobni delavci?« Ali imajo vsi zdravstveni delavci v sistemu ustrezno strokovno izobrazbo in licenco za delo? Kdo odloča o tem, kako delati v teh enotah? So zaposleni vsi profili zdravstvenih delavcev glede na potrebe: splošni, pediatrični, fizioterapija, patronaža, internistični, zobozdravstvo? Na osnovi čigavih usmeritev je organizirano delo te enote: izbor zaposlenih, oblika izmenskega dela, trajanje izmene ...? Na to temo je bilo in je veliko povedanih različic.

Kdo je odločil, da novozaposleni delavci v zdravstvenih domovih delajo za nedoločen čas, večinoma v covidnih ambulantah? Delovne obveznosti bi morale biti razdeljene, verjetno tudi tveganje. Rotacije so potrebne zaradi pravične porazdelitve obremenitev in z vidika varnosti pri delu. Na začetku pandemije je bilo veliko pozitivnih, bolnih zdravstvenih

delavcev – te je bilo treba nekako nadomestiti. In večina med njimi je umrla na začetku. Je kdo preveril zdravstveno stanje novozaposlenih glede kroničnih bolezni – nekateri med njimi bolezni niso prijavili, da bi se lahko zaposlili po več letih čakanja na službo. Kako zdravi so bili v resnici?

Kdo odloča, koliko zdravstvenih delavcev se bo na določenih delovnih mestih menjalo, koliko ne? Videli smo različne modele rotacije in uvajanja ter na koncu tudi nagrajevanja. Kdo odloča, kako se bo na teh delovnih mestih štelostevalo ur? Opaziti je bilo različne interpretacije delovnega dne in dolžine izmene – traja izmena pet, šest ali sedem ur? Je pomožni delavec v covidni ambulanti delal izmeno trikrat dnevno po 60 minut ali je moral biti ves delovni čas v prostoru covidne ambulante?

Kdo odloča o tem, ali mora nekdo, ki v tem kritičnem obdobju izpolnjuje **pogoj za upokojitev**, dejansko oditi (nekateri so iz sistema odšli, nekateri ne)? Še eno očitno nesorazmerje: zdravstveni delavci, ki so izpolnili pogoj za upokojitev, so bili različno obravnavani – sistem se ni potrudil, da bi te izkušene ljudi obdržal. Nekateri so se morali takoj upokojiti, kar nekaj pa jih dela še danes. So bili nekateri resnično nepotrebni, drugi pa resnično potrebni?

Kdo in kako odloča o nagradah za delo v covidnih conah?

Posebej zanimivo je vprašanje, kako se je tolmačilo, ali zdravstvenim delavcem v rdečih conah dati 10, 20 ali 30 odstotkov dodatka k plači. Po čigavi oceni je delo v covidni ambulanti vredno bolj ali manj kot v drugi glede na to, da so bile opravljene enake storitve in je delo potekalo po enakih smernicah? Glede na klinike v različnih ustanovah. Izpostavljenost in tveganje sta bila enaka povsod. Kdo je odgovoren za razlike v plačah od 5 do 20 tisoč dinarjev na mesec za medicinske sestre?

Kdo je odgovoren za nespoštovanje strokovne usposobljenosti nekaterih delavcev?

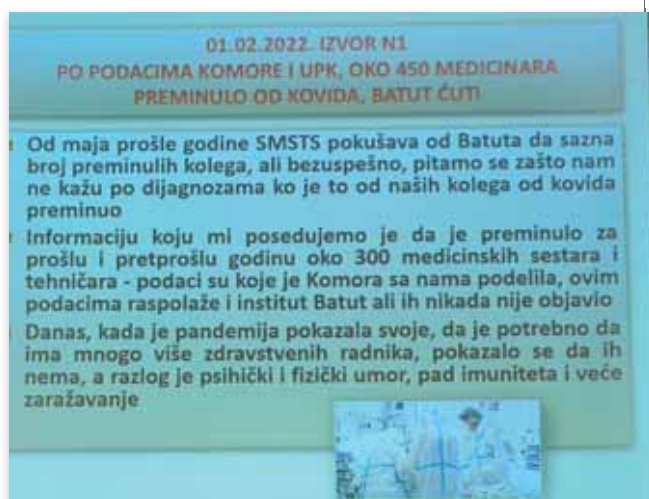
Kdo je dovolil teptanje (srb. gaženje) profesionalcev? Kako je bilo organizirano cepljenje proti covidu-19? Komu je bilo mar za moralnost teh odločitev in potez v institucijah? Ne igram šaha, imam pa vtis, da nekatere odločilne poteze naredijo kmetje. Zdi se, da je v sistemu nastala velika vrzel in da bo večja težava vrnitev v »normalno stanje«.

Poleg strokovnosti morajo imeti zaposleni v zdravstvu razvita tudi etična načela in ta so velikokrat na preizkušnji, kar lahko

vodi v izgubo etičnih norm, v moralno otopelost. Postanemo nehumani in zlahka zapademo v nemoralna in včasih celo nezakonita dejanja, npr. izdajanje lažnih potrdil o pozitivnem testu in opravljenem cepljenju proti koronavirusu. V tem več kot težkem obdobju smo imeli priložnost – bolj kot običajno – videti in doživeti veliko moralnih in »moralnih« situacij.

Bolevanje in umiranje zdravstvenih delavcev pri covidu-19

Ne glede na številne informacije o visoki stopnji obolevanja in umiranja zdravstvenih delavcev in pozivov k ugotavljanju morebitnih opustitev, če do njih pride, je zelo težko, skoraj nemogoče, priti do podatkov o tej problematiki. Inštitut za javno zdravje Srbije ni objavil podatkov o številu obolelih, tudi ne o številu umrlih zdravstvenih delavcev. Zbornica medicinskih sester in tehnikov Srbije ne razpolaga z zdravstveno dokumentacijo o vzroku smrti člana in tako ne more odgovoriti, koliko članov je umrlo zaradi covid-19. Po podatkih sindikata medicinskih sester in tehnikov je umrlo okoli 300 medicinskih sester in tehnikov. Nekateri mediji poročajo, da je umrlo okoli 450 zdravstvenih delavcev.



Vir: avtorica

12. februarja 2021 je bil srbskim oblastem poslan poziv zdravniškega sindikata, naj se ustavi umiranje zdravstvenih delavcev. »Gre za katastrofo, ki se trenutno dogaja v srbskem zdravstvu. O tem govori tudi 105 umrlih zdravnikov, zobozdravnikov, farmacevtov in biokemikov, medtem ko natančno število umrlih medicinskih sester in tehnikov, pomožnih delavcev, bolničarjev ni znano,« je dejal predsednik sindikata. Med njihovimi zahtevami je bilo tudi oblikovanje

delovnega telesa pri ministrstvu za zdravje, ki bi se ukvarjalo z ugotavljanjem vzrokov za visoko umrljivost zdravnikov in zdravstvenih delavcev. Postavljalo se je vprašanje, zakaj v Srbiji zdravniki in drugi zdravstveni delavci vse pogosteje umirajo zaradi covid-19. Za črno statistiko so bili krivi utrujenost, stres, testiranja ... Uradnih podatkov o številu umrlih zdravstvenih delavcev zaradi covid-19 od začetka epidemije v Srbiji ni. (Vir: Radenković, 14. 1. 2021) Namestnica direktorja inštituta Batut je izjavila (Politika, 24. 4. 2020), da mrtvih in hospitaliziranih ni mogoče skriti, niti si tega nihče ne želi.

Treba se je pogovarjati, zaščititi stroko, predvsem spoštovati sodelavce in dobri strokovnjaki bodo svoje delo opravili. Analizirati moramo, kaj je bilo narejeno in kaj ne, izkoristiti peklensko obdobje, ki je za nami, in se iz tega kaj naučiti za prihodnost. Doživeli in videli smo marsikaj, s čimer smo se strinjali ali ne, a v času sprejemanja odločitev morda ni bilo druge izbire ali pa je nismo videli. V različnih okoljih, ustanovah so se v enakih situacijah različno odločali, različna je bila organizacija, različno plačilo, torej »nagrajevanje«. V covidnem sistemu so svoje mesto našli različni profili. Vsako sodelovanje je bilo dobrodošlo. Jasno je, da bodo posledice te pandemije številne in dolgotrajne. Negotovost, strah, tesnoba in celo panika, povezani s pandemijo, vplivajo na čustvene reakcije ljudi, motnje duševnega zdravja se pojavljajo tudi pri tistih, ki skrbijo za bolne ali so sami bolni. Vzroki za stres, ki smo mu bili med pandemijo izpostavljeni medicinske sestre in drugi zdravstveni delavci, so številni, od preobremenjenosti pri delu, telesne in psihične izčrpanosti, strahu pred okužbo ali prenosom virusa na svoje bližnje, pomanjkanja zaščitne opreme in negotovosti o trajanju pandemije. Je zdaj večja težava postcovid?

Ne pozabimo na zadnje vprašanje: Je zdravstveni sistem sposoben odgovoriti na zahteve delovnega mesta s covidom-19, se bomo soočili s postcovidnim zdravstvenim sistemom?

Zaradi vsega naštetega so številni zdravstveni sistemi po svetu začeli oblikovati multidisciplinarne time strokovnjakov, ki bodo skrbeli za paciente s postcovidnim sindromom, jim tako zagotavljali celoviti diagnostični pristop, pravočasno preprečevanje zapletov in optimalno zdravljenje. Izkušnje, pridobljene v tej krizi, lahko prispevajo k ponovnemu razmisleku in povečanju pripravljenosti našega zdravstvenega sistema za prihodnje odzive v nujnih primerih, za reševanje prihodnjih javnozdravstvenih kriz.

Kar je najbolj pomembno: bolj se cenimo, bodimo boljši profesionalci, bodimo boljši ljudje, bodimo bolj ljudje ...



Franciška Chwatal je tretja z leve v drugi vrsti v Šoli za zaščitne sestre, generacija 1932/33 (Vir: Nataša Brišnik, Janja Skodlar. Fotografija: Atelier J. Pogačnik, Ljubljana).

Franciška Chwatal (Franja Kiš), prva zaščitna – medicinska sestra na Kamniškem

♦
Irena Keršič

Za Franciško Chwatal sem prvič izvedela pred mnogimi leti ob prebiranju knjige Zgodovina in delo sestrstva v Sloveniji: od prevrata do leta 1934, avtorja Boga Dragaša. V njej je opisal razvoj šolanja za zaščitne sestre od leta 1924 do leta 1934.

V preteklosti je bila v Sloveniji tradicija, da so ženske ob poroki prevzele priimek po možu, ime pa se je skrajšalo ali preimenovalo, zato se je za ženskami izgubila skoraj vsaka sled. Dolgo nisem povezala priimka Chwatal s priimkom Kiš, čeprav sem poznala obe sestri s tem priimkom. V Kamniku se vsak prvi četrtek v mesecu zberejo upokojeni zdravstveni delavci ZD Kamnik. Povabili so me v skupino in ob priložnosti je nanesla beseda tudi na Franjo Kiš. Povezava do Frančiške Chwatal s tem ni bila več daleč, zlasti ne po tem, ko sta njeni hčerki Nataša Brišnik in Janja Skodlar prijazno sprejeli povabilo na pogovor.

Frančiška se je rodila 16. maja 1914 v Ljubljani mami Frančiški, roj. Šimenc in očetu Francu Chwatalu, ki je bil tovarniški delavec. Priimek Chwatal izvira iz Slovaške. Starša sta imela deset otrok, Frančiška je bila zadnja po vrstnem redu. Krstili so jo za Frančiško Marjeto in kasneje klicali Franja. Stanovala je na naslovu Prule 5 v Ljubljani, kjer je končala pet razredov realne gimnazije in se stara 18 let vpisala v Šolo za zaščitne sestre. V Dragaševi knjigi (1938) jo najdemo zavedeno pod zaporedno številko 6 v seznamu gojenk, ki so vstopile v triletno šolo 1932/33 in jo končala leta 1935 z nazivom diplomirana zaščitna sestra.

Po končani šoli je bila izbrana na delovno mesto zaščitne sestre v protituberkuloznem dispanzerju v Kamniku. Baloh (2006) navaja, da je imela protikandidatko, vendar ne navaja, katera bi to lahko bila. Običajno so v tistem času zaščitne sestre nastavljal z državnim dekretom in ne na podlagi izbere. Nastop dela je bil tudi razlog za preselitev v Kamnik. Stanovala je pri družini Vedlin na Grabnu. Gospod je bil dežnikar. Kasneje se je preselila k družini Peterlin na Šutno, kjer je spoznala prihodnjega moža Jovana Kissa (krstno Januš, roj. 9. 12. 1913), ki je hodil v Gostilno Kumer (nekoč tudi trgovina Borovo) na kosilo. V Kamnik se je priselil iz Budimpešte, kjer je bil na šolanju. Sicer je bil rojen v Bečeju v Vojvodini. Poročila sta se 1943. Franja ni uporabljala priimka Kiss, temveč Kiš. Mož je govoril madžarsko, vendar se trije otroci nikoli niso naučili madžarščine, ker Franja tega ni spodbujala. Hči Nataša je bila rojena med drugo svetovno vojno leta 1944. Spominja se, da sta starša najprej živela v turnu v Mekinjah, po vojni pa so se preselili k župniku na Zaprice (vila Planika). Med vojno je bil mož Jovan izdan in obsojen na smrt. Zaprt je bil v Begunjah. Gotove smrti ga je rešilo dejstvo, da se je vojna zaključila. Ogroženo je bilo

tudi življenje Frančiške in hčerke Nataše. Po koncu vojne je bil poslan na rehabilitacijo v toplice.

Leta 1936, ko je Protituberkulozna liga v Kamniku ustanovila in opremila protituberkulozni dispanzer, je Frančiška postala strokovna sodelavka zdravnika Franceta Puclja. Skupaj sta službovala v leta 1938 na novo odprtem zdravstvenem domu v Dereanijevi hiši, kjer sta poleg dela v protituberkuloznem dispanzerju opravljala tudi dela v otroški zdravstveni službi. Prvo uradno zaznambo Frančiške Chwatal glede zaposlitve najdemo v Službenih novinah. Z odločbo Kraljevske banske uprave Dravske banovine je bila 21. junija 1939 z dopisom št. 3710/1 nastavljena za zaščitno sestro v Zdravstveni dom Kamnik za banovinsko uslužbenko in uradniško pripravnico v IX. položajni skupini na dosedanjem službenem mestu. Leta 1941 se je strokovno izpopolnjevala na Golniku, kjer je potekal tečaj za zaščitne sestre, ki so delale v protituberkuloznih dispanzerjih.

V času druge svetovne vojne se je preselila v Ljubljano in se po vojni vrnila v Kamnik. Na področju otroške in šolske zdravstvene službe je delovala do leta 1950, ko je že poznana kot Franja Kiš odšla na delovno mesto medicinske sestre v patronažni službi. Po vojni so zaščitne sestre preimenovali v medicinske sestre. Ko je bilo kolo pretežno še edino prevozno sredstvo za zaščitno sestro, je obiskovala ljudi od Kozjaka do Moravč, jim pomagala in jih bodrila v



Frančiška Chwatal (Franja Kiš),
verjetno leta 1943
(Vir: Nataša Brišnik, Janja Skodlar).



Franja Kiš s hčerko Natašo leta 1946
(Vir: Nataša Brišnik).

njihovih osebnih stiskah in boleznih (Anon, 1991). Službeno kolo so ji otroci uničili na Fleretovem hribu, kasneje je imela službeni motor. Hčerki Nataša in Janja navajata, da je bila pri delu večkrat ogrožena. Pri anketiranju na terenu jo je napadel moški, zato je postala bolj previdna. Imela je tudi bolečo izkušnjo z napadom domačega prašiča.

Leta 1956 jo je Ministrstvo za narodno zdravje poslalo v Francijo na tritedensko strokovno izpopolnjevanje. Pred odhodom je morala opraviti izpit iz znanja francoskega jezika, ki ga je uspešno opravila v Ljubljani. Njeno delo se je nadgrajevalo in dopolnjevalo v Otroškem dispanzerju v ZD Kamnik, kasneje v preimenovanem Dispanzerju za zaščito matere in otroka in enkrat tedensko v ginekološki ambulanti. Bila je družbeno dejavna v času druge svetovne vojne in takoj po njej. Sodelovala je na sestankih, ki so potekali pod okriljem Referata za zaščitne sestre pri Ministrstvu za narodno zdravje. Dobro je zaznavala problematiko slabega prehranjevanja otrok in šolske mladine ter zato predlagala boljšo organizacijo razdeljevanja hrane. Bila je mnenja, da je sestrskas dolžnost delovanje v krajevnih odborih, udeležba na sestankih strokovne organizacije in delovanje v javnem življenju, sicer se bo pri delu znašla sama in osamljena. Upokojila se je leta 1970, umrla 4. 5. 1991 in je pokopana na kamniških Žalah. Med dostopnimi članki v publikacijah najdemo dva njena prispevka.

Z delom na področju boja proti tuberkulozi, zdravstvene zaščite mater, otrok in mladine ter zdravstvenega varstva žensk je začrtala razvoj in vzpon zdravstvene nege na Kamniškem. Upravičeno lahko pričakujemo, da se šolani zaščitni – medicinski sestri, mesto Kamnik oddolži s poimenovanjem ulice, parka, trga ali drugega z zdravstvom povezanega objekta po njej. Druge občine so že prepoznale in cenijo prispevek zaščitnih – medicinskih sester in babc pri razvoju in izboljšanju zdravstvenega stanja občanov.

Vir:

Baloh, S., 2006. *Zdravstvena služba na Kamniškem v 20. stoletju: kakor so jo oblikovali predhodniki in sodobniki*. Kamnik: Studio Dataprint: 76, p. 97.

Dragaš, B., 1938. *Zgodovina in delo sestrtva v Sloveniji: od prevrata do leta 1934*. Ljubljana: J. Blasnika nasl., p. 6.

Geč, M., 1991. *Delavci dispanzerja za pljučne bolezni in TBC Kamnik. In memoriam. Franja Kiš (1914-1991)*. Obzornik *Zdravstvene Nege*, 25(5/6), p. 346. Dostopno na: <https://obzornik.zbornica-zveza.si/index.php/ObzorZdravNeg/article/view/1923>

Intervju Nataša Brišnik, Janja Skodlar, 10. 5. 2022

Službeni list Kraljevske banske uprave Dravske banovine, X., št. 59, 26. 7. 1939, p. 556. *Banski uslužbenci*. Dostopno na: <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-FAR4FFoM/ocbb7d-bb-6013-44ac-89b5-8e7a87c356c5/PDF>

Čestitka

»Uspeh ni ključ do sreče,
sreča je ključ do uspeha. Če imaš rad to,
kar delaš, boš uspešen.«

Albert Schweitzer

*

Na Alma Mater Europaea – ECM je naša sodelavka **Melani Čontala**, zaposlena v Urgentnem centru SBMS, uspešno zagovarjala diplomu z naslovom

Doživljanje epidemije covid-19 pri medicinskih sestrah v Splošni bolnišnici Murska Sobota

in si pridobila naziv diplomirana medicinska sestra.

Za pridobitev strokovnega naziva ji iskreno čestitamo in ji v prihodnje želimo veliko poslovnih izzivov.

*

*Vodstvo in sodelavci Splošne bolnišnice
Murska Sobota*

Poimenovanje ulice po Jelki Komotar



Irena Keršič

Po doslej zbranih podatkih imamo v Sloveniji dve ulici, imenovani po medicinski sestri. Pred Ulico Marije Tomšič v Novem mestu je bila imenovala ulica po Jelki Komotar, roj. Reven. Obe sta bili šolani v generaciji zaščitnih sester pred drugo svetovno vojno in veliko prispevali k prepoznavnosti poklica in stroke zdravstvene nege.

Uvedbo uličnega sistema v naselju Lukovica pri Domžalah je predlagala Občina Lukovica. Razlog je bil v starem (še iz časa Marije Terezije) označevanju stavb v naselju z imenom naselja in oštevilčenjem, ki ni bilo kontinuirano. Hišne številke objektov niso bile razvrščene po sistemu par-ne par, niti po vrstnem redu, zato se je bilo v naselju težko orientirati.

Odlok o uvedbi uličnega sistema v naselju Lukovica je sprejel Občinski svet Občine Lukovica na 17. seji 16. 2. 2005 in je objavljen v Uradnem vestniku Občine Lukovica, št. 2/2005. Ulica Jelke Komotarjeve je bila določena na občinski cesti (javna pot) z oznako JP 735 920 Lukovica – Rovce od trškega jedra do današnje hišne številke 14. Za namen priprave in sprejema odloka je bila izdelana projektna naloga, v kateri je bila podana obrazložitev poimenovanja za vsako posamezno ulico oz. cesto. Obrazložitev za Ulico Jelke Komotaro je bila naslednja:

»Ulica, kateri pripadajo objekti na pobočju nad zdravstvenim domom, se poimenuje po medicinski sestri Jelki Komotar. Jelka ima veliko zaslug za hiter napredek zdravstvene postaje v Lukovici (javna ambulanta, babiška in patronažna služba), še posebej pa je zaslužna za razvoj rejništva. Tu je službovala od leta 1928 pa do svoje smrti leta 1966. Ob petdeseti

obletnici dograditve zdravstvenega doma v Lukovici je bil dom poimenovan Zdravstvena postaja medicinske sestre Jelke Komotarjeve, v avli pa so odkrili spominsko ploščo z napisom 1926-50-1976 Prvi zdravstveni dom v Sloveniji.«

Za posredovanje podatkov se zahvaljujemo Tatjani Suhadolc, univ. dipl. geog. in etnol., višji svetovalki za okolje in prostor v Občini Lukovica.



Tabla z napisom ulice po Jelki Komotar v Lukovici pri Domžalah (Fotografija in vir: Irena Kršič).

Vir:

1. *Odlok o uvedbi uličnega sistema v naselju Lukovica. (2005). Občina Lukovica.*
2. *Tatjana Suhadolc, Irena Keršič, korespondenca 26. 10. 2022.*



Umrla je Breda Podboj,
dolgoletna aktivna članica
Zbornice – Zveze in DMSBZT
Ljubljana



Irena Keršič, Darinka Klemenc

Medicinske sestre je pretresla vest, da je umrla kolegica Breda Podboj. V poklicni karierni je vse svoje strokovno delovanje posvetila zdravstveni negi in njenim izvajalcem. Že zelo zgodaj je postala članica Društva medicinskih sester Ljubljana in takratne Zveze društev medicinskih sester Slovenije.

Delovala je tako na strokovnem kot organizacijskem in političnem področju v slovenskem in tudi nekdanjem jugoslovanskem prostoru, vezanem na zdravstveno nego in stanovsko strokovno organizacijo. Njena prisotnost in zlasti njeno delo sta vidna v številnih zapisih in drugih virih, zlasti poročilih in zapisnikih strokovne organizacije. Nikoli ni posegala v ospredje, a njen prispevek k stroki in organizaciji je za slovensko zdravstveno nego, še posebej za današnjo organizacijo Zbornico – Zvezo tako pomemben, da je bila leta 2018 predlagana za najvišje priznanje organizacije – priznanje za življenjsko delo Angele Boškin. Preveč kritična do sebe je priznanje odklonila s pojasnilom, da si ga drugi bolj zaslužijo, ker sama s ponosom nosi že zlati znak.

Skozi desetletja je opravljala različne zahtevne naloge, vendar nikoli ni posegala po vodilnih funkcijah; bila je zanesljivo prisotna, ko je bilo to potrebno. Zaposlitev na Ministrstvu za zdravje jo dodatno uvršča med peščico pomembnih kolegic, ki jim je to mesto in položaj uspelo izkoristiti v splošno korist stroke in organizacije ter tako vplivati na zdravstveno politiko. Marija Miloradović je dejala, da so se nanjo obračali tudi še po tem, ko je bila že druga ministrska medicinska sestra, tudi zaradi bogatih izkušenj na področju zdravstvene preventive in medicine dela.

Breda Podboj je bila generalna sekretarka Zveze društev medicinskih sester Slovenije in soustvarjalka delovnih programov vseh strokovnih sekcij in komisij, ki so delovale v njenem času, sodelovala je pri izhodiščih za pravno podlago strokovne organizacije, kot sta pravilnika o delu častnega razsodišča in pravilnik o finančnem poslovanju, pisala je izvrstne, transparentne in razumljive zapisnike in objavljala v strokovnem glasilu Zdravstveni obzornik. Z gotovostjo lahko trdimo, da je bila Breda Podboj aktivna spremljevalka in sooblikovalka naše stroke in organizacije in se trudila skupaj z drugimi zaslužnimi kolegicami iz Slovenije: Marijo Miloradović, Vero Grbec, Veroniko Pretnar Kunstek, Majdo Šlajmer

Japelj, Ladi Škerbinek, Nano Domajnko in drugimi za razvoj in prepoznavnost stroke v jugoslovanskem prostoru. Kot aktivna članica predsedstva se je udeleževala tako domačih, tedaj slovenskih in jugoslovanskih, kot tujih najpomembnejših dogodkov, ki so bili povezani z zdravstveno nego. V njenih številnih zapisih krovne organizacije zlahka razberemo razmere, v katerih so naše kolegice delovale.

Njena prednost poročanja o finančnem poslovanju zvezne organizacije je bila, da je znala iz predstavitve suhoparnih števil, ki niso odražale individualnega truda, razložiti tudi težave in finančne stiske, ki so trle zvezno organizacijo. Odlikoval jo je prefinjen čut za leposlovje, zato ni naključje, da je bila pogosta poročevalka dogajanj v Utripu, informativnem biltenu medicinskih sester.

Ob podelitvi priznanja srebrni znak DMSZT Ljubljana leta 2005 so predlagatelji zapisali, da je Breda Podboj aktivna članica generacije medicinskih sester v tretjem življenjskem obdobju, aktivistka za ohranjanje zgodovinske kulturne dediščine in privrženka vseh programov, ki jih sekcija upokojenih medicinskih sester vsako leto uspešno izpelje. Najvišje priznanje Zbornice – Zveze zlati znak je prejela leta 1986 za dosežke na področju poklicnega delovanja pri regionalni zdravstveni skupnosti, pri Sekciji medicinskih sester v medicini dela in predsednikovanju Zvezi društev medicinskih sester Jugoslavije.

Danes se zavedamo, da bi bili zdravstvena nega in strokovna organizacija brez njenega smisla za realnost, korektnost, sodelovanje in povezovanje zagotovo prikrajšani.

Od Brede Podboj smo se poslovili 29. novembra 2022 na pokopališču Žale v Ljubljani.

Vir:

1. Anon (2005). *Srebrni znak DMSBZT Ljubljana*. Retrieved November 25, 2022 from <https://www.drustvo-med-sester-lj.si/organi-drustva/priznanja-dmsbzt-ljubljana-2005/>
2. *Arhiv Zbornice – Zveze*. Dobitniki priznanj Zlati znak za leto 1986 in jubilejnih priznanj za leto 1997.
3. Filej, Bojana (1997). *Razkorak med znanjem medicinskih sester in njegovo uporabo v praksi*. *Obzornik zdravstvene nege*, letnik 31, številka 3/4, str. 97–104. URN:NBN:SI:DOC-MTNAUIVV from <http://www.dlib.si>
4. *N. 7* (1978).
5. Podboj; Marta Močnik; Marija Geč; Marija Lavš; Janez Strajnar; M.Š.M.; F. Šifrer; B.B., B. (1981). *Iz društvenega življenja*. *Obzornik zdravstvene nege*, 15 (1/2), 81–104.
6. <https://obzornik.zbornica-zveza.si/index.php/ObzorZdravNeg/article/view/1461>



Babištvo nominirano za
vpis na Unescov seznam
nesnovne kulturne dediščine
človeštva: priznanje in zaveza
k nadaljnjemu razvoju v dobro
žensk in družin



Tea Bevk, dr. Zalka Drglin, Nacionalni inštitut za javno zdravje

Babištvo je od decembra 2021 vpisano v slovenski Register nesnovne kulturne dediščine, od marca 2022 pa nominirano za vpis na Unescov seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva.

Gre za izjemno priznanje sodobnemu babištvu in babicam v preteklosti. A kaj je v babištvu, da ga razumemo kot kulturno prakso? Poglejmo поблиže. V babištvu se nosečnost, rojevanje in dojenje pojmujejo kot naravni del človeškega življenjskega ciklusa. Med spremljanjem ženske v ključnem življenjskem prehodu iz nosečnosti v materinstvo in otrokove poti iz materinega telesa v zunanji svet babice zagotavljajo zdravstveno, telesno in psihično podporo in pomoč. Rojstvo ni samo biološki, ampak v svojem bistvu tudi kulturni proces, ki ga sooblikujejo prevladujoča prepričanja o življenju, ženskem telesu, njegovi »naravi« in njegovih zmožnostih, seksualnosti, bolečini, materinstvu itd. S tem je povezano širše razumevanje babištva in njegovega kulturnega pomena, ki presega zdravstveno skrb. Babištvo kot kulturna praksa obsega posebna znanja in veščine, ki prispevajo dobrobiti žensk, dojenčkov, otrok in družin: k dobremu zaključku poroda, ohranjanju življenja in zdravja ženske in otroka ter h krepitvi in večji kakovosti življenja ženske, otroka in cele družine, vključno z očetom in drugimi člani. Babištvo je dejavnost, ki spoštuje fiziološke procese in ustvarja okoliščine, da porod kar se da gladko (s)teče. V prvi vrsti gre za porodno pomoč, širše pa za spremljanje, podporo, pomoč, postopke in posege v nosečnosti, med porodom in po njem, pri dojenju in negi dojenčka; v nekaterih kulturah pa babiška dejavnost obsega celotno reproduktivno obdobje ženske. Babištvo vključuje posebne kulturne prakse, na primer besedišče, ki se je na Slovenskem ohranilo v izrazih za različne vrste popadkov, ponekod po svetu pa tudi v praznovanjih in obredih, na primer glede ravnanja s posteljico.

V Sloveniji večina babic deluje v porodnišnicah in bolnišnicah ter v zdravstvenih domovih kot del ginekološkega tima, redke so del patronažnega varstva, nekaj pa je samostojnih babic, ki opravljajo svojo prakso na domovih žensk, med drugim pomagajo pri porodih doma. Za pristno babiško delo je pomembna raba različnih čutov – voha, sluha in tipa (npr. za oceno vrste, moči in pogostosti popadkov), tudi opazovanje porodnice in novorojenčka. Babiška praksa temelji tudi na ročnih spretnostih in veščinah, potrebnih za oceno velikosti in lege ploda (Leopoldovi prijemi), spremljanje napredovanja poroda (npr. z oceno odprtosti materničnega vratu), varovanje presredka in lajšanje porodnih bolečin z dotikom.

V babištvu se uporabljajo tudi sodobni pripomočki, naprave in zdravila. Praksa temelji na sodobnih izsledkih različnih znanosti, intuiciji ter kritično premišljenem empiričnem in tradicionalnem znanju. **Ključno je spoštljivo sodelovanje s porodnico; zaželeno je, da babica zagotavlja neprekinjeno in individualizirano oskrbo posameznice med nosečnostjo, porodom in po rojstvu.** V Nemčiji na primer babica več tednov skrbi za žensko in otroka po prihodu iz porodnišnice,

mama pa se lahko nanjo obrača z vprašanji celotno obdobje dojenja. Kakovostno babištvo prispeva k uresničevanju temeljnih človekovih pravic, zlasti pravic žensk in otrok.

Na pobudo nevladne organizacije Združenje Naravni začetki, ki se zavzema za krepitev spoštljive obporodne skrbi in večjo podporo fiziološkemu porodu, in Centra za proučevanje in razvoj zdravja na NIJZ in po pripravi strokovnih podlag je bilo 14. decembra 2021 babištvo vpisano v nacionalni Register nesnovne kulturne dediščine. 30. marca 2022 je osem držav s štirih celin – Nemčija, Kolumbija, Ciper, Kirgiška republika, Luksemburg, Nigerija, Slovenija in Togo – predložilo nominacijo »Babištvo: znanje, veščine in prakse« za Reprezentativni seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva. Pod vodstvom Nemčije so jo pripravila združenja babic, strokovnjaki s področja kulture in javnega zdravja ter ministrstva. Odločitev o nominaciji bo predvidoma sprejeta konec leta 2023, po vpisu se lahko pridružijo še druge države. V Sloveniji je nominacijo vodila Špela Spanžel z Ministrstva za kulturo skupaj z dr. Zalko Drglin iz Nacionalnega inštituta za javno zdravje v sodelovanju s posameznimi nosilkami, skupinami in skupnostmi.

Z nominacijo smo odprli pot za nadgradnjo interdisciplinarnega vsebinskega sodelovanja v mednarodnem prostoru, na nacionalni ravni pa nadaljujemo z aktivnostmi za krepitev babištva. Sodobna znanstvena spoznanja potrjujejo, da sta pomoč in podpora fiziološkimi procesom, ki ju zagotavljajo sodobne babice, dokazano pozitivno povezani z dobrim zdravjem žensk in otrok kratkoročno in dolgoročno. Z vidika javnega zdravja napredno babištvo razumemo kot pomemben dejavnik krepitve zdravja in priložnost za opolnomočenje žensk kot mater, to pa prispeva k dobrobiti celotne družbe. Nominacija zavezuje k nadaljnjemu teoretskemu razvoju babištva in zagotavljanju pogojev za njegovo polno udejanjanje v praksi.

