



# UPELO

fot.: foto spring

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



## UVODNIK

Kdo smo in kaj so naše kompetence?

## DELO ZBORNICE

Razpis za Zlati znak Zbornice - Zveze za leto 2006

## PREDSTAVLJAMO VAM

Dobitnice Srebrnih znakov 2005  
v DMSZT Gorenjske



**GLASILO**

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



# Znižajte holesterol v treh tednih!

**Margarino Becel pro.activ uživajte 3 tedne.**

V kolikor vam po treh tednih rednega, vsakodnevnega uživanja 25 do 30 g margarine raven slabega holesterola (LDL) ne upade za 10 do 15 odstotkov, vam vrnemo denar.

Vse podrobnosti o izdelku in akciji so vam na razpolago v zgibanki, ki je priložena izdelku.

Becel pro.activ vsebuje rastlinske sterole, ki klinično dokazano znižujejo raven holesterola v krvi.

Ob torkih in sredah med 16. in 18. uro vam je na voljo zdravnik kardiolog: 041 970 831



Dodatne informacije dobite na brezplačni telefonski številki



Akcija traja od 9. februarja do 15. aprila 2006

● <b>UVODNIK</b> .....	4
Kdo smo in kaj so naše kompetence?	
● <b>DELO ZBORNICE</b> .....	5
Kronika dogodkov v januarju	
Razpis za odelitev zlatega znaka 2006	8
● <b>PREDSTAVLJAMO VAM</b> .....	10
Slovo od starega leta in podelitev Srebrnih znakov DMSZT Gorenjske za leto 2005	
Utrinek s slovesnosti v Psihiatrični kliniki Ljubljana	12
● <b>RAZŠIRJENI STROKOVNI KOLEGIJ ZA ZDRAVSTVENO NEGO</b> .....	13
Poročilo o aktivnostih Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno nego	
● <b>POROČILA - STROKOVNA SREČANJA</b> .....	14
«Z znanjem do zdravja»	14
Naš projekt «ČISTI ZOBJE»	15
Kako je oddelek žilne kirurgije bolnišnice Celje preživel preteklo leto	16
Kardiomobil na poti po Sloveniji	31
S pomočjo margarine v boj s holesterolom	32
Delovna obleka ni več uniforma	33
Nonio - tekoče zdravje	34
● <b>ZA ZNANJE IN NAPREDEK STROKE</b> .....	18
● <b>MEDNARODNA SREČANJA</b> .....	19
Druga evropska sestrška konferenca	
● <b>IZOBRAŽEVANJE</b> .....	21
● <b>ZANIMIVO</b> .....	24
Držimo obljubo. Ustavimo AIDS.	24
Delo babice na ginekološkem oddelku	36
● <b>IZ DRUŠTEV</b> .....	37
Poslušanje planetarnega gonga	37
Refleksna masaža stopal	37
Pohod DMSBZT Ljubljana na Nanos	37
● <b>S HUMORJEM JE LAŽJE IN LEPŠE</b> .....	38
«Soseda»	38
● <b>MI MED SEBOJ</b> .....	397
2. veleslalom reševalcev v zdravstvu	397
Ustanovitev združenja zasebnih patronažnih medicinskih sester	40
In memoriam	42
● <b>MEDICINSKE SESTRE IN PROSTI ČAS</b> .....	43
S hrano proti stresu	43
Širina priprtih vrat	44
«Izložba v delu»	44
● <b>IZLETI - STROKOVNE EKSKURZIJE</b> .....	46
Obisk očesne klinike Regionalne univerzitetne bolnišnice v Trstu	46
● <b>PREDLAGAJTE - POVEJTE</b> .....	45
Prva – pomembnejša plat cepljenja	45
● <b>REKLAMNI PRISPEVKI</b> .....	50
Imate polno glavo nahoda?	50

Utrip - strokovno informativni bilten Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije. ODGOVORNA UREDNICA: mag. Brigita Skela Savič UREDNIŠKI ODBOR: Petra Kersnič, Irena Kersič Ramšak, Veronika Pretnar Kunstek, mag. Brigita Skela Savič LEKTORICA: prof. Cvetana Tavzes PREVAJALEC: Primož Trobevšek NAKLADA: 13200 izvodov NASLOV UREDNIŠTVA: UTRIP, Vidovdanska 9, Ljubljana, T./F. 01/ 2316-055 - tajništvo Zbornice - Zveze, T. 01/ 4344-903, naročnine, računi, e-mail: zveza.med.sester@siol.net, TRR ZDMSZTS pri NLB, posl. Tavčarjeva 7, Ljubljana, številka: 02031-0016512314 TRŽENJE : ATELIER IM, d.o.o. Breg 22, Ljubljana, T. 01/2411-932/4, F. 01/2411-939, e-mail: atelier-im@siol.net PRIPRAVA ZA TISK: STARLING, d.o.o., Opekarska cesta 38, Vrhnika, T. 01/ 7557-850, F. 01/ 7557-855, e-mail: starling@starling.si TISK: Tiskarna POVŠE, Povšetova 36 a, Ljubljana, T./F. 01/ 2301-542, e-mail: tisk.povse@siol.net FOTOGRAFIJA NA NASLOVNICI: Foto Spring SPLETNA STRAN ZBORNICE-ZVEZE: www.zveza-dmszts.si Utrip (Online) ELEKTRONSKI NASLOVI: zveza.med.sester@siol.net, tajnistvo@zveza-dmszts.si, narocnina@zveza-dmszts.si ISSN 1581-3738

Revija izhaja 11-krat letno. Letna naročnina za nečlane je 4500 sit, člani plačujejo naročnino za Utrip s članarino, od katere se obračunava in plačuje 8,5-odstotni davek na dodano vrednost.

## Kdo smo in kaj so naše kompetence?

Tudi v zdravstveni in babiški negi se dogajajo spremembe, ki jih bolj ali manj z veseljem sprejemamo. Včasih so spremembe povzročene od zunaj, velikokrat pa jih povzročimo sami, saj se stroka razvija, prav tako tudi naše znanje in spoznanja.

Na začetku razvoja stroke zdravstvene nege smo govorili o negi bolnika, zdaj, ko so se naloge medicinskih sester spremenile, govorimo o zdravstveni negi. Vloga medicinskih sester se je spremenila od vloge pomočnika zdravniku v vlogo pomočnika bolniku in sicer od pomoči bolnemu k aktiviranju zdravih posameznikov za ohranjanje in krepitev zdravja.

Vloga medicinskih sester je bila najprej povsem odvisna, nato pa smo v dokumentu Razmejitev zdravstvene nege (1996) opredelili vlogo medicinske sestre kot samostojno in odvisno. V skrajšani definiciji zdravstvene nege Mednarodnega sveta medicinskih sester (2002) govorimo o samostojni, soodvisni in sodelujoči vlogi, zdaj pa njeno vlogo določajo kompetence.

V preteklosti je zdravnik prevzel vso odgovornost za naše delo in to tako dolgo, dokler se z osveščanjem bolnikov niso začele pojavljati prve tožbe. 55. člen Zakona o zdravstveni dejavnosti pravi: »Zdravstveni delavec lahko samostojno opravlja vsako delo, za katero ima ustrezno izobrazbo in je zanj usposobljen ter ima na razpolago ustrezno opremo. Za svoje delo prevzema etično, strokovno, kazensko in materialno odgovornost«. Medicinska sestra lahko torej sprejme samo tiste naloge, za katere ima ustrezno izobrazbo in je za njihovo izvajanje usposobljena (kompetentna). V tem primeru nosi tudi vso odgovornost.

V preteklosti niti stroka niti poklici v zdravstveni in babiški negi niso bili zakonsko opredeljeni, medicinske sestre, babice in zdravstveni tehniki so se skrivali pod »ostalimi delavci«. Sedaj so v zakonu o zdravstveni dejavnosti in v drugih podzakonskih aktih urejena mnoga področja: pripravništvo, mentorstvo, strokovni izpiti; kvalifikacija, delovno področje in poklicna dejavnost (kompetenca) za posamezni poklic; v poglavju o zdravstvenih delavcih in sodelavcih sta opredeljeni diplomirana medicinska sestra in diplomirana babica, določeni so pogoji za samostojno opravljanje dela (register), pogoji za podelitev, podaljšanje in odvzem licence (dovoljenja za samostojno opravljanje dela), določen je razširjeni strokovni kolegij za zdravstveno nego kot najvišji strokovni organ, javna pooblastila zbornice in pogoji za pridobitev javnih pooblastil ...

V dokumentu Razmejitev zdravstvene nege (1996) smo definirali, kdo je nosilec zdravstvene nege in kdo izvajalec. Nosilstvo smo opredelili kot funkcijo organiziranja, načrtovanja, izvajanja in vrednotenja zdravstvene nege, vodenja negovalnega tima in pomožnega osebja, ki se vključuje v področje oskrbe, izobraževanja in sodelovanja v izobraževanju, vodenja negovalnega tima in sodelovanja v zdravstvenem timu, vodenja, izvajanja praktičnih vaj za študente in dijake, načrtovanja,

organiziranja, izvajanja in vrednotenja zdravstvene vzgoje, sodelovanja v raziskovalnem delu ter ga dodelili medicinski sestri. Zdravstvenega tehnika smo postavili v položaj izvajalca postopkov in posegov v procesu zdravstvene nege po navodilu medicinske sestre. V zasebni patronažni dejavnosti smo mu dodelili naloge izvajanja zdravstvene nege in oskrbe bolnika na domu pod organizacijo in strokovnim okriljem področne patronažne medicinske sestre, ki je usklajevalka vseh oblik zdravstvene nege in oskrbe bolnika na domu.

V Seznamu poklicev v zdravstveni dejavnosti (Ur. list št.82/27. 7. 2004) so navedene kompetence oziroma poklicna dejavnost za posamezni poklic, kar pomeni, da ima vsak poklic pravico izvajati naloge, ki so v skladu s kompetencami. Kompetence posameznih poklicev bodo podprte s seznamom storitev v dopolnjenem dokumentu »Razmejitev kompetenc zdravstvene in babiške nege«.

Zakon o zdravstveni dejavnosti ne govori o nosilcih in izvajalcih, temveč o zdravstvenih delavcih in zdravstvenih sodelavcih ter o poklicih v zdravstveni dejavnosti. Zakon o zdravniški službi na primer v 1. členu navaja, da je »zdravnik temeljni odgovorni nosilec opravljanja zdravstvene dejavnosti«,

zakonske osnove za določitev nosilke zdravstvene nege pa ni. Nosilka zdravstvene nege (diplomirana medicinska sestra, višja medicinska sestra) je opredeljena z vidika stroke. Istočano je nosilka tudi izvajalka zdravstvene nege. Kot izvajalec pa je določen tudi tehnik zdravstvene nege.

Kar nekajkrat je že bilo postavljeno vprašanje, ali lahko opravlja polivalentno patronažno dejavnost medicinska sestra s srednješolsko izobrazbo. Komisija za zasebno delo v zdravstveni negi

je osebam s srednješolsko izobrazbo (srednja medicinska sestra, zdravstveni tehnik, tehnik zdravstvene nege) do sedaj izdajala soglasje za vpis v register zasebnih zdravstvenih delavcev za izvajanje »nalog zdravstvene nege in oskrbe bolnika na domu pod organizacijo in strokovnim okriljem področne patronažne medicinske sestre, ki je usklajevalka vseh oblik zdravstvene nege in oskrbe bolnika na domu«. Ker ni bilo zakonskih podlag, je seveda upoštevala usmeritve stroke.

Pojavlja se torej vprašanje, ali imamo pravico pogojevati razlike v izvajanju nalog med javno službo v javnih zavodih in javno službo z izvajanjem na zasebni način? Na primer: tehnik zdravstvene nege sme v bolnišnici in v patronažni dejavnosti v sklopu zdravstvenega doma ter v drugih zdravstvenih in socialno varstvenih zavodih izvajati določene naloge na podlagi kompetenc, na terenu kot zasebnik pa jih ne sme. Odgovor je seveda »ne«. Zatorej, na podlagi zakonskih določil velja, da sme vsak poklic izvajati naloge v skladu s svojimi kompetencami, Zbornica – Zveza pa bo tista, ki bo izvajala strokovni nadzor s svetovanjem in nadzorom, kako se upoštevajo.

mag. Bojana Filej



# Kronika dogodkov v januarju

Petra Kersnič

*Kaj smo delali in kje smo bili:*

## 12. januar

### 10. seja Upravnega odbora Zbornice – Zveze

Dnevni red:

1. Pregled realizacije sklepov sej Upravnega odbora: 4. seja z dne 22.6.2005, 5. seja z dne 29.6.2005, 6. seja z dne 15.9.2005, 7. seja z dne 18.10.2005 in 8. seja z dne 10.11.2005
2. Pregled in sprejem predloga zapisnika 9. seje UO z dne 30.11.2005

- Upravni odbor je opravil pregled realizacije programa za leto 2005 in ocenil, da se posvet z dekani Visokih šol (sklep UO 23/3) prestavi v leto 2006 – cilj posveta naj bo ugotovitev, kako se izvaja EU izobraževalni program in kaj to pomeni za prakso zdravstvene nege.

Kadrovska projekcija – projekt IVZ v letu 2004 in 2005 je podal podatke o potrebah na podlagi demografskih podatkov in predvidenega upokojevanja, ni pa predstavil dejanske slike pomanjkanja kadrov v zdravstveni negi. Člani UO menijo, da bi Zbornica – Zveza, Sindikat delavcev v zdravstveni negi Slovenije in Razširjeni strokovni kolegij za zdravstveno nego lahko na podlagi vseh zbranih podatkov pripravili strategijo reševanja kadrovskega primanjkljaja, kar pomeni nadaljevanje projekta. Pri tem bo Zbornica – Zveza prispevala do sedaj pridobljene podatke, RSKZN, kot najvišji strokovni organ pa bo v skladu z 11. členom Pravilnika o sestavi in delovanju razširjenih strokovnih kolegijev, ministra za zdravje seznanil z dejanskim stanjem.