Vir:

Register nesnovne kulturne dediščine, enota Babištvo (26. 10. 2022). Retrieved from https://www.gov.si/assets/ministrstva/MK/DEDISCINA/NESNOVNA/RNSD_SI/Rzd-02_00099.pdf.

OB 270 - LETNICI FORMALNEGA BABIŠKEGA IZOBRAŽEVANJA NAJAVLJAMO

2. BABIŠKO KONFERENCO - BABICE BABICAM: ZA BOLJŠO PRIHODNJO OBRAVNAVO ŽENSK

KONFERENCA BO POTEKALA

14. 9. 2023

VABLJENI K ODDAJI POVZETKOV NA SPLETNI STRANI, DO KATERE DOSTOPATE PREKO QR KODE:

KONTAKT ZA VEČ INFORMACIJ: Z.BABIŠKA.KONFERENCA@GMAIL.COM



Rožnati oktober

Oktober je potekal mednarodni mesec ozaveščanja o raku dojk. V Združenju Europa Donna Slovenija vsako leto obeležujejo rožnati oktober in z različnimi dejavnostmi in dogodki ozaveščajo o raku dojk in opozarjajo na pomen zdravega načina življenja, zgodnjega odkrivanja bolezni in na odgovornost do svojega zdravja.

V Sloveniji deluje tudi državni presejalni program DORA, ki je organiziran populacijski program za zgodnje odkrivanje raka dojk. V program DORA so vključene vse ženske med 50. in 69. letom, ki so vsaki dve leti vabljeni na presejalno mamografijo. Rak dojk je najpogostejši rak pri ženskah. Letno jih v Sloveniji zbolijo okoli 1.400, večina po 50. letu. Za zmanjševanje umrljivosti je izjemno pomembno predvsem osveščanje, zgodnje odkrivanje bolezni in takojšnje učinkovito ter vsaki bolnici prilagojeno zdravljenje.

Ozaveščanje o raku dojk v UKC Maribor

»V znamenju rožnatega oktobra smo medicinske sestre iz Klinike za ginekologijo in perinatologijo v UKC Maribor organizirale individualna svetovanja za vse zaposlene znotraj UKC. Ženske so z obiskom na našem oddelku imele možnost pridobiti veliko informacij. Poučile smo jih o pomenu rednega samopregledovanja, preventivnih pregledih, dejavnikih tveganja in primernem ukrepanju ob zaznanih spremembah v dojkah. S pomočjo našega znanja in izkušenj, modelov dojk s tumorji, zloženkami in videom o samopregledovanju menimo, da smo mnogim na zanimiv način približale temo, o kateri so nekatere ženske še zmeraj skopo ozaveščene. V sklopu oddelka smo imele na razpolago tudi zaseben prostor z ogledalom, kjer smo ob izraženi želji posameznic izvajale individualne samopreglede. Ženske se trudimo naučiti, da skrbijo zase. Pravilen samopregled jim na mesec vzame približno 10 minut in ne vpliva na njihov proračun. Ne stremimo samo k zdravju žensk kot posameznic, ampak želimo vplivati tudi na zdravje njene družine in okolice. Ženske želimo usmeriti in spodbuditi za zdrav in aktiven življenjski slog, izogibanju škodljivim razvadam, poznavanju svojih dojk in odgovornejšemu ravnanju z dotikom, ki rešuje življenje. Ob tem seveda ne pozabimo pozornost nameniti tudi moškim. Letno jih za rakom dojke v Sloveniji zbolijo 10 do 15. Menimo, da je vredno, da

pusimo vsaj kakšen pečat na ljudeh in da se z našo pomočjo zavedajo možnosti zgodnjega odkrivanja raka in pravičnega zdravljenja. Z združenim znanjem in voljo premoremo veliko večje razsežnosti, kot si lahko sploh predstavljamo. Najbolj srečne smo ob pozitivnih povratnih informacijah in občutku, da dobro uresničujemo svoje življenjsko poslanstvo.«

Viri:

Dora, državni presejalni program za raka dojk. https://dora.onko-i.si/presejanje_za_raka_dojk.

Europa Donna Slovenija. <https://europadonna.si/novice/roznati-oktober-2021-bodi-in-ostani-zdrava/>.

Rožnati oktober svetovni mesec boja proti raku dojk. <https://ssum.um.si/2019/10/roznati-oktober-svetovni-mesec-boja-proti-raku-dojk/>.



Nekatere izmed medicinskih sester, zaposlenih na Kliniki za ginekologijo in perinatologijo UKC Maribor (Fotografija: arhiv klinike)

Ob diagnozi RAK sem spoznala, da imam ob sebi prave prijatelje



Z Barbaro Rožič se je pogovarjala Nataša Radovanović



Ob svetovnem mesecu boja proti raku dojk, ki ga poznamo tudi kot rožnati oktober, smo k pogovoru povabili 34-letno Barbaro Rožič, ki je pri rosnih 24 letih zbolela za rakom dojke.

Pri 24 letih ste zboleli za rakom dojke. Kako se je vse skupaj pravzaprav začelo?

Tako je, za rakom dojke sem zbolela zelo mlada, stara sem bila zgolj 24 let. Najprej nisem imela nobenih simptomov, nato pa sem zatipala bulico v levi dojki, čez približno 14 dni pa mi je začela leva roka še mrtveti. Takrat sem vedela, da nekaj ni v redu. Ker je bilo mrtvenje roke vedno hujše, sem šla k osebni zdravnici, ki me je napotila na slikanje dojk. Že takoj po slikanju in punkciji so mi povedali, da je bulica verjetno maligna. Po enem tednu so diagnozo dokončno potrdili.

Komu ste diagnozo najprej zaupali?

Prva je za diagnozo izvedela mama, ki je bila z mano na pregledu. Sprva nisem želela nikomur povedati, saj sem potrebovala čas, da novico predelam. Ko sem kasneje prijateljem povedala za diagnozo, niso mogli verjeti, bili so v šoku. V tistem obdobju sem spoznala, da imam ob sebi res prave prijatelje, saj so mi bili vsi v zelo veliko oporo.

Kako dolgo je trajalo zdravljenje?

Od trenutka, ko sem zatipala bulico in do prve kemoterapije, je minilo nekje mesec dni, celotno zdravljenje pa je trajalo eno leto. V procesu zdravljenja sem vsake tri tedne prejela eno kemoterapijo, ki je trajala ves dan. Vsega skupaj sem prejela šest kemoterapij. V tem času nisem imela težav s slabostjo, tudi bruhalo nisem, telesno težo sem celo pridobila. Imela pa sem krče po

celem telesu. Izpadli so mi tudi lasje in odpadli nohti. Na srečo pa nisem izgubila trepalnic in obrvi. Po šestih kemoterapijah je sledila operacija, kjer so mi odstranili tumor in preventivno tudi bezgavke pod levo pazduho. Po operaciji sem imela še 30 obsevanj. Sočasno sem po kemoterapijah nada-ljevala zdravljenje s herceptinom.

Kako ste se spopadali s telesnimi spremembami, ki so bile posledica kemoterapij?

Najtežja telesna sprememba je bila zagotovo izguba las, vendar sem se ob podpori družine in prijateljev tudi s tem hitro sprijaznila. Izguba las me je tako prizadela, da nisem niti pomislila, da lahko celo umrem. Takšen odziv je bil verjetno posledica mladosti. Danes, 10 let kasneje, bi imela drugačne prioritete.

Ste se med zdravljenjem kdaj vprašali »zakaj ravno jaz«?

Seveda sem se, ampak odgovora žal nisem dobila. Tako je že moralo biti. Imela sem srečo, da sem hitro zatipala bulico.

Kakšni so bili občutki, ko ste končali zdravljenje?

Ko sem opravila zadnjo kemoterapijo, nisem imela posebnih občutkov, ker sem vedela, da me čakajo še poseg in obsevanja. Ko pa sem zaključila z obsevanji, sem bila zelo srečna. Veselila sem se, da mi bodo začeli rasti lasje. Najbolj pa sem se razveselila, ko so mi sporočili, da sem raka premagala ter da je zdravljenje potekalo uspešno. Čeprav sem zdaj zdrava že devet let, me je še vedno strah, da bi se rak ponovil.

Ali po tej izkušnji gledate drugače na življenje?

Mogoče ja, je pa res, da sem zbolela zelo mlada, brez obveznosti, partnerja in otrok. Nedvomno bi bila situacija drugačna, če bi zbolela zdaj, ko imam družino. Zelo sem hvaležna, da sem po zdravljenju zanosila, čeprav so mi rekli, da so možnosti zelo majhne. Danes sem ponosna mamica najlepšemu štiriletnemu fantku.

Kaj bi svetovali vsem ženskam ob rožnatem oktobru?

Svetovala bi jim, da naj ne odlašajo z obiskom zdravnika, če sumijo, da nekaj ni v redu. Bolje je opraviti pregled, tudi če mislite »eh, saj pa ni ni nič«, kot pa prepozno odkriti bolezen. Priznam, težko je, ko izveš diagnozo, ampak se hitro sprijazniš, ker veš, da nimaš druge izbire. Treba se je boriti in ostati pozitiven.

Duhovnost v paliativnem pristopu



Marjana Bernot, Irena Švab Kavčič

Svetovna zdravstvena organizacija v definiciji paliativne oskrbe opredeli telesne, psihološke, socialne in duhovne poglede na bolnika z neozdravljivo boleznijo. Izhaja iz pogleda utemeljiteljice modernega paliativnega pristopa Cicely Saunders, ki je med drugim razvila koncept totalne bolečine.

Bolnikova bolečina, trpljenje ni le fizično, ampak tudi psihično, socialno in duhovno. Saunders je zagovarjala stališče, da je bolečine treba ne le lajšati (painless), ampak jo povsem obvladati (painfree). Pri prepoznavanju bolečine je treba prisluhniti bolniku in mu pomagati odkrivati moči, za soočanje z upadanjem in končnostjo. S tem se osredotočamo na človeka in ne na bolezen. Usmerjenost k človeku zagovarja tudi sodobna definicija paliativne oskrbe IAHP, ki je v uvodnem poglavju predstavljena v temeljnih pojmi in predlaganem izrazoslovju v paliativni oskrbi. Čeprav število raziskav področja duhovnosti v zdravstvu in paliativni oskrbi narašča, področje v primerjavi z drugimi še vedno ostaja najmanj raziskano. Izsledki raziskav so zaradi različnih metodologij tudi težko ali sploh neprimerljivi. Hkrati pa je duhovna razsežnost človeka lahko pojasnjena kot najpomembnejša, saj ne le vključuje vse druge razsežnosti, ampak se preko njih tudi izraža.

Pri Slovenskem združenju paliativne in hospic oskrbe izvajamo multidisciplinarno šolo

specialnih znanj za medicinske sestre in dodatnih znanj za zdravnike ter druge, imenovano Korak za korakom – dodatna znanja iz paliativne oskrbe. Duhovnemu vidiku tu namenimo posebno pozornost. Predavatelji, ki kreiramo program in predstavljamo, pogosto tudi v paliativni oskrbi spregledane duhovne vidike, prihajamo iz Doma sv. Jožef iz Celja. V Domu sv. Jožefa izvajamo najstarejšo duhovno-prosvetno dejavnost že od leta 1997. Pripravljamo lastne programe duhovnih vaj, usposabljanja pastoralnih sodelavcev, izobraževanja odraslih, kulturnih prireditev, koncertov in tečajev. Z izvajanjem usposabljanj, ki vključujejo oskrbo hudo bolnih in umirajočih, si v zadnjih letih prizadevamo postati osrednje središče duhovnosti v Sloveniji. Prizadevamo si, da bi vidik duhovnosti upoštevala tudi nova ureditev dolgotrajne oskrbe. V ta namen smo leta 2020 izvedli strokovno konferenco s predavatelji iz hospica sv. Krištofa, Univerze v Leuvnu in



Univerze v Torunu: »Izzivi in priložnosti izvajanja dolgotrajne oskrbe v Sloveniji. Na našo pobudo je bila ob podpori Davida Clarka v slovenščino prevedena knjiga Cicely Saunders »Čujte z menoj«.

Iz nedavne raziskave med zaposlenimi v slovenskih domovih za starejše je razvidno, da je percepcija duhovne oskrbe odvisna od percepcije duhovnosti. Bolj kot krepimo percepcijo duhovnosti, večja je zavedanje o duhovni oskrbi. Kot je razvidno iz Splošnih priporočil za duhovno oskrbo v zdravstveni negi, duhovna oskrba vključuje religiozno oskrbo, a jo tudi presega. Pogosto je treba več kot zgolj prisluhniti potrebam bolnika, treba jim je pomagati potrebo prepoznati, omogočiti priložnost, da jo izrazijo in pomagati odkriti njim lastno moč za premagovanje morebitnih stisk. Splošno duhovno oskrbo pogosto zagotovijo tisti zaposleni, ki so bolniku najbližji. Njim uspe vzpostaviti ozračje zaupanja, v katerem se bolnik in/ali njegovi bližnji čutijo dovolj varno, da spregovorijo o najglobljih vprašanjih. Ne gre za seznam opravil, dodatnih nalog ali povečan časovni obseg, gre za srečanje dveh bitij pred skrivnostjo življenja. Da bi bili pripravljene na takšna srečanja, v Domu sv. Jožef pripravljamo cikel izobraževanj »Moč

nemoči«. Izobraževanja ne dajejo odgovorov, ponujajo pa priložnost, da vsak zase odkriva poti za soočanje z vprašanji, ki jih življenje postavlja njemu ali tistim, ki jih srečuje pri svojem delu. Prvi od treh enodnevnih modulov bo spomladi, 10. marca 2023. Ob predstavitvi biografije Cicely Saunders in njene zapuščine za delo s hudo bolnimi in umirajočimi bo odkrival vlogo, ki jo ima duhovnost v paliativnem pristupu. V prihodnjih dveh letih se bosta zvrstila še dva modula. Moduli se bodo vsebinsko dopolnjevali, vključitev bo mogoča vsako leto ali zgolj na posamični modul. Želimo si, da bi srečanja udeležencem odkrila poti za iskanje svojih osebnih odgovorov na vprašanja, kako bolnikom in njihovim bližnjim, s katerimi se srečujejo pri svojem delu, omogočiti, da bodo lahko izražali svoje duhovne potrebe, stiske in kako zagotoviti, da bodo prepoznane tudi takrat, ko jih ne bodo eksplicitno izrazili.

Vse dodatne informacije v zvezi s programom bodo dosegljive na internetni strani jozef.si.

Fotografiji: arhiv Doma sv. Jožef



Povezava med zdravstveno pismenostjo in razširjenostjo sladkorne bolezni, debelosti in arterijske hipertenzije



Metka Lipič Baligač, Božica Lovrić

14. novembra obeležujemo svetovni dan sladkorne bolezni, ki je ena od najpogostejših kroničnih nenalezljivih bolezni.

S kolegicami in kolegi iz Hrvaške iz Splošne bolnišnice Požega, Medicinske fakultete Osijek in s Fakultete za dentalno medicino in zdravstvo Osijek smo izvedli zanimivo študijo, ki kaže povezanost med zdravstveno pismenostjo in razširjenostjo sladkorne bolezni.

Ocenjuje se, da približno 41 milijonov ljudi umre zaradi nenalezljivih bolezni, kar predstavlja 71 % vseh smrti po svetu.

Bolezni srca in ožilja so s 17,9 milijona smrti na leto odgovorne za večino smrti zaradi nenalezljivih bolezni, sledijo maligne bolezni, bolezni dihal in sladkorna bolezen z 1,5 milijona smrti na leto. Te štiri skupine bolezni predstavljajo več kot 80 % prezgodnjih smrti [1].

Podatki Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) kažejo, da je leta 2020 na Hrvaškem zaradi nenalezljivih bolezni umrlo 47.600 ljudi, kar pomeni 92-odstotno stopnjo umrljivosti zaradi teh bolezni. Nezdave prehranjevalne navade in premalo telesne vadbe lahko povzročijo arterijsko hipertenzijo, povišano raven glukoze v krvi, povišane vrednosti lipidov in debelost [2].

Arterijska hipertenzija je vodilni presnovni dejavnik tveganja za prezgodnjo smrt na svetovni ravni, saj predstavlja 19 % smrti po vsem svetu [3], spremlja pa jo čezmerna telesna teža/debelost in povišana glukoza v krvi.

Svetovna razširjenost arterijske hipertenzije pri odrasli populaciji, starejši od 20 let, je bila ocenjena na 26,4 %, do leta 2025 naj bi se zaradi gospodarskega razvoja in demografskih vzorcev povečala na 60 % [6]. Evropska anketa o zdravju in zdravstvenem varstvu (EHIS), ki je bila izvedena na Hrvaškem v obdobju 2014–2015, je pokazala, da je 26,8 % žensk in 22,3 % moških od skupnega števila anketirancev poročalo o povišanem arterijskem krvnem tlaku v prejšnjem letu [4]. Skladno s tem je bila arterijska hipertenzija prepoznana kot velik problem javnega zdravja na svetovni ravni.

Sladkorna bolezen (diabetes mellitus) je resen, celo skrb vzbujajoč javnozdravstveni problem, glede na to, da trenutno za sladkorno boleznijo trpi celo pol milijarde ljudi po vsem svetu, s tendenco naraščanja, ki naj bi se do leta 2045 povečala na 700 milijonov ljudi. [5]. V Sloveniji ima sladkorna bolezen 8 % celotnega prebivalstva.

Namen naše raziskave je bil oceniti povezanost zdravstvene pismenosti s prevalenco debelosti, arterijske hipertenzije in sladkorne bolezni.

Kot metodo smo uporabili presečno študijo, ki je vključevala 500 bolnikov (od tega 42,2 % moških), ki so bili hospitalizirani v Splošni županijski bolnišnici v Požegi na Hrvaškem med julijem in oktobrom 2020. Raven zdravstvene pismenosti je bila določena s Kratko oceno zdravstvene pismenosti, z vprašalnikom za odrasle (SAHLCA-50).

Le 173 (34,6 %) oseb je pokazalo dobro zdravstveno pismenost. Prekomerno telesno težo smo zabeležili pri 196 (39,2 %),

debelost pa pri 158 (31,4 %) osebah. Glede na indeks telesne mase ni bilo statistično značilne razlike v zdravstveni pismenosti ($p=0,87$). Bistveno višjo stopnjo zdravstvene pismenosti so imele preiskovanke, osebe, ki živijo v urbanem okolju, osebe brez arterijske hipertenzije in osebe brez sladkorne bolezni ($p < 0,001$).

Pomanjkanje zdravstvene pismenosti, zabeleženo pri skoraj dveh tretjinah anketiranih pacientov, je pokazalo, da gre za velik javnozdravstveni problem v naši družbi, pa tudi za povezavo z razširjenostjo arterijske hipertenzije in sladkorne bolezni. Vendar se zdi, da visoka razširjenost prekomerne telesne teže in debelosti, zabeležena pri kar dveh tretjinah preiskovancev, ni povezana s stopnjo zdravstvene pismenosti.

Glede na rezultate, da le 34,6 % hospitaliziranih bolnikov kaže zadovoljivo raven zdravstvene pismenosti, ki je skladna z rezultati, ki so jih poročali v prejšnjih študijah zdravstvene pismenosti v drugih državah članicah EU [6]. V tej študiji je visok delež hospitaliziranih bolnikov zbolel za arterijsko hipertenzijo in sladkorno boleznijo tipa 2, kar je bilo pričakovano glede na visoko razširjenost teh bolezni.

Čeprav podatki v literaturi kažejo na visoko razširjenost kroničnih nenalezljivih bolezni, so ogrožene skupine prebivalstva zelo verjetno podcenjene in veliko primerov sladkorne bolezni tipa 2 ni diagnosticiranih, kar povzroča dodatno zaskrbljenost na področju zdravstva celotne populacije.

Literatura:

1. World Health Organization (WHO). *Noncommunicable diseases*. Available online: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases> (accessed on 5 April 2021).
2. WHO. *Noncommunicable Diseases Progress Monitor 2020*. Available online: <https://www.who.int/publications/i/item/ncd-progress-monitor-2020> (accessed on 5 April 2021).
3. Forouzanfar, M.H.; Afshin, A.; Alexander, L.T.; Anderson, H.R.; Bhutta, Z.A.; Biryukov, S. et al. *Global, regional, and national comparative risk assessment of 79 behavioural, environmental and occupational, and metabolic risks or clusters of risks, 1990–2015: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2015*. *Lancet*. 2016, 388, 1659–1724. doi:10.1016/S0140-6736(16)31679-8.
4. Ettehad, D.; Emdin, C.A.; Kiran, A.; Anderson, S.G.; Callender, T.; Emberson, J.; Chalmers, J.; Rodgers, A.; Rahimi, K. *Blood Pressure Lowering for Prevention of Cardiovascular Disease and Death: A Systematic Review and Meta-Analysis*. *The Lancet* 2016, 387, 957–967. doi:10.1016/S0140-6736(15)01225-8.
5. Hrabak Žerjavić, V.; Kralj, V.; Dika, Ž.; Jelaković, B. *Epidemiology of hypertension, stroke and myocardial infarction in Croatia*. *Medix : specijalizirani medicinski dvomjesečnik* 2010, 16, 102–107.
6. *International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas 8th Edition*. 2017



Med pohodom European Walking Tour Slovenija (Fotografije: arhiv organizatorja)

Strokovna ekskurzija Stalne delovne skupine za paliativno zdravstveno nego in oskrbo v Avstriji



Andreja Peternejl, Judita Slak,

Stalna delovna skupina za paliativno zdravstveno nego in oskrbo

V začetku novembra smo članice Stalne delovne skupine za paliativno zdravstveno nego in oskrbo ter predsednica Zbornice – Zveze Monika Ažman s pomočjo organizatorice strokovnega srečanja Metke Žitnik obiskale Geriatrični zdravstveni center Albert-Schweitzer (GGZ) v Gradcu in Socialni center SeneCura v Wildonu v Avstriji. Namen obiska je bil izmenjava znanja in izkušenj med članicami naše delovne skupine in kolegicami, ki delajo na področju stacionarne paliativne oskrbe, v mobilnih paliativnih timih in hospic oskrbi ter domovih za ostarele v Avstriji.

Dobrodošlico v Gradcu nam je zaželela mag. Marianne Rager, deželna predsednica medicinskih sester, ki nas je seznanila s statusom medicinskih sester v Avstriji. Tako kot v Sloveniji se tudi avstrijske kolegice srečujejo z velikim kadrovskim mankom. Organiziranost izobraževanja medicinskih sester se razlikuje od slovenskega, vsekakor pa je po zaključenem izobraževanju sistem zaposlovanja za medicinske sestre prijaznejši. Delovni čas je fleksibilen in lažje prilagodljiv družinskemu življenju, saj medicinske sestre lahko izbirajo med različnimi krajšimi delovniki, hkrati pa imajo socialne prispevke zagotovljene za polni delovni čas.

Naš obisk je bil osredotočen predvsem na paliativno in hospic oskrbo, ki so nam jo predstavile kolegice Christine Schuler (vodja mobilnega paliativnega tima v Gradcu),

Desiree Amschl-Strablegg (vodja oddelka za paliativno in hospic oskrbo) in mag. Sabine Janouschek (vodja Društva hospic avstrijske Štajerske). S stacionarno paliativno in hospic oskrbo pa nas je seznanil prof. dr. Erwin Horst Pilgram.

Razvoj hospic oskrbe v Avstriji sega v konec 70. let prejšnjega stoletja. Izvajali so jo prostovoljci. 1999 je bilo ustanovljeno avstrijsko paliativno društvo. Povod za prelomnico v političnih zavezah v celotni državi je bila parlamentarna raziskava Solidarnost z umirajočimi (2001). Že v naslednjem letu je bilo zagotovljeno redno financiranje paliativne oskrbe v celotni državi, sprejet je bil koncept stopenjske hospic in paliativne oskrbe ter 2012 tudi Nacionalni program razvoja paliativne oskrbe v Avstriji. Koncept stopenjske hospic in paliativne oskrbe je namenjen odraslim, mladostnikom in otrokom, opredeljuje šest vrst storitev specializirane paliativne oskrbe na ambulantni in bolnišnični ravni, vključno s priporočili za načrtovanje in kazalniki kakovosti. Koncept stopenjske hospic in paliativne oskrbe je bil objavljen v priložniku 2007 in na podlagi prakse revidiran 2014. V petnajstletnem obdobju so ustanovili 173 osnovnih in 60 mobilnih paliativnih timov, 6 dnevnih hospicev, 61 svetovalnih paliativnih timov (večpoklicne skupine v bolnišnicah), 14 stacionarnih hospicev in 43 paliativnih oddelkov. Človeška narava je v večini usmerjena v željo, da ima človek, ko se mu življenje izteka, ob sebi svoje najbližje in da je v domačem okolju. Organizacija paliativne in hospic oskrbe je zato tudi v Avstriji usmerjena v krepitev mobilnih paliativnih timov, ki podpirajo izvajanje potrebne pomoči bolnikom in njihovim svojcem v domačem okolju kot tudi v socialnovarstvenih ustanovah. Leta 2020 so mobilni paliativni timi obravnavali že 89,1 % bolnikov. V krogu najbližjih v domačem okolju je umrla več kot polovica bolnikov (58,5 %). Lahko trdimo, da je avstrijska nacionalna organizacijska shema zelo podobna slovenski, z

razliko, da v Sloveniji Državni program paliativne oskrbe iz leta 2010 še do danes ni zaživel. Načela hospic in paliativne oskrbe v Avstriji so usmerjena v dobro dostopnost in to čim bližje domu, zagotavljanje enakosti, pravičnosti, preprečevanje organizacijskih in finančnih ovir ter izvajanje integrirane in kakovostne oskrbe. Specializirana paliativna oskrba se izvaja pri bolnikih, kjer je zahtevnost obvladovanja bolnikovih telesnih, psihosocialnih ali duhovnih težav večja in jih ni mogoče reševati v okviru osnovnih paliativnih timov. Vključijo se lahko tim hospica, mobilni paliativni tim, svetovalci paliativne oskrbe, omogoči se obravnava v dnevnem ali bolnišničnem hospicu ali enoti za paliativno oskrbo. Stacionarni hospic in bolnišnična paliativna enota ter dnevni hospic so sestavni del geriatričnega zdravstvenega centra. Bolnikom, ki so vključeni v hospic ali paliativno oskrbo, je zagotovljena kakovostna obravnava ne samo z vidika delujočih služb, ampak tudi z vidika zadostnega in ustrezno izobraženega kadra.

Financiranje programov hospic in paliativne oskrbe poteka trenutno še vedno standardno, kar pomeni, da so storitve plačane iz javnih sredstev, v nekaterih pokrajinah pa je financiranje odvisno tudi od donacij in raznih subvencij. Pomenenje financiranja hospic in paliativne oskrbe pa naj bi zagotovil Zakon o skladu za hospic in paliativno oskrbo, ki je bil sprejet letos.

Izvajanje kakovostne hospic in paliativne oskrbe je vsekakor odvisna od ustrezno izobraženih izvajalcev. Univerzitetni študijski program Paliativna oskrba je formalna oblika izobraževanja, ki poteka na interdisciplinarni način in je namenjena osnovnemu usposabljanju strokovnjakov, ki se vključujejo v hospic in paliativno oskrbo kot tudi specializiranemu usposabljanju do univerzitetne magistrske ravni. Zahteva za vključitev v izobraževanje je zaključeno strokovno usposabljanje ali študij na enem od navedenih področij (medicina, zdravstvena nega, psihologija, socialno delo, fizioterapija, delovna terapija, dietologija, teologija ...). Na prvi ravni izobraževanja mora kandidat imeti vsaj dve leti dela na zdravstvenem ali socialnem področju in izkušnje s spremljanjem hudo bolnih. Za drugo raven izobraževanja pa so zahtevane triletno delovne izkušnje. Izobraževalni sistem v Avstriji sledi priporočenim smernicam Evropskega združenja za paliativno oskrbo, ki predvideva izobraževanje na treh ravneh, in sicer osnovno razumevanje in izvajanje koncepta hospica in paliativne oskrbe v vseh oblikah poklicnega usposabljanja na področju zdravstva; osnovno dodatno izobraževanje, namenjeno izvajalcem na primarni ravni, ki redno skrbijo za bolnike z neozdravljivo boleznijo in umirajoče; specializirano usposabljanje za izvajalce na vodilnih, svetovalnih in odločevalskih ter pedagoških položajih v zdravstvu in socialnem

varstvu ter za inovacije in nadaljnji razvoj hospic in paliativne oskrbe. Tretja raven izobraževanja je organizirana kot magistrski študij in se zaključí z diplomo. Vsaka raven študija traja dva semestra (168 ur). V času izobraževanja na vseh ravneh študent opravi po 40 ur praktičnega usposabljanja in pridobi 30 ECTS.

Tudi na področju hospic oskrbe je organizirano kontinuirano izobraževanje. Izobraževalni program vključuje učne vsebine za opolnomočenje bolnikov za življenje, smrt in oskrbo ob izgubi; vsebine, ki so namenjene oskrbi otrok, mladostnikov in mlajših oseb v hospicu ter vsebine za pomoč ljudem v času žalovanja. Usposabljanje za prostovoljne spremljevalce vključuje 80 ur teoretičnih vsebin in 40 ur praktičnega usposabljanja.

Po prijetnem in poučnem obisku v Geriatričnem zdravstvenem centru Albert-Schweitzer v Gradcu smo se odpravile še na obisk Socialnega centra SeneCura v Wildonu. Wildon je manjši kraj na avstrijskem Štajerskem, leži južno od Gradca, le dobrih 30 minut vožnje od slovenske meje, zato nismo bile presenečene, da smo se kar z nekaj zaposlenimi lahko pogovorile v slovenskem jeziku. Skupina SeneCura je vodilni zasebni upravljavec ustanov za zdravstvene storitve ter oskrbo in zdravstveno nego v Avstriji, šest domov za ostarele pa upravlja tudi v Sloveniji. Za kakovost in inovacije so prejeli že več nagrad. V domu SeneCura v Wildonu je prostora za 73 starostnikov. Ob našem obisku smo posebno pozornost namenili predstavitvi paliativnega koncepta napredne zdravstvene nege, ki ga želijo uvesti tudi v svoje slovenske domove ostarelih. Paliativni koncept napredne zdravstvene nege, imenovan V najboljšem spremstvu, sta nam predstavili Helena Kristina Halbwachs, vodja kakovosti in Margit Lamprecht, vodja zdravstvene nege.

Cilj paliativnega programa napredne zdravstvene nege je, da stanovalci zadnje obdobje svojega življenja preživijo z občutkom varnosti in notranjega miru, v ljubečem okolju, ki omogoča dostojanstvo in spoštovanje do zadnjega trenutka življenja in tudi po smrti. Ob sprejemu za vsakega stanovalca pripravijo individualni načrt celostne oskrbe, ki temelji na vprašalniku, s pomočjo katerega ocenijo stanje stanovalca ob sprejemu in upošteva osebnost, navade in želje posameznika. Na podlagi ocene ugotovijo, v kateri fazi paliativne oskrbe je stanovalec, od zgodnje do terminalne faze paliativne oskrbe in umiranja. Individualni načrt oskrbe poleg drugih aktivnosti vsebuje veliko komunikacije, tudi v zvezi z minljivostjo, umiranjem in smrtjo s pomočjo predmetov, ki jih hranijo v posebni škatli. Tako stanovalcem in njihovim svojcem razbijajo tabu v zvezi z umiranjem in smrtjo, obenem pa stanovalci in njihovi bližnji izražajo svoje želje, potrebe in

vnaprejšnjo voljo, kar vse vključijo v individualni načrt oskrbe. Poteka sprotne evalvacija izvajanja individualno prilagojenega načrta oskrbe, sprotno načrtovanje aktivnosti glede na spremembe stanja. V ta namen potekajo dnevni sestanki negovalnega tima. Celoten proces je računalniško podprt, poteka sprotno dokumentiranje v elektronski obliki. Ob spremembah stanja stanovalca program sam opozarja na aktivnosti, ki jih je treba načrtovati. Po smrti stanovalca potekajo žalni rituali za stanovalce in zaposlene, od žalne knjige, skupnega poslavljanja od umrlega in spremstvo ob odhodu iz ustanove, pošiljanje sožalja svojcem do pogovorov med zaposlenimi, stanovalci in svojci.

Za stanovalce skrbi negovalni tim, katerega člani imajo dodatna znanja iz paliativne oskrbe. Imajo hišnega zdravnika, tesno pa sodelujejo z mobilnim paliativnim timom, ki je vedno dosegljiv. V tim oskrbe so vključeni še duhovnik, psiholog in prostovoljci. Podobno kot načrt zdravstvene nege in oskrbe imajo tudi psihosocialni in duhovni načrt za vsakega stanovalca.

Ob ogledu socialnega centra v Wildonu smo bili prijetno presenečeni nad toplino okolja in prijaznostjo zaposlenih. Stanovalci imajo možnost dodatne opreme prostorov po lastni želji, s svojimi predmeti, tudi domače živali stanovalcev so dobrodošli sostanovalci. Zaposleni zelo cenijo zasebnost vsakega stanovalca.

Z rednimi timskeimi sestanki in pogovori med člani tima, kjer lahko vsakdo izrazi svoje mnenje, stiske in dileme, skrbijo za preprečevanje izgorelosti in reševanje stisk zaposlenih. V pogovoru z z njimi smo dobili občutek, da so na delovnem mestu zelo zadovoljni.

Tudi v socialnih centrih v Avstriji se srečujejo s pomanjkanjem kadra v zdravstveni negi. Vendar pa ima Avstrija, za razliko od Slovenije, izdelano dobro strategijo pridobivanja strokovnega kadra, kot so nam povedale avstrijske kolegice. Povezujejo se z določenimi azijskimi državami, kandidate pa predhodno pripravijo na delo v svoji državi, predvsem kar se tiče učenja jezika.

Menimo, udeleženke strokovne ekscurzije v Avstriji, da smo z obiskom kolegic v Gradcu in Wildonu pridobile vpogled v le malo drugačen, sicer pa podoben način izvajanja paliativne oskrbe našemu. Vsekakor pa se strinjamo, da

je njihov pristop k paliativni in hospic oskrbi bolj sistematičen, podprt z ustrezno tehnologijo ter nacionalno podporo in zato veliko bolj učinkovit. Ob obisku smo pridobile tudi nova znanja in se seznanile s kar nekaj primeri dobre prakse, predvsem pa smo dobile spodbudo, da je vztrajnost pri razvoju paliativne oskrbe izredno pomembna, predvsem zaradi ljudi, ki tovrstno oskrbo potrebujejo, pa tudi za izvajalce, ki potrebo po taki oskrbi prepoznajo in jo želijo izvajati.



Udeleženke strokovne ekscurzije z gostiteljicama v Socialnem centru SeneCura v Wildonu v Avstriji

Udeleženke strokovne ekscurzije z gostiteljicama pred Geriatričnim zdravstvenim centrom Albert - Schweitzer v Gradcu (Fotografiji: arhiv delovne skupine za paliativno zdravstveno nego in oskrbo)





S strokovnim znanjem skozi čas in slavnostna akademija ob 40-letnici Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji



Adrijana Debelak, Tjaša Kladnik

1. oktobra smo se v Portorožu s slavnostno akademijo poklonili 40-letnici delovanja Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji, ki deluje pod okriljem Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije.

Obletnico smo proslavili s posebnimi in hkrati realističnimi in aktualnimi temami življenja. Darinka Klemenc, dipl. m. s., nam je **kirurško zdravstveno nego v luči poklicne etike** predstavila teoretično kot s slikovitimi primeri iz prakse podprta etična načela. Ksenija Benedetti, vodja Akademije za poslovni protokol, je poudarek predavanja namenila **primerni komunikaciji v zdravstveni ustanovi**. Obe predavanji sta nam priklicali nasmeh na obraz, hkrati pa smo zelo hitro spoznali, da imamo v klinični praksi zelo veliko prostora za izboljšave. Igor Robert Roj, dipl. zn., univ. dipl. org., je predstavil področje transplantacijske dejavnosti v Sloveniji z naslovom **Darovati ali ne darovati, to je zdaj vprašanje**. Dr. Aleksander Zadel, specialist klinične psihologije, nas je ponesel v razmišljanje **Živeti, pomeni sprejemati odločitve**. Večinoma smo se odločili, da bomo **živeli**.

Dogodek smo nadaljevali v slogu slavnostne akademije s podelitvijo priznanj vsem nekdanjim predsednicam Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji.

Velika množica strokovnjakinj in strokovnjakov, ki poleg pacientov »neguje« tudi lastno organizacijo in udejanja svoje poslanstvo, si praznovanje več kot zasluži. Izvajalci zdravstvene in babiške nege in oskrbe, ki predstavljamo več kot polovico vseh zdravstvenih delavcev v državi, smo ključni za sistem zdravstva in stebri vsake zdravstvene, socialnovarstvene in sorodne institucije, kjer je govora o zdravju ali bolezni. Praznujemo torej s ponosom, z zavedanjem, da se razvoj stroke in organizacije ob takšnih prelomnicah ne ustavlja, kvečjemu obratno, dogodek nam daje novih moči in idej za nadaljnjo rast in razvoj, poglobljeno razvijanje profesionalne skrbi za človeka, bolnega ali zdravega, v vseh življenjskih obdobjih, situacijah in okoliščinah.

Razvoj sekcije si zasluži pogled skozi prizmo zgodovine, pogled za nazaj, tudi za soočanje s sedanostjo in postavljanje vizije za naprej.

Sedanja Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji je bila ustanovljena pod tedanjim okriljem Zveze društev medicinskih sester z nazivom Sekcija kirurških medicinskih sester. Pobudnica za ustanovitev je bila Greta Zver točno 1. oktobra 1982, torej pred 40 leti.

Greta Zver je bila predsednica sekcije med leti 1982–1986, 1988–1990 in 1993–2001.

Ustanovitev sekcije je sovpadala s prvim izobraževanjem, na katerem so bile predavane teme iz kirurgije v smislu timskega pristopa. Predavali so zdravnik specialist predavanega področja in medicinska sestra, ki je delovala na omenjenem področju ali medicinski tehnik, pa tudi fizioterapevti zaradi timskega pristopa. Prisotnih je bilo 117 poslušalcev, kotizacija je bila 400 din.

Že decembra istega leta je bilo organizirano drugo izobraževanje, ki ga je pripravil Pediatrični oddelek kirurških strok Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana.

V svojih mandatih je Greta Zver vsako leto poskrbela za eno izobraževanje spomladi in eno jeseni, običajno za dvodnevno izobraževanje, vedno na drugi lokaciji v Sloveniji.

Predavanja so bila organizirana tako, da ne samo, da so se dotikala kirurških tem, izobraževanja so potekala tudi na temo bolnišničnih infekcij, medosebnih odnosov in timskega dela. Strokovni program je bil popestren z medicinsko razstavo ter modno revijo. V sklopu izobraževanj je sekcija organizirala tudi ekskurzije in ogleda novih kirurških oddelkov kot ogleda novoustanovljenih ali strokovno naprednih oddelkov slovenskih bolnišnic.

Na rednih sestankih in občnih zborih so v času njenega predsedovanja govorili o delu in naprednih znanjih sekcije, pa tudi finančnem stanju.

Sekcija je skušala ujeti enotno metodo dela na kirurškem področju po celi Sloveniji.

Ves čas njenega predsedovanja se je sodelovalo tudi s predstavniki delovnih organizacij farmacevtske in kemične industrije, ki so jih tako sprotno seznanjali z novostmi na tem področju.

19. novembra 1990 Greta Zver v letnem poročilu zapiše:

»Človeku je toplo pri srcu, ko malo utrujen predaš delo, ki si ga ustanovil na lastno iniciativo, ga opravil z vsem žarom in nazadnje slišiš od kolegic: »Še več takšnih seminarjev sekcije kirurških medicinskih sester si želimo.«

Z zadovoljstvom moram priznati, da je sekcija resnično dosegla svoj cilj, cilj, ki si ga je zadala ob ustanovitvi, in sicer strokovno izpopolnjevanje medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov, da bi nudili zdravstveno nego na najvišji stopnji svoje pristojnosti, da bi se z vsem elanom trudili za ohranjanje življenja, ki je tako dragoceno in na žalost samo eno.»

18. maja 1993 je v poročilu strokovnega seminarja zapisano: » ... Vsi predavatelji so bili z Onkološkega inštituta Ljubljana in s Klinike za plastično kirurgijo in opeklino Ljubljana.

Predavanja so bila podana na visoki strokovni ravni, zelo dobra, izčrpna in na koncu predavanja so bile živahne diskusije.

Udeležba na seminarju je bila ogromna, dvorana je bila polno zasedena (360 udeležencev).«

V letu 1994 so predavanja zajela tudi mejna področja kirurgije, da so s tem zainteresirali večji avditorij. Povprečno je bilo na izobraževanjih 200 pasivnih udeležencev.

V letu 1995 je vsebina na dvodnevem seminarju poleg kirurških tem zajemala, tudi kako vzpostaviti dobre medsebojne odnose v timu, nego umirajočega bolnika ...

Leta 1996 je sekcija Grete Zver predlagana za zlati znak Zbornice zdravstvene nege Slovenije.

Leta 1997 je bil na sestanku sprejet sklep, da člani izvršnega odbora sekcije na strokovnih seminarjih ne bodo plačevali kotizacije. V času njenega tretjega mandata je bil izdan drugi zbornik predavanj s prispevki predavateljev. Prvi zbornik predavanj pa so izdali ob 10. obletnici delovanja sekcije leta 1992.

Vse od leta 1997 do danes je tako vsako leto ob izobraževanju izdan zbornik vseh predavanj.

Naj omenim še letnico 2000, ki jo zaznamuje preimenovanje Sekcije kirurških medicinskih sester v Sekcijo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji.

Greta Zver od ustanovitve pa do leta 2001 ostaja zelo aktivna članica sekcije, tudi ko ni bila predsednica je veliko predavala tako v Sloveniji kot tujini.

Mirjana Milošević je bila predsednica sekcije med letoma 1986 in 1988. Nadaljevala je vodenje sekcije v stilu rdeče niti Grete Zver, ki ji je bila v veliko pomoč, saj je ostala članica izvršnega odbora.

Iz zapisnikov je mogoče v obdobju njenega predsedovanja razbrati prvič omenjeni izvoljeni širši odbor sekcije, ki ga je sestavljalo 12 članov (iz vsake slovenske bolnišnice po en član).

Izobraževanja so potekala na temo povezovanja vseh sodelavcev kirurškega tima, na temo bolečine, psihičnih stanj pacienta na kirurških oddelkih.

V poročilu je Mirjana Milošević leta 1988 zapisala:

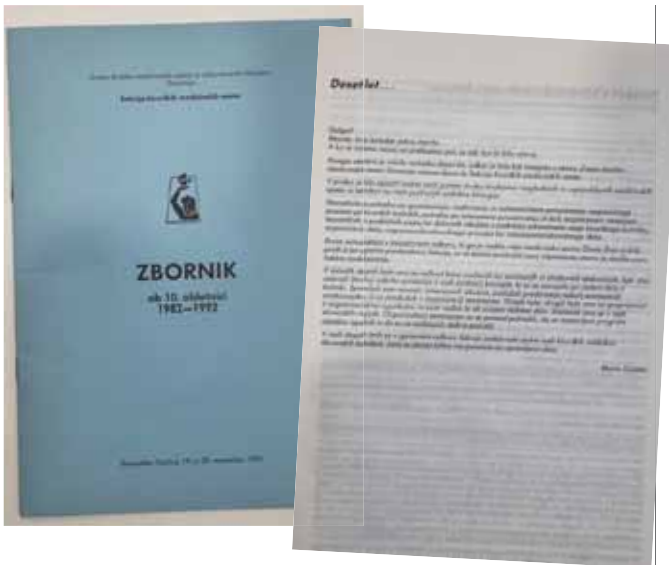
»Na seminarjih se seznanjamo z novostmi na področjih kirurgije in zdravstvene nege kirurških bolnikov. Sekcija se trudi, da sistematično obdeluje celotno kirurško področje. Podobno se zavedamo, da medicinske sestre in tehniki moramo biti široko strokovno razgledani, da lahko nudimo zdravstveno nego na najvišji stopnji svoje pristojnosti. S tako zdravstveno nego bomo pomagali bolniku za čimprejšnje okrevanje, od zdravnika pa si pridobimo še tako potrebno znanje. Predvsem so pestre diskusije pri vsakem predavanju, saj ravno v diskusijah menjamo svoje izkušnje, mnenja in navade. Po napornem dnevu pa se prileže družabni večer, v katerem sestre rade pokramljamo.»

Marta Gantar je bila predsednica sekcije med letoma 1990 in 1992. Marta Gantar se je leta 1970 zaposlila v Splošni bolnišnici Novo mesto na kirurškem oddelku kot srednja medicinska sestra. Po nekaj letih dela se je vpisala na Višjo šolo za zdravstvo v Ljubljani in jo 1983 končala. V 36 letih delovne dobe je spoznala delo na različnih enotah kirurgije. Začela je v enoti intenzivne nege, nadaljevala v operacijski sobi kot operacijska medicinska sestra in nato na oddelkih kirurgije kot glavna sestra kirurškega oddelka, kjer je delala vse do odhoda v pokoj.

Aktivno se je vključila v Društvo medicinskih sester Novo mesto, bila po en mandat predsednica Sekcije kirurških medicinskih sester v letih 1990–1992 in kasneje Sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji. Sodelovala je pri ustanavljanju Društva za oskrbo ran DORS in v njem aktivno delala do upokojitve.

Vso delovno dobo je stremela k pridobivanju strokovne izobrazbe tako zase kot tudi za vse sodelavce v zdravstveni negi. Obiskovala je šolo za enterostomalno terapijo in si tako pridobila naziv enterostomalna terapevtka. Skozi njene dejavnosti jo je pot pripeljala tudi do Društva medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Novo mesto, ki jo je leta 1996 predlagala za zlati znak, ki ga je tudi prejela.

Marta Gantar zase pravi, da je ponosna na prehojeno pot. *»Vsaka pot je predstavljala nove izzive, drugačno delo in prinašala nove sodelavce. Še danes ne vem, ali so bile moje odločitve prave ali ne. Vem pa zagotovo, če bi se danes odločala za poklic, bi bila moja odločitev ista in če bi imela možnost, bi si izbrala isto pot in iste sodelavce.»*



Vir: Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji

Odsek uvodnega besedila prvega izdanega zbornika sekcije ob 10. obletnici delovanja:

»V minulih 10 letih smo se večkrat letno srečevali na seminarjih in strokovnih ekskurzijah, kjer smo reševali številna odprta vprašanja z vseh področij kirurgije, ki so se porajala pri našem delu z bolniki. Spremljali smo novosti, izmenjevali izkušnje, poslušali predavanja najbolj eminentnih strokovnjakov in se preskušali v organizaciji seminarjev. Včasih laže, drugič težje smo se spoprijemali z organizacijskimi ugankami, in sicer vedno le ob svojem rednem delu. Srečevali smo se v vseh slovenskih regijah. Organizatorji seminarjev so se povsod potrudili, da so zastavljeni program uspešno izpeljali in da so se sodelujoči dobro počutili. V vseh 10 letih so v upravnem odboru sekcije sodelovale sestre vseh kirurških oddelkov slovenskih bolnišnic, zato so danes lahko vse ponosne na opravljeno delo.«

Gospa Marta Gantar je ob prejemu svečane zahvale povedala: *»V kolikor bi imela možnost še enkrat stopiti po tej poti, bi z veseljem stopila vsem izzivom na proti.«* Z nasmeškom na obrazu pa dodala, da bi vse te obveznosti sprejela, če bi imela ob sebi tako krásne sodelavce, kot jih je imela v času predsedovanja.

Ponosna je, da je v času njenega mandata ob deseti obletnici kirurške sekcije izšel prvi zbornik. Pove, da je le-ta bil v primerjavi s sedanjimi zborniki zelo skromen, ampak za kirurško sekcijo neprecenljive vrednosti.

Takratno praznovanje desete obletnice je potekalo v Šmarjeških Toplicah, udeležba je bila neverjetno velika. Na prisrčen

način opiše in pove, kako je na veliko množico obiskovalcev reagiral njen takratni sodelavec predstojnik dr. Morela, povzela ga je z besedami »Ja, kaj si pa dala tem ljudem, da jih je toliko prišlo«.

V zaključnih besedah večkrat tankočutno doda, da je bilo v času predsedovanja lepo

in da brez podpore vseh kirurških sester slovenskih bolnišnic ne bi bila tako uspešna pri svojem delu, kot je bila.

Liljana Wigele je bila predsednica sekcije med letoma 1992 in 1993. Zaradi subjektivnih razlogov gospe Wigele so 18. maja 1993 na izobraževanju soglasno izvolili novo predsednico Greto Zver.

Irma Rijavec je bila predsednica sekcije med leti 2001 in 2011. Irma Rijavec se je izobraževala na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani in leta 1984 diplomirala. Od leta 1987 je delala na kirurgiji Splošne bolnišnice dr. Franca Derganca v Šempetru pri Gorici. Čez deset let je prevzela naloge glavne medicinske sestre kirurške službe in to delo opravljala do leta 2019.

Od leta 1989 je bila članica kirurške sekcije in v njej aktivno sodelovala, tudi z organizacijo seminarja in s pripravo predavanja v Novi Gorici, kasneje od leta 2001 do leta 2011 je bila predsednica Sekcije kirurških medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov. S profesionalnim delovanjem na področju kirurške zdravstvene nege ter organizacijo strokovnih izobraževanj je kar 10 let povezovala kirurške medicinske sestre in zdravstvene tehnike vse Slovenije.

Z usmerjenostjo k strokovnemu razvoju zdravstvene nege kirurškega področja svoje znanje in izkušnje podaja dijakom in študentom še danes.

Številne strokovne teme s kirurškega področja je uredila in zbrala v zbornikih predavanj ob vsakoletnih srečanjih sekcije. Z načelnim delovanjem skrbi še danes za učinkovito, predvsem pa varno zdravstveno nego kirurških pacientov. Njeno vodilo pri organiziranju in delu v zdravstveni negi je kakovostna in na pacienta osredotočena zdravstvena nega. Je skromna in predana stroki zdravstvene nege, je zagovornik pacienta in v bolnišnici že vrsto let članica etične komisije. Zavzema se za prepoznavnost in razvoj poklica medicinske sestre.

V 25 letih delovanja v Sekciji medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji se je trudila uresničevati naloge

Zbornice – Zveze in se vedno borila za pravice medicinskih sester in za njihovo kompetentnost in enakovrednost znotraj zdravstvenega tima.

Preden je Irma Rijavec postala predsednica sekcije, je bila članica njenega upravnega odbora kot po končanem predsedovanju do leta 2013.

Pod predsednikovanjem Irme Rijavec je bilo vsako leto organizirano eno ali dvodnevno dobro obiskano izobraževanje, ki ga je spremljal zbornik predavanj.

Za svoje predano strokovno delo v zdravstveni negi kirurškega pacienta je Irma Rijavec leta 2009 prejela srebrni znak Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov.

Poudari, da nikoli ne smeš izgubiti vodila v življenju, temveč vedno delovati po najboljših močeh.

Teokom delovanja se je ves čas trudila, da bi v mlajših kolegih prebudila empatijo v želji in upanju, da bi pacient postal naša vrednota.

Hvaležna je za podporo kolegic, sodelavk in družine, ki so jo na tej poti predsedovanja podpirali. Doda, da ni bilo vedno lahko, saj se je kirurška sekcija prebijala skozi težke čase, vendar je tudi takrat zbrala moči in se obrnila na ljudi, za katere je vedela, da ji ne bodo obrnili hrbta.

Zahvalo je zaključila na svojstven način, opomnila nas je, da je zdravje največja vrednota življenja in človeka ter dodala »Saj ko imaš zdravje, zmoraš vse«.



Vir: <https://www.zbornica-zveza.si/o-zbornici-zvezi/zlati-znaki/dobitniki-zlatega-znaka-za-let-2012/> (17.10.2022)

Irma Rijavec je leta 2012 prejela še zlati znak, ki ga podeljuje Zbornica – Zveza.

Gospa Irma Rijavec je govor začela z zahvalo življenju, da ji je namenilo to pot, saj verjame, da ima vsak izmed nas nekje zapisano svojo pot. Pravi, da je vlogo predsednice dobila s strani ljudi, ki so v njej videli potencial in ji zaupali, saj je že po naravi človek, ki »deluje« in ne pusti stvari napol. Pove, da je nadaljevala cilj predhodnice gospe Grete Zver z željo, da bi nenehno izobraževali medicinske sestre. Posebno tiste, ki so že imele določena znanja in izkušnje z namenom, da bi usvojeno znanje predajale skozi predavanja, praktične delavnice ter skozi napisane tekste v zbornikih na naslednje, mlajše generacije.

Lidija Fošnarč je bila predsednica sekcije med leti 2011 in 2019. Gospa Lidija Fošnarč je srednjo zdravstveno šolo obiskovala v Celju, šolanje nadaljevala na Visoki zdravstveni šoli v Mariboru ter maja 2001 uspešno zagovarjala diplomsko delo in si pridobila naziv diplomirana medicinska sestra. Leta 2010 je magistrirala na Fakulteti za zdravstvene vede v Mariboru in pridobila strokovni naslov magistrica zdravstvene nege.

Leta 2001 se je zaposlila v Splošni bolnišnici Celje na Oddelku za splošno in abdominalno kirurgijo v enoti za intenzivno nego. Leta 2010 je prevzela vodenje Centra za bolezni ožilja v Splošni bolnišnici Celje, kjer so oblikovali združeno (kirurško in internistično),

usklajeno, multidisciplinarno zdravstveno obravnavo pacientov z žilnim obolenjem. Leta 2020 pa je sprejela velik izziv vodenja tima zdravstvene nege v Splošni bolnišnici Trbovlje. Je habilitirana predavateljica za področje zdravstvene nege in oskrbe na Univerzi v Mariboru, Fakulteti za zdravstvene vede, kjer poučuje študente s področja zdravstvene nege. V kliničnem okolju pa je mentorica številnim dijakom srednje zdravstvene šole kot tudi študentom ostalih fakultet za zdravstvene vede, ki prihajajo na klinično usposabljanje. V njenem profesionalnem delovanju so v ospredju empatičnost, strokovnost in natančnost.

Ves čas svoje poklicne in akademske poti je še vedno aktivna članica Zbornice – Zveze in sledi njenim vrednotam. Je članica SLODA in članica komisije za strokovne nadzore Zbornice – Zveze za področje kirurške zdravstvene nege.

Lidija Fošnarič je leta 2011 zapisala: »Z namenom prepoznavnosti je strokovna sekcija pridobila logotip, ki ga je oblikovala članica izvršnega odbora Jana Lavtižar. Logotip predstavlja kirurško rano, ki zaobjema in povezuje vse kirurške stroke in s tem tudi medicinske sestre in zdravstvene tehnike, ki delujejo na kirurškem področju.« Na sestanku izvršnega odbora sekcije 17. oktobra 2020 je bilo sklenjeno, da se obstoječi logotip osveži, torej preoblikuje v novejšo obliko.



Vir: Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji

Izdelali sta ga Ana Vedlin in Adrijana Debelak marca letos in ga prvič predstavili na strokovnem izobraževanju 11. maja 2022 v Laškem.

V času predsedovanja Lidije Fošnarič v letih od 2011 do 2019 je sekcija vsakoletno organizirala eno dvodnevno izobraževanje z izdanim zbornikom predavanj z recenzijo. Teme izobraževanj so bile tako ozko kot širše usmerjene v kirurško področje, ki je zajemalo timsko in celostno obravnavo pacienta v kirurški zdravstveni negi.

Ne nazadnje kot pomembno je dejstvo, da je v vseh letnih poročilih 40 let, torej v času predsedovanja vseh šestih predsednic, sekcija vedno delovala finančno pozitivno.

Povezovalka programa je zaključila:

»40 let ni malo, kakor koli že obrnemo. Sploh pa ne pri delu, kot ga opravljate medicinske sestre in zdravstveni tehniki, ko se pravzaprav ne morete niti za sekundo ustaviti, ko vas ljudje vedno znova potrebujejo. Zato iskreno, hvala za vse.«



Dobitnice zahval na ožjem strokovnem področju: Irma Rijavec, Marta Gantar, Lidija Fošnarič (Vir: Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji)

Upravni odbor Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji: Igor Robert Roj, Adrijana Debelak, Karmen Spacal Jakomin, Mateja Košak Gregorič, Tjaša Kladnik, Doris Štuhec, Lidija Fošnarič (Vir: Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji)



13. nacionalna konferenca o sladkorni bolezni

Dostopnost do znanj in veščin za kakovostno življenje s sladkorno boleznijo – letošnji slogan ob svetovnem dnevu sladkorne bolezni



Jana Klavs

Slovenija ima od leta 2020 nov državni program o obvladovanju sladkorne bolezni – DPOSB 2020–30. Upravljanje državnega programa je v rokah koordinacijske skupine, ki deluje v okviru Ministrstva za zdravje, sestavlja jo skupina različnih zdravstvenih strokovnjakov in ljudi s sladkorno boleznijo. Poleg jasne vizije, da želimo v Sloveniji sladkorno bolezen preprečiti, jo odkriti čim bolj zgodaj in dobro zdraviti, s čimer se zmanjša možnost za zaplete, človeku pa omogoči kakovosten način življenja.



KOS ŠTEFAN, SLOVENSKI ZNANILEC SLADKORNE BOLEZNI V LOGOTIPU DRŽAVNEGA PROGRAMA

Novosti:

- logotip moder krog s ptico – **kos Štefan**, ker je pogosta žival, znanilec modrosti, pogosto zvest partnerki celo življenje, Štefan, ker prihaja z ministrstva, ki je v Ljubljani na Štefanovi ulici
- besede bolnik ali pacient v državnem programu ni mogoče zaslediti. V luči zagotavljanja oskrbe, koder je koncept osebe pred boleznijo, ki ima poleg sladkorne bolezni še mnoge druge pomembne značilnosti, se uvaja **oseba s sladkorno boleznijo**
- število oseb z na novo odkrito sladkorno boleznijo se je v letu 2021 in 2022 izjemno povečalo, kar opažajo tudi v drugih državah (v letu 2021 je bilo **odkritih 13.500 novih oseb s sladkorno boleznijo**, običajno okoli 9.200)
- med **glavnimi vzroki za hospitalizacijo so bolezni srca in žilja**, zato zdravljenje sladkorne bolezni pomeni zdravljenje tlaka v krvi, maščob v krvi in sladkorja v krvi ter ostalo
- osebe s še nediagnosticirano sladkorno boleznijo tipa 2 so starejše od 55 let in imajo indeks telesne mase v območju debelosti, zato se še posebno ob odkritju bolezni pogovorimo o motivaciji **za izgubo odvečnih kilogramov**

V letu 2022 so prvič v zgodovini Slovenije v vseh zdravstvenih domovih dostopni programi za edukacijo oseb s sladkorno boleznijo, pri čemer oseba s sladkorno boleznijo spozna, kako živeti, da bolezen ne škoduje, pa vendar ohrani veselje do življenja.

Jerneja Filipič iz ZD Vrhnika je na predavanju na 13. nacionalni konferenci o sladkorni bolezni poudarila, kaj Florjan (avatar, ki v medijih predstavlja osebo s sladkorno boleznijo) pridobi, če obišče program izobraževanja o sladkorni bolezni:

1. spozna mehanizme za krepitev motivacije in spremembo navad
2. kako motivacijo nadgraditi v aktivnost
3. kako se soočiti z zdrsi
4. razbliniti mite o prehrani, telesni dejavnosti in stresu
5. pomen smiselne samokontrole in pomen samovodenja
6. o zdravlilih in kroničnih zapletih sladkorne bolezni



Florjan in Zofi, oseba s sladkorno boleznijo in zdravstveni strokovnjak, prvič sta se nam predstavila ob izidu Nacionalnih priporočil o prehrani in telesni dejavnosti ob sladkorni bolezni tipa 2 (več s skeniranjem v QR kodi)



Na nacionalni konferenci smo si prvič lahko ogledali film o Florjanovem krožniku, didaktičnem pripomočku, ki osebam s sladkorno boleznijo približa priporočila, kako oblikovati obrok s priporočeno količino ogljikovih hidratov, saj med hranili ravno ti najbolj vplivajo na sladkor v krvi po jedi. Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov letos zaključuje triletni program PEOS, kjer je bilo razvitih več nacionalnih priporočil, spletna platforma, ki povezuje svetovalce za sladkorno bolezen (www.e-diabetes.si), dobili smo priporočila o nosečnosti

sladkorni bolezni in sveže, nacionalno usklajene pripomočke za učenje oseb s sladkorno boleznijo glede prehrane. Menimo, da bo ravno svežina in občutek za želje in navade osebe s sladkorno boleznijo tisto, kar bo v prihodnosti izobraževanje o sladkorni bolezni naredilo nekoliko bolj privlačno, predvsem pa človeško. Ministrstvo za zdravje je za naslednja leta prepoznalo naš novi »program Florjan«, ki se bo nanašal predvsem na razvoj kombinirane edukacije, kar pomeni delno preko spletnih vsebin in nekaj v živo. V to nas sili množičnost bolezni in upad števila zdravstvenih strokovnjakov.



Več o novih pripomočkih za učenje oseb s sladkorno boleznijo



Nacionalna konferenca o sladkorni bolezni je prvič v trinajstih letih potekala hibridno, v živo in na daljavo. Udeležilo se je več kot 200 udeležencev.



»Green dream team«, od leve proti desni Jerneja Filipič, pionirka izvajanja novih programov iz ZD Vrhnika, Sanja Vrbovšek, srce in možgani programov za edukacijo oseb s sladkorno boleznijo na NIJZ, Jelka Zaletel, koordinatorica DPOSB 2020–30, duša Nacionalne konference o sladkorni bolezni ter Jana Klavs, nacionalni koordinator za edukacijo oseb s sladkorno boleznijo pri Zbornici – Zvezi

Preteklost in prihodnost v obravnavi bolnika z ledvično boleznijo in volitve predsednice in IO Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nefrologiji in transplantaciji



Boža Pirkovič

22. novembra 2022 smo z namenom strokovnega izobraževanja in volitev v strokovni sekciji napolnili predavalnico na Zbornici – Zvezi. Strokovna predavanja so bila iz vseh področij nefrološke in dializne dejavnosti. Veseli smo odziva, ki govori v prid strokovnim srečanjem. Po dolgem času smo se namreč srečali zaposleni iz vseh dializnih centrov v Sloveniji in izmenjali mnenja in izkušnje.

Na začetku strokovnega srečanja nas je pozdravila in nagovorila Monika Ažman, predsednica Zbornice - Zveze. Zahvalila se nam je za vso delo v času epidemije. V teh težkih časih, tudi za ZN, nas je opogumila, da nadaljujemo s strokovnim delom in nam zagotovila, da bo Zbornica – Zveza svoje aktivnosti še naprej usmerjala v zagotavljanje kakovostne in varne zdravstvene nege.

Strokovni program je vodila dosedanja predsednica secije Ana Koroša. Pozdravila je udeležence in se vsem prisotnim zahvalila za udeležbo.

Prva predavateljica Hirije Biljari je predstavila organizacijo dializiranja covid bolnikov v Nefrodialu Dragomer ob izbruhu

epidemije. Poudarila je pomen dobre organizacije in sprotne prilaganja zaposlenih in bolnikov.

Elvedina Brkić je predstavila psihološko podporo bolniku s kronično ledvično odpovedjo na nadomestnem zdravju s hemodializo s strani multidisciplinarnega tima. V multidisciplinarnem timu skrbijo za ugodno psihično in fizično počutje bolnikov. Naredili so tudi študijo o napredku bolnikov, ki so bili vključeni v obravnavo.

Predavanje o akutni okvari ledvic pri otroku sta pripravili Ana Hostnik in Tadeja Kokelj Jeršin. Dializa pri otrocih in novorojenčkih je zelo zahtevna metoda, ki jo izvajajo izkušene dializne medicinske sestre. Predstavili sta vzroke za nastanek akutne ledvične odpovedi pri otrocih in možnosti zdravljenja.

Naslednje predavanje je bilo namenjeno predstavitvi 35-letnega dela v dializni dejavnosti. Predstavila sem razvoj dializne dejavnosti in metode za zdravljenje pri akutni ledvični odpovedi. Ob razvoju dejavnosti reševanja zapletov žilnih pristopov je bilo potrebno stalno strokovno izobraževanje. Prihodnost v dializni dejavnosti bo usmerjena v razvoj umezne ledvice, ki naj bi bila implantirana v telo.

Polona Kolenc je predstavila aktivnosti medicinske sestre v specialistični ambulanti za ledvične bolezni in hipertenzijo. S kvalitetno obravnavo bolnika v specialistični ambulanti

lahko podajšamo čas do nadomestnega zdravljenja odpovedi ledvic.

Mirjana Rep je predstavila kronično ledvično bolezen in anemijo. V preteklosti se je anemija zdravila s transfuzijo. Z razvojem medicine pa se je prešlo na zdravljenje s sintetičnimi eritropoetini. Glede na naraščanje števila bolnikov s KLB je nujno preventivno delovanje v zgodnjem odkrivanju bolezni. Potrebno je zagotoviti hitro dostopnost do nefrologa.

Sonja Pečolar je v svojem predavanju opozorila na zeleni pristop v dializni dejavnosti, na zmanjševanje odpadkov in ukrepe za zmanjševanje ogrožanja narave.

O kvaliteti življenja dializnih bolnikov je Cvetka Likar predstavila rezultate obširne raziskave v Evropskem prostoru. Življenje z dializo pomeni za večino bolnikov obremenitev in soočanje z veliko ovirami. Tudi bolniki, ki imajo vstavljen dializni kateter, imajo kar nekaj težav, preden se navadijo nanj. Pomembno vlogo ima medicinska sestra v zdravstveno vzgojnem delu že v predializnem zdravljenju in tudi kasneje.