- Mag. Bojana Filej in Petra Kersnič sta se v času 27. in 28.10. aktivno udeležili 2. kongresa Makedonskega združenja medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov na Ohridu. Petra Kersnič je predstavila slovensko organiziranost in organizacijo medicinskih sester, njihovo povezovanje in delovanje na ravni države in na lokalnem nivoju. Mag. Bojana Filej je predstavila položaj in aktivnosti medicinskih sester v Sloveniji ter izobraževanje za poklice v zdravstveni negi. V času kongresa so bili opravljeni tudi razgovori s kolegicami iz Srbije in Črne gore.

- Peter Požun, ki je opravil študijski obisk pri Irskem združenju medicinskih sester v času od 21. in 22. 10, je članom Upravnega odbora 11.11.2005 posredoval pisno Poročilo s študijskega obiska v An Bord Altranais – Irish Nursing Bord s kopijami dokumentov, ki so na voljo članom UO v sejni sobi. Povedal je, da ima bord velike pristojnosti, še posebej na področju izobraževanja in specializacij. Irska ima Zakon o medicinskih sestrah in številna pravila o delovanju stroke od leta 1985 dalje. Irska je tudi članica FEPI – ki je organizacija, ki povezuje članice z namenom, da vpliva na državo in izvaja regulacijo na področju zdravstvene nege. Posebej je izpostavil problem babic in njihovih kompetenc – po direktivi EU babica dela veliko stvari – v Sloveniji se sicer izobražuje a ne dela veliko stvari. Pri tem pa je Peter Požun poudaril, da EU direktiva babico postavlja izključno v delovno področje obravnave nosečnosti in poroda, nikakor pa ne na področje ginekologije ter menil, da bodo morale babice status, skladen z direktivami, urediti same. Sekcijo medicinskih sester in babic je Upravni odbor pozval, da naj primerjajo EU direktivo za babice, programe izobraževanja za poklic diplomirana babica, obstoječo zakonodajo in pripravijo poročilo o dejanskem stanju.

- Člani Upravnega odbora so obravnavali gradivo E-zdravje – Strategija 2005 in pripombe Beise Žabkar, predsednice Sekcije medicinskih sester in babic v pediatriji, ki so bile edine od pozvanih predsednic društev in strokovnih sekcij prispele na Zbornico – Zvezo. Upravni odbor meni, da morajo v informacijski sistem biti vključene negovalne intervencije in kategorizacija zdravstvene nege. Ker je informatika specifično področje, kjer je pomembno da imamo v telesih odločanja svoje predstavnike, bi bilo pomembno zaprositi za sodelovanje eno osebo, ki bi nas opozarjala na aktivnosti v sklopu strategije. Upravni odbor je sklenil, da se Ministrstvu za zdravje posreduje predlog, da se v skupino – svet za informatiko vključi predstavnik Zbornice – Zveze. Za tesnejše sodelovanje se zaprosi mag. Vesno Prijatelj, ki vodi sekcijo za Informatiko v zdravstveni negi pri Slovenskem društvu za medicinsko inforamtiko.

- Na podlagi poziva strokovni javnosti, da poda predlog ekspertov iz področja zdravstvene nege na ožjih strokovnih področjih, je Upravni odbor na podlagi prejetih predlogov, da se v banko ekspertov ICN imenuje Ljubinko Popovič, Andrejo Peternelj, Ružico Bavdek, Petra Požuna, Lidijo Ocepek, Sandro Naka in Marino Velepčič le te potrdil.

- Upravni odbor je za mandatno obdobje 2006 – 2010 imenoval za odgovorno urednico informativnega biltena Utrip mag. Brigito Skela Savič in jo zadolžil, da skladno s 4. členom Poslovnika o delu Upravnega odbora in Pravilnikom o delovanju uredništev strokovnih in informativnih publikacij pripravi predlog članov Uredniškega odbora in predlog uredniške politike.

- Upravni odbor je za mandatno obdobje 2006 – 2010 glavno in odgovorno urednico strokovnega glasila Obzornik zdravstvene nege imenoval Andrejo Zajc Mihelič in jo zadolžil, da skladno s 4. členom Poslovnika o delu Upravnega odbora in Pravilnikom o delovanju uredništev strokovnih in informativnih publikacij pripravi predlog članov Uredniškega odbora in predlog uredniške politike.

- Upravni odbor je za leto 2006 imenoval Vero Grbec, dosedanja glavno in odgovorno urednico za svetovalko nove glavne in odgovorne urednice Obzornika zdravstvene nege.

Upravni odbor ni podprl vloge Šolskega centra Novo mesto za podporo višješolskega študijskega programa zdravstvene nege. Za kontakt se je ravnatelj šolskega centra predlagalo predsednico regijskega društva, Jožico Rešetič.

- Upravni odbor je po razpravi o vsebini dopisa Skupnosti Srednjih zdravstvenih šol, ki se nanaša na razširjanje mreže srednjih šol, ki bi želele vpisovati program tehnik zdravstvene nege, podprl njihovo mnenje, da obstoječe število tehnikov zdravstvene nege, ki letno zaključijo šolanje na obstoječih šolah, zadostuje oziroma pogosto presega potrebe zdravstvenih in socialnih zavodov po njihovi zaposlitvi.

- Sindikat zdravstvene nege Slovenije je Zbornici – Zvezi odstopil dopis v zvezi z pobiranjem denarja v enoti ZD Ljubljana. Upravni odbor ugotavlja, da pobiranje denarja ne sodi med kompetence medicinskih sester in zdravstvene nege, zato predlaga ZD ustrezno organizacijo blagajniške službe v zavodu.



**3. Pregled in sprejem predloga zapisnika 2. korespondenčne seje UO z dne 8. 12. 2005**

**4. Priprave na 17. redno skupščino – 24.3.2006**

- a. program dela za leto 2006
- b. poročila o delu v letu 2005

**5. Pregled aktivnosti**

- a. 2. konferenca o negovalnih diagnozah
- b. Obravnava odgovora Sekcije medicinskih sester v patronažni dejavnosti v zvezi z zasebnim delom tehnikov zdravstvene nege v zasebni dejavnosti

**6. Načrt dela 2006**

- a. Razpis za Zlati znak Zbornice – Zveze 2006
- b. Imenovanje programskega in organizacijskega odbora za 6. kongresa zdravstvene in babiške nege v terminu 11.-13.5.2007

**7. Imenovanje člana Razširjenega strokovnega kolegija za paliativno medicino**

Upravni odbor je na pobudo Ministrstva za zdravje v nov Razširjeni strokovni kolegija za paliativno medicino imenoval Branko Červ.

**8. Mednarodne članarine 2006**

Upravni odbor je skleni, da se članarina ICN (International Council of Nursing) za leto 2006 plača v dveh obrokih po 400.000 sit, in članarina EFN (European forum of Nursing) za leto 2006 v višini 250.000 sit

**9. Vloge**

- a. Poročilo Komisije za izobraževanje:

**1. Sprejem predloga dopolnjenega Programa pripravištva za tehnika zdravstvene nege**

Predlog dopolnjenega programa pripravništva za tehnika zdravstvene nege je bil posredovan Ministrstvu za zdravje.

**2. Sprejem predloga razlage specialnih, dodatnih ali posebnih znanj**

Upravni odbor Zbornice – Zveze na 9. redni seji 12.1.2006 z dopolnili sprejel razlago specialnih, dodatnih oziroma posebnih znanj in jih v vednost in potrditev poslal Razširjenemu strokovnemu kolegiju za zdravstveno nego in Sindikati delavcev v zdravstveni negi Slovenije.

### STROKOVNO IZPOPOLNJEVANJE

(70.člen Zakona o zdravstveni dejavnosti)

#### SPECIALNA, DODATNA ALI POSEBNA ZNANJA SPECIALISTIČNA ZNANJA

##### Pridobitev

Programi za strokovno izpopolnjevanje in specializacijo se razlikujejo od programov za pridobitev izobrazbe po tem, da so vsebinsko ožje zastavljeni. V teh programih prevladujejo strokovno-teoretične vsebine, ki omogočajo razširjanje, poglobljanje, posodabljanje in dopolnjevanje znanj. Programi temeljijo na pridobljeni strokovni izobrazbi ter na delovnih izkušnjah.

Na področju programov za izpopolnjevanje strokovne izobrazbe razlikujemo dve vrsti izpopolnjevanj:

**1. Programi za izpopolnjevanje na določenem področju dela, ki potekajo na delu oziroma ob delu in so specialna, dodatna ali posebna znanja.**

To so posebna, specialna, strokovno- teoretična in praktična znanja, veščine in spretnosti. Gre za dogovorjen oziroma predpisan »standard dodatnih, posebnih teoretičnih znanj in veščin«, ki jih mora osvojiti posameznik, ki dela na

določenem delovnem mestu in so praviloma zapisana v Aktu o sistemizaciji delovnih mest.

Predpisana specialna, dodatna ali posebna znanja in veščine lahko posameznik pridobi na več načinov:

- preko internega ali zunanega teoretičnega in praktičnega izobraževanja,
- z učenjem na samem delovnem mestu pod vodstvom mentorja,
- s samoizobraževanjem.

**POGOJI za priznavanje in socialno vrednotenje specialnih znanj:**

Vsa izobraževanja za pridobitev specialnih, dodatnih ali posebnih znanj morajo biti potrjena s strani strokovnega kolegija zdravstvene nege ali strokovnega sveta zdravstvene nege v posamezni instituciji in vpisana v nacionalni register izobraževanj, ki ga vodi Zbornica – Zveza.

Program internega strokovnega izobraževanja naj bi vseboval naslednje elemente:

- ciljna skupina;
- vsebinsko in časovno opredeljene ure teoretičnega in praktičnega izobraževanja;
- metode dela;
- učni izidi oz. pridobljene kompetence po koncu izobraževanja.

Pomembno je, da gre za vključevanje v verificirane programe s preverjanjem znanja, ki je lahko interno ali zunanje:

interno preverjanje izvaja bolnišnica, zdravstveni dom oziroma zavod organizator – ki izpolnjuje pogoje, ki jih morajo izpolnjevati zdravstveni zavodi za izvajanje praktičnega pouka dijakov zdravstvenih šol in študentov visokošolskih zavodov kakor in za podelitev naziva učni zavod (Ul. RS 25/93,28/99), zunanje preverjanje se izvaja v okviru pridobivanja nacionalnih poklicnih kvalifikacij, v okviru strokovnih združenj, domačih in tujih.

Znanje, veščine, spretnosti ter osebno prizadevanje ter odnos posameznika se preveri (s testom, izpraševanjem, z opazovanjem na delovnem mestu, s pomočjo portfolia.) in posameznik pridobi certifikat, spričevalo, iz katerega je jasno razvidno, katera znanja, spretnosti, veščine je pridobil in da je preverjanje uspešno zaključil. Šele osvojeni standard specialnih znanj in spretnosti ter ustrezne osebne lastnosti so osnova za določitev novih, dodatnih kompetenc posameznika na določenem delovnem mestu.

**2. Programi za izpopolnjevanje za zahtevnejša dela v okviru pridobljenega poklica, ki so specialistična znanja in omogočajo pridobiti naslov specialist (68. člen Zakona o zdravstveni dejavnosti) ter potekajo v okviru formalnega šolskega sistema ali kot javno pooblastilo (87. člen Zakona o zdravstveni dejavnosti).**

Praviloma se v te programe izobraževanj vključujejo diplomanti, ki so si po pridobljeni strokovni izobrazbi že pridobili ustrezne delovne izkušnje. Programi se izvajajo v izobraževalnih ustanovah oziroma zdravstvenih zavodih in pri zasebnikih zdravstvenih delavcih, ki izpolnjujejo pogoje za izvajanje programov pripravništva, sekundariata in specializacije (Ul.RS 25/93.98/99).

**3. Nacionalne poklicne kvalifikacije so vpisane v republiški register Nacionalnih poklicnih kvalifikacij (Zakon o nacionalnih poklicnih kvalifikacijah Ul.RS 83/03).**

Pripravila: Komisija za izobraževanje pri Zbornici zdravstvene in babiške nege 22.12. 2005

## Pisma

Upravni odbor je obravnaval številna pisma, ki so jih posamezni člani ali skupine naslovili direktno na Zbornico – Zvezo ali zgolj v vednost, ker so jo naslovili direktno na Ministrstvo za zdravje. Vsebina pisem se nanaša na zahtevo po ureditvi statusa višjih in diplomiranih medicinskih sester in vrednotenje delovnega mesta. V ta namen objavljamo odgovor Ministrstva za visoko šolstvo, znanost in tehnologijo Ministrstvu za zdravje in odgovor Ministrstva za zdravje višjim medicinskim sestram SB d. Franceta Derganca v Novi Gorici.

## Republika Slovenija

Ministrstvo za visoko šolstvo, znanost in tehnologijo

Številka: 601-23/2005

Datum: 5. 5. 2005

Ministrstvo za zdravje

Minister, mag. Andrej Bručan

Zadeva: strokovni naslovi medicinskih sester

Spoštovani!

V dopisu št. 504-5/2005-2, prejeli smo ga 24.3.2005, se zavzemate za ureditev statusa oziroma strokovnega naslova višjih medicinskih sester. Menite, da bi šele strokovni naslov »posledično pomenil tudi ureditev statusa medicinskih sester v Republiki Sloveniji«. Dopisu ste priložili tudi pismo medicinskih sester Interne klinike Kliničnega centra v Ljubljani.

Sporočiti vam moramo, da diploma in strokovni oziroma znanstveni naslov pomenita le dokazilo o končanem študiju oziroma, kot je določeno z Zakonom o strokovnih in znanstvenih naslovih (Uradni list RS, št. 83/2003 – prečiščeno besedilo), strokovni naslov označuje »stopnjo in vrsto izobrazbe«, ne pa tudi poklicnega oziroma zaposlitvenega položaja. Ta je za regulirane poklice urejen v zakonih ali drugih posebnih predpisih za posamezne dejavnosti, pri »nereguliranih« dejavnostih pa ga urejajo delodajalci. V vseh primerih je treba upoštevati tudi t.i. pridobljene pravice, kar pomeni, da je treba upoštevati tudi diplomante, ki so na trg dela vstopili po prejšnjih predpisih.

Tako je tudi položaj medicinskih sester urejen v predpisu, ki ga v dopisu citirate. Višjim medicinskim sestram z opravljenim pripravništvom, strokovnim izpitom in tremi leti prakse »se prizna enaka kvalifikacija« kot diplomiranim medicinskim sestram. To določilo je dobro izhodišče za nadaljnje urejanje njihovega položaja, npr. v ustrezni kolektivni pogodbi. Iz priloženega pisma medicinskih sester Kliničnega centra je razvidno, da se zavzemajo le za to, saj trdijo, da so po tej poti tudi v drugih dejavnostih »pravilno uredili statuse svojih delavcev«.

Omeniti je treba še, da poklic medicinske sestre v EU spada med regulirane poklice. V predpristopnih pogajanjih Slovenije z Evropsko komisijo se je izkazalo, da je bilo v študijskih programih zdravstvene nege neustrezno razmerje med teoretičnim in praktičnim poukom, in sicer ne glede na to, kolikšno je bilo v posameznih obdobjih njihovo trajanje. Zato je bilo treba študijski program uskladiti z direktivo EU 77/453/EEC, za diplomante študijskih programov pred uskladitvijo pa, kot sami pojasnjujete, dopolniti Zakon o zdravstveni dejavnosti (7. in 11. člen).

To pomeni, da le navedena ureditev – ne pa spremenjen strokovni naslov – v EU omogočata prost pretok oseb in s tem povezano vzajemno priznavanje tega reguliranega poklica.

Pripravila: Božena Kenig

Dr. Jure Zupan  
Minister

## Republika Slovenija

Ministrstvo za zdravje

Številka: 504-6/2005-3

Datum: 07.06.2005

Splošna bolnišnica »dr. Franca Derganca« Nova Gorica

Višje medicinske sestre

Ulica padlih borcev 13a

5290 Šempeter pri Gorici

ZADEVA: Ureditev statusa višje medicinske sestre

Na ministrstvu za zdravje smo prejeli dne 01.03.2005 dopis, v katerem višje medicinske sestre Splošne bolnišnice »dr. Franca Derganca« Nova Gorica predlagate ustrezno ureditev statusa in poklica višje medicinske sestre.

Sporočamo vam, da smo pobudo za ureditev enakopravne obravnave in posledično ureditev statusa poklica medicinska sestra s strokovnim naslovom »diplomirana medicinska sestra« in medicinske sestre s strokovnim naslovom »diplomirana medicinska sestra« posredovali na Ministrstvo za visoko šolstvo, znanost in tehnologijo in prejeli odgovor, ki ga prilagam k temu dopisu.

Sočasno pa vam pojasnjujemo, da zakon o spremembah in dopolnitvah zakona o zdravstveni dejavnosti (Uradni list RS, št. 2/04) v drugem odstavku 11. člena določa »višji medicinski sestri, višjemu zdravstvenemu tehniku oziroma višjemu medicinskemu tehniku, ki je diplomu pridobil po prej veljavnih študijskih programih, ima končano pripravništvo in opravljen strokovni izpit in tri leta opravljanja svojega poklica v zadnjih petih letih, se prizna enaka kvalifikacija kot tisti oziroma tistemu, ki konča študij skladno s 7. členom tega zakona, in lahko samostojno opravlja delo v zdravstveni dejavnosti«. Namen tega določila je bil zagotoviti enake možnosti oziroma priznavanje kvalifikacije višje medicinske sestre v skladu z evropskimi direktivami, in s tem tudi avtomatično priznavanje poklicne kvalifikacije znotraj držav članic Evropske unije.

Na področju plačne politike zdravstvenih delavcev in zdravstvenih sodelavcev pa gredo prizadevanja Ministrstva za zdravje za plačilo po delu in za izenačitev vrednotenja njihovega dela, tudi s primerljivimi pogoji na nacionalni ravni.

Lepo pozdravljeni.

Pripravila: Darja Cibic

Andrej BRUČAN  
MINISTER

Prav tako smo na Zbornico - Zvezo prejeli nekaj pisem s strokovnimi vprašanji, ki pa bodo dobila odgovor v posodobljenem dokumentu razmejitve zdravstvene in babiške nege, ki je v zaključni fazi.

17. januar

- 1. sestanek Delovne skupine za nenasilje v zdravstveni negi

19. januar

- 5. sestanek Delovne skupine za terminologijo v zdravstveni in babiški negi

23. januar

- seja Statutarne komisije



V skladu s 3. členom Statuta Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije –  
Zveze društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije in  
Pravilnika o priznanjih Zbornice – Zveze

Upravni odbor s sklepom 10. redne seje z dne 12. 1. 2006 objavlja

## **RAZPIS ZA PODELITEV ZLATEGA ZNAKA 2006**

Zbornica – Zveza bo v letu 2006 podelila do deset Zlatih znakov.

Podelitev Zlatih znakov bo 12. maja 2006 na osrednji državni proslavi  
ob Mednarodnem dnevu medicinskih sester na Bledu.

Kandidatke/kandidate za Zlati znak v skladu s Pravilnikom o priznanjih Zbornice – Zveze lahko  
predlagajo posamezni člani, organi in delovna telesa Zbornice – Zveze.

### **Kriteriji za podelitev Zlatega znaka:**

- uspešno poklicno delo na področju zdravstvene nege,
- kakovostno in učinkovito organizacijsko delo v dejavnosti zdravstvene nege,
- prispevek k uspešnemu uresničevanju programov zdravstvene nege in zdravstvenega varstva,
  - prispevek k humanizaciji odnosov med uporabniki in izvajalci,
- uspehi pri doseganju ciljev, uresničevanju ter uveljavljanju nalog Zbornice – Zveze,
  - prispevek k izboljšanju zdravstvenega stanja prebivalstva,
  - raziskovalno delo,
  - pomembno publicistično delo.

**Predlagatelji morajo predloge za dobitnice/ke Zlatega znaka 2006 skupaj z življenjepisom in utemeljitvijo, ki bo skladna z razpisnimi pogoji, poslati na sedež Zbornice – Zveze Komisiji za priznanja Zbornice – Zveze Vidovdanska 9, 1000 Ljubljana do ponedeljka, 3. aprila 2006.**

*Komisija za priznanja bo upoštevala samo predloge, ki bodo ustrezali razpisnim pogojem in bodo na sedež Zbornice – Zveze prispeli v razpisanem roku.*

## **SVETOVNI, MEDNARODNI, EVROPSKI IN DRUGI POMEBNI DNEVI ZA VZGOJO IN ZDRAVJE**

### **JANUAR**

- 1. januar – Svetovni dan miru
- 31. januar – Dan brez cigarete

### **FEBRUAR**

- 8. februar – Slovenski kulturni praznik
- 11. februar – Svetovni dan bolnikov
- 15. februar – Evropski dan operacijskih medicinskih sester

### **MAREC**

- 1. – 8. marec – Slovenski teden boja proti raku
- 8. marec – Mednarodni dan žena
- 15. marec – Svetovni dan potrošnikov
- 22. marec – Svetovni dan voda
- 23. marec – Svetovni meterološki dan
- 24. marec – Svetovni dan boja proti tuberkulozi
- 25. marec – Materinski dan





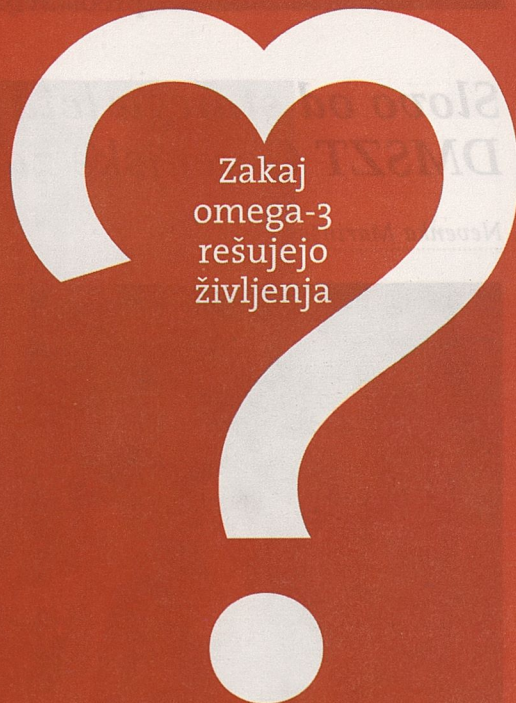
## *Fidimedov zdravstveni vodnik*

Napotki za  
racionalno uporabo in svetovanje  
zdravil naravnega izvora  
in prehranskih dopolnil.



Fidimed d.o.o.,  
Brodišče 32, 1236 Trzin  
[www.fidimed.si](http://www.fidimed.si)

**Brezplačni izvod**  
lahko naročite na:  
01 563 45 20  
ali  
[info@fidimed.si](mailto:info@fidimed.si).



Zakaj  
omega-3  
rešujejo  
življenja

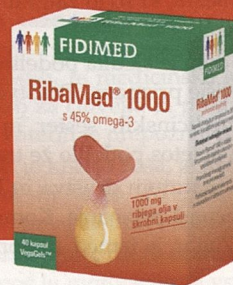
### **Ker omega-3:**

znižujejo smrtnost zaradi bolezni srca in ožilja  
zmanjšujejo tveganje za nastanek  
koronarnih bolezni  
znižujejo triacilgliceride v plazmi  
izboljšujejo simptome revmatoidnega artritisa in  
znižuje porabo nesteroidnih antirevmatikov  
zmanjšujejo tveganje za prezgodnji porod

Priporočilo Ameriškega združenja za srce (AHA): bolniki s koronarno  
bolezni srca naj uživajo 1 g ribjega olja na dan, bolniki s  
hipertrigliceridemijo pa 2-4 g ribjega olja na dan.

Priporočen odmerek za bolnike z revmatoidnim artritissom  
je 3-6 g ribjega olja na dan.

**RibaMed 1000<sup>®</sup>**  
z več omega-3  
in naravnim vitaminom E



**Edini preparat v Sloveniji, ki vsebuje:**  
najčistejše ribje olje

visoko koncentrirane omega-3 maščobne kisline  
(50% več kot sorodni izdelki)

kapsule z ovojnico **rastlinskega izvora** - VegaGels™  
Ena kapsula vsebuje 1000 mg najčistejšega ribjega olja s 45% omega-3  
maščobnimi kislinami in 3 mg naravnega vitamina E.  
V lekarnah.



## Slovo od starega leta in podelitev Srebrnih znakov DMSZT Gorenjske za leto 2005

Nevenka Marinšek



Od leve proti desni: Monika Ažman, Predsednica društva, Vera Benedik, Peter Požun, podpredsednik ZZ, Marija Petrinec Primožič, Petra Kersnič, generalna sekretarka ZZ, Mirjam Belič, prva predsednica društva, Darinka Klemenc, koordinatorica za regijska društva, Aleksandra Sušnik in Darja Noč

Vsako leto v decembru je čas za slovo od preteklega leta in je čas za izražanje lepih želj v novem letu. Gorenjsko društvo ostaja pri tradiciji. Člane in članice povabi na ogled gledališke predstave. Ogledali smo si Komedijo ljubezni, ki so jo zaigrali igralci Gledališča Toneta Čufarja z Jesenic.

V drugem delu je sledila podelitev Srebrnih znakov za leto 2005 – najvišje priznanje Društva.

Društvo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Gorenjske jih je letos podelilo že tretjič.

V skladu s Statutom društva in Pravilnikom o priznanjih so bila podeljena 4 priznanja. Komisija, ki ji predseduje gospod Marjan Žagar, je izmed 10 nominirank izbrala 4 nagrajenke.

Priznanja sta podelili predsednica društva Monika Ažman in članica komisije za priznanja gospa Dita Perčič.

Posebno vzdušje v dvorani je bilo čutiti ob pozdravu posebni gostji, prvi predsednici in ustanoviteljici gorenjskega društva, gospe Mirjam Belič.

### Nagrajenke »SREBRNI ZNAK« 2005

#### VERA BENEDIK

Vera Benedik se je rodila v Varaždinu, kjer je tudi končala Šolo za medicinske sestre splošne smeri. Znanje in izkušnje si je na Golniku pridobivala na oddelku za intenzivno nego in terapijo in ob delu dokončala izredni študij na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani.

Zdaj na negovalnem oddelku skupaj s kolegicami razvija organizacijo neakutne obravnave bolnika v KOPA Golnik in soustvarja podobo samostojne in profesionalne medicinske sestre.

Vera Benedik se je pri svojem delu usmerjala k bolnikom s kroničnimi boleznimi. Aktivno je vodila šolo trajnega zdravljenja s kisikom na domu za bolnike in njihove svoje. Danes vodi individualno izobraževanje bolnikov s sladkorno boleznijo.

Njeno delo je zaznamovano z vztrajnostjo, kolegialnostjo, močno voljo in trudom biti še boljši. Prav to tudi veliko



*Prejemnice priznanja, predsednica društva in članica komisije za priznanja Dita Perčič*

prispeva h kakovosti zdravstvene nege v bolnišnici in uspešnemu uresničevanju programa službe zdravstvene nege.

Njene človeške in strokovne odlike pomembno prispevajo k dobremu počutju bolnikov in svojcev ter boljšim medsebojnim odnosom v delovnem timu.

Svoja znanja kot izkušena mentorica uspešno prenaša na mlajše kolegice. Aktivno sodeluje tudi s teoretičnimi in praktičnimi vsebinami v programu pripravništva ter strokovnih delavnicah za medicinske sestre.

#### **DARJA NOČ**

V Splošni bolnišnici na Jesenicah se je zaposlila po uspešno končanem študiju na Višji šoli za zdravstveno nego v Ljubljani leta 1986.

Najprej je delala v enoti centralne intenzivne terapije, nato je delo nadaljevala na ginekološko-porodniškem oddelku. V delo na tem oddelku se je vključila z vsem žarom in postala nosilka projekta za pridobitev naziva »Novorojenčku prijazna porodnišnica«.