Po zaključenem strokovnem delu so bile izvedene volitve za predsednico in člane IO sekcije. Volilna komisija v sestavi Boža Pirkovič, predsednica, Sabina Frumen Pivk in Marica Parapot, članici, pripravi vse potrebno za izvedbo volitev. Predsednica volilne komisije predstavi potek volitev in volilne glasovnice. S strani Zbornice - Zveze je na volitvah prisotna Anita Prelec. Za predsednico sekcije je izvoljena Vesna Žitnik. Člani IO sekcije so: Kreže Maja, SB Trbovlje, Lipičar Kovšča Benedikta, SB Nova Gorica, Perko Mateja, SB Jesenice, Grabner Tadeja, SB Slovenj Gradec, Marič Darijan, SB Murska Sobota, Kokelj Jeršin Tadeja, UKC Ljubljana, pediatrična klinika, Kesak Biserka, UKC Ljubljana, Kaiser Kupnik Zvezdana, UKC Maribor.

Po končanih volitvah se je Anita Prelec zahvalila dosednji predsednici Ani Koroša. Zahvalila se je tudi vsem aktivnim udeležencem izobraževanja, novi predsednici Vesni Žitnik pa je zaželela veliko uspeha in dobrega sodelovanja v prihodnje.



Od leve proti desni: Boža Pirkovič, Vesna Žitnik, nova predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nefrologiji, dializi in transplantaciji, Anita Prelec, izvršna direktorica Zbornice – Zveze (Fotografija: Amina Zakotnik)

Dan strokovnega srečanja Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji naj postane dan vseh zaposlenih v zdravstveni negi na nevrološkem področju



Robert Rajnar

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji Zbornice – Zveze je 18. novembra v hotelu Kempinski Palace Portorož imela 17. strokovno srečanje z naslovom »Obravnava nevrološkega pacienta skozi prizmo strokovnih sekcij Zbornice – Zveze«.

Strokovnega srečanja se je udeležilo 138 strokovnjakov in strokovnjakinj s področja zdravstvene nege iz vse Slovenije (iz primarnega, sekundarnega in terciarnega zdravstvenega varstva ter iz socialnovarstvenih zavodov), 11 strokovnih sekcij Zbornice – Zveze in njihovih članov, častna gostja predsednica Zbornice – Zveze Monika Ažman ter 7 podpornikov strokovnega srečanja.

V uvodnem delu srečanja je udeležence in podpornike nagovoril Robert Rajnar, predsednik Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji s pozivom, da bi dan strokovnega srečanja Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji zaposleni na nevrološkem področju vzeli za »svoj dan« – dan v letu, ko se skušamo zbrati v čim večjem številu, dan, ko na svojih deloviščih začasno omejimo določene aktivnosti z namenom pridobiti nova znanja za še bolj kakovostno in varno obravnavo nevroloških pacientov.

Zbrane je nagovorila tudi častna gostja strokovnega srečanja Monika Ažman, predsednica Zbornice – Zveze, udeležencem je zaželela uspešen, prijeten dan, se zahvalila vsem zaposlenim v zdravstveni in babiški negi za dobro opravljeno dosedanje delo in udeležence povabila, da še naprej ostajamo v najlepšem poklicu, poklicu medicinskih sester, zdravstvenih tehnikov in babic. Za kulturni del strokovnega srečanja so s primorskimi pesmimi poskrbeli primorski akademski glasbeniki Gregor Ravnik in Štefica Grasselli ob kitarški spremljavi Marka Hrvatina.

Strokovni del srečanja je zajel obravnavo nevrološkega pacienta skozi različne dis-cipline zdravstvenega in socialnega varstva, saj obravnavo nevrološkega pacienta še zdaleč ne poteka samo v sklopu nevroloških oz. internističnih oddelkov, ambulant. Predavanja so bila moderirana v treh sklopih. V prvem smo se posvetili urgentnim stanjem v nevrologiji – kaj se s pacienti z nevrološkim stanjem dogaja pred sprejemom v zdravstveno obravnavo. V drugem sklopu smo pregledali pot nevrološkega pacienta skozi različne ravni zdravstvenega varstva, tretji sklop srečanja pa namenili povezovanju strokovnih sekcij Zbornice – Zveze z nevrološkim pacientom po odpu-stu v domačo oskrbo ali v socialnovarstveni zavod. Del srečanja je bil namenjen tudi promociji zdravja zaposlenim in vsebinam zdravstvene vzgoje. Na strokovnem srečanju so sodelovali člani sekcij Zbornice – Zveze z naslednjih področij: reševalci, urgenca, psihiatrija,



☆ Predsednik s članicami in pridruženimi članicami Izvršnega odbora Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji

enterostomalna terapija, operativna dejavnost, promocija zdravja in zdravstvena vzgoja, zobozdravstvo, rehabilitacija in zdraviliška dejavnost, patro-nažna dejavnost, socialno varstvo, management. Z interaktivnim sodelovanjem in izmenjavo izkušenj ter znanj zaposlenih v zdravstveni negi na primarni, sekundarni in terciarni ravni zdravstvenega in socialnega varstva bomo izboljšali zdravstveno obravnavo pacientov, prav tako pa smo se povezali strokovni sodelavci z različnimi subspecialnimi znanji, navezali strokovne stike in nova poznanstva. Bralce glasila Utrip vabimo, da si prenesejo brezplačni zbornik prispevkov strokovnega srečanja, ki je objavljen na spletni strani Zbornice – Zveze pod zavihkom Strokovne sekcije (št. 32).

Naslednje leto vas spet vljudno vabimo na naše strokovno srečanje, ki bo potekalo v petek, 24. 11. 2023, v Grand hotelu Union Ljubljana.

✚ Udeleženci strokovnega srečanja
(Fotografiji: arhiv strokovne sekcije)



Enterostomalna terapija in izzivi napredne obravnave pacientov z rano in izločalno stomo – danes za prihodnost



Renata Batas, Ines Prodan



Enterostomalna terapija kot napredna zdravstvena nega pacientov z rano, stomo, in inkontinenco je prisotna v slovenskem prostoru že od leta 1987, ko smo v Sloveniji izobrazili prvih pet enterostomalnih terapevtk.

Nato je potekalo šolanje enterostomalnih terapevtk oz. terapevtov vsakih nekaj let v okviru Šole enterostomalne terapije, ki jo je organiziral UKC Ljubljana v sodelovanju s Sekcijo medicinskih sester v enterostomalni terapiji pri Zbornici – Zvezi. Združene v sekciji organiziramo vsako leto dvodnevno strokovno srečanje na nacionalni ravni, kjer posredujemo znanja in novosti, ki so podkrepjene tudi z učnimi delavnicami s treh področij, to je s področja zdravstvene nege pacienta z rano, stomo ter inkontinenco. Marca 2022 je v Zrečah potekalo dvodnevno strokovno srečanje z mednarodno udeležbo ter učnimi delavnicami »Vloga enterostomalne terapije v

zdravstvenem sistemu – oskrba ran, stom ter kontinenca.« Obravnavali smo vlogo, pomen dela enterostomalnega terapevta tako v bolnišnici kot v patronažnem varstvu. Znanja, usposobljenost, veščine, ki jih ima enterostomalni terapevt, so v praksi pokazala, da imajo poseben, velik pomen na vseh ravneh zdravstvenega varstva, v vseh institucijah, saj pripomorejo k učinkoviti, kakovostni in ne nazadnje stroškovno učinkoviti obravnavi pacientov s stomo, rano ter inkontinenco.

V času dolgožive družbe, ki jo spremlja polimorbidnost, si upamo trditi, da je delovno mesto enterostomalnega terapevta nujno treba sistematizirati. Program izobraževanja s področja enterostomalne terapije je zelo širok, obsežen na vseh omenjenih področjih zdravstvene nege in se lahko primerja s programom specializacije. Zato bi ga bilo treba nujno priznati kot klinično specializacijo. Tako bi zagotovili, da kolegice enterostomalne terapevtke ne bi odhajale drugam, saj so njihova znanja, usposobljenost nujna na vseh ravneh zdravstvenega varstva – tako v bolnišnicah, na Onkološkem inštitutu, v domovih za ostarele, patronažnem varstvu itd. V vseh omenjenih ustanovah se srečujemo s pacienti s kronično rano, razjedo zaradi pritiska, izločalnimi stomami, dihalnimi



Enterostomalne terapevtke na letnem strokovnem posvetu na Vranskem (Fotografiji: Dragica Jošar in Renata Batas)

stomami, hranilnimi stomami, težavami z inkontinenco. Obravnava teh pacientov zahteva napredna, poglobljena, specialistična znanja, ki jih ima le enterostomalni terapevt oz. terapevtka. Tako je lahko enterostomalni terapevt edukator tudi vsem drugim članom zdravstveno-negovalnega tima.

Vsako leto organizira sekcija medicinskih sester v enterostomalni terapiji tradicionalno letno strokovno srečanje oz. posvet enterostomalnih terapevtk oz. terapevtov, kjer obravnavamo različne dileme s področja zdravstvene nege pacientov z rano, stomo ter inkontinenco, sprejemamo strokovna stališča, pripravljamo strokovne protokole. *21. oktobra 2022 smo se sestale enterostomalne terapevtke na Vranskem.* Predstavljen je bil nacionalni protokol za izločalne stome, obravnava malignih, kroničnih ran na OI, obravnava posebnih ran zaradi t. i. droge krokodil ter obravnava pacientov z visoko izločalno stomo ter parenteralno prehrano na domu, pripravljali smo dokument o kompetencah ET, ki je potekal zelo interaktivno.

Dragica Tomc nam je predstavila različne vrste obravnave malignih ran in tudi razjed zaradi pritiska, golenjih razjed, s katerimi se srečuje pri svojem vsakodnevem delu. Zahtevnost obravnave teh ran predstavlja mnogokrat izziv tudi za enterostomalno terapevtko. Poudarila je pomen celostne obravnave pacientov pri oskrbi ran, kjer je poleg lokalne oskrbe rane izrednega pomena tudi prehranska podpora pacientu. Onkološka zdravljenja imajo lahko za posledico nastanek različnih poškodb kože, ran, še zlasti če pred tem zdravljenjem (radioterapija, kemoterapija) pacient ni zadostno prehransko podprt. Zaradi slabe prehranske podpore je potek zdravljenja veliko težji.

Droga krokodil je posebna vrsta sintetične droge, sestavljena iz kodeina, bencina, razredčila za barve, klorove kisline in rdečega fosforja in je tako destruktivna, da uporabniku začnejo gniti tako koža kot tudi kosti in meso. V Evropo je prišla iz Rusije in je za mnoge nekaj novega. Primer pacienta z ranami zaradi te droge nam je predstavila *Hermína Hatunić Bajrektarević*.

Renata Batas je predstavila izzive obravnave pacientke z odpovedjo prebavil, visoko izločalno ileostomo in dobiva parenteralno prehrano na domu preko katetra Picc. Pacientka sama ni sposobna tega izvajati, zato se je tega naučil njen mož, ki svojo ženo parenteralno hrani že sedmo leto. Sam je tudi pacient s KOPB in bi potreboval hospitalizacijo zaradi uvedbe TZKD, vendar se srečuje z veliko težavami, kako poskrbeti za ženo v tem času, saj je namestitev v dom težko urediti.

Sekcija medicinskih sester v enterostomalni terapiji je izdelala tudi nacionalne protokole za obravnavo izločalnih stom, ki jih je na srečanju predstavila *Anita Jelen* kot vodja delovne skupine (Anita Jelen, Dragica Jošar in Renata Batas).

Tamara Štemberger Kolnik in *Anita Jelar* že nekaj časa oblikujeta dokument o kompetencah enterostomalnega

terapevta. Na srečanju sta v to aktivno vključili vse prisotne enterostomalne terapevtke. Dokument o kompetencah enterostomalnega terapevta je pomemben del na poti do priznanja enterostomalne terapije kot klinične specializacije in kot podlaga za sistematizacijo novega delovnega mesta – **enterostomalni terapevt**.

V okviru letnega strokovnega posveta enterostomalnih terapevtk smo izvedli tudi *volitve novih članov IO Sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji*. Od prispelih kandidatur, ki so ustrezale razpisnim pogojem, smo enoglasno izvolili, potrdili dve novi članici IO sekcije, in sicer *Dragico Tomc* (Onkološki inštitut) ter *Milanko Markelič* (SB Novo mesto).



Dragica Tomc, viš. med. ses., ET (Onkološki inštitut), novoizvoljena članica IO Sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji, med predavanjem enterostomalnim terapevtkam (Fotografija: Renata Batas)



Milanka Markelič, dipl. m. s., ET (SB Novo mesto) ob izvolitvi v IO sekcije kot nove članice (Fotografija: Anita Jelen)

Strokovni posvet enterostomalnih terapevtk na Vranskem je bil zelo interaktiven, izmenjali smo veliko mnenj, stališč in se z novimi nalogami za prihodnost razšli z besedami »Se vidimo v Zrečah 24. in 25. marca 2023!«

30 let Šole enterostomalne terapije v UKC Ljubljana



Tadeja Krišelj, Maja Medvešček Smrekar, Bojan Veberič

UKC Ljubljana je v sodelovanju z Zbornico zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezo strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov in s Sekcijo medicinskih sester v enterostomalni terapiji v času od 13. septembra 2021 do 24. novembra 2022 organiziral 8. Šolo enterostomalne terapije (v nadaljevanju Šola ET). Letos mineva 30 let, odkar je bilo v Sloveniji organizirano prvo funkcionalno izobraževanje Šole ET.

Izobraževanje poteka po smernicah, ki jih določa Svetovno združenje za enterostomalno terapijo (World Council of enterostomal Therapists – WCET). Edukacijski odbor WCETa predhodno potrdi vsebine programa, po potrebi predlaga dopolnitve in med izobraževanjem preveri, ali vse poteka v skladu z njihovimi smernicami. Izobraževanje je razdeljeno

na tri področja: stome (izločalne, dihalne in hranilne), kronične rane in inkontinenca ter obsega 320 ur (160 ur teoretičnih vsebin in 160 ur praktičnega usposabljanja). Ob zaključku izobraževanja udeleženci naredijo raziskovalno nalogo in opravijo praktično in



Prof. dr. Pavle Košorok, dr. med. (Fotografija: arhiv UKCL)

teoretično preverjanje znanja. Udeleženci ob zaključku prejmejo certifikat, ki je priznan v evropskem in svetovnem merilu.

Prof. dr. Pavle Košorok, dr. med., je bil leta 1990 pobudnik izobraževanja medicinskih sester za področje enterostomalne terapije. Udeležil se je 1. svetovnega kongresa enterostomalnih terapevtov v Milanu. Zanj je bilo to srečanje prelomno, saj je tam srečal Normo Gill iz Clevelanda. Profesor Turnbull jo je prosil, da je na oddelku ostala kot laični terapevt. Ker je bila operirana zaradi ulceroznega kolitisa, je opazil, da je pri negi svoje ileostome zelo spretna. Imela je namreč izkušnje z negovanjem svoje babice. Bila je dober organizator in pobudnik svetovnega gibanja za enterostomalno terapijo ter je ustanovila šolo za enterostomalne terapevte. Norma Gill je prof. dr. Košoroka, dr. med., povabila na 3. svetovni kongres v Cleveland. Na podlagi ponujene štipendije za izobraževanje ene medicinske sestre na področju enterostomalne terapije je v Cleveland odšla Metka Zima. Postala je prva uradna enterostomalna terapevtka v Jugoslaviji. Leta 1990 se je te šole udeležil tudi prof. dr. Pavle Košorok, dr. med., z namenom, da takšno šolo ustanovijo tudi v Jugoslaviji. V času šolanja je bil kongres enterostomalnih terapevtov v Torontu, na katerem je bila kot enakopravna članica izbrana tudi Jugoslavija. Na osnovi tega izobraževanja in po njihovem načrtu je profesor napisal program šole, ki je bil prilagojen našim razmeram in ga predstavil glavni medicinski sestri Kliničnega centra Ljubljana. Trajalo je nekaj časa, da so program izobraževanja enterostomalnih terapevtov umestili v okvire takratnega republiškega izobraževanja. Šola je bila potrjena in Slovenija je bila sprejeta v mednarodno združenje WCET (World Council of Enterostomal Therapists). Prva Šola ET je bila v UKC Ljubljana izvedena leta 1992.

Letos smo zaključili 8. Šolo ET, diplomo je prejelo 24 udeležencev te šole. Udeleženci so prihajali iz primarne, sekundarne



Udeleženci 8. generacije enterostomalnih terapevtov (Fotografija: arhiv UKCL)

in terciarne ravni zdravstvenega varstva. To izobraževanje je potekalo v času težkih epidemioloških razmer, ki je od nas terjalo nenehne izzive in prilagajanja. Tako je 160 ur teoretičnih vsebin delno potekalo tudi preko videokonference. Kljub časovnemu podaljšanju funkcionalnega izobraževanja Šole enterostomalne terapije smo 24. 11. 2022 prišli do uspešnega zaključka, kar smo obeležili s slavnostno podelitvijo diplom 24 udeležencem/udeleženkam.

Elvis Begić	Nataša Maksin
Anica Erzar	Barbara Mumelj
Mateja Gazvoda	Kristina Marija Poljšak
Polonca Gorjup	Anita Rošič
Aida Hadžić	Emir Salihović
Hermína Hatunić	Jelena Stanić
Bajrektarević	Hubert Tomaž Terseglav
Andraž Jereb	Tomažin
Mojca Knez Tomc	Maja Uran Vrabič
Nataša Kos	Valerija Volk
Polona Kranjc	Simona Zupanič
Stanka Kržišnik	Patrick Žibret
Daniela Kržovska	Alenka Žvikart

Vsem udeležencem, ki so uspešno zaključili Šolo ET, iskreno čestitamo in jim želimo, da bi s svojim strokovnim znanjem in entuziazmom pripomogli k celoviti in kakovostni obravnavi pacientov ter racionalni rabi medicinsko-tehničnih pripomočkov in materiala.

NAGRADNA KRIŽANKA TOSAMA d. o. o.

*Nagrajenke nagradne križanke
Tosame d. o. o. oktobrske in novembrske
številke Utripa so:*

Manca Kemperle, 4000 Kranj

*Natalija Nataša Plečnik, 1231 Ljubljana -
Črnuče*

Marija Žalig, 9225 Velika Polana

Tamara Peterle, 3201 Šmartno v Rožni dolini

Belma Džamastagić, 2367 Vuzenica

Irena Štokelj, 5295 Branik

*Geslo oz. pravilna rešitev
nagradne križanke se glasi:*

MEDICINSKI KOSTANJEV MED.

Nagrade bomo izžrebanim poslali po pošti.

Druga nacionalna konferenca z mednarodno udeležbo »Stanje in izzivi na področju Alzheimerjeve bolezni v Sloveniji: v luči nove realnosti«



Laura Petrič, Barbara Lovrečič, Mercedes Lovrečič
Nacionalni inštitut za javno zdravje

Vsako leto 21. septembra obeležujemo svetovni dan Alzheimerjeve bolezni, mesec september pa kot mesec Alzheimerjeve bolezni. Septembra 2022 je potekala druga nacionalna konferenca z mednarodno udeležbo z naslovom »Stanje in izzivi na področju Alzheimerjeve bolezni v Sloveniji: v luči nove realnosti«.

Videoposnetek konference je dostopen na naslednji povezavi: <https://www.youtube.com/watch?v=bA0LpLgE4YE> Srečanje je skupaj s Spominčico in Slovensko akademijo znanosti in umetnosti (SAZU) organiziral Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ). Letošnja nacionalna konferenca z mednarodno udeležbo je potekala pod sloganom »Spoznaj demenco, spoznaj Alzheimerjevo bolezen«, poudarjena je bila problematika, s katero se srečujemo na področju demence, saj ta predstavlja enega največjih zdravstvenih, finančnih in socialnih izzivov sodobne družbe. Število starejšega prebivalstva narašča in posledično narašča tudi število bolnikov z demenco, Alzheimerjeva demenca je najpogostejša oblika demence. Ravno zato je treba povečati zgodnje prepoznavanje te bolezni in zmanjšati stigmo v družbi, ki ovira njeno

zgodnje odkrivanje. Zdravila za demenco ni in ravno zato ima zgodnje odkrivanje te bolezni velik pomen, saj s primernim in predvsem pravočasnim zgodnjim zdravljenjem upočasnimo napredovanje bolezni. Posledično izboljšamo kakovost življenja obolelega in njegovih neformalnih oskrbovalcev (Lovrečič, et al., 2022).

Konference se je udeležilo okrog 300 udeležencev. Sodelovali so predstavniki Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti ter Ministrstva za zdravje, številni strokovnjaki, ki se pri svojem delu srečujejo s problematiko demence, predstavniki civilne iniciative in nevladne organizacije. Vsebina in povzetki konference so dostopni v zborniku revije Javno zdravje, dostopnem preko naslednje povezave: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/lovrecic_m_et_al_jz_2022-5.pdf

Udeleženci so sprejeli naslednje sklepe konference: demenco je treba obravnavati kot javnozdravstveno in socialno-varstveno prioriteto 21. stoletja tako na svetovni kot državni ravni. Poudarili so, da je pandemija SARS-CoV-2 močno vplivala na bolezen samo, poleg tega pa je razkrila številne sistemske pomanjkljivosti na področju nudenja pomoči starejšim. Predlagajo razvoj in nadgradnjo institucionalne in skupnostne oblike pomoči, kot je pomoč na domu. Predlagajo podporo družinam in neformalnim oskrbovalcem oseb

z demenco, ki so bili še posebej prizadeti med pandemijo SARS-CoV-2. Velik poudarek dajejo prepoznavanju demence v splošni javnosti in zmanjševanju stigme v družbi. Navajajo, da je nujno multidisciplinarno sodelovanje za boljšo dostopnost socialnovarstvene in zdravstvene oskrbe ter izboljšanje prepoznavanja, zgodnjega odkrivanja in zdravljenja oseb z demenco. Podpirajo aktivnosti in programe, ki omogočajo čim višjo stopnjo funkcionalnosti oseb z demenco. Podpirajo povečanje investicij v zdravstveni in socialni sistem in izboljšanje informacijskega sistema za epidemiološko spremljanje demence. Strinjajo se, da je treba zaposlene v sistemu dolgotrajne oskrbe ustrezno izobraziti in usposobiti za ravnanje z ljudmi z demenco. Podpirajo tudi prilagoditev in širitev nabora storitev in raznih oblik pomoči za osebe z demenco in svojce oz. neformalne oskrbovalce, ki bi jih vključili tudi v Zakon o dolgotrajni oskrbi. Sklenili so, da je za ureditev teh pomanjkljivosti nujno, da se čim prej izda Strategija in načrt za obvladovanje demence do leta 2030. Ministrstvo za zdravje je že pripravilo predlog strategije, dostopen na naslednji povezavi: <https://www.gov.si/assets/ministrstva/MZ/DOKUMENTI/DJZ-Preventiva-in-skrb-za-zdravje/Demence/demence-Strategija-o-demenci-javna-razprava-021122.pdf>. Pri tem ima veliko vlogo ustanovitev Sveta za obvladovanje demence pri predsedniku Republike Slovenije, ki ga sestavljajo strokovnjaki na področju demence. Več o ustanovitvi sveta si lahko preberete na naslednji povezavi: <https://www.nijz.si/sl/ustanovljen-svet-za-obvladovanje-demence> Glavne naloge sveta so oblikovanje skupnih stališč in priporočil, s katerimi bi vplivali na odločevalce, hkrati pa osveščali splošno javnost o aktualni problematiki demence. Vse navedene predloge podpirajo tudi mednarodne organizacije (Lovrečič, et al., 2022)

Ob zaključku nacionalne konference »Stanje in izzivi na področju Alzheimerjeve bolezni v Sloveniji: v luči nove realnosti« so udeleženci podprli sodelovanje različnih strokovnih, nevladnih organizacij, ministrstev in izvajalcev za doseganje boljših ciljev, prav tako podpirajo kontinuirano izobraževanje strokovnega kadra in izvajanje tovrstnih srečanj (Lovrečič, et al., 2022)

Literatura:

Lovrečič, B. & Lovrečič, M., 2022. *Spregovorimo o demenci: Stanje in izzivi na področju Alzheimerjeve bolezni v Sloveniji v luči nove realnosti*. *Javno zdravje*, 5, pp. 1–26. Dostopno na: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/lovrecic_m_et_al_jz_2022-5.pdf

Čestitka

»Vse si, kar je. Tvoje misli, tvoje življenje.
Uresničitev tvojih sanj.
Vse si, kar izbereš, da boš.
Neomejen si, kakor neskončno vesolje.«
(neznani avtor)

*

Na Fakulteti za zdravstvene vede v Mariboru je naša sodelavka **Ksenja MESARIČ**, zaposlena na Infekcijskem oddelku, uspešno zagovarjala magistrsko delo z naslovom

Vpliv mesta in metode odvzema krvi na število hemoliz pri odvzetih vzorcih v Urgentnem centru

in si pridobila naziv magistra zdravstvene nege s področja urgentnih stanj.

Za pridobitev strokovnega naziva ji iskreno čestitamo in ji v prihodnje želimo veliko poslovnih izzivov.

*

Vodstvo in sodelavci Splošne bolnišnice
Murska Sobota

OBVESTILO

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

clanarina@zbornica-zveza.si

Uredništvo



Spoštovani!

Prijazno vas vabimo, da se nam pridružite na slavnostni akademiji ob 60-letnici organiziranega delovanja medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Dolenjske, Bele krajine in Posavja.

Z veseljem vas pričakujemo
20. januarja 2023 ob 16. uri
v Kulturno kongresnem centru Dolenjske Toplice.

Vabljeni!

Mag. Jožica Rešetič, l. r., predsednica



Strokovno društvo
medicinskih sester,
babic in zdravstvenih
tehnikov Koroške

Pestra koroška jesen

Janja Pungartnik, predsednica

PREDNOSTI UPORABE ELASTOMERNE ČRPALKE

- Možnost zdravljenja na domu.
- Uporaba črpalke je enostavna, bolniku prijazna.
- Večja kakovost življenja – omogoča samostojnost in neodvisnost bolnika.
- Manj zdravil per os.
- Stalen dotok zdravil.
- Hkrati pokrivanje več simptomov.
- Izognemo se pogostemu zbadanju.



PRIPRAVA analgetičnih mešanic

ASEPTIČNA PRIPRAVA V IZOLATORJU

- varnost
- učinkovitost
- kakovost zdravil



V Strokovnem društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške smo oktobra in novembra nadaljevali niz strokovnih popoldnevov, sodelovali smo pri organizaciji 13. simpozija urološke zdravstvene nege v okviru 8. kongresa Združenja urologov Slovenije ter izvedli dve predavanji iz temeljnih postopkov oživljanja.

27. 9. 2022 smo izvedli strokovno popoldne o elastomernih črpalkah. Elastomerna črpalke je sodoben pripomoček za enkratno uporabo, ki omogoča neprekinjeno podkožno dajanje zdravil v infuziji. Namenjena je za lajšanje bolečin in drugih simptomov bolezni. Bolnik jo lahko ima tudi doma. Sestavljena je iz zaščitnega ohišja, v katerem je balon, ki je sočasno rezervoar za analgetično tekočino. Napolnjeni balon se enakomerno krči ter neprekinjeno pošilja zdravilo v infuzijski sistem in vstavljeno podkožno plastično kanilo. Črpalke je lahka in jo bolnik lahko nosi v vrečki okrog vratu ali okoli pasu. Napolnimo jo lahko za več dni. Je cenejša in bolj preprosta za rokovanje kot črpalke na vzmet ali baterijo. Velikosti odmerka, ki smo ga že napolnili v balon, ne moremo spreminjati, zato črpalke uporabljamo za zdravljenje stabilne bolečine. V predavanju in kratki videopredstavitvi nam je Tanja Hovnik Markota, dipl. m. s., zaposlena na Paliativnem oddelku Splošne bolnišnice Slovenj Gradec predstavila vse aktivnosti zdravstvene nege v zvezi s črpalke. Sodelavka Centralne lekarne Andreja Lenart,

mag. far. je članom predstavila pripravo črpalke, predstavnica podjetja pa vrste ter njihove karakteristike. Druženje smo zaključili s preverjanjem znanja.

30. septembra se je 13. simpozija urološke zdravstvene nege, ki smo ga organizirali v okviru 8. kongresa Združenja urologov Slovenije, udeležilo 75 slušateljev iz vse Slovenije. Predavanja Obravnava pacienta v urološki specialistični ambulanti v SB SG ter analiza pojavnosti vnetnih procesov

po transrektalni punkciji prostate, Vloga operacijske medicinske sestre pri transperinealni fuzijski biopsiji prostate, Kakovost življenja moških z urinsko inkontinenco po operaciji – radikalni prostatektomiji in vloga medicinske sestre, Vloga medicinske sestre pri aplikaciji hormonske terapije pri

(Fotografije: Janja Pungartnik)

zdravljenju raka prostate, Uporaba irigacijskega Rocamed sistema v urološki endoskopski operaciji UKC Maribor, Pojav »TUR (P) sindroma« pri transuretralni resekciji prostate, Living donor laparoskopsko asistirana nefrektomija – nova kirurška metoda, ki je dajalcu bolj prijazna, Urgentna stanja v urologiji, Intravezikalna aplikacija Botulin toksina v urologiji, Obravnava urološkega pacienta v času epidemije covid-19 v SB Murska Sobota, Radikalna cistektomija s kontinentno ortotopno derivacijo urina, Študija primera zdravstvena nega pacienta po radikalni cistektomiji s kontinentno ortotopno derivacijo urina, Pojavnost zapletov po operaciji – radikalna cistektomija, Poklicne kompetence in aktivnosti izvajalcev zdravstvene nege na področju urološke zdravstvene nege, Študija primera – gangrena Fournier, Vpliv covid-19 na urološko diagnostiko ter dve učni delavnici: Intermittentna čista samokatetrizacija mehurja ter Aplikacija hormonske terapije je pripravilo več kot 20 predavateljic in predavateljev, strokovnjakov na področju urološke zdravstvene nege. Organizacijskemu odboru je uspelo privabiti veliko aktivnih predavateljev in udeležba na dogodku je bila zelo velika. Žal smo morali prijave za srečanje v živo zapreti že v prvi polovici septembra, smo pa za druge, ki se nam želijo pridružiti, uredili prenos v živo na spletu, tako da so se nam lahko pridružili preko naše »Knjige obrazov«. Odzivi medicinskih sester v tem segmentu je dokaz tega, kako pomemben del zdravstvene nege je obravnava urološkega bolnika.

25. 10. in 10. 11. 2022 se je več kot 70 naših članov udeležilo izobraževanja iz obveznih vsebin – Temeljni postopi oživiljanja z AED.



Poklicne kompetence in aktivnosti izvajalcev zdravstvene nege na področju urološke zdravstvene nege, Majda Topler, mag. zdr. nege, Mojca Rednak, mag. zdr. ved, SB SG

8. novembra 2022 smo izvedli strokovno popoldne na temo Perkutane endoskopske gastrostome. V zavodih in oddelkih, ki negujejo ali zdravijo kronične paciente, se je v zadnjih letih občutno povečalo zanimanje za to obliko prehranjevanja. V praksi v Sloveniji se je PEG uspešno uveljavila za hranjenje težkih pacientov. Pri pacientih, ki imajo uvedeno gastrostomo z endoskopsko tehniko, ima medicinska sestra veliko in pomembno vlogo že takoj pri posegu, po njem pa oskrbuje vhodno mesto PEG ter izvaja ali sodeluje pri vseh procesih hranjenja. Pacienta tudi opazuje, mu svetuje, pomaga, ga spodbuja, prisluhne njegovim željam, se z njim in svojci pogovarja, obvešča zdravnika o pacientovem stanju. Medicinska sestra ima samostojno vlogo v procesu zdravstvene nege in kot član celotnega zdravstvenega tima. Članice Klara Prot, dipl. m. s. in Jasna Smovnik, dipl. m. s., iz Enote za endoskopijo Oddelka za interno medicino Splošne bolnišnice Slovenj Gradec ter

TPO z AED



Lidija Reiter, dipl. m. s. in Tjaša Višner, dipl. m. s., z Oddelka za interno medicino Splošna bolnišnica Slovenj Gradec so predstavile vse aktivnosti zdravstvene nege v zvezi s PEG, od postopka vstavitve do rokovanja s PEG, sodelavke Centralne lekarne, Kaja Deberšek, mag. farm., pa je predstavila Aplikacijo terapije po PEG-u. Strokovno popoldne smo zaključili s preverjanjem znanja.



PEG

Dveh strokovnih popoldnevov se je udeležilo preko 150 članov in članic, ki so o njih povedali:

- *Bilo je zelo poučno predavanje.*
- *Super predavanje kot vedno :)*
- *Super, poučno, saj se z elastomerno črpalko srečujem skoraj dnevno.*
- *Predavanje je bilo odlično, sproščeno ... Vesela sem bila tako velike udeležbe. Zanimivo mi je bilo, da se je udeležila tudi naša farmakologinja, da nam je predstavila tudi njihov potek dela.*
- *Dobra kombinacija predavateljev, vseeno pa je bolje slišati človeka v živo in ne na posnetku.*
- *Tema zelo zanimiva, pohvala Andreji iz lekarne za zelo strokovno predstavitev na razumljiv način. Simpatična je bila tudi predstavica. Kogice iz paliative – super filmček, Tanjin PPT slišen slabše, si pa ga bom pogledala še enkrat, ko bo objavljen. Vse pohvale, le tako naprej. Veliko vloženega truda ...*
- *Strokovno, zanimivo izbrano področje. Čestitke predavateljicam.*
- *Spoznala sem PPT od priprave elastomerne črpalke do same aplikacije. Hvala.*
- *Super.*
- *Predavanje je bilo zelo zanimivo in poučno. Zame osebno veliko novih informacij, ker ne delam s pacienti in mi je vsako takšno predavanje vpogled v svet znanja in dela medicinske sestre.*
- *Predavanje je bilo strokovno, na nivoju, dovolj razumljivo, tudi če nisi iz tega področja zdravstvene nege. Zelo dobro je, da se na koncu lahko komentira in sprašuje.*
- *Zelo super predavanje in poučno predavanje.*
- *Super, zelo zanimivo predavanje, hvala predavateljicam in organizatorjem.*
- *Zelo strokovno in poučno, hvala za dodatno izobraževanje.*
- *Super izpeljano predavanje, nimam pripombe.*
- *Predavanje je bilo strokovno, tudi praktično prikazano. Super!!! Hvala!*
- *Super predavanje!*
- *Super predavanje, strokovno, čestitke vsem predavateljicam!*
- *Odlično.*
- *Odlično, med nami imamo TOP strokovnjakinje.*
- *Predavanja so bila strokovna, izčrpna. Pridobili smo lahko nova znanja, ki jih bomo lahko v praksi s pridom uporabili. Želela bi le več primerov iz prakse. Dobrodošli bi bili tudi primeri dobre prakse v DSO ali patronaže.*
- *Všeč so mi filmčki in slike, da si lažje predstavljam, kako poteka to v praksi.*
- *Odlično in poučno.*
- *Odlično izpeljano.*
- *Bolj enostaven test glede prijave.*
- *Hvala za enkratno predavanje oz. predstavitev. Zame je bilo to nekaj novega in pravi užitek je bilo poslušati. Želim si še veliko podobnih predavanj, novega.*
- *Bilo je odlično pripravljeno.*
- *Predavanje je bilo strokovno in organizacijsko dobro izpeljano. Hvala organizatorju in izvajalcem.*
- *Všeč so mi filmčki in slike, da si lažje predstavljam, kako poteka to v praksi.*
- *Samo predavanje res super pripravljeno in nadzorno prikazano. Same pohvale. Res bi bilo treba še več takih predavanj, ker na žalost, če določenih stvari ne delaš nekaj časa, ti določena znanja manjkajo.*
- *Teme so bile zanimive in tudi dobro predstavljene. Tudi za nas, ki se s tem ne srečujemo pogosto oz. sploh ne.*
- *Čestitam organizatorjem in odličnim predavateljicam za čudovito predstavitev.*
- *Predavanje je bilo zelo poučno, osvežilo je znanje o PEGu in zapolnilo morebitne vrzeli v mojem znanju.*
- *Predavanja odlično pripravljena in podana.*
- *Super pripravljeno in podano predavanje. Čestitam!*
- *Kot vedno super predavanje.*
- *Super je bilo.*
- *Zelo zanimivo.*
- *Pohvala pri današnji izvedbi predavanja. Najlepša hvala.*
- *Strokovni, nazorno pripravljena predavanja ... pohvala vsem.*
- *Kot vedno super predavanje.*
- *Super je bilo.*
- *Zelo zanimivo.*
- *Odlično.*
- *Pohvala pri današnji izvedbi predavanja. Najlepša hvala.*
- *Strokovni, nazorno pripravljena predavanja ... pohvala vsem.*



Društvo
medicinskih
sester, babic in
zdravstvenih
tehnikov
Gorenjske



PSIHIATRIČNA
BOLNIŠNICA
BEGUNJE

Klinično popoldne ob dnevu duševnega zdravja v Psihiatrični bolnišnici Begunje v sodelovanju z DMSBZT Gorenjske



Simona Tomaževič

10. oktobra obeležujemo dan duševnega zdravja. Za sodelovanje na ta dan smo se odločili v Psihiatrični bolnišnici Begunje in v Društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske ter uspešno izpeljali klinično popoldne. Geslo dneva duševnega zdravja letos se glasi *Duševno zdravje in dobro počutje za vse*. In kje je najbolje začeti kot pri sebi? Da, vzeli smo si popoldne zase, se duševno okrepili in popoldne preživeli v prijetni družbi.

Svetovna zveza za duševno zdravje (WFMH) je vse od svoje ustanovitve leta 1948 aktivna na področju promocije in krepitev duševnega zdravja. Njeni glavni cilji so:

- ozaveščanje javnosti o pomenu duševnega zdravja ter pridobiti razumevanje in izboljšati odnos do duševnih motenj;
- krepitev duševnega zdravja;
- preprečevanje duševnih motenj;
- izboljšanje oskrbe, zdravljenja in okrevanja ljudi z duševnimi motnjami.

Prvo obeležje dneva duševnega zdravja zasledimo 1992, torej pred natančno 30 leti. Dan duševnega zdravja je



Utrinki s srečanja
(Fotografiji: Simona Tomaževič)

namenjen ozaveščanju svetovne javnosti o kritičnih temah na tem področju: Kako ukrepati in ohraniti trajno spremembo na področju duševnega zdravja. Leta 1994 je bila prvič uporabljena tema dneva. Skozi skoraj tri dekade so se teme nanašale na različne ciljne skupine (otroci, mladostniki, ženske), na različna bolezenska stanja (shizofrenija, samomorilnost, depresija, kronična obolenja, komorbidnost) in različne ravni obravnave. V zadnjih letih pa se vse bolj povečuje pomen preventive duševnih motenj oziroma ohranjanje duševnega zdravja.

Predstavljene teme na srečanju so bile zelo zanimive in poučne. Poučili smo se o tem, kaj duševno zdravje sploh je in kaj lahko posameznik konkretno naredi za svoje duševno zdravje. Zadovoljevanje osnovnih življenjskih aktivnosti po V. Henderson so pomembne tudi za naše duševno zdravje. Ali spimo dovolj? Kako je z redno prehrano? Kako načrtovati spremembe v življenju in jih trajno vpeti v naše življenje? V današnjem času so neprijetni (stresni) dogodki skorajda naš vsakdanji spremljevalec. Predstavljene so bile različne tehnike sproščanja. Ena od teh tudi čuječnost. Kako se lahko osredotočimo na ta trenutek z vključitvijo vseh čutil (tip, okus, vonj, vid, sluh), smo preizkusili z zelo enostavnim preizkusom – z opazovanjem in čutenjem rozine. Res je težko verjeti, če nisi del tega preizkusa. Vredno je poskusiti! V drugem delu srečanja smo se osredotočili na sproščanje mišic telesa in dihalne tehnike. Mišično progresivna relaksacija je ena od tehnik sproščanja, ki jo v Psihiatrični bolnišnici Begunje redno izvajamo za paciente, premalokrat pa za zaposlene. Ko se odklopimo od zunanjega sveta, spremljamo, kako potuje kisik po našem telesu in potuje vse do sleherne celice v telesu. Za občutek večje sproščenosti pa smo v praktični izvedbi te tehnike do sprostitve prišli z napenjanjem in sproščanjem mišic telesa.

Ugotovili smo, da potrebujemo le malo časa, da se poglobimo v svoje bitje, svoja občutenja. Le zadovoljni in sproščeni bomo svojim pacientom lahko pomagali doseči duševno in fizično optimalno telesno stanje.

Zaposleni v zdravstveni negi znamo uspešno poskrbeti zase, če se le odločimo za to. Naše srečanje je dokaz, saj smo se udeleženci res umirjeni in sproščeni podali v svoj vsakdan.

Čestitka

*»Uspeh ni ključ do sreče,
sreča je ključ do uspeha. Če imaš rad to,
kar delaš, boš uspešen.«*

Albert Schweitzer

*

Na Alma Mater Europaea – ECM je sodelavka **Maša SOBOČAN**, zaposlena na Očesnem oddelku, uspešno zagovarjala diplomsko nalogo z naslovom

**Organizacija zdravstvene nege v
urgentnih centrih v času epidemije**

in si pridobila naziv diplomirana
medicinska sestra.

Za pridobitev strokovnega naziva ji iskreno čestitamo in ji v prihodnje želimo veliko poslovnih izzivov.

*

*Vodstvo in sodelavci Splošne bolnišnice
Murska Sobota*



Društvo
medicinskih
sester, babic in
zdravstvenih
tehnikov
Gorenjske

Delavnica TPO in uporabe AED



Jana Ivanka Zupan



Nudenje prve pomoči je državljanska in moralna dolžnost vsakega človeka. V okviru izvajanja prve pomoči pri zastoju srca pa so temeljni postopki oživljanja (TPO) opredeljeni kot eden najbolj stresnih dogodkov. Ker pa le pravočasno in pravilno izvedeno oživljanje lahko prepreči smrt prizadetega, moramo svoje znanje in veščine redno obnavljati in dopoljevati.

Letošnja obnovitvena delavnica je bila za Sekcijo upokojenih članov Društva MSBZT Gorenjske organizirana v Psihiatrični bolnišnici Begunje 10. novembra 2022. Predavateljica sta bila Dino Alukič, dipl. zn. in Denis Džamastagič, dipl. zn. Ponovili smo izvajanje TPO in praktično uporabo defibrilatorja.

Takšne delavnice imajo neprecenljivo vrednost.

Je že res, da v današnji digitalni dobi na internetu ni težko najti napisanih algoritmov TPO, kar obnovimo tudi na takšnih delavnicah. So pa te po mojem mnenju toliko bolj pomembne zaradi obnavljanja praktičnega izvajanja postopka in praktičnega utrjevanja znanja na lutki za prvo pomoč, ko predavatelj npr. ocenjuje:

- ali si k prizadetemu pokleknil na način, ki bo omogočal optimalno izvajanje masaže srca;
- ali smo pravilno sprostili dihalno pot in preverili znake dihanja in bitja srca;
- ali smo sklenjeno zapestje rok postavili na pravo mesto na prsnici prizadetega;
- ali je hitrost pritiskov na prsnico dovolj hitra in so vtisi prsnice dovolj globoki;
- ali je peta naše dlani v stalnem stiku s prsnico prizadetega;

Če se delavnic redno udeležujemo vsaj enkrat letno, bomo vedno bolj veščji tudi uporabe defibrilatorja, ki nas bo ob pravilni uporabi glasovno vodil skozi nadaljnji postopek oživljanja, dokler na kraj dogodka, na naš predhodni klic na 112 – pred začetkom TPO, ne prispe služba NMP.

Udeleženke smo bile z izpeljano delavnico zelo zadovoljne. Ena od udeleženk pa je po zaključku napisala: »Hvala za odlično izpeljano delavnico. Predavateljica sta zahtevno vsebino predstavila nazorno in jedrnatno. Delavnico sta vodila na način, da smo udeležence sproščeno sodelovale in na vsa vprašanja odgovorila na nam razumljiv način.«

V imenu Sekcije upokojenih članov DMSBZT Gorenjske se zahvaljujem Jerci Zupan, pomočnici direktorja za zdr. nego in oskrbo v PB Begunje, za organizacijo delavnice in predavateljema Dinu Alukiču in Denisu Džamastagiču za »pro bono« vodenje delavnice.

Fotografiji: Jana Ivanka Zupan



Potovanje DMSBZT Gorenjske po Andaluziji



Zorica Panić,
podpredsednica DMSBZT Gorenjske

V zgodnjih jutranjih urah so se člani Društva MSBZT 1. oktobra po dolgih dveh letih odpravili na težko pričakovani izlet po Andaluziji.

Iz toplega doma smo se v zgornjih jutranjih urah odpeljali do letališča Marco Polo v Benetkah. Nadaljevali pot proti Malagi, ki je letoviško mesto na Sončni obali Španije in rojstno mesto znanega in priznanega slikarja Pabla Picassa. Po pristanku v Malagi smo se odpravili proti mestu Benalmadene, kjer je bil tudi naš prvi postanek. Čudovito letoviško mesto. Naslednji dan nas je pot vodila proti skrajnemu jugu Španije, v angleško kolonijo Gibraltar. Gibraltar je znan po najbolj nenavadni letališki stezi na svetu. Če boste mejo med Španijo in Gibraltarjem prečkali peš, boste letališko stezo morali kar prehoditi, saj ta seka glavno cesto, ki vodi v mesto. Brez skrbi – vse je zavarovano z zapornicami in semaforji, zato ni bojzani, da bi se ravno v času pristanka letala znašli na stezi. V mestu seveda vlada popolnoma britansko vzdušje, zato boste imeli občutek, da se sprehajate po katerem od angleških mest. Po mestu so posejane tipične rdeče govorilnice,



po cestah vozijo angleški avtobusi, ne manjka niti znamenitih angleških pubov, kjer si lahko privoščite vrček piva ali pa tradicionalni angleški zajtrk, enolončnico, »fish and chips« ali mesne pite.

Glavna znamenitost Gibraltarja je vsekakor hrib **Upper Rock oziroma Top of the Rock**, ki je spremenjen v naravni park, kjer se lahko spoprijateljš z opicami. Živalski in rastlinski svet Gibraltarja je zares pester. **Upper Rock** ima znamenite tunele in obrambne postojanke iz davnih časov, vključno s takratnimi topovi in drugimi obrambnimi vojaškimi sredstvi iz leta 1333 St. Michael's Cave (jama), ki privlači turiste še iz časov Romanov. Jama naj bi v času 2. svetovne vojne služila kot **bolnišnica za nujne primere**, vendar je niso nikoli uporabljali. Danes je Cathedral Cave odprta obiskovalcem ter hkrati predstavlja edinstveni avditorij za koncerte, balet, dramske igre in predstavitve. Po ogledu Gibraltarja smo pot nadaljevali po Sončni obali (Costa del Sol) v mondeno in očarljivo Marbello, kjer so dom našli številni filmski zvezdniki, športniki in milijonarji.

Naslednji dan smo se odpeljali do zgodovinsko najbolj zaznamovanega mesta Španije Granade. Arabci so tu ostali najdlje, saj je bilo mesto zadnje oporišče Mavrov na Pirenejskem polotoku, ki te očara s svojo zanimivo arhitekturo. Simpatično mesto, polno temperamentnih in zgovornih prebivalcev, te ne pusti ravnodušnega. V trenutku začutiš barvito arabsko in mavrsko kulturo, vendar je videti, da je mesto tudi zelo evropsko. Poleg same zgodovinske dediščine je Granada najbolj

znana po eni najpomembnejših španskih univerz Univerzi v Granadi in po pestrem nočnem življenju. Zvečer pa obisk predstave temperamentnega andaluzijskega plesa flamenka v jamah nad Granado, ki so med plesanjem znamenitega španskega plesa res prava paša za oči. Med najpomembnejšo kulturnozgodovinsko zapuščino mesta spada predvsem najbolj ohranjena mavrska palača v Evropi Alhambra. Čudovit mavrski dvorec navdušuje s svojimi arabsko značilnimi ponavljajočimi se simetričnimi vzorci, ki sestavljajo veličastno celoto, posuto po stropih, stenah in stebrih, ter znameniti Generalifes s prekrasnimi vrtovi. Alhambro v Sloveniji poznamo tudi kot »rdečo trdnjavo«.

Zadnji dan potepanja smo zaključili z vožnjo do Malage. Mesto ima zelo bogato zgodovino in številne znamenitosti (utrdba Alcazaba, katedrala, rimsko gledališče, Plaza de Toros, pristanišče, ki je eno od najpomembnejših v Španiji) Je eno najstarejših na svetu, zgrajeno že leta 770 pred našim štetjem. Sprehodimo se po očarljivih ulicah mesta vse do Picassovega muzeja in katedrale. Nekaj prostega časa izkoristimo za uživanje na živahnih ulicah in zadnjih nakupih. Od tam pa v popoldanskem času potujemo proti Benetkam in nato domov.

Andaluzija je res čudovita, polna zgodovine, znamenitosti, temperamenta, življenja, dobre hrane in prijaznih ljudi, da jo je res vredno obiskati.

Udeleženci potovanja po Andaluziji (Fotografiji: arhiv društva)





Društvo
medicinskih
sester, babic in
zdravstvenih
tehnikov
Gorenjske

Ustvarjalne delavnice v letu 2022



Zala Marn in Tanja Podlipnik

V letu 2022 smo se članice in tokrat tudi člani DMSBZT Gorenjske udeležili kar treh kulinaričnih delavnic. Marca smo izdelovali prave čokoladne pralineje v nedolgo tega odprti radovljiški čokoladnici. Izdelali smo dve vrsti pralinejev, in sicer ene s temno čokolado, polnjene s pomarančnim nadevom, druge pa z mlečno čokolado. Spoznale smo razliko med kakavom in čokolado ter kako nastane čokolada.

Pred zaključkom delavnice smo vsaka svoje pralineje naložile v ročno izdelane škatlice in jih s ponosom odnesle domov.

Junija smo se posvetili izdelavi sladoleda. Pod vodstvom Zmaga Rovšnika smo pripravili različne okuse sladoledov, zmrzlino, sorbet in sladoledni sufle. Za dodaten okus sladoleda smo uporabili različne začimbe (čili in cimet), sadne pijeje (gozdni sadeži, mango, fige), oreščke in celo balzamični kis. Pozabili pa nismo tudi na klasične okuse, kot sta vaniljev in čokoladni sladoled. Pri izdelavi sladoleda nam je k sreči pomagala naprava, da smo se lahko čim prej začeli sladkati. Ker so bile temperature zunaj že precej poletne, je sladoledna osvežitev še kako teknila.

Novembra pa nas je v Hiši Linhart sprejel Uroš Štefelin, tokrat z nasveti za pripravo testenin in rižot. Udeleženci smo na delavnici pripravljali »rižoto«, vendar je bil namesto riža uporabljen ječmen, in to v kombinaciji s kranjsko klobaso, narezano na kocke in hrenom ter ajdovo kašo z zelenjavo zapečeno v pečici, spet smo bili navdušeni nad izbiro okusov ki nas bodo popeljali v jesenske in zimske dni ali pa je mogoče to ideja za novoletno večerjo.

(Fotografija: Zala Marn in Tanja Podlipnik)





Društvo
medicinskih
sester, babic in
zdravstvenih
tehnikov
Gorenjske

Planinski izlet na Golte, vrh Boskovec



Sanda Šifkovič



Članice in člani društva smo se 15. oktobra 2022 odpravili na planinski izlet na Golte oz. njen najvišji vrh Boskovec 1587 m.

Golte so visoka kraška planota, ki golta vodo. Od tod tudi njeno ime. Je na vzhodnem obrobju Savinjskih Alp. Najvišji vrh planote je Boskovec. Golte so najbolj znane kot smučarski center, ki ima 42-letno tradicijo.

Z avtobusom smo se odpeljali v Mozirje, na prvo jutranjo kavo in naprej mimo vasi Šmihel do Mozirske koč. Koča je februarja 2021 pogorela, nova koča pa že dobiva podobo, saj se je gradnja že začela. Pot nas je najprej vodila do kapelice, kjer smo se pri oznaki za Boskovec (Severjeva pot) usmerili rahlo desno v gozd. Po prečenu razglednih pobočij, slabe gozdne poti in večjega travnika smo po dobri uri hoje prišli do vrha Boskovec. Razgleda ni bilo veliko, ker je vrh prekrit z drevesi. Počitek ni bil dolg, saj je bilo oblačno in hladno. Pot smo nadaljevali do kočice Trije hlodi. V koči smo imeli postanek za počitek, okrepčilo in klepet. Zraven kočice je umetno jezero z istim imenom. Namenjeno je umetnemu zasneževanju. Večinoma smo hodili po poti, kjer pozimi smučajo. Naredili smo lepo, krožno pot, dolgo približno štiri ure.

Še dobro kosilo v Mozirju in že smo se prijetno utrujeni in zadovoljni vračali proti domu. Zgodbe kmalu utonejo v pozabo, spomin na lep izlet pa ostane.

(Fotografiji: Sanda Šifkovič)





Spoštovani,
vabimo vas na svečanost s podelitvijo najvišjih priznanj društva

SREBRNI ZNAK ZA LETO 2022,

ki bo potekala v petek, 20. januarja ob 18.00 uri,
v dvorani mariborske Kadetnice na Studencih
(Center vojaških šol, Engelsova ulica 15, Maribor).
Prijave potekajo na spletni strani društva.

PROGRAM:

Slavnostni nagovor
Ksenija Pirš, predsednica društva
Monika Ažman, predsednica Zbornice zdravstvene in babiške nege
Slovenije - Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in
zdravstvenih tehnikov Slovenije

POZDRAVI UDELEŽENCEV

PODELITEV PRIZNANJ DRUŠTVA

Milena Frankič, predsednica Komisije za priznanja
Ksenija Pirš, predsednica društva
Monika Ažman, predsednica Zbornice - Zveze

Kulturni program
Svečana pogostitev
Večerno druženje

**Ker imamo skupne cilje, ki nas družijo v medsebojnem sodelovanju,
bomo skupaj nazdravili prihajajočemu letu.**

Predsednica Društva
Ksenija Pirš



5. Mariborski dnevi zdravja in sejem medicinske opreme



Milena Frankič, Marjeta Kokoš



Festivalna dvorana Lent na Loški ulici 13 v Mariboru je v organizaciji Zdravniškega društva Maribor, Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor in Zdravstvenega doma dr. Adolfa Drolca Maribor gostila 5. Mariborske dneve zdravja s sejmom medicinske opreme, ki so potekali od 12. do 13. oktobra 2022. Skrbno pripravljen sejem medicinske opreme, povezan z mnogimi vsebinami na temo zdravega načina življenja, daje obiskovalcem veliko zanimivega in poučnega gradiva. Že peto leto zapovrstjo je naslovna tema strokovnega dogodka: Zdravje – gibanje – voda.

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor, Delovna skupina za ohranjanje zgodovine zdravstvene in babiške nege je na letošnjih 5. Mariborskih dnevih zdravja z razstavo medicinske opreme razstavilo pripomočke za delo medicinske sestre iz časa 2. svetovne vojne. Pripomočki so bili pridobljeni od svojcev Efke in Liberata, ki sta delovali kot medicinski sestri na področju kirurške zdravstvene nege v Splošni bolnišnici Maribor v času osvobodilnega boja. Liberata (Ivanka Mrzel) je bila odgovorna operacijska

sestra usmiljenka, Efka (Genevefa Simonič) pa je bila njena pomočnica oz. asistentka. Poznano je tudi zadnje bivališče Liberata v samostanski skupnosti na sedežu province usmiljenk v Šentjakobu pri Ljubljani in življenjsko usodno okolje v Voličini za Efko, skupaj s pre malo znano miniaturno zasilno partizansko bolnišnico Cafa, ki leži v sosedstvu z nekdanjim domovanjem generala Rudolfa Maistra – nasproti Zavrha.

Utrinki s sejma
(Fotografije: arhiv društva)



»Tako sta ti dve hrabri, skromni ženi iz dveh svetov in povsem različnih ideologij, ki sta ju povezovala delo in etika v zdravstveni negi, ravnali humano, kot je velevalo plemenito srce in preprosto domoljubje!«

V prireditvenem prostoru je potekala tudi organizirana delavnica temeljnih postopkov oživljanja z uporabo AED. Delavnico je v okviru Območnega združenja rdečega križa Maribor vodila upokojena članica društva Majda Smrečnjak.

Sejem medicinske opreme je bil odprtega tipa, namenjen stroki, širši javnosti, šolarjem, dijakom in študentom. Strokovni dogodek je otvoril slavnostni govornik prim. doc. dr. Jernej Završnik, dr. med., spec., svetnik, direktor ZDM in predsednik Zdravniškega društva Maribor. Po odprtju prireditve smo si tudi članice društva ogledale razstavljeno medicinsko opremo in preventivne stojnice, se družile pri društvenem razstavnem prostoru in si naredile lep dan.



 A blue-themed poster for a Christmas concert. At the top left is a logo of a hand holding a heart. The text reads:

7. BOŽIČNI KONCERT
PEVSKEGA ZBORA La Vita
 DRUŠTVA MEDICINSKIH SESTER, BABIC
 IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV MARIBOR

V nedeljo, 18. decembra 2022, ob 17. uri
 v cerkvi sv. Janeza Boska (Engelsova ulica 66) v Mariboru.

GOSTJE

Tš Musica
 Rosanda Vujica Beharič
 Mirjana Kostić
 Jadranka Stričević
 Bojan Marošević

Prisrčno vabljeni!

 The poster is decorated with white snowflake patterns and blue bokeh lights.



Z operativnim posegom do boljšega vida



Rebeka Lorenčič, Helena Stupan,
Univerzitetni klinični center Maribor, Oddelek za
očesne bolezni



20. oktobra smo na društvu predstavili teme s področja dela operacijske medicinske sestre in njeno vlogo pri izvajanju varne in kakovostne zdravstvene nege v operativni dejavnosti na Oddelku za očesne bolezni.

Ilustracija: Freepik

V prvem sklopu predavanj je bilo predstavljeno delo operacijske medicinske sestre v operacijski dvorani. S pomočjo slikovnega prikaza nas je predavateljica popeljala skozi njihov vsakdan. Vključeval je pripravo materiala za predvidene operacijske posege, pripravo zdravil, prostor za sterilizacijo in operativni prostor. Prav tako je bil predstavljen potek operacijskega posega, delo umite in neumite operacijske medicinske sestre ter pomen izobraževanj za zagotavljanje strokovne in varne zdravstvene oskrbe v perioperativni zdravstveni negi.

V drugem sklopu je bilo predstavljeno delo operacijske medicinske sestre pri operaciji sive mrene. Ta velja za eno izmed najpogostejših posegov v oftalmologiji. Predstavljeni so bili dejavniki tveganja za njen nastanek ter zdravljenje. Trenutno lahko sivo mreno zdravimo le z operativnim posegom. Opisane so bile tri vrste operacij sive mrene, intrakapsularna ekstrakcija leče (ICCE), ekstrakapsularna ekstrakcija (ECCE) in najsodobnejša tehnika operacije sive mrene, ultrazvočna fakoemulzifikacija, za katero je značilen minimalno invaziven pristop. Veliko je bilo govora tudi o operacijskem zdravstvenem timu, ki ga sestavljajo glavni operater, operacijski medicinski sestri, anesteziolog in anestezijska medicinska sestra ter bolničar. V operacijski dvorani je delo vedno timsko, zato je zelo pomembno, da vsak član pozna svoje naloge in jih opravlja skladno z doktrino dela.

V tretjem sklopu sta predavateljici s pomočjo slik predstavili najpogostejše posege na očesni veznici, ki vključujejo operacije pterigija, pingvekule, cist, tumorjev ter poškodb. Pri poškodbah je zelo pomembno takojšnje in pravilno ukrepanje, da se omilijo dolgoročne posledice za ohranitev vida. Vsaka poškodba lahko okvari vid, zato je zelo pomembno vedeti, kako jih preprečujemo.

Predstavljeni so bili najpogostejši posegi na očesnih vekah. Odvečna koža, mišice in maščoba lahko povesijo veko in v nekaterih primerih ovirajo vid. Najpogosteje se izvajajo operacije dermatohalaze, entropiji, ektropiji ter trihiaz.

Posebna zahvala gre Društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor in naši predsednici Kseniji Pirš za organizacijo strokovnega dogodka.

Predavanja smo zaključili z veselo razpravo in se poslovili v veselju, da se ponovno srečamo prihodnje leto.



Organizacijska enota Nujna medicinska pomoč Zdravstvenega doma dr. Adolfa Drolca Maribor v luči izrednih razmer zaradi koronavirusne bolezni



Aleksander Jus,
pomočnik direktorja za zdravstveno nego
s sodelavci

17. novembra se je izvedel klinični večer DMSBZT Maribor, ki je bil namenjen predstavitvi delovanja Organizacijske enote Nujna medicinska pomoč (OE NMP) Zdravstvenega doma dr. Adolfa Drolca Maribor (ZD MB). Klinični večer smo namenili široki paleti zaposlenih v zdravstveni negi na vseh področjih, tako v zdravstvu kot tudi socialni.

Aleksander JUS, mag. zdr. nege je predstavil "Organizacijo dela NMP v covid- 19 razmerah" vse od pričetka pojava koronavirusa v naši državi. Po izbruhu pandemije novega koronavirusa konec februarja 2020 so se v OE NMP ZD MB soočili z velikim organizacijskim in strokovnim izzivom, saj je prevzela največji delež v organizaciji delovanja, obravnave in oskrbe pacientov s sumom na okužbo s koronavirusom na območju, na katerem živi okoli 300 000 ljudi. Kasneje so delež organizacije prevzeli tudi sosednji zdravstveni domovi, tako da je pod okriljem enote NMP mariborskega zdravstvenega doma ostalo približno 200 000 ljudi, za katere se še vedno poskrbi na Vstopni točki covid- 19. Zaposleni v ZD MB, OE NMP so takoj pokazali, kako lahko z odločnostjo in timskim delom zgledno opravljajo svoje delo tudi v nepričakovano težkih razmerah, polnih izzivov. NMP je sprotno prilagajal delo na najbolj optimalen način, tako za potrebe pacientov kot tudi za zaščito zdravstvenih in vseh drugih zaposlenih v zavodu.

Damjan Lešnik, mag. zdr. nege, je predstavil "Srečanje s Covid bolnikom v NMP". Opisal je začetke obravnave in oskrbe pacientov s sumom na koronavirusno bolezen, zaskrbljenost, strah, s katerim so se srečali zaposleni v NMP. Predstavil je težave zaradi pomanjkanja zaščitnih sredstev, večkratni porast stroškov nabave te opreme, specifično

Med predavanji
(Fotografije: arhiv društva)



obravnavo pacienta, ko je reševalec v zaščitni opremi na terenu, transport teh pacientov in kasnejšo predajo v sekundarno obravnavo. Prikazal je primere zanikanja prisotnosti bolezni, tako s strani pacientov kot tudi svojcev in posledice, ki so nastale. Predstavil je probleme dekontaminacije opreme v NMP in posledice agresivnih kemikalij na opremo. Spregovoril je o delu na Vstopni točki covid-19, srečanjih s pacienti, ki so večkrat vodila tudi v različne oblike nasilja, delu v mobilnih timih za HAGT, srečanjih z »anticepilci«, kar je povzročalo dodatno psihično obremenitev zaposlenih.

»Obravnava "ne kovidnih" bolnikov v času covida je bila tema, ki jo je predstavil Bojan Lešnik, mag. zdr. nege. V času trajanja obeh epidemij in zaostrenih razmer zaradi koronavirusa, se je kljub temu morala izvajati tudi osnovna dejavnost nujne medicinske pomoči, to je oskrba in obravnava vseh bolnih in poškodovanih. Predstavil je število obravnav in oskrb na terenu ter število prevoženih kilometrov, ki so jih opravile ekipe nujne medicinske pomoči. Nazorno je prikazal še posebej zanimive primere posredovanja na terenu, nenavadne oskrbe in obravnave, s katerimi so se v tem času srečali na terenu. Poudaril je pomembnost in dobro sodelovanje z vsemi službami, ki delujejo v sistemu zaščite in reševanja, s katerimi se reševalci srečujejo na terenu.

Thomas Germ, dipl. zn., je predstavil temo »Vloga motorista reševalca v enoti NMP Maribor«. Opisal je idejo in pričetek delovanja motorista reševalca na terenu, trud in dokazovanje potreb, da sta stroka in politika prepoznali korist in dvig kakovosti obravnave in oskrbe na terenu s posredovanjem reševalca motorista. Prikazal je podatke o hitrejšem dostopnem času do pacienta in številu obravnavanih pacientov ter opremo, ki jo uporablja na terenu. Opozoril je na nevarnosti v prometu, ki preživijo na reševalce motoriste kot udeležence v prometu, ki so zaradi nujne vožnje še posebej izpostavljeni, posledice pa so tudi trajne poškodbe in invalidnost. Iz tega razloga je prikazal posnetek vožnje reševalca motorista »v živo«, iz katerega so razvidne vse nevarnosti.





Razpis za podelitev priznanj DMSBZT Ljubljana za leto 2022

Izvršni odbor Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana na podlagi Pravilnika o priznanjih DMSBZT Ljubljana razpisuje **zbiranje predlogov za podelitev priznanj**:

SREBRNI ZNAK DRUŠTVA, PLAKETA DRUŠTVA in naziv ČASTNI ČLAN DRUŠTVA.

Priznanje »**srebrni znak**« prejme član društva za dolgoletno aktivno delovanje v društvu, še posebej za aktivno delovanje in sodelovanje pri ohranjanju in razvijanju kulturne in zgodovinske dediščine medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov, skrb za kulturno, stanovsko, izobraževalno, raziskovalno, socialno in športno delovanje svojih članov, razvijanje stikov med člani in med društvi ter krepitev vloge in pomena dela medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov v slovenskem in mednarodnem prostoru.

Podeljena bodo največ štiri priznanja.

Pisno priznanje »**plaketo društva**« prejme član društva za posebne dosežke in/ali kakovostno izvajanje zdravstvene in babiške nege v praksi ter human odnos do pacientov in sodelavcev. Podeljena bodo največ štiri priznanja.