Poleg dela na oddelku je pripravila temelje in dolgo časa vodila Šolo za dojenje. Zelo aktivno se je vključevala tudi v druga zdravstvenovzgojna področja na ginekološko-porodniškem oddelku.

Pred dvema letoma je stopila na zahtevno pot organiziranja in vodenja oddelka za zdravstveno nego. Na oddelku, ki je organizacijsko in strokovno popolnoma samostojen oddelek, je Darja glavna medicinska sestra.

S svojim pozitivnim in toplim odnosom ter profesionalnim delom občutno prispeva h kvaliteti zdravstvene nege tako v Splošni bolnišnici na Jesenicah kot v slovenskem prostoru. Odločilna je bila njena vloga v bolnišnici pri dvakratnem priznanju Unicefa "Novorojenčku prijazna porodnišnica".

Darji zaposleni v SBJ izrekajo vse spoštovanje in priznanje za njeno dosedanjo delo ter se z njeno številno družino veselijo še mnogih uspehov!

#### **MARIJA PETRINEC PRIMOŽIČ**

Marija Petrinec Primožič je pričela svojo poklicno pot v KOPA Golnik leta 1990.

2001 je končala študij na Visoki šoli za zdravstvo v Ljubljani in postala vodja negovalnega tima v Oddelku za endoskopijo dihal in prebavil.

S svojim prijaznim nastopom in nasmehom se trudi, da bi bile endoskopske preiskave za bolnika čim manj neprijetne. Sodelavci vidimo v njej strokovno in zanesljivo medicinsko sestro, na katero se lahko vedno zanesemo.

Vsa leta aktivno sodeluje kot predavateljica na različnih izobraževanjih in je mentorica pri usposabljanju medicinskih sester, ki delajo na področju bronhoskopije. Sodeluje pri izvajanju učnih delavnic za zdravnike in v KOPA vodi krožek za etične dileme na področju zdravstvene nege.

Sodeluje v delovni skupini za pripravo smernic za bronhoskopijo z upogljivim bronhoskopom.

Marija se udeležuje tudi izobraževanj zunaj meja Slovenije in izrazito pripomore k večji prepoznavnosti in kakovosti zdravstvene nege v endoskopiji ter prepoznavnosti naše bolnišnice tudi v tujini.

Tudi v domačem kraju aktivno sodeluje v krajevni organizaciji Rdečega križa in rada priskoči na pomoč bolnikom s sladkorno boleznijo, predvsem z nasveti in izkušnjami, ki jih ima.

Sicer pa Marijo poznamo kot aktivno kolesarko, ki vsak dan prikolesari v službo. Le hud mraz ali močan naliv jo prisilita, da kolo zamenja z avtomobilom.

#### **ALESANDRA SUŠNIK**

Od leta 1978 je zaposlena v ZD Radovljica. Pričela je v sprejemni ambulanti, kasneje je svoje delovne izkušnje nadgrajevala na otroškem oddelku in v laboratoriju. Prva je pričela orati ledino na področju zdravstvene nege na domu. To delo z največjim veseljem opravlja še zdaj (skupaj že petindvajseto leto).

Njena vsestranskost se kaže tudi v izvajanju delavnic po programu CINDI in v izvajanju zdravstvenovzgojnega dela v dveh krajevnih skupnostih. Je medicinska sestra, ki premore veliko empatije. Skrb za človeka in predanost poklicu je le del njenih odlik, po katerih je prepoznavna.

Do svojih sodelavcev, ki jo kličejo Saša, je nadvse kolegialna. S svojim nasmehom in voljo do življenja pa tako sodelavcem kot bolnikom polepša tudi bolj turobne dni.

Gospa Aleksandra Sušnik pravi, da že samo občutek, da si nekomu potreben, daje moč in motivacijo za vsakdanje delo. Z vsakim dnem, ki ga na terenu preživi z bolniki in njihovi mi svojci, dobi potrdilo, da dela dobro in prav. Sodelavke ZD Radovljica dodajajo, da jo imajo rade in da so vesele, da je njihova sodelavka!

Večer se je zaključil v prijetnem druženju.



## Utrinek s slovesnosti v Psihiatrični kliniki Ljubljana

mag. Jožica Peterka Novak



Slika: Ladi Škerbinek, Jožica Peterka, Ljubica Janež in Saša Boljkovac

V prazničnih decembrskih dneh smo se zbrali ob slovesnem dogodku v Psihiatrični kliniki – podelitvi priznanj za posebne zasluge in dosežke pri delu v zdravstveni negi. Lepo je, da se ravno v prazničnem času posvečamo pohvalam, prijetnemu vzdušju, pogledom nazaj po opravljenih delih v letu. Pomembno je, da smo vsaj občasno prijazni s seboj in drugimi ljudmi v naši okolici, si priznamo uspehe, sprejmemo pozornost ljudi, ki naše delo poznajo, opazijo in spoštujejo. Prav je, da si privoščimo pohvale in da verjamemo, da si jih zaslužimo. Z vidika vodenja je seveda prav tako pomembno, da ob zaključku leta sestavimo seznam uspehov.

Ob podelitvi priznanj, ki so jih za leto 2005 prejele gospa Ana Ladi Škerbinek, gospa Slavica Janež in gospa Saša Boljkovac, sem vsem sporočila naslednje:

»Ponosna sem na vse, ki ste zaslužile priznanja, na vse tiste, ki ste si prizadevali, da bi razpis za podelitev priznanj v zdravstveni negi pripeljali do zaključka, in na vse tiste, ki opravljate svoje vsakodnevno delo v zdravstveni negi. Vesela sem, da zmoremo v svojih vrstah izbrati posameznike, ki izstopajo pri svojem delu, da znamo pri sodelavcih prepoznati kvalitete in dragocenosti, ki so odlika njihovega dela in osebnosti. Zato vam, dobitnicam priznanj, iskreno čestitam! Prenašajte svoje veselje nad tem, da so kolegice in kolegi opazili vaše kvalitete, tudi v svoje okolje. Cenite svoje sodelavce, ki so uspeli v vas prepoznati človeka, ki je tako dober, da

bodo tudi drugi po vas povzeli skupne cilje, občutek pripadnosti, ohranjanje dobrih medsebojnih odnosov in podobno. Svoje kvalitete razširjajte med svoje sodelavce, da bodo tudi oni naredili tisto, kar zmorejo. Če bomo delali kot ekipa, bomo še bolj uspešni in bomo imeli več možnosti pri oblikovanju in doseganju delovnih načrtov.

Za uspeh našega dela so pomembni tudi manj opazni sodelavci, ki se prav tako trudijo, pa jih mogoče prezremo, ker je njihovo nujno potrebno delo pogosto manj vidno. Zato pohvala ni samo današnji dogodek, pač pa proces, ki traja dalj časa in ima za cilj kvalitetno zdravstveno nego, s sodelavci, ki bodo zaupali v svoje sposobnosti, in znanje. Vsi moramo sodelovati pri tem in se zavdati, da nismo nasprotniki, pač pa soigralci na isti strani. Medsebojni odnosi zahtevajo trdo delo, izzive in morebiti tveganje. Vendar nas tudi bogatijo in navdihujejo za dobro delo ter kvalitetno življenje. Zato je prav, da ne pozabimo, da imamo poleg dela tudi življenje, ki nam omogoča številne razsežnosti, in zadovoljstva, ki se odražajo v poklicnem in zasebnem življenju.

Pohvalo najboljšim sodelavkam smo izrekli v obliki priznanj, ki se bodo trajno ohranila in jih spominjala na dejstvo, da življenju in delu daje smisel tudi tisto, kar dajemo. Zadovoljevanje potreb po priznanju je pomembno za nadaljnji razvoj posameznika, zato želim vsem, da se naučimo slišati in dati pohvalo. Tako bomo v življenju doživljali uspehe in zadovoljstvo vsi!

## Poročilo o aktivnostih Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno nego

Vesna Čuk

Pravilnik o sestavi in delovanju Razširjenih strokovnih kolegijev (UR.30 /2002, 82/2004) pravi, da je Razširjeni strokovni kolegij (v nadaljevanju RSK) najvišje in avtonomno strokovno telo določene stroke, ki je pri svojih odločitvah zavezano dosežkom znanosti, strokovno preverjenim metodam in razvoju stroke, upošteva javni zdravstveni interes. Med šestindvajsetimi je tudi RSK za zdravstveno nego (ZN), ki šteje 12 članic. Članice RSK za zdravstveno nego so imenovali Klinični center in Zbornica zdravstvene nege, vsak tretjino članov, tretjino članov pa je skupaj imenovala Visoka Šola za zdravstvo v Ljubljani in Visoka zdravstvena šola v Mariboru. Vsak RSK ima predsedujočega in namestnika predsedujočega za mandat enega leta, namestnik predsedujočega v naslednjem letu prevzame mesto predsedujočega. Naloge RSKZN so: usklajevanje in dokončno oblikovanje strokovnih smernic za področje zdravstvene nege, spremljanje razvoja stroke in zdravstvene politike in sklepov, ki se nanašajo na strokovno področje, spremljanje normativov in standardov kadrovskih in materialnih virov, ocena stanj, pripravljanje strokovnih stališč za različne naročnike kot. Ministrstvo za zdravje, Zavod za zdravstveno zavarovanje ali druge ter predlaganje novih strokovnih metod.

RSKZN deluje že četrto leto, članice pa so: imenovane iz Kliničnega centra Ljubljana Jelka Mlakar, Mojca Dolinšek, Marina Brumen in mag. Brigita Skela Savič; doc. dr. Olga Šušteršič in mag. Ana Polona Mivšek iz Visoke šole za zdravstvo Ljubljana, Dubravka Sancin in dr. Majda Pajnkihar, ki je v letošnjem letu zamenjala mag. Danico Železnik iz Visoke zdravstvene šole Maribor. Iz Zbornice zdravstvene in babiške nege smo bile imenovane Daniela Moerec, Irena Buček Hajdarevič, Magda Brložnik in Vesna Čuk. Poleg tega so stalno vabljene članice na sejah RSKZN tudi predstavnica Ministrstva za zdravje Darja Cibic, predstavnica Zbornice zdravstvene in babiške nege ter Zdravstvenega sveta mag. Bojana Filej, predstavnica sindikata v zdravstveni negi Jelka Černivec, v zadnjem letu pa se je pridružila tudi predstavnica v strateškem svetu ministra za zdravje Andreja Peternelj. Na posamezne seje se glede na obravnavano tematiko povabi tudi druge člane in predstavnike. Organizirane so tudi stalne skupine in sicer delovno skupino glavnih medicinskih sester slovenskih bolnišnic, ki jo vodi glavna medicinska sestra Kliničnega centra Erna Kos Grabnar, delovna skupina za kategorizacijo, ki jo vodi mag. Klančnikova, delovna skupina za osnovno zdravstveno dejavnost, katere koordinatorka je Irena Vidmar iz ZD Ajdovščina in delovno skupino za zdravstveno nego in oskrbo v socialnovarstvenih zavodih, ki jo vodi mag. Liljana Leskovic.

RSKZN ima svoj poslovnik, ki ureja delovanje organa. Zadnje tri seje RSKZN so bile sklepčne, kar nam je omogočilo obravnavo poročil in gradiva ter sprejem pomembnih sklepov. Med dobro opravljenimi nalogami v zadnjih dveh mesecih so prav gotovo ponovno zbrani podatki o dejanskem številu kadra v zdravstveni negi, natančenje v slovenskih bolnišnicah. Ocena stanja in izdelava kadrovskih normativov za izvajalce zdravstvene nege v bolnišnični dejavnosti je bila narejena na osnovi kategorizacije zahtevnosti zdravstvene nege, predlagani pa so bili tudi minimalni kadrovski stan-

dardi na posameznih deloviščih za specialistične dejavnosti. V decembru smo imeli predstavitev analize za osnovno zdravstveno dejavnost in analize kategorizacije zahtevnosti zdravstvene nege v izbranih socialnovarstvenih zavodih. Vsi zbrani podatki bodo lahko osnova za plan kadrov in potreb v zdravstveni negi ter za obisk pri ministru za zdravje. Vsi podatki morajo biti zanesljivi, zato je bil sprejet sklep, da se kategorizacija v osnovni zdravstveni dejavnosti nadaljuje s ciljem, da zajame vse izvajalce, pri katerih je bil sedaj odpor za zbiranje podatkov, kljub informacijski podpori in programom, ki so v večini zdravstvenih domov na razpolago za vnos in obdelavo podatkov. Kategorizacija v socialnovarstvenih zavodih se bo nadaljevala v letu 2006 na večjem vzorcu socialnovarstvenih zavodov, kot do sedaj, s tem, da bodo primerjali med seboj tudi različne metode kategorizacije zahtevnosti zdravstvene nege in oskrbe. Podatki o analizi in ocena potreb po kadrih v zdravstveni negi, predvsem pomanjkanje diplomiranih medicinskih sester naj bi se reševalo postopoma v desetih letih, s novimi zaposlitvami v bolnišnicah, s povečevanjem vpisnih mest na visokih šolah in tudi s certifikatnim izobraževanjem za višjo zahtevnost dela v zdravstveni negi. Že v letu 2005 so bili namreč sprejeti predlogi za pridobitev nacionalnih poklicnih kvalifikacij za nekatera prioritetna področja: intenzivna nega in terapija, urgentno ambulantna medicina, dializa, endoskopija, onkologija, pediatrija, operativna dejavnost in psihiatrija. Za TZN v dejavnosti dialize in intenzivne terapije so bile za pridobitev nacionalnih poklicnih kvalifikacij že sprejete pobude in strokovne sekcije bodo morale predlagati za vsako strokovno področje nabor štirih strokovnjakov za definiranje vsebin in pripravo poklicnega standarda.

Na januarski seji RSKZN sta bila sprejeta tudi dva pomembna dokumenta. Dokument Patronažno varstvo in patronažna zdravstvena nega - nadgradnja in prilagajanje novim izzivom je pripravila delovna skupina v sestavi Magda Brložnik, Darja Cibic, Martina Horvat, Andreja Peternelj in doc. dr. Olga Šušteršič in bo podlaga za nove dogovore v zdravstveni negi in sprejem zakona o dolgotrajni oskrbi, želimo pa tudi, da se upošteva v nacionalni strategiji razvoja zdravstvenega varstva do leta 2010.