Naziv »**častni član društva**« prejme oseba, ki ni član društva, je pa s svojim delom pomembno prispevala k uspešnemu delu in razvoju društva.

Podeljen bo en naziv.

Predloge za priznanja lahko podajo člani, telesa ali organi društva. **Pisni predlog naj vsebuje** navedbo, za katero priznanje je posameznik predlagan, osnovne podatke o kandidatu (kratek življenjepis), podrobnejšo utemeljitev predloga z navedbo, za katero obdobje delovanja je kandidat predlagan (največ ena A4 stran) ter podpis predlagatelja.

Predloge pošljite do 5. februarja 2023 na naslov:

Peter Koren, Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana, Poljanska cesta 14,
1000 Ljubljana v zaprti kuverti, s pripisom: Komisija za priznanja – ne odpiraj!

Komisija bo upoštevala le pravočasno prispele predloge z ustrežno utemeljitvijo.

Priznanja društva bodo podeljena na **društvenem dogodku, marca 2023 v Ljubljani**.



Neppravilna drža in osteoartrza

Marija Filipič



8. septembra obeležujemo svetovni dan fizioterapije. Verjetno ni med nami človeka, ki ga ne bi kaj bolelo – koleno, gleženj, rame, vrat, cela hrbtenica pa tudi mišice. Letošnji dan fizioterapije je bil namenjen osteoartrzi, ki jo lahko fizioterapevti s strokovnimi pristopi rehabilitacije omilijo ali celo preprečijo.

Upokojene medicinske sestre smo se danes znova zbrale v predavalnici bežigradske knjižnice. Že naša številna udeležba potrjuje, da se z nepravilno držo, osteoartrzo, številnimi bolečinami in težavami pogosto srečujemo. Olga Koblar, predsednica sekcije upokojenih medicinskih sester je na Radio1 poslušala oddajo Janeza Špoljarja iz Svetovalnega servisa o osteoartrzi. Gospod je podpredsednik Združenja fizioterapevtov in vodja fizioterapevtov v Univerzitetnem rehabilitacijskem centru Soča. Povabila ga je v našo skupino in se je zelo prijazno odzval. Degenerativno obolenje osteoartrza ima številne posledice, ki jih s fizioterapevtsko obravnavo s strokovnim znanjem uspešno omilijo in marsikateri težji zaplet tudi preprečijo. Že s pravilno držo, ki smo jo poudarjali na začetku šolanja, lahko preprečimo marsikatero težavo. Osteoartrza je zelo pogosta bolezen in zaradi artroz je tudi množičen obisk pri zdravniku. Bolezen je mogoče obvladovati s pomočjo fizioterapije in redne telesne dejavnosti. Osteoartrza je zelo razširjena, kronično degenerativna bolezen, ki nastane zaradi sprememb na hrustancu sklepov,

nastanka osteofitov, preoblikovanja kosti in močnih bolečin. Nastanejo težave v funkcioniranju sklepov. Pogosto posledično nastane mišična oslabeledost in vse to poslabša kakovost življenja. S podaljševanjem življenjske dobe se tovrstne težave precej stopnjujejo. V Sloveniji je zelo veliko artroz, največ v starosti od 65. do 74. leta. Pojavi se tudi pri mladih, predvsem kot posledica poškodbe. Že v starosti nad 50 let pa so najbolj pogoste artroze kolena. Več je odsotnosti z dela, zato se poslabša socialni status prizadetih. Artroze dokažemo z rentgenskim slikanjem, magnetno resonanco in pregledom pri specialistu kirurgije in ortopedije. Vsaka telesna vadba mora biti ciljana in primerna, tako da dodatno ne poškodujemo sklepa. Bistvo vadb je ohranjati gibljivost sklepov, varno hojo, vzdrževanje ravnotežja in preprečevanje padcev. Drugače je pri intenzivnih športnikih, pa tudi pri njih morajo biti aktivnosti prilagojene. Sklepni hrustanec postopoma izgublja sposobnost obnavljanja, zato pazimo na vzdrževanje mišic in prekomerno telesno težo. Redno telesno vadimo, saj vadba šteje kot zdravilo. Dejstvo je, da je strokovno usposobljenih fizioterapevtov v Sloveniji občutno premalo. Glede na potrebe bi morali imeti še enkrat toliko strokovnjakov. Zato so bolniki terapije deležni prepozno, anomalije se stopnjujejo, oslabijo mišice in se kakovost terapije zmanjša. Za obvladovanje artroz so pripravljena navodila vaj: za hrbtenico, roke, rame, vrat ... Vaje vsebujejo vaje za krepitev mišic, premikanje sklepov, običajne vzorce gibanja, povečujejo dihalne dejavnosti, zmanjšujejo sedenje, vzdržujejo ravnotežje in dobro počutje. Vadba mora biti prijetna. Organizirani so različni centri, kjer se lahko brezplačno vključimo k vajam za krepitev zdravlja.

Predavanje in predstavitev teme je bilo strokovno, razumljivo, natančno in zelo koristno. Na številna vprašanja smo dobile kakovostne odgovore. Zelo smo vesele za tako dodatno izobraževanje in se lepo zahvaljujemo.



Izlet v Prekmurje



Ljubica Šavnik

V torek, 18. oktobra 2022, smo se upokojene medicinske sestre članice Sekcije upokojenih medicinskih sester ljubljanskega društva v meglenem jutru zbrale na parkirišču v Tivoliju. Odpravile smo se na ogled in spoznavanje naravnih in kulturnih znamenitosti Prekmurja.

Vožnja je bila lepa, vendar nam je nagajala megla prav do Prekmurja, res se nam je zdelo nenavadno. Avtobus je zavil z avtoceste proti Bratoncem in sonce nas je pobožalo. V Bratoncih sta nas na svojem domu z dobrodoščilo prijazno pričakala upokojena kolegica Anastazija Janežič - Tazika in njen mož. Prekmurska gostoljubnost je pregovorna, če pa kolegica gosti kolegice, je pa to nekaj posebnega. Res je bilo lepo presenečenje, ob bogato obloženi mizi in prijetnem klepetu smo se zadržale kar nekaj časa. Prav tisti dan je 80 let praznovala kolegica Vida, ki smo ji zapele in dvignile kupico.

Nato nas je pot zanesla v Bogojino, ogledale smo si prekrasno Plečnikovo cerkev, ki obiskovalca vedno znova prevzame s svojo enkratno arhitekturo, saj je ena najlepših Plečnikovih stvaritev.

Na poti po Prekmurju obiskovalec te prelepe in enkratne slovenske pokrajine ne sme pozabiti zaviti v Selo nad Moravskimi Toplicami. V Sloveniji je v Selu ena redkih cerkvic, ki je zgrajena kot rotunda, to je okrogla zasnova, zgrajena sredi 13. stoletja, okoliščine nastanka male cerkvice sv. Nikolaja pa še vedno niso znane. Cerkevica je najstarejši arhitekturni spomenik v občini Moravske Toplice.

Pot smo seveda nadaljevali v Dobrovnik, da smo si ogledale orhideje, ki obiskovalce vedno znova razveselijo, podjetni vrtnarji so seveda dodali tudi veliko drugih posebnih rastlin za vse radovedne ljubitelje narave in rastlin.

Filovci, mala vasica na poti v Lendavo, so že dolga desetletja znani po izdelavi keramičnih izdelkov. Obrt je še danes zelo živa, vaščani se z veseljem in veliko truda ukvarjajo z izdelavo le-teh. Obiskali smo Muzej lončarstva in arhitekture Prekmurja.

Seveda smo se v popoldanskih urah ustavile in okrepčale. Dobro razpoložene smo se vračale v prekrasnem poznojesenskem popoldnevu domov. Med klepetom smo dobre volje in z željo po čimprejšnjem srečanju ter raziskovanju prelepe Slovenije, ki nam jo po koščkih predstavlja predsednica Olga Koblar, razmišljale o naslednjem druženju. Hvala, predsednica.

(Fotografija: Irena Nakić)





Na prvem mestu sem medicinska sestra



S Katjo Černivec se je pogovarjala Nataša Radovanović

Katja Černivec je diplomirana medicinska sestra, ki je za polni delovni čas zaposlena na Oddelku za anesteziologijo v Univerzitetnem kliničnem centru Maribor, v prostem času pa je navdušena pevka, ki je svoje sanje spremenila v resničnost.

Katja zasebno in poklicno (desno na fotografiji, osebni arhiv)

Kakšna je vaša poklicna pot, zakaj ste se odločili za poklic medicinske sestre in kje ste zaposleni?

Med letoma 1996 in 2004 sem obiskovala Osnovno šolo Ljudski vrt na Ptuj. Po končani osnovni šoli sem se vpisala na srednjo šolo Gimnazija Ptuj, kjer sem leta 2008 maturirala. Celotno osnovno in srednjo šolo sem govorila, da ne bom medicinska sestra, ampak ker se zarečenega kruha največ poje, sem se leta 2008 vpisala na Fakulteto za zdravstvene vede v Mariboru in tako šla po maminih stopinjah, ki je prav tako medicinska sestra. Leta 2016 sem se zaposlila v Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana, na Kliniki za kardiovaskularno kirurgijo (CIT). Zaradi dolgih voženj sem kmalu zapustila UKC Ljubljana in se zaposlila v UKC Maribor, kjer sem najprej delala kot instrumentarka v operacijski dvorani. Po treh letih pa sem delo instrumentarke menjala za delo medicinske sestre na Oddelku za anesteziologijo, kjer sem zaposlena še danes.

Ste medicinska sestra in pevka. Kdaj ste se začeli ukvarjati s petjem?

Pojem že od majhnih nog. Posluh za petje sem pokazala nekje pri štirih letih, pri šestih letih pa sem že nastopala pred domačim občinstvom v dnevni sobi. Na gimnaziji sem pela v pevskem zboru, bila sem tudi v dveh pop rock skupinah in opravila en letnik solo petja. Zaradi vsakodnevnih obveznosti, povezanih s šolanjem in službo, so se moje poti s člani skupine razšle in tako me je življenje popeljalo v drugo smer, v smer zdravstva. Kljub temu pa me je glasba vsakodnevno spremljala, saj umiri moje misli in tudi kadar imam slab dan, mi ga glasba vedno polepša.

Od petja pred domačim občinstvom v dnevni sobi do pevke na porokah. Kdaj in kako ste se odločili za ta korak?

Vse skupaj se je začelo, ko sem se maja lani prijavila na avdicijo za narodnozabavni ansambel, kjer sem spoznala partnerja Gregorja, ki je že bil član ansambla. Za razliko od mene je Gregor izučeni glasbenik in obvlada klaviature. Lani jeseni se mi je porodila zamisel, da bi skupaj prepevala na porokah. Najin trud se je že letos obrestoval, saj sva pela na kar nekaj porokah. Zaradi tega sva trenutno osredotočena na petje nežnih skladb, domačih in tujih izvajalcev. Mogoče pa bova kdaj v prihodnosti pisala tudi svoje skladbe. Predvsem upava, da bo nastopov vsako leto več, saj oba uživava v tem, še posebej, če lahko mladoporočencema polepšava njuno poročno pravljico. Letos sva uspešno zaključila sezono in se že veseliva naslednje. Za zdaj pojeva samo na porokah, sva pa odprta za raznolika sodelovanja. Najino umetniško ime je »Grega in Katja«. Pod tem imenom naju lahko najdete in poslušate na Facebooku in Instagramu.

Kako poteka vajina običajna sobota, kadar pojeta na poroki?

Za vsako poroko računava nekje pol dneva, največ je odvisno od same lokacije poroke. Na prizorišče prideva kakšno uro prej, da postaviva klaviature, preizkusiva kakšno skladbo in orgle ter se z župnikom dogovoriva za vrstni red pesmi. Če je treba, si postaviva ozvočenje, sicer pa kar brez, saj imajo cerkve odlično

akustiko. V cerkvi običajno odpojeva več pesmi, nekje do sedem, sicer pa nisva omejena s številom in se prilagodiva željam mladoporočencev. Sam cerkveni del običajno traja kakšno uro, nato je vmes kakšna ura odmora do civilnega obreda, ki je kratek, tako da tam odpojeva največ tri skladbe. Celotni uradni obred traja približno tri ure. Če ženin in nevesta želita, odpojeva tudi kakšno pesem pri prejemanju čestitk in daril. Vse je stvar dogovora. Po končanem uradnem obredu se posloviva in zaključiva uspešno izpeljan dan s kosilom v eni izmed restavracij.

Se pa zavedava, da je izbira pevcev na slovenski sceni ogromna, zato je še bolj pomembno, da se za vsako poroko dobro pripraviva in sva kar najbolj profesionalna. Saj kot pravi pregovor »dober glas seže v deveto vas, slab pa še dlje«.

Kako preživljate prosti čas, ko niste medicinska sestra in pevka in ste samo Katja?

Zdaj ko sva končala letošnjo sezono, bova najprej nekaj vikendov zjutraj malo dlje spala. Sicer pa med vikendi rada kuham in spečem kakšno pecivo.

Najlepši kotiček v Sloveniji?

Najlepši kotiček v Sloveniji mi je Bled. Sem bila že večkrat in se ga nikoli ne naveličam.

Vaše sanjske počitnice?

Moje sanjske počitnice pa bi bile raziskovanje Mehike. Mogoče pa kdaj.

Kaj bi bralcem Utripa še sporočili?

Za konec bi delila del pesmi moje najljubše pevke na slovenski sceni Nine Pušlar. Kot njena velika oboževalka bi bila zelo vesela, če bi imela kdaj priložnost zapeti skupaj z njo. Besedilo celotne pesmi polagam vsem na srce in jim sporočam, da naj vedno sledijo svojim sanjam.

*»Vračati ljubezen, bit' nežen, hvaležen,
ne obupaj, svet je tvoj!
Vzemi svoje sanje, deli svoje znanje,
najdi svojo pot ...«*

In ne pozabite: pod umetniškim imenom »Grega in Katja« do popolne poroke.

Kako usklajujeta dva, povsem različna, a hkrati naporena posla? Na eni strani ste medicinska sestra, na drugi strani pevka.

Za zdaj še nekako usklajujem. Sem pa na prvem mestu medicinska sestra in šele nato pevka. Petje na porokah mi predstavlja predvsem sprostitev po napornem tednu v operacijskih dvoranah.



Svečana otvoritev prenovljene knjižnice Univerze v Mariboru, Fakultete za zdravstvene vede



Mateja Lorber, Majda Pajnikihar, Nevenka Balun



Ob otvoritvi prenovljene knjižnice, prof. dr. Zdravko Kačič, rektor Univerze v Mariboru inizr. prof. dr. Mateja Lorber, dekanica FZV UM (Fotografije: arhiv fakultete)

Na Univerzi v Mariboru, Fakulteti za zdravstvene vede smo imeli konec septembra 2022 svečano odprtje nove in prenovljene knjižnice. Nove prostore knjižnice sta svečano otvorila rektor UM prof. dr. Zdravko Kačič in dekanica UM, FZV izr. prof. dr. Mateja Lorber. Med govorniki na svečanosti sta bila nekdanja dekanica prof. dr. Majda Pajnkihar, ki je predstavila idejo in razvoj projekta nove knjižnice, ter arhitekt David Mišič.

Zaradi širitve in uvedbe novih študijskih programov in vedno večjega vpisa se je pokazalo, da postaja knjižnica premajhna za tako veliko število študentov, ki so potrebovali tudi prostore za učenje in seminarsko delo. »Fakulteta se z razvojem novih študijskih programov, razvojem kadrov ter velikim interesom za študij na naši fakulteti vsekakor uvršča med pomembne družbeno koristne institucije. **Z izobraževanjem zagotavljamo prepotrebne kakovostne kadre za zdravstveno nego in zdravstvo v skrbi za paciente in družbo**« je v nagovoru poudarila profesorica Majda Pajnkihar.

Vodstvo fakultete si je prizadevalo študentom zagotoviti čim boljše pogoje študija, zato se je začela pripravljati dokumentacija in 2017 je vodstvo fakultete pridobilo gradbeno dovoljenje za projekt prenove in dozidave knjižnice. Majda Pajnkihar je povedala: »Knjižnica za naše preobremenjene študente predstavlja »dnevni prostor«, kjer se lahko po zaključenem dopoldanskem delu v kliničnem okolju pripravljajo na popoldanski pedagoški proces na fakulteti in se družijo v prijetnem prostoru. V knjižnici je tudi prostor za visokošolske učitelje, **kjer se lahko pripravljamo na pedagoško delo in kar je zelo pomembno – da se družimo.**«

Sredi decembra 2020 se je začela obnova in dozidava knjižnice. V **arhitekturnem biroju Styria** so oblikovali prizidek novega dela knjižnice, ki ni povsem konvencionalna stavba, temveč paviljon, oblikovan v strukturi velike knjižne omar, v katerem uporabnik prostor dojema s povsem novo izkušnjo.

Projekt Knjižnica Fakultete za zdravstvene vede je letošnja strokovna žirija uvrstila v **program festivala Odprte hiše Slovenije 2022**, ki je največji festival arhitekture, nepremičnin in kakovostnih ureditev in je letos potekal med 27. in 29. majem po vsej Sloveniji.

Prenovljeno knjižnico smo povečali za skoraj trikrat in obsega 103,99 m² prenovljenega starega dela in 190,50 m² novega dograjenega dela z galerijo v prvem nadstropju. Prenovljena knjižnica je sodobno opremljena in prostorna ter nudi študentom in drugim uporabnikom odlične pogoje za izposojajo gradiva, učenje in seminarsko delo. Na voljo je 39 čitalniških sedežev, 6 stacionarnih računalnikov ter čitalnica za študente na galeriji v 1. nadstropju. V knjižnici je tudi kotiček, opremljen s sodobno tehnologijo za individualno ali timsko delo, ter manjša konferenčna soba. Na celotnem območju knjižnice je EDUROAM – brezžično omrežje. Knjižnica je odprta za uporabnike od 8. do 19. ure.

Knjižnica Fakultete za zdravstvene vede je visokošolska knjižnica in je vključena v Knjižnični informacijski sistem Univerze v Mariboru (KISUM). Od leta 1996 je polnopravna članica sistema COBISS ter članica Biomedicinskega kroga Slovenije. Osnovno poslanstvo knjižnice je zagotavljanje vseh vrst knjižničnih storitev in informacijskih virov za študij in raziskovanje. V knjižnici se nabavlja, obdeluje in izposoja strokovna literatura s področja zdravstvene nege, medicine, zdravstva, bioinformatike, managementa in sorodnih znanosti. Knjižnica ima bogato zbirko knjižnega gradiva, ki omogoča študentom pridobivanje znanj s področja izbranega študija. Knjižnica s svojo knjižnično in informacijsko dejavnostjo nudi podporo pedagoškemu in znanstvenoraziskovalnemu delu na fakulteti.

Knjižnica je namenjena izposoji, informacijski dejavnosti, knjižnični tutorski dejavnosti za študente, individualnemu izobraževanju uporabnikov za uporabo informacijskih virov, vodenju bibliografij učiteljev v sistemu COBISS, objavljanju zaključnih del v DKUM, izvajanju tehničnih pregledov zaključnih del študentov, vodenju kronike fakultete in sodelovanju pri založniški dejavnosti fakultete.

*Dekanica, izr. prof. dr. Mateja Lorber, je dejala, da **čprav se krepki pomen digitalnih vsebin in komunikacij, je prav fizični prostor tisti, ki omogoča socializacijo, druženje generacij in kakovostno preživljanje prostega časa uporabnikov.*** Knjižnica z novimi prostori zagotavlja študentom in drugim uporabnikom odlične pogoje za individualni in skupinski študij in uporabo elektronskih storitev knjižnice. Je prijeten prostor za študij, učenje in raziskovalno delo. Pot do prenovljene knjižnice, kot večina poti v življenju, ni bila ravna in položna. Hvala vsem zaposlenim in študentom za strpnost, potrpežljivost ter pomoč v času prenove knjižnice.

Poletna šola: Simulacije v izobraževanju zdravstvene nege



Nino Fijačko, Uroš Zafošnik, Aleksandra Lovrenčič

Novi Erasmus+ program (2021–2027) uvaja nove kombinirane intenzivne programe kot alternativno, krajšo mobilnost za študente. Univerza v Mariboru, Fakulteta za zdravstveno vede (UM, FZV) je v sodelovanju z Zdravstvenim domom Ljubljana, SIM centrom (ZD LJ, SIM center) septembra 2022 organizirala mednarodno enotedensko poletno šolo z naslovom Simulacije v izobraževanju zdravstvene nege. Sodelovalo je sedemnajst študentov iz Slovenije, Hrvaške, Francije, Portugalske, Češke, Slovaške in Litve.

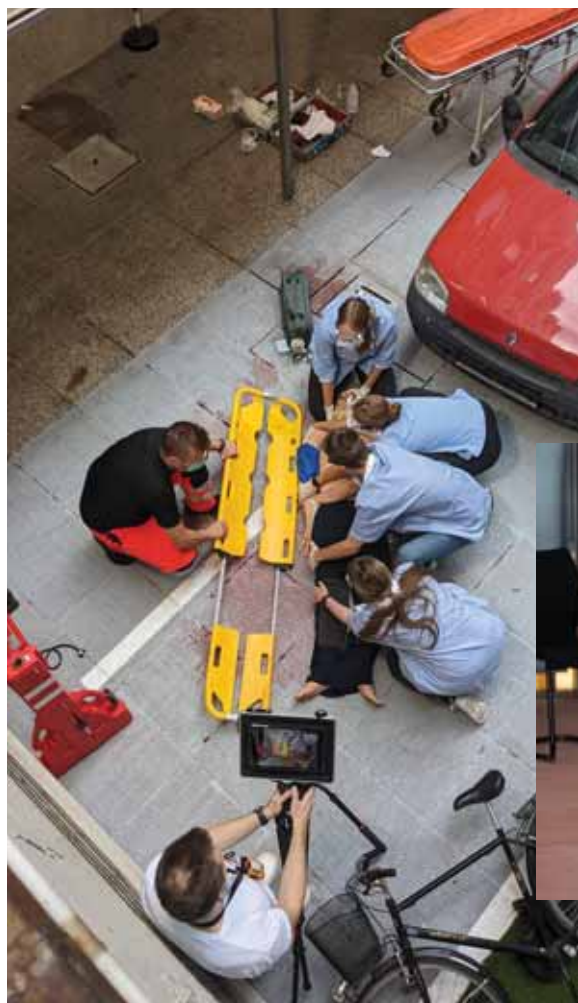
V zanimivem tednu so se študenti spoznavali: (1) s simulacijami veččin zdravstvene nege (npr. odvzem arterijske krvi), (2) s simulacijami na tematiko temeljnih postopkov oživljanja (TPO) odrasle osebe z uporabo navidezne resničnosti in (3) s simulacijami z visoko stopnjo resničnosti s področja urgentne medicine (npr. dodatni postopki oživljanja, anafilaktična reakcija, dihalna stiska, oskrba poškodovanca, oskrba vitalno ogroženega otroka itd.).

Slednje smo izvedli v ZD LJ, SIM centru in v Centru za simulirano klinično okolje UM, FZV. Po končanih simulacijah so študenti v okviru refleksije svoje izkušnje najpogosteje opisovali kot: timsko delo, boljša pripravljenost, zaupanje v timu, manj stresa, znati poslušati, zaupanje, samozavest, Learning by doing, zanimiva izkušnja, vizija, sprememba miselnosti, jasen pogled, manj napak ipd. Zaradi raznolikosti, zahtevnosti zdravstvene nege in spreminjanja družbe, v kateri pacient med obravnavo pogosto ne dovoli navzočnosti



študenta, je treba iskati sodobne alternativne rešitve v procesu usposabljanja prihodnjih diplomiranih medicinskih sester/diplomiranih zdravstvenikov v povezavi z drugimi poklici v zdravstvu. Simulacije, kot uspešna in učinkovita metoda usposabljanja v zdravstvu, predstavljajo odlično rešitev v izobraževanju v zdravstvu, saj ponujajo zelo podobne možnosti učenja v simuliranem okolju, kot jih zahteva delo ob pravem pacientu v kliničnem okolju.

Zadnji dan poletne šole je bil namenjen predstavitvi videoposnetkov na tematiko TPO odrasle osebe, ki so jih ustvarili študenti. Študente smo že prvi dan razdelili v skupine po štiri z željo, da se spoznajo in da se ustvari povezanost, ki je pri timskem delu v zdravstveni negi ključna. Po predanih navodilih in usmeritvah so skupine začele sestavljati scenarij z željo, da je izviran in nenavaden, hkrati pa temelji na najnovejših smernicah TPO odrasle osebe. Podoben pristop je



uporabila tudi International Liaison Committee on Resuscitation za letošnjo promocijo World Restart a Heart day na družbenem omrežju Twitter. Vsaka skupina študentov je dobila v uporabo enako opremo, in sicer simulacijsko lutko nizke stopnje resničnosti oz. inovativnosti (Little Anne QCPR, Laerdal Medical, Stavanger, Norway*) ter mobilno aplikacijo, ki je simulirala avtomatski zunanji defibrilator ter prilagojene elektrode, ki so jih lahko priključili v pametni telefon. Videoposnetke so posneli in sestavili z uporabo lastnih pametnih telefonov. Skupina visokošolskih učiteljev je videoposnetke ocenila in najboljši ekipi podelila medalje. Vsi študenti so v zahvalo dobili priznanje za sodelovanje in značko oživljanja ter si prislužili tri kreditne točke. Najboljši videoposnetek je dosegljiv na družbenem omrežju Facebook UM, FZV.

Študenti so uživali v številnih družabnih dejavnostih, kar je predstavljalo priložnost za poklicno, meduniverzitetno in medosebno mreženje. Organizatorji poletne šole študentom niso ponujali le odličnih vsebin, temveč so si prizadevali tudi za nepozabno bivanje v Mariboru in Sloveniji.

Študenti so bili nad vsebino poletne šole navdušeni, eden izmed njih je v evalvaciji zapisal, da je bila to odlična izkušnja, ki si jo bo zapomnil za vedno, ter upa, da bo lahko dobil več priložnosti za udeležbo na takšnih izobraževanjih, ker da je to nekaj, kar bi morali izkusiti vsi študenti zdravstvene nege in da bi takšen način poučevanja morala postati stalnica v izobraževanju diplomiranih medicinskih sester/diplomiranih zdravstvenikov.



Utrinki poletne šole
(Fotografije: arhiv FZV UM)

*Nino Fijačko bi se rad zahvalil podjetju Medival, d.o.o. za izposajo simulacijskih lutk Little Anne QCPR podjetja Laerdal Medical (Stavanger, Norway).

Univerza v Ljubljani
Zdravstvena fakultetaCenter za vseživljenjsko učenje
Zdravstvene fakultete Univerze v Ljubljani

Izobraževanje mentorjev študentom Zdravstvene fakultete Univerze v Ljubljani



Vesna Osojnik

15. septembra 2022 je bil dan, ko smo se po dveh letih s kliničnimi mentorji znova srečali v živo. Udeležba je bila izredno visoka – udeležencev je bilo skoraj 200!

Prvi del izobraževanja je bil kot vedno namenjen novim mentorjem z osnovnimi smernicami za mentoriranje, ki so jih podali dr. Darja Thaler, dr. Andrej Ovca, Robert Sotler, MSc. in dr. Andreja Kvas.

Letošnja vsebina osrednjega dela je bila namenjena stresu in izgorelosti na delovnem mestu. Mentorje so pozdravili prodekanja dr. Martina Oder, predstojnik Centra za vseživljenjsko učenje dr. Miha Fošnarič, v imenu mentorjev pa je pozdravne besede izrekel mag. Janez Špoljar iz URI Soča.

Študentje Ana Založnik Kelenberger (ZN), Tadej Ornik (Bab), Ela Tekavec (FT) so predstavili pogled študentov na klinično usposabljanje. Vsebino svojega prispevka so črpali iz literature. Mentorji so, kot je razvidno iz anket, njihove ugotovitve sprejeli z velikim zanimanjem.



Saša Šajn Lekše (ZD Ljubljana) je predstavila članek z naslovom Slaba vest in izgorelost medicinskih sester v enotah intenzivne nege in terapije. Z interaktivnim sodelovanjem mentorjev v njeni predstavitvi so udeleženi mentorji izrazili spodnje stresne dejavnike na delovnih mestih:

Izr. prof. dr. Tina Kavčič je predstavila IZGORELOST: Prepoznavanje, pomoč in preprečevanje. V svojem izvajanju je odgovorila na vprašanja: Kaj je in kaj ni izgorelost?, Je izgorelost v zdravstvu pogosta? Kako (si) pomagati in preprečiti izgorelost zdravstvenih delavcev? Do česa pripelje izgorelost? Spregovorila je o pomembnih posledicah stresa za zdravstvene delavce. Zanimiva je bila njena ugotovitev, da količina osebnega stika povečuje zlasti čustveno izčrpanost.

V osrednjem delu pa je udeležence nagovoril Aljoša Bagola, eden najvidnejših ustvarjalcev v slovenskem oglaševanju, slovenski kreativni direktor desetletja, priznan predavatelj, kolumnist in knjižni avtor. Predstavil nam je, kako se je ob

svojem delu ter ob družini od blizu spoznal z izčrpanostjo in izgorelostjo. Oboje je previharil z veliko močjo volje in predanostjo ozdraveti za vsako ceno. Z nami je delil svojo izkušnjo. Kako biti v redu. Uro in pol trajajoča predstavitev se je, izhajajoč iz anket, udeležencev močno dotaknila.

V popoldanskem delu so bili mentorji razporejeni glede na izbrana tematska področja.

Izobraževanje je zelo dobro uspelo, razpoloženi udeleženci so v anketah izrazili zadovoljstvo s programom in organizacijo.

Z obetom, da se ob letu osorej znova zberemo, smo se razšli s pozdravom: Na svidenje spet 14. 9. 2023.

Na tem mestu se v imenu Zdravstvene fakultete UL zahvaljujemo medijskemu pokrovitelju Zbornici – Zvezi, Pekarni Pečjak, Sanolaborju d. d. ter Grafiki Gracer d. o. o.



Utrinki z izobraževanja
(Fotografije: arhiv fakultete)

Povezovanje kliničnega okolja z visokošolskim zavodom



ZF UL, Člani oddelka za zdravstven nego

Člani Oddelka za zdravstveno nego Zdravstvene fakultete Univerze v Ljubljani smo 13. septembra 2022 obiskali Satelitski center ZD Kočevje oziroma nove prostore Službe nujne medicinske pomoči, katere vodja je Primož Velikonja.

V okviru obiska smo imeli teoretično in praktično izobraževanje z naslovom Uporabna teoretična in praktična znanja iz NMP in si ogledali nove prostore. Po pozdravnem nagovoru direktorja ZD Kočevje Gregorja Koširja smo ob neuradnem druženju iskali možnosti sodelovanja. V nadaljevanju je

Gregor Velikonja predstavil vizijo ter izvedbo novogradnje prizidka za namene Službe nujne medicinske pomoči. Gregor Velikonja nas je navdušil s sproščenostjo, predavateljskimi spretnostmi in vrhunskim poznavanjem stroke, v kateri deluje že več kot 20 let.

Izmenjava znanj ter izkušenj med kliničnim okoljem in visokošolskimi zavodi je eden od pomembnih ciljev razvoja stroke zdravstvene nege, za kar si prizadevamo tudi na Zdravstveni fakulteti.

Ob tej priložnosti se zahvaljujemo direktorju ZD Kočevje gospodu Koširju, gospodu Velikonji in gospodu Antleju za odlično organizacijo obiska in izvedbo strokovnega izobraževanja.



Izobraževanje kliničnih mentorjev na Univerzi Novo mesto, Fakulteti za zdravstvene vede

Dr. Gorazd Laznik

Letošnjega strokovnega izobraževanja kliničnih mentorjev, ki je bil na Univerzi v Novem mestu, Fakulteti za zdravstvene vede se je udeležilo več kot 150 mentorjev iz večine učnih zavodov, s katerimi fakulteta sodeluje na področju kliničnega usposabljanja. Mentorji so z visoko udeležbo potrdili, da so tovrstna srečanja in izbrane teme pomembne, s tem pa jasno pokazali, da je izobraževanje pomembno tako zanje kot tudi za kasnejši prenos znanj na študente, ki prihajajo v klinična okolja. Poleg izbranih poglavij o oskrbi akutne in kronične rane smo tudi letos podelili priznanja naj mentorjem, ki so jih izbrali naši študentje.

IZOBRAŽEVANJE MENTORJEV – OSKRBA AKUTNE IN KRONIČNE RANE

Dekanica Fakultete za zdravstvene vede doc. dr. Nevenka Kregar Velikonja je uvodoma poudarila pomen tesnega sodelovanja med fakulteto in kliničnim okoljem, kar prinaša višjo raven kakovosti kliničnega usposabljanja, študentom pa zagotovimo pridobivanje poklicnih kompetenc.



Tema letošnjega srečanja je bila *Oskrba akutne in kronične rane*. V prvem delu izobraževanja je Kristina Rakuša Krašovec, viš. pred. na UNM FZV, predstavila teoretična izhodišča, ko govorimo o rani in opredelila posamezno vrsto ran ter dejavnike, ki vplivajo na nastanek in celjenje ran.



V nadaljevanju je Irena Žagar, mag. zdr. nege, ET, ki prihaja iz novomeške bolnišnice, opredelila rano in njeno celjenje ter predstavila nekaj zgodovinskih dejstev o oskrbi ran v svetu in Sloveniji. Razložila je še tipe in faze celjenja ter pojasnila namen ter način ocene in klasifikacije ran. Podrobneje se je osredotočila na akutno rano – opredelila je nevarnosti oziroma tveganja, prevezo, namen in pripomočke za njeno oskrbo.



Vanja Vilar, viš. med. s., dipl. ekon., ET, članica Upravnega odbora Društva za oskrbo ran Slovenije, se je osredotočila na oskrbo kirurških ran in obravnavo bolečine. Nataša Čermelj, dipl. m. s. iz UKC Ljubljana, ki je članica disciplinske komisije Društva za oskrbe ran Slovenije, pa





je nato predstavila še sodobne obloge in njihove lastnosti ter kriterije za izbor.

V zaključku je navzoče ob primerih izzvala tudi k skupni oceni in pravi oskrbi. Odziv je bil zelo dober.

V zadnjem delu je predstojnica katedre UNM FZV doc. dr. Ljiljana Leskovic predstavila aplikativni projekt, ki ga je skupaj s študenti v okviru javnega razpisa PKP prenos praktičnih veščin študentov in pridobivanju kompetenc na temo Oskrba starostnika z razjedo zaradi pritiska s sodobnimi oblogami izvedla v letu 2019. Ob tem je povabila učne zavode k sodelovanju v tovrstnih projektih.



Predavatelji so ob tej priložnosti izdali strokovno gradivo, ki je dobra učna osnova in pripomoček na področju oskrbe akutne in kronične rane tako za študente kot tudi mentorje v kliničnem okolju.



Dr. Gorazd Laznik, ki na fakulteti vodi in koordinira klinično usposabljanje, pa je predstavil še nove smernice DORS in rezultate anketiranja študentov in mentorjev o zadovoljstvu s kliničnim usposabljanjem za zadnjih pet študijskih let. Na rezultate so ponosni.

Študenti so tudi za študijsko leto 2021/2022 izbrali najmentorja/mentorico v kliničnih okoljih. Oddali so 666 glasov; največ so jih dobile Tjaša Kladnik (SB Brežice), Marija Piltaver (DUO Impoljca – dogodka se žal ni mogla udeležiti) ter Špela Rot (ZD Vrhnika).

Iskrene čestitke!



Izr. prof. dr. Mirko Prosen je prejemnik najvišje državne nagrade na področju šolstva za leto 2022



Dr. Sabina Ličen

Ob svetovnem dnevu učiteljev, 5. oktobra 2022, ki je letos potekal pod geslom **Preobrazba izobraževanja: samo z učiteljicami in učitelji**, je izr. prof. dr. Mirko Prosen prejel nagrado za izjemne dosežke na področju visokega šolstva Republike Slovenije, ki jo podeljuje Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport.

Nagrade sta v dvorani hotela Union podelila minister za izobraževanje, znanost in šport dr. Igor Papič in predsednik odbora za podeljevanje nagrad dr. Boris Aberšek. Slavnostna govornica je bila predsednica Državnega zbora mag. Urška Klakočar Zupančič.

Odbor za podeljevanje nagrad je v utemeljitvi zapisal, da je dr. Mirko Prosen kot visokošolski učitelj in raziskovalec na Fakulteti za vede o zdravju Univerze na Primorskem v preteklih letih deloval na področju, ki je bilo v zadnjih letih ključno za zdravje družbe kot celote in slehernega posameznika v njej. V slovenskem prostoru je namreč med prvimi začel uvažati spremembe izobraževanja zdravstvenih delavcev, zlasti medicinskih sester, na katerih so le-te pridobile znanje in se okrepile s kompetencami s področja medkulturne oziroma transkulturne zdravstvene nege, ter se s svojim delovanjem na tem področju izobraževanja uveljavil tako doma kot tudi v širšem evropskem prostoru.

Pri svojem delu se dr. Mirko Prosen intenzivno ukvarja z razvijanjem in proučevanjem vidika kulture v zdravstvenem sistemu in sistemu izobraževanja zdravstvenih delavcev,

predvsem z vključitvijo kulture – navad, običajev in drugih praks, povezanih z zdravljenjem in boleznijo, v zdravstveno oskrbo, saj je mogoče – po njegovem prepričanju – le tako zagotavljati uresničevanje enakovredne obravnave bolnikov.

S tem je ustvaril pomembna znanstvena in pedagoška izhodišča za uveljavljanje teh načel tudi v praksi. Na pedagoškem področju sodeluje z Univerzo v Mariboru, od leta 2019 je gostujoči učitelj na Univerzi na Reki, je vabljeni predavatelj na strokovnih in znanstvenih srečanjih doma in v tujini ter urednik in avtor številnih strokovnih in znanstvenih publikacij. Kot raziskovalec je vpet v številne raziskovalne projekte in programe, predvsem s področja izobraževanja in medkulturnosti. Je tudi aktivni član različnih domačih in tujih strokovnih združenj. Tvorno se vključuje tudi v delo številnih nevladnih organizacij. Dr. Mirko Prosen je postavil trdne temelje sistemu izobraževanja s področja kulture v zdravstvenem sistemu s poudarkom na kakovosti, celovitosti in kulturno spoštljivem izobraževanju zdravstvenih delavcev ter s ciljem spodbujati razvoj medkulturnih kompetenc in s tem povezanega preprečevanja neenakosti v zdravstveni obravnavi. Na ta način je dr. Mirko Prosen dosegel nekaj, kar znatno presega okvire vsakdanjosti kot izjemen in inovativni dosežek na področju izobraževanja v zdravstvu, še dodaja Odbor za podeljevanje nagrad v svoji utemeljitvi.



Dijaki SZŠ Ljubljana na praksi v Belgiji – projekt Erasmus



Medeja Bučar



Sprejem belgijskih koordinatoric je bil zelo prijeten. Ogledali smo si srednjo zdravstveno šolo v kraju Tongeren. Program naj bi bil podoben našemu 4-letnemu programu, a je kljub temu raven znanja, s katerim njihovi dijaki zaključijo šolanje, bližje našemu 3-letnemu programu. Ogledali smo si tudi visoko zdravstveno šolo v mestu Genk, kjer je bilo zanimivo opazovati, kako velik poudarek dajejo simulacijam, delu na primerih in ustvarjanju realnih situacij za namen interaktivnega učnega procesa. Kompetence, ki jih belgijski dijaki pridobijo na visokošolskem študiju, se v neki meri prepletajo s kompetencami slovenskih dijakov po

Neja in Blažka v Tongerenu

September 2022 je bil za nekatere dijake mesec novih vsebin in predavanj na šoli, za štiri dijakinje Srednje zdravstvene šole Ljubljana pa je bil prav poseben. Za en mesec so se odpravile na praktično usposabljanje z delom v Belgijo. Sara in Tinkara sta praktični pouk opravljali v mestu Hasselt v sklopu nege na domu, Neja in Blažka pa sta odpotovali v mesto Tongeren, kjer sta prakso opravljali v Domu starejših občanov St Franciscus in individualnih »hiškah« za oskrbo starejših z demenco.

Prvi teden sva se dijakinjam pridružili tudi profesorici Bevec in Bučar.



Dijakinje in profesorici v Bruslju

Fotografije: osebni arhiv

zaključnem štiriletnem srednješolskem in delno tudi fakultetnem izobraževanju.

V delovnih enotah je bila zelo presenetljiva v celoti drugačna miselnost. V domu starejših občanov je bila najbolj opazna »k stanovalcu usmerjena« zdravstvena nega. Zanimivo je, da si stanovalci sami oblikujejo dan. Odločijo se za čas, ko želijo bujenje, jutranjo nego, zajtrk, kosilo ... Celoten proces je usmerjen k stanovalcem in njihovemu udobnemu bivanju. Vsakega stanovalca se poseda, zato razjed zaradi pritiska praktično ne poznajo. Stanovalce vključujejo v pripravo obrokov, skrb za živali (zajčki) ipd.



Dijakinje Blažka, Neja, Tinkara, Sara na letališču

Veseli me je viden razvoj dijakinj v sklopu te izkušnje. Samostojnost, zaupanje v svoje sposobnosti, sprejemanje drugačnih pogledov in še mnoge lastnosti so tiste, za katere verjamem, da so jih pridobile oziroma poglobile v sklopu te izkušnje.

Osebnostno mi je bilo bivanje in raziskovanje Belgije zanimiva izkušnja, ki mi je omogočila vpogled v raznolikost zdravstvenih sistemov.



Sprejem vodstva šole na kosilu v Tongerenu

Kar je še posebej posebno in zanimivo, pa so namenske hiše, kjer prebivajo stanovalci z demenco. Glede na določene kriterije se naredi selekcija stanovalcev, ki bi lahko živeli v »skupnosti«, kar pomeni, da sedem ljudi prebiva v samostojni hiši, vedno pa je prisoten tudi usposobljen zdravstveni delavec. Vsak stanovalec ima svojo sobo, v skupnem prostoru pa poteka druženje, priprava obrokov ipd. Namen take oblike bivanja je omogočanje, da dementni stanovalci živijo izolirani od stresa in stresnih dejavnikov iz okolja.

Zanimivo je bilo tudi opazovati in slišati izkušnje iz opravljanja prakse pri negi na domu. Princip dela je podoben delu slovenske patronažne službe, torej v sklopu sistema javnega zdravja, vendar bolj obširen. V večini je poudarek na negi na domu (pomoč pri umivanju, hranjenju), če je treba, nudijo tudi pomoč pri prevzemanju ran. Zanimivo je, da se s takim sistemom podaljša čas funkcionalnega bivanja posameznika na domu in hkrati poviša starost, pri kateri starejši odidejo v institucionalno varstvo.

Spoštovani člani,

če še ne prejimate aktualnih e novic

Zbornice – Zveze, se na njih naročite na

email: clanarina@zbornica-zveza.si

Spremljajte nas tudi na Facebooku:

www.facebook.com/zbornica.zveza/

Zbornica – Zveza



Ne le ostrina duha, za kakovostno življenje so potrebne tudi čvrste kosti



Jože Lavrinec

Osteoporoza – spomini se vračajo v preteklost, dvajset, petindvajset let nazaj, ko sem se službeno pogosto srečeval z osteoporozo. Takrat je bila ta zahrbtna bolezen v dokajšnji meri prisotna med našo populacijo.

To je bil še čas, ko smo še vedno lahko srečali kakšno starejšo gospo, ki je hodila počasi, dobesedno »prelomljena« v pasu – pač posledica osteoporotičnih zlomov in posedanja vretenc. Rekli smo, da kar vsaka druga ženska in vsak peti moški po petdesetem letu starosti boleha zanjo. Za tako veliko število primerov smo krivili slabo, predvsem s kalcijem revno prehrano v mladosti, se pravi v povojnem času. Toda brskanje po novejši literaturi ne vrne dosti boljših rezultatov. Optimizem nas navda le zaradi boljše zgodnje diagnostike in bolj uspešne terapije.

Osteoporoza je najpogosteje presnovno obolenje kosti, ki jo zaznamuje zmanjšana mineralna kostna gostota, porušena mikroarhitektura kostnega tkiva in posledično večje tveganje za zlome kosti. Zelo pogosti so namreč zlomi zapestja, vretenc, kolka in podlahtnice. Ker ženske statistično živijo dlje, bolezen pa s starostjo napreduje, tudi doživijo več osteoporotičnih zlomov kakor moški. A sam zlom še ni najhujše, kar pri naša osteoporoza. Z zlomom se namreč močno spremeni življenje starejših oseb, pogosta je posledična izguba samostojnosti, pomicnosti in slabša kakovost življenja (Tella, et al., 2014).

Osteoporozo lahko opišemo tudi kot »tiho bolezen«, saj do prvega zloma njen »lastnik« praviloma nima težav, zato pa zlomi kosti običajno »udarijo kakor grom z vedrega neba«, nenadoma, povsem nepričakovano, že ob malo večji obremenitvi.

Zgodnja diagnostika je zelo uspešna ter ob takojšni uvedbi terapije prihrani nemalo težav. Osteoporoza se razvija zelo počasi. Obdobje menopavze je pri tem kritično, saj hormonalne spremembe spodbujajo dodatno izgubo kalcija iz kosti. Zato je to čas, ki je najprimernejši za zgodnjo detekcijo osteoporotičnih sprememb z meritvami mineralne kostne gostote s pomočjo dvoenergijske rentgenske absorpcionometrije (DXA). A vendar rezultati DXA nič ne koristijo, če tega ne spremljajo ustrezna farmakoterapija in ustrezne spremembe življenjskih navad.

Star pregovor pravi: »Pametni preprečijo, nespametni zdravijo!« Prehransko preprečevanje osteoporoze je nekaj najbolj preprostega in sočasno najtežje izvedljivega. V bistvu

zadostuje že osnovna zdrava in uravnotežena prehrana, saj so njena načela izoblikovana tako, da nam zagotovi potrebno energijo ter hranila za rast in razvoj, za delo in šport in tudi za preprečitev raznih kroničnih nenalezljivih obolenj. A kaj, ko večina ljudi o takšni prehrani bolj sanja, kakor jo izvaja.

V igri za čvrste kosti ima kalcij glavno vlogo. V času nosečnosti in dojenja ga mati potrebuje tako zase kakor za razvijajoče se bitje. Sledi obdobje intenzivnega nalaganja kalcija v kosti, kar traja nekako do petintridesetega leta starosti,

seveda pod pogojem, da je vnos kalcija zadosten. Kalcij se nato v času menopavze pri ženskah zaradi hormonalnih sprememb oziroma povsem normalnih starostnih sprememb pri moških počasi odplavlja iz kosti. Če je proces prehitel ali če izgubljenega kalcija ne nadomestimo s hrano, se manifestira osteoporoza.

Kost je živ organizem, zato v njej neprestano potekajo presnovni procesi. Na dogajanje s kalcijem lahko vpliva veliko različnih dejavnikov; na nekatere lahko vplivamo, na druge pač ne.

Kajenje – in žal vse preveč ljudi, tudi zdravstvenih delavcev še vedno kadi – ima za posledico nezadostno nastajanje estrogena. Posledica je lahko zgodnejša menopavza. Sleherno leto predčasne menopavze skrajša čas hormonalne zaščite kostne mase, zato je tveganje za razvoj osteoporoze večje (Wong, 2007).

Zdravstveni delavci smo kofeinski odvisniki. Delo zunaj rednega časa, delo v izmenah ter razne stresne komponente poklica nas dobesedno priklenejo k sproščujoči skodelici prave kave. Ena skodelica dnevno ni vprašljiva, tudi dve še nista, a kar je več in v zdravstvu jih je pogosto več, žal spodbudijo izločanje kalcija s sečem (Reuter, et al., 2021).

Izločanje kalcija s sečem pospešuje tudi »prepogosto praznjenje« kozarcev in steklenic z alkoholnimi napitki. A to je že dodatna težava, ki jo je treba reševati skupaj z družino, delodajalcem, socialno službo in podporno psihiatrijo.

Povsem drugačen vpliv na kalcij in kostno gostoto ima redna zmerna telesna dejavnost. Hoja, tek, ples in podobne dejavnosti spodbujajo vgradnjo kalcija v kosti in jih tako krepijo.

Star pregovor pravi:
»Pametni preprečijo, nespametni zdravijo!«
Prehransko preprečevanje osteoporoze je nekaj najbolj preprostega in sočasno najtežje izvedljivega. V bistvu zadostuje že osnovna zdrava in uravnotežena prehrana, saj so njena načela izoblikovana tako, da nam zagotovi potrebno energijo ter hranila za rast in razvoj, za delo in šport in tudi za preprečitev raznih kroničnih nenalezljivih obolenj. A kaj, ko večina ljudi o takšni prehrani bolj sanja, kakor jo izvaja.

V ta namen je še posebej koristna hoja po klančinah ter po stopnicah. Žal zelo veliko prebivalcev razvitega sveta večino dneva presedi. Tudi dolgotrajna težka obolenja, ki ljudi priklenejo na posteljo, niso spodbudna. Pomanjkanje telesne dejavnosti ali celo nepomičnost ima za posledico izgubo tako puste mišične mase kakor kostne mase in seveda tudi kostne gostote.

Ob osteoporozi pogosto omenjamo vitamin D, ki med številnimi svojimi nalogami spodbuja vsrkavanje kalcija iz prebavil. Večina vitamina D nastane v času osončenja v naši koži, le manjši del ga zaužijemo s hrano. Pri ljudeh, ki prebijejo večino časa v zaprtih prostorih, živijo v meglenih, na slabo osončenih območjih, vitamin D ne nastaja v zadostni meri. Ravno tako ima nezadostno produkcijsko vlogo tudi koža starostnikov. V vseh teh primerih so koristna ali celo pomembna nadomeščanja vitamina D s preparati, vendar naj potrebo vedno oceni zdravnik. Vitamin D ni samo vitamin, je tudi hormon in s hormoni se ni pametno igrati.

Ko razmišljamo o kosteh, o kostni gostoti, o čvrstosti kosti, enostavno ne moremo prezreti beljakovin. Brez njih kosti ni! Dolgotrajna prehrana, revna z beljakovinami in energijo, ima za posledico tudi nižjo kostno gostoto, a je ta nižja tudi ob dolgotrajni krepki beljakovinski prehrani, s kakršno se srečujemo pri številnih ljudeh sodobnega razvitega sveta. Prehrana »jamskega človeka«, kamor nekako spadajo vse diete z nizko vsebnostjo ogljikovih hidratov, ki sicer vključuje zelenjavo in zelo veliko beljakovinskih virov, resda omogoča nekaj več vitkosti, a hkrati spodbuja izločanje kalcija s sečem. Sodobni filozofi te prehrane so nekako pozabili, da je bilo življenje jamskega človeka kratko in se v nekaj skromnih desetletjih njegovega življenja osteoporoza še ni mogla v polnosti razviti.

To seveda ni edina kontroverza, ki jo prinašajo beljakovine. Po petdesetem letu starosti, ko moramo nadomeščati več iz kosti odplavljenega kalcija, se nenadoma pojavi tudi zahteva po višjem beljakovinskem vnosu. Razlog je banalen: starostno manj učinkovita prebavila, zaradi česar se zaužita beljakovina ne prebavi popolnoma, manj se je vsrka v krvni obtok. Če ne povečamo prehranskega vnosa beljakovin, se pospešeno razvija sarkopenija, s tem se dodatno poveča tveganje za padce in krog je žal zaključen. Torej v vsakem življenjskem obdobju potrebujemo »ravno pravšnjo količino« beljakovin, ne premalo in ne preveč. Potrebujemo približno 1,0 do 1,3 grama, občasno 1,4 grama beljakovin na vsak kg idealne telesne mase, kar znese od 60 do največ 100 gramov

beljakovin dnevno. Majhen zrezek velikosti dlani zagotovi 21 gramov, lonček jogurta 7 gramov, eno jajce 7 gramov beljakovin. Toda po 2 grama beljakovin se skrivata tudi v polovici male zemlje ali polovici kosa kruha, v mali zajemalki kuhanih testenin ali riža. Zadosti je le malo pretiravanja in že prekoračimo optimalno količino.

Potrebe po kalciju so znane že dolgo. Tako otroci potrebujejo po med 600 in 800 mg dnevno, pač odvisno od starosti, odrasli pa približno 1000, izjemoma 1200 mg dnevno (D.A.C.H., 2004). Med bogate prehranske vire kalcija še vedno štejemo mleko in mlečne izdelke, a so koristni tudi nekateri rastlinski viri.

Prehranski viri kalcija; povzeto po BDA (British Dietetic Assotiation); 2020

Živilo in količina	Kalcij v mg
Mleko, 200 ml	240 mg
trdi sir, kocka v velikosti škatlice vžigalic ali 30 g	240 mg
fermentirano mleko – jogurt, kisló mleko ipd., 200 ml	240 mg
sardine – pol konzerve ali 60 g	240 mg
tofu, 60 g	180 mg
špinača, kuhana in odcejena, 120 g	180 mg
fige, sušene, 4 kom	180 mg
mladi sir, skuta, 100 g	120 mg
sojin napitek, sojin jogurt, 125 g	120 mg
kuhan fižol, 200 g	120 mg
losos, konzerviran, 100 g	60 mg
polnozrnatí kruh, 60 g	60 mg
humus, 150 g	60 mg
brazilski oreščki, 30 g	60 mg
mandlji, 30 g	60 mg
pomaranča, 1 kom	60 mg
brokoli, kuhan, 85 g	60 mg

Če nam uspe dnevno zaužiti po en lonček mleka in en lonček jogurta ali kakšno rezino sira, smo praktično pokrili že polovico potreb po kalciju. Med nami so tudi osebe z laktozno intoleranco, a sodobna trgovska ponudba je tudi njim ponudila roko. Tako imamo na trgovskih policah mleko in mlečne

izdelke brez laktoze različnih proizvajalcev, različnih kakovosti in cenovnih skupin.

Tudi vegani ne bi smeli imeti težav pri zagotavljanju potrebnega kalcija, saj je trgovska ponudba veganskih izdelkov, bogatih in obogatjenih s kalcijem, dovolj pestra. Drži pa, da morajo zaradi nekoliko nižje vsebnosti in malce slabšega izkoristka kalcija v rastlinskih živilih, le-ta bolj skrbno izbirati ter jih v zadostni količini redno vključevati v dnevne jedilnike.

Ostane še razmislek o nadomeščanju kalcija s preparati. Teh je v prosti prodaji kar preveč, poleg tega jih spremljajo nekoliko optimistične, deloma skorajda pravljичne obljube. Vsekakor imajo običajni prehranski viri absolutno prednost, a če se nekomu zdi lažje zagotavljati kalcij s preparati, naj dobro razmisli o osnovnih pravilih. Pri že postavljeni diagnozi ima edino zdravnik kompetenco predpisati ustrezeni preparat, vključno z dozo. Drugače pa roke proč od preparatov s pravljičnimi opisi in optimističnimi zagotovili. Opisi »naravno«, navajanje »eksotičnega« porekla in nenavadna filozofija delovanja je tipična za prodajanje megle. Previdnost je nujna tudi pri preparatih visoke koncentracije, kjer en sam odmerek »pokrije vse dnevne potrebe«. Tak preparat je ali nevaren zdravju zaradi visokih vnosov ali pa povsem nekoristen, ker ima slab izkoristek. Če že, potem naj bi s preparatom pokrili približno tretjino dnevnih potreb in ne več. Ostalo bo treba zaužiti s hrano!

Vprašanja (in nekaj odgovorov) namesto zaključka:

Kaj bi lahko v želji za preventivo osteoporoze naredili zase in svoje domače?

Poskrbimo za zdravo in uravnoteženo prehrano z optimalno vsebnostjo beljakovin in bogato s kalcijem ter vitaminom D. Je na jedilniku dovolj mleka in mlečnih izdelkov? Stročnic in oreščkov? Če ni, jedilnik dopolnimo! V primeru veganstva smo še posebej pozorni na rastlinske vire. Dnevno naj bo vsaj osem v zgornji preglednici omenjenih izbir. Če smo pristaši prehrane z nizko vsebnostjo ogljikovih hidratov, le-to poskušamo nadomestiti z energijsko revnejšo in z zelenjavo bogato mešano uravnoteženo prehrano.

Poskrbimo za redno telesno dejavnost. Redni sprehodi in lahkoten tek bosta zagotovila boljšo kostno gostoto, boljšo

prekrvitev organizma ter opravila s »stresem«; po vadbi naj sledi kratek počitek.

Omejimo ali še bolje opustimo kajenje.

Uživanje prave kave omejimo na največ dve skodelici dnevno; druge kofeinske napitke (razne kole in energijske napitke) povsem opustimo!

Alkoholni napitki naj bodo rezervirani za posebne priložnosti in tudi takrat omejimo količino.

Kaj za paciente v bolnišnici?

Preverimo tveganje za že obstoječo osteoporozo.

Paciente poskušamo informirati o osteoporozi ter njenih posledicah; promoviramo zdravo uravnoteženo prehrano, bogato s kalcijem.

Nadzorujemo, ali pacient zaužije ponujene vire beljakovin in kalcija; če jih ne, spodbujamo ali pomagamo. Na količino in vrsto zaužite hrane smo še posebej pozorni pri dlje časa ležečih oz. nepomičnih pacientih.

Če pacient iz nekega razloga ne mara ali ne zmore zaužiti beljakovinskih živil ter živil bogatih s kalcijem, se dogovorimo za prehransko podporo.

Za starostnike v domovih za starejše občane (DSO)?

Pripravimo tematske pogovore ali predavanja o osteoporozi ter posledicah te zahrbtni bolezni.

Preverjamo jedilnike, če domska kuhinja zagotavlja zadosti beljakovinskih živil ter s kalcijem bogatih živil.

Spodbujamo starostnike k zaužitju beljakovinskih živil ter vseh s kalcijem bogatih živil; po potrebi pomagamo pri hranjenju ali hranimo.

Če starostnik ne zmore zaužiti vseh beljakovinskih živil dlje časa, poskušamo s prehransko podporo;

Stanovalce DSO neprestano spodbujamo k telesni dejavnosti.

Če je treba, vključimo osebnega zdravnika za predpis nadomestnega zdravljenja s preparati kalcija in D vitamina.

Nadzorujemo in poučujemo o pravilnem uživanju terapije.

V okviru ambulante družinske medicine?

Pripravljamo promocijska predavanja o uravnoteženi prehrani tudi za širšo javnost.

V sodelovanju z lokalnim društvom za boj proti osteoporozi pripravimo predavanje o osteoporozi, preventivi, kjer vključimo posebna poglavja o prehrani in telesni dejavnosti.

Paciente, pri katerih je tveganje za nastanek osteoporoze večje, vključimo v delavnice zdravega prehranjevanja.

Kadilce spodbujamo k opustitvi kajenja.

Neprestano spodbujamo k redni telesni dejavnosti.

Če ocenimo, da neki pacient ne zaužije zadosti kalcija, se z osebnim zdravnikom dogovorimo o morebitnem nadomeščanju.

In kaj kot patronažna medicinska sestra?

Poskušamo identificirati dejavnike tveganja za osteoporozo.

V sproščenem pogovoru poskušamo preveriti, ali pacient lahko zaužije dovolj s kalcijem bogatih živil; je pacient zmožen zaužiti zadosti beljakovin? Živil, bogatih z vitaminom D? Po potrebi se dogovorimo z osebnim zdravnikom o morebitnem nadomeščanju.

Preverimo pravilnost jemanja terapije.

Če pacient zmore, ga spodbujamo k telesni dejavnosti.

Po potrebi vključimo socialno službo.

Literatura in viri:

Reuter, S.E., Schultz, H.B., Ward, M.B., Grant, C.L., Paech, G.M., Banks, s., Evans, A.M.; 2021. The effect of high dose, short-term caffeine intake on the renal clearance of calcium, sodium and creatine in healthy adults. *British journal of clinical pharmacology*; 8;11: 4461-4466.

Tella, S.H. & Gallagher, J.C., 2014. Prevention and treatment of postmenopausal osteoporosis. *Journal of Steroid Biochemistry & Molecular Biology*, 142, pp.155-170.

Wong, P.K., Christie, J.J. pacient & Wark, J.D., 2007. The effects of smoking on bone health. *Clinical Science*, 113(5), pp. 233-241.

Čestitka

»Pri uspehu gre v glavnem za to,
da vztrajamo tudi po tem,
ko so ostali obupali.«

William Feather

*

Sodelavki **Tjaši Rogina** iskreno
čestitamo ob diplomi in pridobljenem
nazivu diplomirana medicinska sestra.

Kolektiv patronažnega varstva ZD Ljubljana

Moste-Polje

Obvestilo

Spoštovani,
naslednja številka *Utripa*
je dvojna (februar/marec)
in izide
v prvih dneh februarja 2023.

Prispevke sprejemamo
do 20. januarja.

Uredništvo

KOLIKO ČASA DNEVNO PRESEDITE?

Gabrijela Valenčič, Nika Šlamberger,
Društvo drugi dom ISTR



Naše telo je namenjeno gibanju. Človeško gibanje je funkcionalno, raznoliko in ekonomično, omogoča nam sproščeno hojo, tek, opravljanje vsakodnevnih aktivnosti in skrb zase, komunikacijo in druženje z družino in prijatelji ter opravljanje poklica. Različne bolezni in poškodbe telo spremenijo, zmanjšajo ali onemogočijo usklajeno ter funkcionalno gibanje, zato je pomembno, da telo ohranjamo v gibanju. Sedentarni življenjski slog predstavlja v današnjem času veliko svetovno javnozdravstveno težavo.

Z razvojem tehnologije, ki sicer predstavlja nov mejnik v modernem svetu in omogoča velik razvoj na različnih področjih, nam na vsakem koraku onemogoča telesno aktivnost in gibanje, za kar je naše telo ustvarjeno. Fenomen večnega sedenja se začne že zjutraj, ko se povprečni zaposleni v službo odpravi z avtomobilom, avtobusom ali vlakom, nato v službi večino časa presedi za pisalno mizo, se presede za jedilno mizo in poje obrok ter večer zaključí s sprostitvijo ob gledanju televizije ali računalnika. Skrb vzbujajoč podatek kaže, da danes večina ljudi preživi več kot 60 odstotkov budnega časa v sedečem položaju. Sedimo na delovnem mestu, v šoli, med obroki, ob druženju s prijatelji. Tak način življenja lahko močno vpliva na zdravstveno stanje tako odraslega posameznika kot otroka. Tudi otroci večino časa presedijo, naprej v šolah, nato še doma ob pisanju domačih nalog, učenju ter sprostitvi ob gledanju televizije, igranju iger ali dopisovanju s prijatelji. Prav tako tudi starejša populacija nad 60 let v povprečju preživi večji del dneva v sedečem položaju. Vzroki za pogostost sedentarnega življenja pri starejših so predvsem povezani s funkcijskimi gibalnimi omejitvami, utrujenostjo ali zmanjšano željo po telesni dejavnosti. Zato je redna telesna dejavnost eden ključnih dejavnikov zdravega življenjskega sloga za ohranjanje in izboljšanje zdravja ter kakovostnega funkcioniranja tudi v obdobju starosti.

Vpliv dolgoročnega sedenja in pomanjkanja gibanja se izraža s pojavom kroničnih bolečin in težavami z vratno in ledveno hrbtenico, ramenskim obročem ter pojavom pekoče bolečine med lopaticami. Sedeč način življenja za zagotavljanje pravilne telesne drže zahteva konstantno upiranje stabilizatorjev trupa, ki omogočajo pravilno zaščito hrbtenici. Vendar se tudi stabilizatorji hrbtenice ne morejo upirati v statičnem položaju več ur dnevno, brez vmesnega premora, zato prihaja do ukrivljanja telesne drže ter posledično zavestnega aktiviranja površinskih mišičnih skupin, največkrat iztegovalk trupa, ki dolgoročno povzročajo bolečine v križu.

Ob dolgoročnem sedenju se pojavijo težave z otekanjem nog in gležnjev kot posledica slabše prekravitve ter redistribucije telesnih tekočin. Dodatno proces pospeši še utesnjena obutev ter večurno nošenje visokih pet. Slaba prekravitve ter križanje nog pri sedenju povečujejo tveganje za nastanek krčnih žil, pojava krvnih strdkov in venske tromboze.

Gibalna neaktivnost lahko že po nekaj urah v telesu sproži mehanizem sprememb, ki vplivajo na delovanje našega telesa. Pojavi se proces propadanja skeletnih mišic, zaradi česar naše mišice slabijo. Zato je ključnega pomena, da se gibamo in da te procese pravočasno prekinemo. Pomanjkanje gibanja se odraža tudi na slabši splošni kondiciji populacije s sedentarnim življenjskim slogom, zaradi katerega se dejavniki za tveganje srčno-žilnih obolenj močno povečajo. Ob ne gibanju se poveča tudi možnost obolenja za sladkorno boleznijo tipa 2 ter tveganje za razvoj depresije in številnih drugih kognitivnih motenj.

Z redno telesno aktivnostjo se poveča pretok krvi in s tem kisika v možganih, kar nam pomaga ohraniti jasno razmišljanje in koncentracijo. Z večurnim neprekinjenim sedenjem se upočasni pretok krvi v možgane, s tem pa se zmanjša sposobnost

jasnega razmišljanja. Redna telesna dejavnost je tako ključna za preprečevanje in obvladovanje boleznih srca, sladkorne bolezni tipa 2 in drugih kroničnih obolenj, preprečuje pa tudi simptome depresije in anksioznosti, pomaga vzdrževati kognitivne sposobnosti, spomin in zdravje možganov.

Vprašanje se poraja, kako lahko zmanjšamo vpliv sedečega načina življenja in prekinemo negativne učinke, ki jih dolgoročno sedenje prinaša. Negativne vplive večurnega sedenja lahko zmanjšamo v prvi meri z vmesnimi prekinitvami, odmori, primerne telesno aktivnostjo posameznika ter ergonomsko prilagoditvijo delovnega okolja.