Potrjen je bil tudi dokument definicij, ki se nanašajo na strokovno izpopolnjevanje - specialna znanja v zdravstveni negi, ki jih je sprejel Upravni odbor Zbornice - Zveze na predlog Komisije za izobraževanje pri Zbornici - Zvezi in bo Sindikatu v zdravstveni negi Slovenije pomagal pojasniti tudi nejasnosti v zvezi z nagrajevanjem in vrednotenjem teh znanj v zdravstvenih zavodih, kar je bil tudi začetni povod za razlago. Obravnavali smo tudi vprašanje glede usposobljenosti za odvzem vzorcev bolnikom, ki ga je podala SB Maribor in za strokovno razlago zaprosili Zbornico laboratorijske medicine.

Med pomembnimi nalogami je tudi pobuda Andreja Peternelj, da z delovno skupino pripravi predlog kompetenc na področju predpisovanja pripomočkov za zdravstveno nego. Še vedno pa čakamo na dokument Revizija razmejitev zdravstvene nege, ki ga pripravlja delovna skupina na Zbornici zdravstvene in babiške nege.

## »Z znanjem do zdravja«

Dan odprtih vrat na Srednji zdravstveni šoli Ljubljana

Mojca Kotnik



V šolskem letu 2005/2006 smo se na Srednji zdravstveni šoli ponovno odločili, da v mesecu oktobru pripravimo Dan odprtih vrat, ki je potekal 27. oktobra 2005. V primerjavi z lanskim letom, ko je bila šola odprta za širšo javnost, smo se letos odločili drugače. Posebno pozornost smo namenili mlajšim udeležencem, starim od 5 do 19 let, ki obiskujejo vrtec, osnovno ali srednjo šolo.

Cilj dneva odprtih vrat Z ZNANJEM DO ZDRAVJA, s katerim smo začeli v lanskem šolskem letu, je osveščanje otrok, mladostnikov in odraslih o pomenu vzgoje za zdravje in zdrav način življenja ter odkrivanje znanstvenih ved na igriv in sproščen način.

Skupine predšolskih otrok so se na delavnicah lahko igrali bolnišnico, merili telesno temperaturo, pulz, opazovali dihanje, se preizkušali v hranjenju, umivanju zob, v prvinah prve pomoči, delali kemijske in fizikalne poskuse in še drugo. Osnovnošolci so pod mikroskopom opazovali bakterije, ki so v zraku, živijo na zobeh in v ustni votlini ter se seznanili s pomenom športnega udeleženja in pravilnega prehranjevanja. Srednješolci so se pogovarjali o različnih vrstah odvisnosti, o načinih, kako se jim izogniti, o zaljubljenosti, spolnosti, seznanili so se z metodami samopregledovanja dojke in mod, sprostili ob refleksni masaži stopal ter spoznali jezik gluhih na delavnici komunikacija z gluhihimi.

Projekt Z ZNANJEM DO ZDRAVJA je bil namenjen predšolskim otrokom, osnovnošolcem, srednješolcem in njihovim profesorjem ter vsem, ki želijo biti bolj osveščeni glede preventive in vzgoje za zdrav način življenja. Za projekt je bilo med ljubljanskimi vrtci, osnovnimi ter srednjimi šolami veliko zanimanja. Na delavnice, ki smo jih pripravili, se je prijavilo 861 udeležencev in 50 spremljevalcev (vzgojitelji, učitelji in profesorji). Zanimanja je bilo še več, vendar smo nekatere skupine morali odkloniti zaradi prezasedenosti nekaterih delavnic.

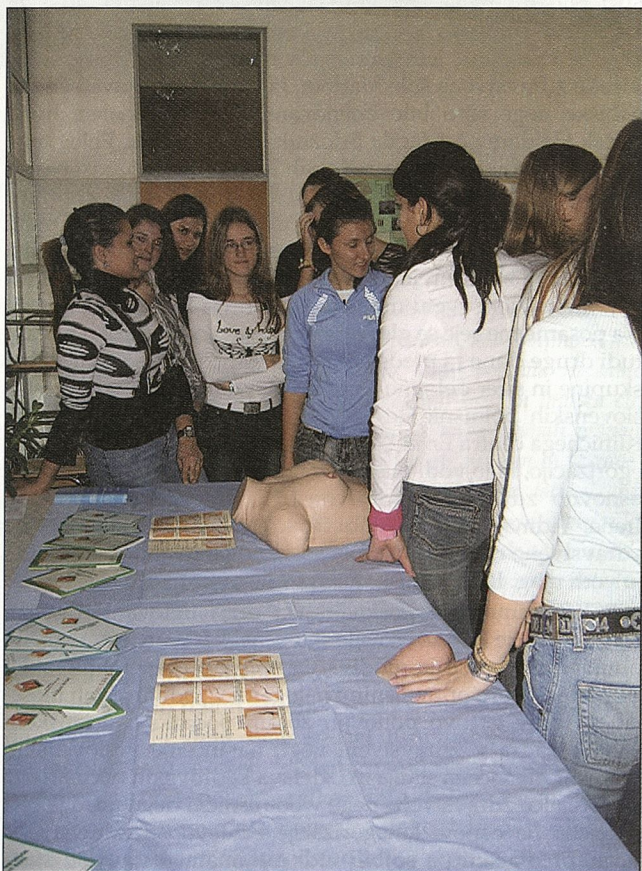
V ta namen smo pripravili brošuro s kratko predstavitvijo delavnic, ki so jo udeleženci prejeli ob prijavi na delavnice. Šolo smo uredili v slogu jesenske idile in pripravili osvežilne kotičke s pijačo, sadjem in zelenjavo. K sodelovanju smo privabili tudi sponzorje, ki so prispevali propagandni material ter svoje izdelke, ki smo jih podarili obiskovalcem.

Vodjem posameznih skupin smo razdelili evalvacijske vprašalnike z namenom, da ohranimo pozitivne stvari, odpravimo posamezne pomanjkljivosti in da nadaljujemo z začetim delom. Obiskovalci so zelo pohvalili organizacijo, izpeljavo delavnic, dijake, prijaznost, vzdušje na šoli, aktivnost otrok, prilagojenost na raven otrok ... Imeli so nekaj predlogov glede vsebin, tem, o katerih bi se želeli več poučiti v naslednjem šolskem letu.

Zaključila bi z mislijo ene od obiskovalk, »da je naše delo hvalevredno in da bo vsaj nekaj semena padlo na dobro zemljo in obrodilo«.

V imenu organizacijskega odbora bi se še enkrat zahvalila vsem obiskovalcem, profesorjem, dijakom naše šole, sponzorjem in še posebno vodstvu šole.

Za več informacij o Dnevu odprtih vrat obiščite našo spletno stran <http://www2.arnes.si/čljsszs/> in poslušajte oddajo Gymnasium, ki je bila predvajana dne 16. 11. 2005 na RTVSLO1.

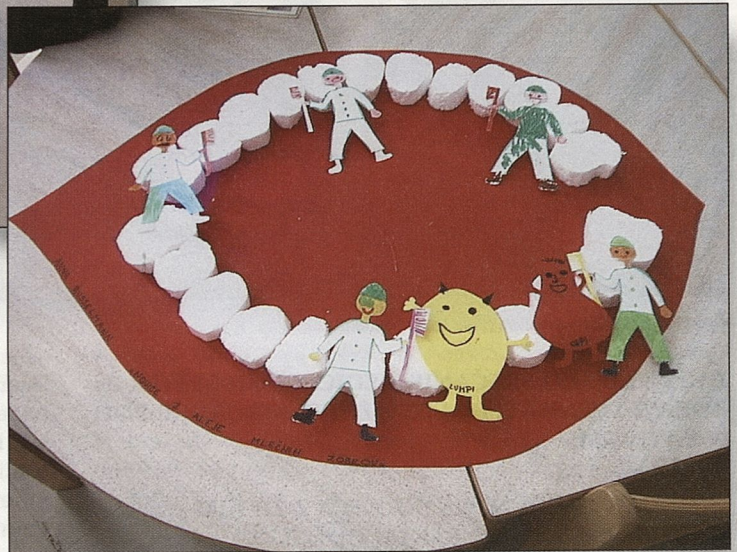
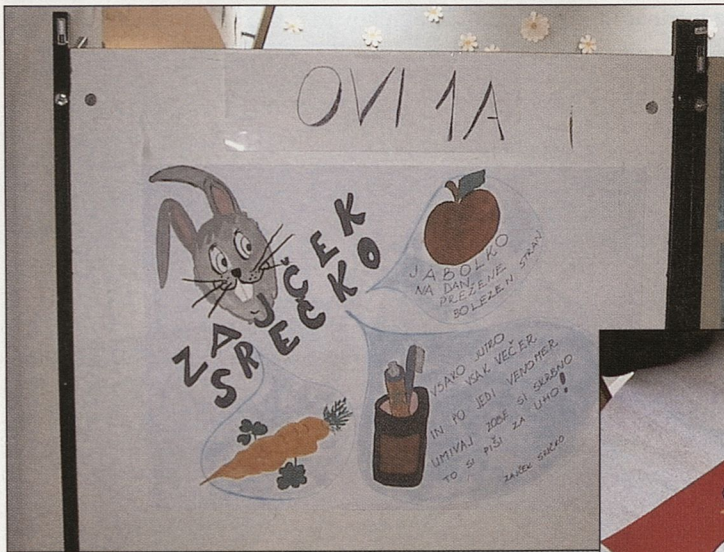


V članku želim predstaviti, kaj prinese skrbno sodelovanje vseh, ki se trudijo v dobro otrok, na OŠ s prilagojenim programom Kozara v Novi Gorici. Ko so v sklopu akcije »ZA ČISTE ZOBNE OB ZDRAVI PREHRANI« jeseni 2004 opažali, da popušča skrb za ustno higieno, so se odločili za celoletni projekt »ČISTI ZOBJE«. Veliko majhnih nitk je potrebno preplesti, da se dodela tak projekt. Sam po sebi je videti tako zelo enostaven, vendar je v njem ogromno truda in prizadevnosti. Posebno še, če to naredijo otroci s posebnimi potrebami. Prav zaradi njih sem se odločila, da njihov izdelek predstavim širšemu krogu. Odmev in vtise akcije med starši je strnila v članku in s fotografijami Manfreda Nataša, prof. defektologije na OŠ Kozara.

Masten Dora

## Naš projekt »ČISTI ZOBJE«

Nataša Manfreda



Učenci in učitelji oddelkov vzgoje in izobraževanja OŠ Kozara Nova Gorica smo vse leto pridno delali v okviru projekta »Čisti zobje«. Pomagali so nam starši, varuhinje, zobna asistentka in šolska zobna zdravnica ter seveda višji medicinski sestri, ki izvajata zobno preventivo. V naš projekt sta se vključili celo šolska knjižničarka in kuharica. Spoznali smo pomen čistih in zdravih zob, se učili skrbeti zanje, premagovali strah pred zobozdravnikom in obiskovali zobno ambulanto, urili in osvajali tehniko pravilnega čiščenja zob, krepili pozitivno samopodobo – pozitiven odnos do lastnega videza ter do lastnega zdravja.

Na jesenskem srečanju smo staršem odigrali Sapraniško in podoživljali njene težave ter skupaj z mamicami, tatki, nonami in nonoti, brati in sestrami iskali skriti zaklad. Vse poti so vodile v skrivno košaro, polno daril. In vsa darila so bila po godu našim zobem. Dobili smo jabolko, korenje, zobne ščetke in paste. Starši so strnili občutke in dogajanja tistega dne v ganljive vtise:

Dramatizacija Sapraniške je bila čudovita, otroci so se vanjo vživeli, starši pa smo uživali.

Menim, da so bili otroci srečni, ker smo jih videli starši.

Najlepše je videti, kako malo je potrebno, da osrečimo naše otroke.

Ponovno ste nas prepričali, da smo otroke zaupali pravim učiteljem.

Zelo, zelo pridni ste bili in ostanite še naprej.

Višji medicinski sestri, ki sta vsak mesec pregledovali čistost naših zob z »rdečimi tabletkami«, sta nam in našim staršem demonstrirali pravilno umivanje zob. Mamam in tatkotom ja kasneje na roditeljskem sestanku predavala šolska zobozdravnica, »naša Nina«. In končno, plakate, ki so nastali, glasilo, ki smo ga izdali in lutke medvedke, ki smo jih sami sešili ob branju knjige Ah, ti zobki, smo razstavili v pedostomatološki ambulanti v Novi Gorici, kjer številni med nami obiskujemo prijazno zobozdravnico in medicinsko sestro, ki imata polne predale žigov in balonov.



## Kako je oddelek žilne kirurgije bolnišnice Celje preživel preteklo leto

Branka Šket

**P**recej časa je že minilo, kar se je Oddelek žilne kirurgije bolnišnice Celje predstavil v »našem, sestrskem« glasilu (kolegi zdravstveni tehniki in diplomirani zdravstveniki, ne zamerite izrazu). To pa ne pomeni, da v preteklem letu nismo bili zelo dejavni. Naj vam predstavim, kaj smo delali.

Končno se v Splošni bolnišnici Celje opravlja perkutani, znotrajžilni način zdravljenja in široko uveljavljena metoda revaskularizacije arterij: **perkutana transluminalna angioplastika (PTA)**. Veseli smo tega še toliko bolj, saj je z naših ramen padlo veliko kadrovske breme zaradi zagotavljanja spremstva bolniku, kadar se je ta poseg opravljal v Ljubljani. Naš oddelek ima samo dve diplomirani medicinski sestri, šest zdravstvenih tehnikov in enega zdravstvenega tehnika za določen čas. Delo pa mora biti zagotovljeno v Ambulanti žilne kirurgije trikrat tedensko, na oddelku pa 24 ur na dan, vse dni v letu.

Ob sobotah smo imeli dodatni operacijski program, dodatno je bilo operiranih pet bolnikov s krčnimi žilami.

Že tretjič zapored smo organizirali strokovno srečanje z mednarodno udeležbo zdravnikov in prvič tudi medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov: dogajalo se je 19. novembra 2005:



Dvorana je »pokala« po šivih. (Foto Lidija Fošnarič.)

### I. STROKOVNO SREČANJE MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV ŽILNE KIRURGIJE POD NASLOVOM:

#### ZDRAVSTVENA NEGA BOLNIKA Z ŽILNIM OBOLENEM NA KIRURŠKEM ODDELKU.

**S**trokovno srečanje je bilo v sklopu III. srečanja žilnih kirurgov z naslovom AORTOILIAKALNE OKLUZIJE. Predstojniku Oddelka žilne kirurgije Splošne bolnišnice Celje prim. Engjellu Vučaju, dr. med., spec. kirurgije, se je porodila ideja, da bi tradicionalno srečanje obogatili še z znanjem s področja Zdravstvene nege (v nadaljevanju ZN).

Odziv naših kolegic in kolegov iz Slovenije in Hrvaške je bil izjemen. Takega odziva nismo pričakovali niti v sanjah, zato smo s težkim srcem morali reducirati število udeležencev zaradi prostora, ki smo ga dobili v ta namen. Predavanja so bila kratka, jedrnata in predvsem s področja ZN.

Branka Šket, DMS (Celje), je srečanje pričela s Predstavitvijo Oddelka žilne kirurgije v Splošni bolnišnici Celje. Začetki segajo v leto 1954, pionir je bil prim. dr.

Zvonimir Šušteršič, spec. kirurgije. Neutrudni predstojnik oddelka, prim. Engjell Vučaj, dr. med., spec. kirurgije, si je vsa leta prizadeval za razvoj žilne kirurgije v Splošni bolnišnici Celje. Po prvem aortofemoralnem obvodu leta 1979 in leto pozneje uspešno opravljeni operaciji anevrizme abdominalne aorte z grozečo rupturo razvoja ni bilo več mogoče ustaviti! Maj 2002 pa je pomenil prelomnico v razvoju oddelka: selitev v novi del bolnišnice kot samostojni oddlek.

Hermina Zelinšek, DMS (Izola), nam je opisala: Razvoj žilne kirurgije v slovenski Istri. Tudi njihova razvojna pot je bila dolga in trnova, a z vztrajnim strokovnim delom jim je uspelo. Jeseni leta 1982 se je na hrib s prečudovitim pogledom na morje preselil njihov kirurški oddelek.

V prispevku naše sodelavke Sonje Ramšak, DMS (Celje), Operativni posegi na področju žilne kirurgije v Splošni bolnišnici Celje, smo pokukali v samo operacijsko dvorano, spoznali delo in vlogo medicinske sestre v njej.

Aleksandra Vukelić, VMS, Vesna Čačić, VMS, in Marijana Ivić, MS (KBC Rijeka) so se lotile teme: Zdravstvena nega bolesnika operiranog zbog aneurizme abdominalne aorte. Vloga medicinske sestre je pomembna pri predoperativni pripravi in nujenju pomoči v pooperativni ZN.





Po prvem poletu doživiš krst. (Foto Katja Skutnik.)

Ljiljanka Mikić, MS, in Nataša Pinjuh, VMS (Rijeka), sta prišli s predavanjem, ki ni čisto sodilo v koncept srečanja; njuna glavna medicinska sestra pa je želela, da se predavanje vseeno uvrsti na program zato, ker naše kolegice in kolegi na Hrvaškem nimajo takšnih možnosti za prikaz svojega dela. Z zanimanjem smo prisluhnili tudi njenemu predavanju: Uloga operativne medicinske sester pri minimalnom zahvatu na toraksu.

Torakoskopija je minimalni poseg v torakalni kirurgiji, priprava na poseg, sam poseg in pooperativna ZN pa so enaki vsem ostalim operativnim posegom.

Slavica Popović, DMS (Ljubljana): ZN operiranega na ilikalnih arterijah – sodoben pristop (študija primera). Delo poteka po standardih ZN: sprejem, predoperativna priprava, delo med posegom in po posegu.

Višnja Kocman, MS (Zagreb), je s »slabim glasom« zelo občuteno predstavila temo: Sestrinska skrb za bolesnika s amputiranim ekstremitetom. Cilj predoperativne ZN je višina amputacije uda, ocena bolnikovih potreb ZN in načrtovanje ZN ob odpustu.

Branka Lacković, VMS, in Mirjana Vidačić, SSS (Zagreb), sta se predstavili s predavanjem: Karotidna endarterektomija u lokalnoj anesteziji. Trudijo se, da delajo po standardih ZN, prednosti takega posega pa so nedvomno enostavnost, hitro okrevanje bolnika, krajša hospitalizacija in najmodernejša stvar, nižji stroški.

Prim. Andrej Šikovec, dr. med., spec. kirurgije (Novo mesto), je imel »privilegij« predavati na »sestrskem« sklopu: SEPS – operativno zdravljenje pri kroničnem venskem popuščanju. Slikovito nam je prikazal, kaj je kronično vensko popuščanje (v nadaljevanju KVP), klinične stadije in posledice. Cilji endovenske laserske terapije (EVLT) pa so: odstraniti SF obratni tok, odstraniti VSM iz obtoka, napraviti flebektomijo in zagotoviti invazivno operacijo in dober kozmetični učinek.

Kristina Kovač, DMS (Novo mesto): ZN bolnika pri KVP – operativna terapija SEPS.

Pri delu uporabljajo standarde ZN: ugotavljanje potreb, negovalne diagnoze, načrt in evalvacija. Gre za holističen pristop, upoštevajo individualnost bolnika, sposobnost medicinske sestre, čas in sredstva.

Da smo »pokrili« vsa delovna področja, je poskrbela še Jožica Rešetič: Vloga medicinske sestre pri antikoagulantni terapiji. Zdravstvena vzgoja poteka na treh ravneh: primarni – usmerjena k zdravim, sekundarni – namenjena bolniku, in terciarni – namenjena bolniku in njegovim svojcem. V ta namen je najbolj uporabna teorija D. Orem.

Za prijeten zaključek je poskrbela sodelavka Lidija Fošnarič, DMS, s prispevkom: Pomen zdravstvenovzgojnega dela pri bolnikih z žilnim obolenjem. Zdravstvena vzgoja bolnika po operaciji krčnih žil ima za najvažnejši cilj poučiti o pravilni uporabi in namestitvi elastičnega povoja, zdravstvenovzgojno delo z bolniki po amputaciji uda pa vsebuje poznavanje faz, sprejemanje boleznih in sposobnost empatije. Pri uspešnem delu je najpomembnejše profesionalno sodelovanje negovalnega in zdravniškega tima!

Predavanja so potekala v predpisanem terminu, zato smo s strokovnim delom zaključili po programu. Kolegica Lidija Fošnarič, DMS, je pripravljala srečanje kar od zgodnje pomladi, zato si je upala oddahniti šele zvečer, ko se je srečanje spremenilo v prijetno druženje, ki je trajalo v pozne nočne ure.

Sponsorji: KRKA d.d., Valencia Stoma-Medical d.o.o., GlaxoSmithKline Pharmaceuticals S.A., Zdravilišče Laško, medicina in turizem d.d., AVENTIS PHARMA d.o.o., GRAFIKA GRACER in COLOPLAST so s svojim prispevkom pomagali pri uresničitvi naših idej. Mi pa verjamemo in verujemo v to, kar delamo, zato uspeh ne more izostati.

Po delovnem in strokovno bogatem letu pa smo si zaslužili nekaj prijetnejšega. Let z balonom je bila nagrada, ki si jo velja še kdaj privoščiti.



AUSTRIA



BELGIUM



BELGIUM



CROATIA



CYPRUS



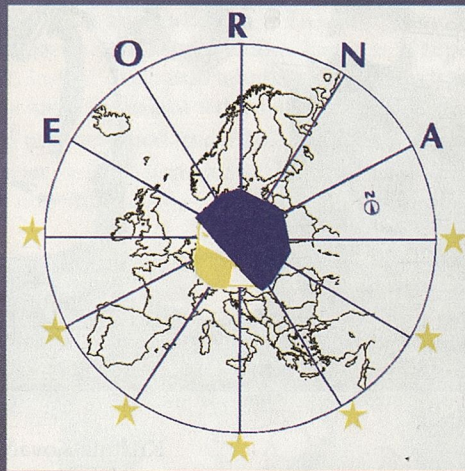
CZECH REP.



SWEDEN



SWITZERLAND



DENMARK



FINLAND



SPAIN



UNITED KINGDOM



FRANCE



GERMANY



SLOVENIA



ΣΥ.Δ.ΝΟ.Χ.  
GREECE



HUNGARY



ICELAND



PORTUGAL



NORWAY



THE NETHERLAND



ITALY



IRELAND



ISRAEL

# EORNA

## EUROPEAN PERIOPERATIVE NURSES DAY

# 15<sup>th</sup> February 2006

## WE CARE FOR PATIENT SAFETY

Celje, Začetki segajo v leto 2006, pripravljamo in nudimo pomoči v povezavi s strokovno inštitucijo.



## Druga evropska sestrsko konferenca

Vanja Kosmina, Majda Mori Lukančič

V sredini oktobra je v Leverkusnu potekala tridnevna mednarodna konferenca za edukatorje v diabetologiji, ki jo je že drugič zapored organiziralo podjetje Bayer. V predavalnici te ugledne farmacevtske multinacionalke so seделе tudi tri slovenske edukatorice Majda Mori Lukančič, Ljuba Zavec in Vanja Kosmina Novak.



Vanja Kosmina, Majda Mori Lukančič in Ljuba Zavec

Anne-Marie Felton, predsednica FEND in organizatorica konference, je dejala: "Verjamem, da je sestrsko delo v diabetologiji pacientova priložnost. Pomembna sta profesionalnost in čustven pristop." Na drugi strani je profesor Gerard Reach odnos med zdravnikom in varovancem, predstavil kot interaktivni odnos, v katerem sta oba enakopravna partnerja, s skupnim ciljem. Osnovne točke odnosa so, že prej omenjeni - čustveni pristop, terapevtska edukacija in vodenje bolezni. Bolnikovi cilji so: znanje, veščine, prepričanja, čutenje in želje, zdravnikova cilja pa sta urejanje in vodenje bolezni. Povezanost znanja in čutenja je terapevtska edukacija, ki je podpora odnosu zdravnik - bolnik.

Medicinska sestra - edukator je s profesionalnim odnosom, avtonomnim pristopom do bolnika in bolezni, vezni člen teh odnosov, ki pri svojem delu uporablja različne modele in pristope. Povezuje odnos zdravnik - bolnik v boju proti bolezni ter skozi znanje andragogike in pedagogike dosega visoke cilje:

- znanje varovancev,
- zaupanje
- in bolnikovo visoko kakovost življenja.

V tem delu je učna delavnica delovala spokojno in umirjeno, kot smo edukatorice vajene. Mirno morje razprave je razburkala Britanka dr. Molly Courtenay iz Royal College of

Nursing, ki že vrsto let deluje na področju organiziranja dela v diabetologiji. Dejala je, da se medicinske sestre v diabetologiji razvijajo v avtoritete na svojem področju in napovedala predstavitev tihe revolucije. Predavanje je začela, češ, da se dogajajo demografske spremembe, da imajo medicinske sestre vedno več in višja znanja, da je dostop do znanja vedno lažji, da so diagnoze v diabetologiji postavljene hitro in točno, da so le-te jasne, da so jasni standardi edukacije, da so kratke poti do intervencij, da so znani registri medicinskih sester v diabetologiji in njihova izobrazba, in da je partnerski odnos med zdravnikom in edukatorico.

Vse zgoraj navedene resnice vodijo v logično nadaljevanje: Medicinska sestra edukatorica lahko napiše tudi medicinski predpisovalni obrazec (recept). No, ne čisto tako. Ima pravico, da uvedeno terapijo (samo diabetološko) povišuje do dogovorjene doze, lahko ob prevedbi na insulin dviga enoto do določene višine, lahko predlaga/zamenja/doda vrsto inzulina. Že Irena Poljšak je v svojem poročilu o strokovnem izobraževanju v Angliji leta 1988 poročala o njihovih načrtih in možnostih dela, zapisala pa je, da je oddelek za vzgojo diabetikov (ena medicinska sestra vzgaja 300 bolnikov) kadrovsko ločen od drugega rutinskega dela z diabetiki v ambulanti in hospitalu (citata). Danes razlagajo, da to delo prevzemajo medicinske sestre med 36 in 55 letom starosti, z več kot 10-letno delovno prakso v edukaciji na pri-



*Družabni del pod vedrim nebom*

marnem in sekundarnem nivoju. Trdijo, da so varovanci zadovoljni, imajo stalno nego in dostop do strokovnjaka, bolj podrobne informacije o terapiji, ki jo redno jemljejo. Medicinske sestre so pridobile avtonomijo, boljšo komunikacijo v timu in višjo kvaliteto dela, čutijo pa pomanjkanje znanja na področju farmakologije. Zdravniki so pozitivni do takšnega pristopa pisanja obrazca, imajo manj dela, radi pa bi obrazec prevedli v računalniško obliko in ga povezali z zdravniškim računalniškim programom, torej da bi delo poenostavili. Sledilo je delo v italijansko, špansko, francosko, nemško in angleško govorečih skupinah. Udeležila sem se angleško govoreče skupine, kjer sem slišala podrobnejšo razlago "dodatnega" dela, vendar na skupnem poročanju spoznala razlike med severozahodno in južno Evropo. V italijanski, francoski in španski skupini so edukatorice izrazile jasno stališče: "Saj ne da ne bi znale, zmogle, hotele itd..., ne želimo, ker zato ne bomo razbremenjene drugega dela in tudi osebni dohodek ne bo zaradi dodatnih del in nalog višji. Sledile so razlage pobudnic s severozahoda Evrope o racionalizaciji časa, prihranku denarja na ravni državne blagajne, o celostnem pristopu, zadovoljstvu, pa s tem niso prepričale kolegic iz jugozahodne Evrope. Burne razprave so si sledile tudi med odmori, vse do konca strokovnega srečanja. K umiritvi strasti sta pripomogla zdravnik Massimo Porta ter Maria Trento, ki je končala pedagoško fakulteto v Torinu in sedaj dela kot edukatorica v

dispanzerju za diabetike, je pa tudi koordinatorica programa ROMEO. Predstavila sta celosten pristop k zdravstveni negi, timsko delo med edukatorjem in terapevtom ter kontinuirano edukacijo. Zagovarjala sta delo v mali skupini, razložila procese interakcije in zakonitosti učenja starejših. Evalvacija rezultatov jima je pokazala, da je z diabetiki treba ves čas izvajati zdravstveno vzgojo, lahko tudi v časovnih razmakih po potrebi pacienta, da morajo biti besede in pristop usklajeni in da mora biti varovanec navezan na tim, da se vrača. Takšen pristop je statistično so pokazal da so imeli tako obravnavani diabetiki znižane maščobe v krvi, HbA1c in telesno težo. Model skušajo uvesti v različnih medicinskih centrih Italije.