Ergonomija in optimizacija delovnega okolja predstavljata način, kako znotraj večurnega sedenja zmanjšamo negativne učinke sedečega dela in zagotavljamo telesu optimalen položaj za kakovostno opravljanje dela. Menjavo telesnega položaja lahko dosežemo z dvižno mizo, sedenjem na terapevtski žogi, ergonomsko prilagojenem stolu. Ergonomsko prilagojen stol vključuje primerno sedišče, podporo ledveni in vratni hrbtenici, naslonjalo za podlatti ter možno spreminjanja višine stola. Pomembna je tudi višina mize ter oddaljenost računalniškega ekrana, katere zgornji rob naj bo v višini oči, oddaljen za dolžino roke. Na tržišču najdemo tudi veliko ergonomsko prilagojenih tipkovnic in mišk, ki zagotavljajo nevralen položaj zapestja.

Ob večurnem sedenju v službi lahko upoštevamo osnovne napotke in priporočila, ki bodo pripomogli k zmanjšanju negativnih vplivov, boljšemu počutju in večji produktivnosti. Začnemo lahko že s prihodom na delovno mesto, na katerega pridemo s kolesom, skirojem ali peš. Če iz oddaljenih krajev pridemo z avtomobilom, tega parkiramo nekaj ulic vstran od službe in se sprehodimo na delovno mesto. Pomembno je, da vsako uro med delovnikom vstanemo, spremenimo položaj in se razgibamo. Zraven gibanja

je pomembna tudi hidracija telesa. To dvojico lahko povežemo na način, da vsako uro popijete kozarec vode in ko je prazen, vstanete in si dotočite vodo. Če imate možnost, uporabljajte stopnice namesto dvigala. Tiskalnik premaknite iz pisarne, tako boste primorani večkrat vstati. Pomembno je, da si med osemurnim delavnikom vzamete 5 do 10 minut za vadbo in razgibanje. Vaje naj vsebujejo nekaj počepov, poskokov, razteznih vaj za hrbtenico in ramenski obroč ter dihalnih vaj.

Želimo doseči manj kot štiri neprekinjene ure sedenja na dan ter eno uro zmerne in visoko intenzivne vadbe. Ali je visoko intenzivna vadba primerna za vsakogar, ki presedi vsaj 10 ur dnevno? Z visoko intenzivno vadbo po večurnem sedenju si lahko bolj škodujemo kot koristimo. Če naše telo ni navajeno vadbe, zlasti visoko intenzivne vadbe, si lahko z ekstremnim prehodom iz sedečega položaja v popolno obremenitev telesa pridemo različne poškodbe in telo »pregorimo«. Ključnega pomena je, da visoko intenzivno vadbo izvajamo postopoma, najprej z uvajanjem zmerne vadbe v obliki hitre hoje, intervalnega teka, počasne hoje v hrib, plavanja in kolesarjenja na krajše razdalje, plezanja in te aktivnosti v skladu s počutjem in telesno pripravljenostjo stopnjujemo. Vse aktivnosti začnemo z dobrim ogrevanjem in jih zaključimo z razteznimi vajami. Ne pozabimo, da v dnevno potrebujemo čas za počitek, zdravo in redno prehrano ter kakovosten spanec. Le tako bomo lahko kakovostno opravljali svoje delo in se ob tem dobro počutili.

GIBAJMO SE KAKOVOSTNO ZA BOLJŠI JUTRI. ŽIVIMO ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG.

100^{let}

POSLOVALNICE

Vir
Šaranovičeva cesta 35, Domžale, ob tovami

Ljubljana
Ameriška ulica 13, BTC City, Dvorana A - visoko pritličje

Maribor
Jezdarska ulica 4, 2000 Maribor, na Taboru

Celje
Ljubljanska cesta 10, 3000 Celje, vhod v center mesta

Koper
Pristaniška ulica 19, 6000 Koper, nasproti tržnice

Izola
Ljubljanska ulica 1, 6310 Izola, na tržnici

KUPON UGODNOSTI

10 % popusta na celoten nakup

15 % popusta na izdelke Vivamel

15 % popusta na vse higienske vložke in tampone

Kupon ugodnosti velja do 31. 12. 2023 ob predložitvi ID kartice Zbornice - Zveze. Popusti se ne seštevajo in ne veljajo na izdelke na naročilnico, ki jo predpiše zdravnik, na izdelke v akciji, darilne bone in izdelke z zaklenjeno ceno.

Pomoč po telefonu: **01 77 77 380**
Spletna trgovina:

www.tosamashop.si

KUPON 10%

3 838985 899213

KUPON 15%

3 838985 899220



S TOSAMO V NOVO LETO

	UTRIP	PISKOTI Z OVSE- NIMI KOSMICI	LEVSTIKOV JUNAK	PISATELJ HEMING- WAY	RIVALISCE ADAMA IN EVE	SINOVA ZENA	AMER. PISATELJ (CONRAD POTTER)			
	NAS SLIKAR (NIKOLAJ)	13			3					
	ORUŽSKI TROPSKI KUSCARJI									
	SRNIJE SAMEC					4				
	PLESNA FIGURA PRE CETVORKO					SIMBOL ZA HELLI ZVEZDA V VELIKEM PSU				
	JAPONSKI AVTO- MOBIL			7						
	IGRALKA SRAJ					SMRT ZARADI IZGUBE KORVI	ITAL. SLIKAR (ALESS- SANDRO)			
	PETRA KERČMAR NOR. ROKO METASICA LUNDE			ZADNJA PLAT GOSIJA IZJAVI						
AVTOR: KDO: MESA CRKE	RADO- VEDNOST	NASA ZENSKA PEVSKA SKUPINA	OCE, RODITELJ (REDKO)	MOCNO ANG.- SVETLO PIVO	MLEČNA ZLEZA PRI KRAVI	VELIKA ZACETNICA	KNJI- ZEVNIK	AZUSKI NAROD NAČE SIMONČIČ		
ZDRA- VELNA RASTLINA, BALDRI- JAN	1				5					
ZENSKA, KI IGRA NA GOSLI							8	SREČNO V LETU 2023!		
RASTLINA, KI USPEVA SAMO NA DOLOCE- NEM KRAJU					12		HOWARD LOVRO KUHAR, PREŽI- NOV ???	SPIKERKA KOROŠEC AMERŠKI IGRALEC (KEVIN)		
SEDMINA TEDNA			NERU, TURSKE PREMIER (DULENT) RAŠI					ZORAVILNA RASTLINA ČES. SM. SKAKALEC (JAKUB)	11	
BIVSI NOGO- METAS KARČ					PRIKRIT POSMEH		6		RIMSKA SESTICA NAJVEČJA IBERSKA REKA	
NEKDANJA ŽUPANIJA, POTOČNIK					REKA V SVICI NOR. PLA- VALEC (AL- EXANDER)			STAR SE OVANI LIRIČNA UMETNOST		PEVEC LUKAS
OLIVER TWIST			HRVASKI OTOK, Z. OD BRACA NARAIN TILJA CRKA					ZBRANJE MNEVI OSCAR AIRAS		
KOLICINA SKRČENJA	10					SEVER- NIJAK			2	
AMERŠKA RAPERKA IN IGRALKA TAYLOR						VELIK LJUBIMEC, ZENSKAR				9

OZNACE- NE CRKE, RAZPORE- DITE V LOK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

avtor: Marko Drešček

DOMŽALSKA TOSAMA BRALCEM VOŠČI SREČNO IN ZDRAVO NOVO LETO.

V ČASU OBDAROVANJ PA VAS VABI V BELE ŠTACUNCE, DA SEBI IN SVOJIM BLIŽNJIM PRAZNIKE POLEPŠATE Z IZDELKI ZA NEGO IN ZDRAVO ŽIVLJENJE. IZKORISTITE PRILOŽENI KUPON!

Pravilne rešitve - geslo nagradne križanke nam posredujte do 20. januarja na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana ali po e-pošti na naslov clanarina@zbornica-zveza.si in izžrebali bomo 6 nagrajencev. Med pravinimi rešitvami bomo izžrebali 6 nagrad, ki jih prispeva Tosama d. o. o. Vrednost dveh prvih nagrad predstavlja storitev ali izdelek v okvirni vrednosti 30,00 evrov za posamezno nagrado, vrednost dveh drugih nagrad predstavlja storitev ali izdelek v okvirni vrednosti 20,00 evrov za posamezno nagrado, vrednost tretje nagrade pa predstavlja storitev ali izdelek v okvirni vrednosti 10,00 evrov.



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



SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN
ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V PSIHIATRIJI

ZBORNICA – ZVEZA JANUARJA 2023 ORGANIZIRA IZOBRAŽEVANJE ZA SPECIALNO ZNANJE IZ ZDRAVSTVENE NEGE NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA IN PSIHIATRIJE

Namen strokovnega izobraževanja je pridobitev specialnega znanja iz zdravstvene nege na področju duševnega zdravja in psihiatrije. Strokovno izobraževanje – usposabljanje je namenjeno diplomiranim medicinskim sestram/diplomiranim zdravstvenikom, ki se pri svojem delu srečujejo s pacienti z duševno motnjo. Predvsem so tukaj mišljeni na novo vzpostavljeni centri za duševno zdravje po Sloveniji v primarnem zdravstvenem varstvu. Organizator izobraževanja je Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji pod okriljem Zbornice – Zveze.

Namen in cilj izobraževanja:

- pridobitev poglobljenih teoretičnih in praktičnih znanj ter veščin iz zdravstvene nege na področju duševnega zdravja in psihiatrije;
- nadgradnja znanj s področja psihiatrije, promocije in varovanja duševnega zdravja ter prepoznavanja in obravnave ranljivih skupin prebivalstva v družbi;
- pridobitev celostnega razumevanja in holističnega pristopa pri obravnavi posameznika s težavami in/ali motnjami na področju duševnega zdravja;
- opolnomočiti izvajalce zdravstvene nege za celostno, kakovostno, učinkovito in varno izvajanje zdravstvene nege posameznikov s težavami in/ali motnjami na področju duševnega zdravja.

Vsebina modulov izobraževanja:

Modul	Št. ur predavanj	Št. ur seminarjev/vaj	Št. ur individualnega dela	Skupno število ur
OBVEZNI: Splošni skupni modul	55	11	34	100
1. IZBIRNI: Zdravstvena nega na področju skupnostne psihiatrije	17	13	0	30
2. IZBIRNI: Zdravstvena nega otroka in mladostnika s težavami v duševnem zdravju	22	8	0	30
3. IZBIRNI: Zdravstvena nega starejših s težavami v duševnem zdravju	23	7	0	30
4. IZBIRNI: Forenzična psihiatrija	20	10	0	30

Udeleženci:

- diplomirane medicinske sestre in diplomirani zdravstveniki, ki delujejo na področju duševnega zdravja in psihiatrije ter drugi izvajalci zdravstvene nege, ki imajo zaključen najmanj visokošolski strokovni študijski program zdravstvena nega, kar prijavljeni udeleženci dokažejo s fotokopijo diplomske listine.

Oblika izobraževanja: predavanja, delavnice, seminar-ska naloga, zaključni izpit. Izobraževanje bo potekalo v hibridnem modelu predavanj v živo in na daljavo predvidoma ob koncih tedna (četrtek–sobota). Manjši del izobraževanja (klinične vaje) bo potekal tudi v kliničnem okolju.

Trajanje: Skupaj **160 ur** (obvezni splošni modul – 100 ur + dva izbirna modula – 2 x 30 ur)

Pogoj: Za posamezni izbirni modul mora biti prijavljenih vsaj 10 udeležencev.

Terminski plan: Prijavljenim udeležencem bomo natančen urnik poslali naknadno (praviloma bo izobraževanje vsak drugi vikend od četrтка do sobote – približno pet vikendov, o vsaki spremembi vas bomo obvestili sproti). Začetek izobraževanja: **četrtek, 12. 1. 2023, ob 15.30 v prostorih Zbornice – Zveze**

Lokacija izobraževanja: Predavanja večinoma v spletnem okolju ali v prostorih Zbornice – Zveze; seminar-ske vaje v prostorih Zbornice – Zveze in klinične vaje v kliničnih okoljih.

Zaključek izobraževanja:

Izobraževanje za pridobitev specialnega znanja iz zdravstvene nege na področju duševnega zdravja in psihiatrije se zaključí s seminar-sko nalogo in uspešno opravljenim preizkusom znanja.

Cena in prijava na izobraževanje:

- Cena skupnega obveznega splošnega modula (100 ur) in 2 izbirnih modulov (60 ur) je **1200 € + DDV**.

- Cena za vsak dodatni izbirni modul je: **200 € + DDV**.
- Udeležencem z **10-letnimi delovnimi izkušnjami** na področju duševnega zdravja in/ali psihiatrije **ni treba opravljati kliničnih seminarjev in kliničnih vaj**.

Prijave zbiramo na spletni strani Zbornice – Zveze na povezavi [http://register-clani.zbornica-zveza.si/prijava/Default.aspx?o=34&g=1007EB5B-B-](http://register-clani.zbornica-zveza.si/prijava/Default.aspx?o=34&g=1007EB5B-B-056-4E34-9D7B-AACA4EF4DB220&t=68058)

[056-4E34-9D7B-AACA4EF4DB220&t=68058](http://register-clani.zbornica-zveza.si/prijava/Default.aspx?o=34&g=1007EB5B-B-056-4E34-9D7B-AACA4EF4DB220&t=68058)

(v komentarju ob prijavi obvezno napišite, katera modula ste izbrali) ali v primeru težav z e-prijavo na prijava.psihsekcija@gmail.com (prosim, dopišite izbrana modula).

Ob prijavi udeleženec obvezno označi najmanj dva izbirna modula.

Udeleženci ob prijavi predložijo **fotokopijo ali skenirano potrdilo o najvišji pridobljeni izobrazbi iz zdravstvene nege.**

Udeleženci z **10 let ali več delovne dobe** ob prijavi priložijo **potrdilo delodajalca o številu let delovne dobe** na področju duševnega zdravja in/ali psihiatrije (za priznavanje praktičnega dela).

V izobraževanje se lahko vključi **največ 40 udeležencev**. V primeru prevelikega števila prijav se bo upošteval vrstni red prijav.

Izobraževanje bo licenčno ovrednoteno s **25 licenčnimi točkami**.

Monika Ažman,
predsednica Zbornice – Zveze






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

Organizator:

Stalna delovna skupina za paliativno zdravstveno nego
in oskrbo pri Zbornici – Zvezi

Tema srečanja:

DUHOVNOST IN DUHOVNA OSKRBA BOLNIKOV IN NJIHOVIH SVOJCEV – delavnica

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija:

Petek, 20. januar 2023 ob 16. uri v prostorih
Zbornice – Zveze, Ob železnici 30a, 1000 Ljubljana

Program izobraževanja:

Tema delavnice in predstavitev vodje delavnice
dr. Klelije Štrancar je objavljena na spletni strani
Zbornice – Zveze

Kotizacija, nakazilo, število udeležencev:

Kotizacija znaša 40 evrov z vključenim DDV za
člane/ice Zbornice – Zveze, za nečlane 80 evrov z
vključenim DDV.

Število udeležencev je omejeno na 12 do 15
udeležencev.

Licenčne in pedagoške točke:

Program je v postopku vpisa v register strokovnih
izobraževanj in v postopku licenčnega in
pedagoškega vrednotenja strokovnih izpopolnjevanj
pri Zbornici – Zvezi.

Dodatne informacije in prijava:

Elektronske prijave bodo možne na spletni strani
Zbornice – Zveze: www.zbornica-zveza.si

Dodatne informacije: judita.slak@klinika-golnik.si



Društvo za oskrbo ran Slovenije (DORS) najavlja
dvodnevno strokovno srečanje z učnimi delavnicami
z naslovom

RANE³

Petek, 24. in sobota, 25. februar 2023
Grand hotel Bernardin, Portorož

Vse ostale informacije (program, kotizacija, prijave
– hotelska namestitve) bodo objavljene v februarski
številki Utripa in na spletni strani Društva za oskrbo
ran Slovenije (DORS).

Prijave pošljite na bajecmojca@gmail.com ali na
naslov društva DORS
Cigaletova ulica 9, 1000 Ljubljana.

Predsednica DORS:

prim. doc. dr. Tanja Planinšek Ručigaj,
dr. med., višja svetica



Vljudno vabljeni.

DEKOLONIZACIJA TELESA

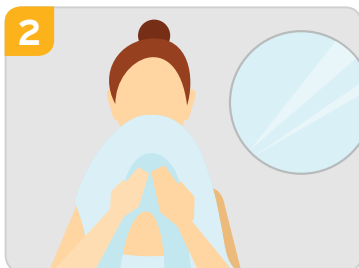
NAVODILO ZA UPORABO (DEKOLONIZACIJO):



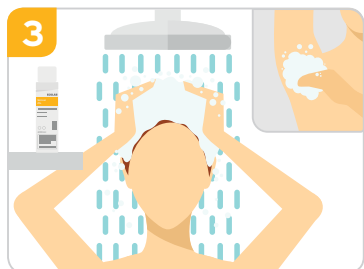
Pred nanosom Skinsan 2% losjona ali pene temeljito umijte lase in kožo z običajnim losjonom in tekočo vodo.

Če se ne morete popolnoma umiti, nadaljujte z nanašanjem Skinsan 2% losjona ali pene v skladu z navodili uporabe proizvoda.

Preprečite stik z očmi.

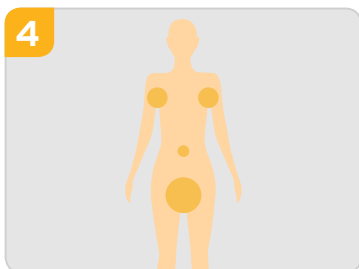


Kožo in lasišče osušite s čisto in suho brisačo.



Lase umijte s Skinsan 2% losjonom ali peno kot z običajnim šamponom, pustite vsaj 60 sekund in nato sperite.

Preprečite stik z očmi.



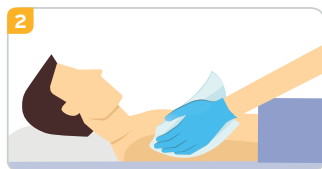
Nerazredčen proizvod nanesite na čisto in vlažno (Skinsan 2% losjon) ali suho (Skinsan 2% pena) krpo ali rokavico za umivanje. Posebej bodite pozorni na pazduhe, perinej in dimlje.

Preden se oblečete mora biti Vaše telo popolnoma suho.
Nerazredčeno sredstvo nanašate dnevno (upoštevejte navodila za dekolonizacijo v Vaši ustanovi).

NAVODILA ZA UPORABO (ZA NEPOKRETNÉ BOLNIKE):



Nanesite zadostno količino nerazredčenega Skinsan 2% losjon na čisto, vlažno krpico ali rokavico za umivanje. Skinsan 2% peno nanesite na suho krpico ali rokavico za umivanje.



Telo bolnika umijte skladno z navodili za dekolonizacijo v Vaši ustanovi in uporabite potrebno število krpic ali rokavic za umivanje.

Spiranje ni potrebno.



Po uporabi krpice ali rokavice za umivanje odvrzite med odpadke.

ECOLAB DEUTSCHLAND GmbH
Ecolab-Allee 1
40789 Monheim am Rhein
Germany

ECOLAB GmbH
Handelskai 92
1200 Wien
Austria

KAJ JE SKINSAN 2% LOSJON ALI PENA?

Je koži prijazen losjon ali pena za higiensko umivanje rok (v skladu z EN 1499), umivanje celotnega telesa in dekolonizacijo celotnega telesa.

SESTAVA

100g tekočine vsebuje 2g D-glukonske kisline z N, N"-bis(4-klorofenil)-3,12-diimio2,4,11,13-tetraazatetra-dekandiamidin (2:1) (CAS 18472-51-0)

5 DNEVNA NAVODILA

DAN 1: NANESITE PROIZVOD NA TELO IN LASIŠČE

(nanesite nerazredčen proizvod in pustite da deluje)

DAN 2: NANESITE PROIZVOD NA TELO IN LASIŠČE

(nanesite nerazredčen proizvod in pustite da deluje)

DAN 3: NANESITE PROIZVOD NA TELO IN LASIŠČE

(nanesite nerazredčen proizvod in pustite da deluje)

DAN 4: NANESITE PROIZVOD NA TELO IN LASIŠČE

(nanesite nerazredčen proizvod in pustite da deluje)

DAN 5: NANESITE PROIZVOD NA TELO IN LASIŠČE

(nanesite nerazredčen proizvod in pustite da deluje)

BIOCID UPORABLJAJTE VARNO.
PRED UPORABO VEDNO PREBERITE
ETIKETO IN INFORMACIJE O IZDELKU

ODSTRANJEVANJE IZDELKA IN
NJEGOVIH OSTANKOV MED ODPADKE
Glejte varnostni list.

ECOLAB®

LOCKADO™

MOČNEJŠI OPRIJEM, VEČ NADZORA

Vsak LOCKADO™ klip združuje optimalen oprijem s povečano kompresijo in je idealen za učinkovito zaustavitev krvavitve. Kot najnovejši model v družini klipov ima G-Type razpon 20 mm za obravnavanje večjih lezij. Funkcija ponavljajočega nameščanja pred končno namestitvijo klipa omogoča večjo natančnost in prilagodljivost. Več na www.micro-tech-europe.com



10 ZOB ZA
MAKSIMALEN OPRIJEM



KRATEK DISTALNI DEL



360 ROTACIJA

Organizator



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji

TEMA SREČANJA

SPECIALNO ZNANJE IZ ZDRAVSTVENE NEGE NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA IN PSIHIATRIJE

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija

12. 1. 2023 do 15. 4. 2023 (praviloma bo izobraževanje potekalo vsak drugi vikend od četrta do sobote – približno pet vikendov). Predavanja bodo potekala večinoma v spletnem okolju ali v prostorih Zbornice – Zveze, seminarske vaje v prostorih Zbornice – Zveze in klinične vaje v kliničnih okoljih.

Program izobraževanja

Program bo dostopen na spletni strani Zbornice - Zveze.

Kotizacija, nakazilo, število udeležencev

Cena skupnega obveznega splošnega modula (100 ur) in 2 izbirnih modulov (60 ur) je 1200 € + DDV.
Cena za vsak dodatni izbirni modul je 200 € + DDV. Udeležencem z 10-letnimi delovnimi izkušnjami na področju duševnega zdravja in/ali psihiatrije ni potrebno opravljati kliničnih seminarjev in vaj.

Licenčne in pedagoške točke

Strokovno izobraževanje je v postopku vpisa v register strokovnih izpopolnjevanj ter vrednotenja za licenčne in pedagoške točke pri Zbornici - Zvezi. Izobraževanje bo ovrednoteno s 25 licenčnimi točkami.

Dodatne informacije in prijava

Do 30. 12. 2022, preko portala Zbornice - Zveze. V kolikor imate z elektronsko prijavo težave, se lahko prijavite tudi preko elektronske pošte:
prijava.psihsekcija@gmail.com
Dodatne informacije:
prijava.psihsekcija@gmail.com ali na številko 040 682 268.

Organizator



DMSBZT Maribor

TEMA SREČANJA

Pregled sodobne tehnologije za spremljanje sladkorne bolezni, dr. Mitja Krajnc, dr. med.

Edukacija in uvedba sistema za spremljanje glukoze pri SB (Free Stile Libre) Simona Sternad, mag. zdr. nege

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija

Četrtek, 19. januar 2023
od 16.00 do 19.00, prostori društva (Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor).

Program izobraževanja

Program je v celoti objavljen na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si

Kotizacija, nakazilo, število udeležencev

Članom društva so stroški izobraževanja kriti iz naslova plačanih članarin.
Kotizacija znaša 50 EUR z vključenim DDV za posameznega udeleženca. Člani Zbornice - Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, so upravičeni do 50 % popusta.

Licenčne in pedagoške točke

Program je namenjen zaposlenim v zdravstveni in babiški negi in je vpisan v register strokovnih izpopolnjevanj pri Zbornici - Zvezi.

Dodatne informacije in prijava

Prijave na strokovno izpopolnjevanje potekajo na spletni strani Zbornice - Zveze: www.zbornica-zveza.si, pod: E - prijavnica.

Organizator



Univerza v Novem mestu
Fakulteta za zdravstvene vede

Splošna bolnišnica Novo mesto
Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Novo mesto
Univerza v Novem mestu, Fakulteta za zdravstvene vede

TEMA SREČANJA

**14. DNEVI MARIJE TOMŠIČ
»ORGANIZIRANO DELOVANJE
MEDICINSKIH SESTER
JUGOVZHODNE REGIJE SKOZI
ČAS«**

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija

Petek, 20. januar 2023
Kulturno kongresni center Dolenjske Toplice
Registracija udeležencev od 8.30 do 9.00

Program izobraževanja

Program izobraževanja je objavljen na spletni strani Zbornice - Zveze.

Kotizacija, nakazilo, število udeležencev

Kotizacija za udeležbo na strokovnem izobraževanju znaša 190 EUR z vključenim DDV. Člani Zbornice - Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, so upravičeni do 50 % popusta. Kotizacija se plača po izstavljenem računu.

Licenčne in pedagoške točke

Strokovno izobraževanje je v postopku vpisa v register strokovnih izpopolnjevanj ter vrednotenja za licenčne in pedagoške točke pri Zbornici - Zvezi.

Dodatne informacije in prijava

Prijave preko e-prijavnice na spletni strani Zbornice - Zveze: www.zbornica-zveza.si, pod: E - PRIJAVA ali na e-mail: barbara.spilek@sb-nm.si
Dodatne informacije so vam na voljo pri predsednici organizacijskega odbora: natasa.piletic@sb-nm.si

Organizator

DMSBZT Maribor v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu pri Zbornici - Zvezi

TEMA SREČANJA

**OBVEZNE VSEBINE:
TEMELJNI POSTOPKI
OŽIVLJANJA Z VKLJUČENIM
AED**

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija

Petek, 27. januar 2023
s pričetkom ob 8. uri, prostori društva
(Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor).

Program izobraževanja

Enodnevno strokovno izpopolnjevanje z učnimi delavnicami je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi. Število udeležencev je omejeno na 35. Več o programu preberite na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si

Kotizacija, nakazilo, število udeležencev

Članom društva so stroški izobraževanja kriti iz naslova plačanih članarin. Kotizacija znaša 160 EUR z vključenim DDV za posameznega udeleženca. Člani Zbornice - Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, so upravičeni do 50 % popusta (plačajo 80 EUR z vključenim DDV).

Licenčne in pedagoške točke

Program je namenjen zaposlenim v zdravstveni in babiški negi in je usklajen z obveznimi vsebinami, ki jih mora vsebovati strokovno izpopolnjevanje za izpolnjen pogoj obveznih vsebin s področja »TPO z AED« v licenčnem obdobju.

Dodatne informacije in prijava

Prijave na strokovno izpopolnjevanje potekajo na spletni strani Zbornice - Zveze: www.zbornica-zveza.si,
pod: E PRIJAVNICA.

Organizator

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji

TEMA SREČANJA

SLADKI FEBRUAR 2023 – za vse, ki bi radi izvedeli, kaj je novega na področju sladkorne bolezni za zdravstvene strokovnjake ambulate družinske medicine in CKZ/ZVC ter ostale zainteresirane

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija

17. in 18. 2. 2023, Zreče

Program izobraževanja

Program izobraževanja je v celoti objavljen na spletnih straneh Zbornice - Zveze. Program predstavlja nadgradnjo in osvežitev osnovnega modula za potrebe referenčne ambulate družinske medicine, prilagojen trenutni problematiki in predstavitvi novosti na področju sladkorne bolezni.

Kotizacija, nakazilo, število udeležencev

Kotizacija z vštetim DDV znaša 390 € (članom Zbornice - Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, se prizna 50% popust in znaša 195€).

Licenčne in pedagoške točke

Strokovno izobraževanje je v postopku vpisa v register strokovnih izpopolnjevanj ter vrednotenja za licenčne in pedagoške točke pri Zbornici - Zvezi.

Dodatne informacije in prijava

Program je v celoti objavljen na spletni strani, pod zavihkom Strokovna srečanja. Dodatne informacije: 041/519-229.

Organizator

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v rehabilitaciji in zdraviliški dejavnosti pri Zbornici - Zvezi v sodelovanju z Združenjem urologov Slovenije

TEMA SREČANJA

**SPECIALNA ZNANJA S
PODROČJA ZDRAVSTVENE
NEGE PACIENTA Z MOTNJAMI
URINIRANJA**

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija

1. - 3. 3. 2023, marec do junij 2023; preverjanje znanja junij 2023

Lokacija: Ljubljana, natančnejši podatki bodo posredovani naknadno

Pričetek 1. 3. 2023 ob 8.00 uri

Registracija udeležencev poteka prvi dan preko E portala, nato sprotno, s podpisom prisotnosti.

Predavanja, učne delavnice, praksa

Program izobraževanja

Program izobraževanja bo objavljen na spletni strani Zbornice - Zveze in na spletni strani sekcije: <https://www.sekcija-reha-zn.org/>. Namenjeno je dipl. m. s. in dipl. zn., ki se pri svojem delu srečujejo s pacienti z motnjami uriniranja.

Kotizacija, nakazilo, število udeležencev

Kotizacija: 650 EUR + DDV. Cena vključuje predavanja, učne delavnice, okrepčilo med odmori, kosilo, gradivo na USB ključkih in potrdila o pridobitvi specialnih znanj.

Nakazilo na TRR ZBNS, številka: SI56 0203-1001-6512-314, sklic 00 0213-01032023.

Največ 32 udeležencev.

Licenčne in pedagoške točke

Program je v postopku licenčnega vrednotenja strokovnih izpopolnjevanj pri Zbornici - Zvezi.

Dodatne informacije in prijava

Prijava preko e-portala Z-Z ali na e-naslov vodje izobraževanja: Maja Vrabič; vrabic.maja@gmail.com
Dodatne informacije: vodja izobraževanja, predsednica Sekcije: Maja Vrabič, tel. 01-4758-222
podpredsednica Sekcije:
Nataša Kic; natasa.kic@ir-rs.si, tel. 01-4758-222



Zakaj biti član / članica Zbornice – Zveze

U
G
O
D
N
O
S
T
I
Č
L
A
N
S
T
V
A

1. Svojim članom vodimo **pregledno, uporabniku prijazno** osebno mapo (portfolio) strokovnih izpopolnjevanj in izobraževanj.
2. Strokovna izobraževanja so v organizaciji Zbornice – Zveze ter regijskih društev in strokovnih sekcij za člane tudi do **50 % ugodnejša**.
3. Naši člani dobijo brezplačno glasilo **Utrip v tiskani ali elektronski obliki**.
4. Z e-novicami vas bomo sproti obveščali o **izobraževanjih in aktualnem dogajanju v zdravstveni in babiški negi**.
5. Člani lahko **enkrat letno zaprosijo za Sredstva iz sklada za izobraževanje**, in sicer tako za kotizacije za strokovna izobraževanja kot za šolnine na vseh ravneh.
6. Odvisno od trenutne ponudbe zunanjih partnerjev, ki jo nenehno dopolnjujemo, naši člani lahko izkoristijo številne zanimive ugodnosti.
7. Članom omogočamo aktivnejše vključevanje v raziskovalne mednarodne in domače projekte.
8. Svetujemo vam pri **strokovnih vprašanjih**, ki se vam porajajo na delovnem mestu. Kot člani ste upravičeni do brezplačnih strokovnih mnenj in odgovorov.
9. Regijska strokovna društva skrbijo za **strokovni in osebnostni razvoj** svojih članov z organizacijo različnih strokovnih izobraževanj, strokovnih ekskurzij ter organizacijo kulturnih, športnih in drugih zanimivih dejavnosti ...
10. Ob včlanitvi vsak član prejme knjižici Profesionalna podoba izvajalcev zdravstvene in babiške nege ter oskrbe ter Kodeks etike v zdravstveni negi in oskrbi Slovenije in Kodeks etike za babice Slovenije ter simbolično darilo.
11. Posebnih ugodnosti so deležni tudi **študenti**, člani Zbornice – Zveze, do 27. leta starosti.

POSEBNA PONUDBA ZA NAŠE ČLANE

TERME VIVAT

hotel & resorts



-15%

VEČ INFORMACIJ NAJDETE NA
WWW.TERMEVIVAT.COM

Članstvo v Zbornici – Zvezi
2024
2025
2026
2027
2028
2029
2030

TERME VIVAT
www.termevivat.com
+386 (0)5 322 11 11



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



HALO, LUMPI BABICA?

Vsako sredo se na tak telefonski klic odzovejo prijazne Lumpi babice, ki s spodbudno besedo in svojimi bogatimi izkušnjami nudijo podporo nosečnicam in mladim staršem. V odgovor na njihova mnoga vprašanja je tu babiška podpora, ki je na voljo vsako sredo med 17. in 20. uro. Izvajajo jo izkušene babice, članice Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije ob podpori Kluba Lumpi.

Naj se glas Lumpi babic sliši!



Brezplačna telefonska številka je članom kluba na voljo v aplikaciji Kluba Lumpi Moj M.



Kako se včlaniti v Klub Lumpi?

Skenirajte QR-kodo, naložite mobilno aplikacijo Moj M in kliknite ikono Klub Lumpi.

www.lumpi.si



Mercator
moj najboljši sosed