Na koncu, bi rade še enkrat poudarile, da je že res, da so bila predavanja odlično organizirana, bi pa dodale še, da nas je poleg strokovnega dela konference, navdušil tudi t.i. družabni del, prav tako zelo pomemben del teh srečanj. Namreč, poleg edukacijskega znanja, ki smo ga dobile na predavanjih in učnih delavnicah, je tudi socialna kapital, ki smo ga pridobile na družabnih srečanjih s kolegicami in kolegi širom Evrope, naša velika pridobitev. Zato toplo priporočamo obisk tretje....

In nenaznanje se želimo ob tej priložnosti iz srca zahvaliti podjetju Zaloker & Zaloker, ki nam je omogočilo udeležbo na konferenci.

**PSIHIATRIČNA KLINIKA LJUBLJANA**

Pedagoška dejavnost zdravstvene nege  
Studenec 48

vabi na strokovni seminar z delavnicami na temo

**KOMUNIKACIJA V TERAPEVTSKEM DELU,**

ki bo **24. 2. 2006 v predavalnici EIPT**

8:50–9:00 Pozdrav pomočnice strokovnega direktorja za izobraževalno dejavnost, asist.dr. Zdenke Čebašek Travnik, dr. med.  
Pozdrav pomočnice strokovnega direktorja za zdravstveno nego, mag. Jožice Peterka Novak, prof. soc. ped.

9:00–9:45 **Naučimo se razumeti, kaj potrebuje človek**, Barbara Hrovatin, dr. med.

9:45–10:30 **Biti blizu in ohranjati distanco**, asist. dr. Urška Lunder, dr. med.

10:30–11:00 **Odmor za kavo in čaj**

11:00–12:00 **Delo v delavnicah**

**Nasilnost v terapevtskem odnosu**, Stanka Komazec, dipl.m.s., spec. psih. zdravstvene nege; asist. dr. Urška Lunder, dr. med.

**Upanje v profesionalnem delu**, Marija Cehner, viš.med.ses.

**Odiseja duševno bolnega skozi institucionalno prakso**, Marija Smolič, dipl.m.s.;

**Kaj se lahko naučimo od nesodelujočih bolnikov**, Jacinta Doberšek Mlakar, prof. zdr. vzg.; Barbara Hrovatin, dr. med.

12:00–13:00 **Razmišljanja moderatorjev skupin – predstavitev delavnic**

13:00–14:00 **Sklepna razmišljanja vodij skupin udeležencev seminarja**

14:00–14:15 Podelitev potrdil in zaključek srečanja

Prijazno povabilo medicinskim sestram, zdravstvenim tehnikom ter vsem sodelavcem, ki želijo vedeti več.

Kotizacija znaša 25.000 SIT z DDV. Plačilo je možno prek izstavljenega računa Psihiatrične klinike, po končanem seminarju.

Prijave v pisni obliki sprejema: Radojka Kobentar, Psihiatrična klinika Ljubljana, Studenec 48; e-mail: radojka.kobentar@guest.arnes.si ali **01 5872 328** ali **031 277 473**

**SLOVENSKO DRUŠTVO HOSPIC**

vabi na strokovno izobraževanje – učne delavnice

**CELOSTNA OBRAVNAVA UMIRAJOČIH BOLNIKOV IN NJIHOVIH SVOJCEV V ČASU HUDE BOLEZNI, UMIRANJA IN ŽALOVANJA,**

**2. marca 2006**

Slovensko društvo hospic, Kersnikova 6, LJUBLJANA

Program:

8.30–9.00 Registracija udeležencev

9.00–12.00 **LASTEN ODNOS DO ŽIVLJENJA IN SOOČANJE S SMRTJO**

**Razumevanje umiranja se začne v nas**

- Smrt je sestavni del življenja
- Pomen izpuščanja v življenju
- Soočanje s smrtjo omogoča kvalitetno življenje danes

13.00–16.00 **ETIČNE DILEME OB UMIRAJOČEM BOLNIKU**

- Resnica da ali ne
- Bolnikova avtonomija
- Kaj je človeško dostojanstvo
- Med ohranjanjem in podaljševanjem življenja

Delavnici izvajata:

Tatjana Žargi, viš.med.ses., Slovensko društvo hospic

Tatjana Fink, univ.dipl.soc., Slovensko društvo hospic

Izobraževanje je namenjeno: medicinskim sestram, zdravstvenim tehnikom, delovnim terapevtom, fizioterapevtom, zdravnikom, socialnim in svetovalnim delavcem in drugim, ki se z umirajočim bolnikom in njegovo družino srečujejo v času hude bolezni, umiranja in žalovanja.

Udeležba na seminarju se šteje za strokovno izobraževanje.

Kotizacija, ki vključuje DDV ter osvežitve s pijačo in malico v odmoru, znaša 15.000 SIT. Nakažete jo na transakcijski račun: 05100 – 8010047155, sklic 1100

ali plačate z gotovino na dan izobraževanja

Prijave nam pošljite do 28. 02. 2006

pisno: Slovensko društvo hospic, Dolenjska c. 22, 1000 Ljubljana

e-pošta: hospic@siol.net

faks: 01 420 52 66

Informacije: Slovensko društvo hospic, tel.: 01 420 52 60;

gospa Tončka Jamšek in gospa Tatjana Žargi.

**SLOVENSKO DRUŠTVO HOSPIC**

NAJAVLJA V APRILU

1-dnevni seminar za strokovne delavce na področju zdravstva in socialnega varstva.

Tema izobraževanja je **sočutna skrb za hudo bolne in umirajoče**. Seminar bo vodil v Sloveniji že znani strokovnjak **Frank Ostaseski**. S svojim poučevanjem in pisanjem je v ZDA in Evropi uvedel sočutno in zavedno prakso spremljanja umirajočih. Je avtor v slovenščino prevedene knjige **Prijateljevanje s smrtjo**.

Podrobnejši program seminarja, ki bo v začetku aprila, bo objavljen v naslednji številki.

**DRUŠTVO MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV NOVA GORICA**

Vas vljudno vabi na strokovni seminar

**CELOSTNA OBRAVNAVA PACIENTA Z RAKOM,**

ki bo 4. marca 2006 v Kulturnem domu, Bevkov trg 4, Nova Gorica

**PROGRAM:**

- 8.00–8.50 Registracija udeležencev
- 8.50–9.00 Uvod
- 9.00–9.30 **Rak dojke v severnoprimerški regiji**, Neda Bizjak, dr. med., spec. ginekologije in porodništva
- 9.30–10.00 **Maligna obolenja prostate**, Ivan Kavčič, dr. med., spec. kirurg
- 10.00–10.30 **Rak na prebavilih**, asis. Vasja Kruh, dr. med., spec. splošne kirurgije
- 10.30–11.00 **Zdravstvena nega pacienta z rakom na sistemskem zdravljenju**, Marjana Bernot, dipl.m.s., univ. dipl. org., Peter Koren, dipl. zn.
- 11.00–11.15 **Razprava**
- 11.15–12.00 Odmor
- 12.00–12.30 **Pljučni rak – epidemiologija, diagnostika, zdravljenje**, prim. Nadja Triller, dr. med., spec. interne medicine
- 12.30–13.00 **Zdravstvena nega ima pomemben vpliv na kakovost življenja pacienta z rakom**, Jožica Jošt, dipl.m.s.
- 13.00–13.30 **Posebnosti prehrane pacienta z rakom**, Denis Mlakar Mastnak, dipl.m.s., spec. klinične dietetike
- 13.30–14.00 **Paliativna oskrba**, Branka Červ, viš.med.ses., prof. zdr. vzg.
- 14.00–14.30 **Duševna stiska pri pacientih z rakom**, Anja Simonič, univ. dipl. psih.
- 14.30–15.00 **Novi programi za promocijo zdravja v goriški regiji**, Irena Jerič, viš.med.ses., prof. zdr. vzg.
- 15.00–15.15 **Razprava**
- 15.15–15.30 Zaključek

**Splošne informacije:**

Udeležba na strokovnem seminarju se šteje za strokovno izpopolnjevanje. Prijavite se lahko s splošno prijavnico na naslov: Renata Trampuž, Tovarniška 3, 5270 Ajdovščina ali po elektronski pošti: info@drustvo-mszt-novagorica.si.

**Prijave sprejemamo do 25. 2. 2006.**

Prispevek članov Društva MSZT Nova Gorica je 5.000 sit, nečlanov 12.000 sit in nečlanov Zbornice – Zveze 15.000 sit. Prispevek nakažite na TRR 04750-0000446833 Nova KBM, sklic na št. 03/2006.

Prispevek vključuje: prisotnost na predavanjih, zbornik predavanj, osvežitev med odmorom.

**PROGRAMSKO ORGANIZACIJSKI ODBOR**

Renata Trampuž, Nelida Stergulc Casarsa, Klara Bavčar  
Dobrodošli v Novi Gorici!

*Predsednica DMSZT Nova Gorica  
Renata Trampuž*

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

**SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER V ENTEROSTOMALNI TERAPIJI**

vabi na strokovno srečanje 9. in 10. marca 2006 v Radencih, hotel Radin

**»DOBRA PRIPRAVA NA OPERACIJO – MANJ ZAPLETOV PO NJEJ«**

**Program:**

9. marec 2006 s pričetkom ob 9.00 uri

**IZLOČALNE STOME**

- **Vzroki in vrste izločalnih stom**, Metka Žugelj, viš.med.ses., ET
- **Priprava na operacijo**, Metka Žugelj, viš.med.ses., ET
- **Zdravstvena nega stomistov v bolnišnici**, Metka Žugelj, viš.med.ses., ET
- **Poročilo primera**, Anica Zapušek, dipl.m.s.
- **Možnosti operativne obravnave zapletov stom**, doc. dr. Franc Jelenc
- **Torakalna drenaža**, Jana Šubic, dipl.m.s.

Odmor za kosilo

**HRANILNE STOME**

- **Vzroki za vstavev PEG**, doc. dr. Franc Jelenc
- **Enteralna hranilna sonda**, doc. dr. Franc Jelenc
- **Zdravstvena nega bolnika s hranilno sondo in hranjenje**, Jana Šubic, dipl.m.s.
- **Bolnik s hranilno sondo na domu in priprava hrane**, Renata Batas, dipl.m.s.

**SKUPNA VEČERJA**

10. marec 2006 ob 9.00 uri

**DIHALNE STOME**

- **Vzroki in vrste dihalnih stom**, doc. dr. Janez Fischinger
- **Zdravstvena nega pacienta s traheostomo**, Jožefa Hartman, dipl.m.s.
- **Pacient z dihalno stomo na domu**, Renata Batas, dipl.m.s.
- **Društvo laringektomiranih**

Udeležba na seminarju šteje za strokovno izpopolnjevanje in se upošteva pri napredovanju.

**Kotizacija** za člane znaša 38.000 sit, za nečlane 52.000 sit. Kotizacijo nakažete na TR ZZNBNBNS – ZDMSBZTS: 02031-0016512314, sklic na stroškovno mesto 7510-17 s pripisom za Sekcijo medicinskih sester v ET. Pisne prijave pošljite na prijavnici, objavljeni v Utripu, na naslov: ZD Šiška, Patronažno varstvo, Renata Batas, Derčeva 5, Ljubljana. Za dodatne informacije Dragica Tomc – Šalamun, tel. 040 20 69 61.

Ob registraciji potrebujete člansko izkaznico in potrdilo o vplačilu kotizacije.

*Vljudno vabljeni!*

*Predsednica sekcije: Dragica Tomc Šalamun*

**Onkološki inštitutu Ljubljana, Dejavnost zdravstvena nega in oskrba**

**Vabimo vas na strokovni seminar, ki bo 15. 3. 2006 v veliki predavalnici Onkološkega inštituta Ljubljana**

**»KAJ MORA MEDICINSKA SESTRA VEDETI O SISTEMSKEM ZDRAVLJENJU RAKA IN ZDRAVSTVENI NEGI?«**

Predavanja so namenjena vsem zaposlenim v zdravstveni negi, ki pripravljajo in aplicirajo sistemsko terapijo ter se srečujejo z bolniki, ki prejemajo sistemsko terapijo. Namen strokovnega izobraževanja je seznaniti in usposobiti slušatelje za varno in strokovno delo pri pripravi in aplikaciji sistemske terapije ter kakovostno zdravstveno nego bolnikov, ki prejemajo sistemsko terapijo.

V učnih delavnicah se bodo slušatelji seznanili s standardnimi pripomočki za varno delo s citostatiki in drugimi zdravili, ki se uporabljajo za sistemsko zdravljenje raka, samim procesom priprave zdravil in zaprtim sistemom aplikacije sistemske terapije. Udeleženci se bodo usposobili za izvajanje specifične zdravstvene nege onkoloških bolnikov, ki prejemajo sistemsko terapijo.

- 08.30-09.00 Registracija  
09.00-09.10 Predstavitve izobraževalnega programa  
**Mag.B. Skela Savič, univ.dipl.org.**

**I. Sistemsko zdravljenje in zdravstvena nega**

- 09.10-09.50 Osnove sistemskega zdravljenja raka  
**dr. J. Ocvirk, dr.med**  
Pomen poznavanja farmakokinetike in farmakodinamike sistemske terapije za medicinske sestre  
**prof. dr. T. Čufer in M. Sonc, mag.pharm.spec**  
10.10-10.40 Vpliv sistemske terapije na razvoj zdravstvene nege, **Mag.B. Skela Savič, univ.dipl.org.**

**10.40-10.50 Odmor**

**II. Neželeni učinki sistemskega zdravljenja in zdravstvena nega**

- 10.50-12.25 Neželeni učinki citostatskega zdravljenja (učinki na GIT -slabost, bruhanje, stomatitis, diareja, zaprtje; zavora delovanja kostnega mozga; neželeni učinki na organe)  
**Asis.mag. B.Pajk, dr.med. in M. Bernot, dipl.m.s., univ.dipl.org.**  
**Odmor**  
12.25-12.35 Neželeni učinki hormonskega zdravljenja  
**Asis.mag. B.Pajk, dr.med. in Z. Mavrič, viš.med.ses.**  
13.00-13.30 Neželeni učinki bioloških zdravil  
**dr. J.Ocvirk, dr.med in Z. Mavrič, viš.med.ses.**  
13.30-13.50 Kronična utrujenost  
**O.Cerar, dr.med in Denis Mlakar Mastnak, dipl.m.s., spec. klin. diet.**  
13.50-14.00 **Odmor**

- 14.00-14.30 Aplikacija sistemske terapije (poti vnosa sistemskih zdravil, venski dostopi – periferna izbira žile, CVK, itd)  
**S. Umičević dipl.m.s. in J. Jelen Jurič, dipl.m.s.**  
Lokalni zapleti sistemske intravenozne terapije  
**K.Lokar, prof.zdr.vzgz.**  
14.45-15.00 Etične dileme povezane z aplikacijo sistemske terapije  
**T.Pečnik Vavpotič, prof.zdr.vzgz.**  
15.00-16.00 **KOSILO**

**III. Varno delo s citostatiki**

- 16.00-16.15 Zakonska zaščita osebja, ki je v stiku s citostatiki (zakonodaja, pravilniki, sistematski pregledi, zaščitna sredstva)  
**S. Pavšek, dipl.var. ing.**  
16.15-16.30 Priprava in uporaba pripomočkov, shranjevanje in transport citostatikov (centralna in necentralna priprava citostatikov)  
**M.Sonc, mag. pharm. spec**  
16.30-16.45 Ravnanje s telesnimi izločki in perilom, ravnanje z odpadki, ukrepi ob razlitju citostatika, ukrepi ob stiku s citostatikom  
**D.Musič, viš.med.ses, spec.pedagog**  
16.45-17.00 Razprava  
17.00-17.15 **Odmor**

**IV. Praktični del**

- 17.15-18.30 ogled in predstavitev zaščitnih sredstev in pripomočkov za pripravo citostatikov, zaprt sistem priprave in aplikacije citostatikov (simulacija)

**V učni delavnici sodelujejo:**

S.Umičević, M.Bernot, J.Jelen Jurič, Z.Mavrič, M.Horvat

- 18.30-19.00 Zaključek izobraževanja  
**Mag.B. Skela Savič, K.Lokar, A.Žagar, G.Lokajner**

**Strokovno izobraževanje bo potekalo v prostorih Onkološkega inštituta Ljubljana v predavalnici stavbe C, 15.03.2006 od 09.00 do 18.30 ure.**

Kotizacija za udeležbo na strokovnem izobraževanju (vključeno tudi pisno gradivo) je 30.000 SIT brez DDV. Kotizacijo nakažete na TR Onkološki inštitut Ljubljana št.: 01100-6030277797, konto 299500, 3 dni pred pričetkom izobraževanja. Kotizacija je možno z gotovino plačati tudi pred pričetkom izobraževanja. Udeležba se upošteva pri napredovanju. Zaradi omejenega števila udeležencev, Vas prosimo za pisno prijavo do **10.03.2006** na naslov:  
**Ga. Cvetka Švajger**  
**Onkološki inštitut Ljubljana,**  
**Zaloška 2, 1000 Ljubljana**  
**Faks: 01/58 79 400**  
**Telefon: 01/58 79 113**

*Pomočnica strokovnega direktorja za področje zdravstvene nege*  
*mag. Brigita Skela Savič, univ.dipl.org.*

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

vabi na

izobraževanje pod naslovom

## »ZDRAVSTVENA NEGA SMO LJUDJE«

**ki bo od 16. do 18. marca 2006  
v M Hotelu v Preddvoru**

»Zdravstvena nega smo ljudje« je intenziven, tridnevni, izkustveno izobraževalni program s pomočjo razvoja osebnosti, medsebojnih odnosov in skrbi zase. Temeljni cilj programa je spoznavanje samega sebe v odnosih z drugimi ljudmi in tako spoznati, razvijati in krepiti tiste osebnostne lastnosti in znanja, ki so pomembni za razvoj sodobne zdravstvene nege.

### PROGRAM

#### ČETRTEK, 16. 3. 2006

- 08.00–09.30 **Registracija udeležencev**  
09.30–09.45 **Predstavitve programa,**  
Marija Mrak, viš.med.ses., spec.  
09.45–10.30 **Zdravstvena nega smo ljudje,**  
mag. Bojana Filej, univ. dipl. org.  
10.30–11.00 **Osebnostni razvoj,**  
Ladi Škerbinek, prof. and., psihoterapevt  
11.00–11.30 **Odmor**  
11.30–12.00 **Dinamika timskega dela in  
medsebojno sodelovanje,**  
Marija Mrak, viš.med.ses., spec.  
12.00–13.30 **Kosilo**  
13.30–15.00 **Delo v majhnih skupinah**  
15.00–15.30 **Odmor**  
15.30–16.30 **Delo v tematskih skupinah**  
16.40–17.10 **Profesionalna pomoč pri delu,**  
Brane Kogovšek, prof. def., psihoterapevt  
20.00 **Skupna večerja**

#### PETEK, 17. 3. 2006

- 09.00–09.30 **Dobro vodenje nam olajša delo,**  
Ladi Škerbinek, prof. and., psihoterapevt  
09.45–11.15 **Delo v majhnih skupinah**  
11.15–11.30 **Odmor**  
11.30–12.00 **Prepletanje poklicnega in zasebnega,**  
Brane Kogovšek, prof. def., psihoterapevt  
12.00–13.30 **Kosilo**  
13.30–15.00 **Delo v majhnih skupinah**  
15.00–15.30 **Odmor**  
15.30–16.30 **Delo v tematskih skupinah**  
16.30–17.30 **Srečanje tematskih skupin**  
18.00 **Družabni večer**

#### SOBOTA, 18. 3. 2006

- 09.00–09.30 **Delo na sebi – s humorjem do  
zdravja,**  
Petra Kersnič, prof. zdr. vzg.  
09.30–11.00 **Delo v majhnih skupinah**  
11.00–11.30 **Odmor**  
11.30–12.30 **Zaključek srečanja**

V procesu zdravstvene in babiške nege, kjer je bolnik celostno obravnavan, vstopamo v profesionalni in človeški odnos z bolnikom, s svojci in s sodelavci v negovalnem oziroma zdravstvenem timu. Kakovost teh odnosov nam poleg znanja in izkušenj v veliko meri zagotavljajo naše osebnostne lastnosti in spretnosti. Strokovni program temelji na osebnih doživljajskih izkušnjah v medosebnih odnosih v procesu dela v majhnih in tematskih skupinah ter predavanjih. Program je prilagojen vsem poklicem, ki delamo na področju zdravstvene nege. Program izvajajo strokovnjaki, ki izhajajo iz stroke zdravstvene nege in imajo poleg znanja in izkušenj s področja skupinskega dela, medosebnih odnosov in komunikacije tudi vpogled v dogajanje in potrebe na področju zdravstvene nege.

### Splošne informacije Prijava

Izpolnjeno prijavnico iz Utripa pošljite na naslov: Zbornica – Zveza, Vidovdanska 9, 1000 Ljubljana ali po e-prijavnici na spletu [www.zveza-dmszts.si](http://www.zveza-dmszts.si). Število udeležencev je omejeno, zato prosimo za pravočasno prijavo. O vstopu v program vas bomo obvestili.

### Kotizacija

Kotizacija z DDV za člane 50.000 SIT, za druge 80.000 SIT. V kotizacijo so všeti organizacija strokovnega srečanja, gradivo – zbornik, napitki med odmori in skupna večerja. Kotizacijo nakažite na TR: 02031-0016512314, sklic na številko 00 120 01.

**Rezervacija prenočišč:** M Hotel, 4205 Preddvor, tel.: 04/255 92 00, faks: 04/255 92 20. Pri rezervaciji se sklicujte na program »Zdravstvena nega smo ljudje«. Dodatne informacije o programu lahko dobite pri **Mariji Mrak** na tel. 041/507 862.

VABLJENII

### Strokovno-organizacijski program:

Marija Mrak, Ladi Škerbinek, Brane Kogovšek, Petra Kersnič



Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije  
**SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV NA INTERNISTIČNO-INFЕКТОLOŠKEM PODROČJU** vabi na

### STROKOVNI SEMINAR: ODVISNIK Z OKUŽBO,

ki bo potekal 21. marca 2006 v predavalnici Inštituta republike Slovenije za rehabilitacijo (nova stavba):

#### Program:

- |             |  |
|-------------|--|
| 8.00–9.00   | REGISTRACIJA UDELEŽENCEV   |
| 9.00–9.10   | UVODNI POZDRAV PREDSEDNICE SEKCIJE   |
| 9.10–9.40   | ŽIVLJENJE MLADOSTNIKOV, POT K ODVISNOSTI, Brane Kastelic, dr. med.                   |
| 9.45–10.15  | KAKO SE RAZVIJE ODVISNOST, Evgen Kain, dr. med.                                      |
| 10.20–10.50 | POSTAL SEM ODVISNIK, Branka Čelan – Lucu, dr. med.                                   |
| 10.50–11.20 | ODMOR  |
| 11.20–11.50 | KO SE DAN ZAČNE V METADONSKI AMBULANTI, Metka Debevec Švigelj, dipl.m.s.             |
| 11.55–12.25 | DELO Z ODVISNIKI V HOSPITALU   |
| 12.30–13.00 | NAJPOGOSTEJŠE OKUŽBE PRI ODVISNIKI, Tatjana Lejko Zupanc, dr. med.                   |
| 13.00–13.15 | RAZPRAVA   |
| 13.15–14.30 | KOSILO   |
| 14.30–15.00 | KLINIČNA OBRAVNAVA ODVISNIKOV, OKUŽENIH Z VIRUSI HEPATITISA, Mojca Matičič, dr. med. |
| 15.05–15.35 | MEDICINSKA SESTRA IN ODVISNIK, VČASIH NAM JE TEŽKO, Bajec Bernarda, dipl.m.s.        |
| 15.40–16.10 | LEPA BESEDA LEPO MESTO NAJDE, Mojca Z. Dernovšek, dr. med.                           |
| 16.15–16.30 | RAZPRAVA IN ZAKLJUČEK  |

**Splošne informacije: Kotizacija:** Za enodnevni seminar za člane znaša skupaj z DDV 22.000,00 SIT, za nečlane 32.000,00 SIT. V kotizacijo so všteti zbornik, kosilo in vmesni prigrizek. Kotizacijo nakažete na TRR: NLB, posl. Tavčarjeva 7, Lj-ZDMSZTS: št. 02031-0016512314, sklic na št. 00 12029 s pripisom »za internistično-infektološko sekcijo« ali jo poravnate na dan seminarja v gotovini.

**Prijave:** Mateja Poljanšek, Klinični Center Ljubljana, Klinika za infektivne bolezni in vročinska stanja, Japljeva 2, LJUBLJANA ali po faksu: 01 522 24 56. Prijave lahko pošljete tudi na Zbornico zdravstvene in babiške nege Slovenije, Vidovdanska 9, 1000 Ljubljana. **Število udeležencev je omejeno!**

**Kontaktne osebe:** za dodatne informacije smo vam na voljo po telefonu: 01 522 41 10 ali 01 522 26 25 Veronika Jagodic, 01 47 23 812 Avrea Šuntar Erjavšek ali Jolanda Munih na e-naslov: jolanda.munih@kclj.si, tel. 01 522 35 63. Dokončni program bo objavljen v naslednji številki Utripa.

**Organizacijsko-programski odbor:** Veronika Jagodic, Avrea Šuntar Erjavšek, Jolanda Munih, Bernarda Bajec

*Vljudno vabljeni!*

Predsednica sekcije: *Jolanda Munih*

### Onkološki inštitut Ljubljana Služba za zdravstveno nego in oskrbo

Vljudno vabi na strokovno izobraževanje z učnimi delavnicami

### »STANDARDNI POSTOPKI MEDICINSKIH SESTER V ZVEZI Z VENSKIM PODKOŽNIM PREKATOM – VENSKA VALVULA«

1. 3. 2006 ob 9.00 uri

Predavanja so namenjena vsem zaposlenim v zdravstveni negi, ki se srečujejo z bolniki z vstavljenim podkožnim venskim prekatom, preko katerega prejemajo terapijo. Namen strokovnega izobraževanja je seznaniti in usposobiti slušatelje za pravilno oskrbo in izvedbo medicinsko tehničnih posegov, vezanih na podkožne prekate – venske valvule, ter za bolj kakovostno izvajanje zdravstvene nege. V učnih delavnicah se bodo slušatelji seznanili s standardnimi medicinsko tehničnimi postopki: punkcija, aplikacija zdravil oziroma infuzij in heparinizacija venskih podkožnih prekatov. Obenem se bodo usposobili za izvajanje specifične zdravstvene nege onkoloških bolnikov z vstavljenim venskim podkožnim prekatom. Strokovno izobraževanje z učnimi delavnicami bo potekalo v prostorih Onkološkega inštituta Ljubljana.

Strokovno izobraževanje bo potekalo v prostorih Onkološkega inštituta Ljubljana v predavalnici stavbe C 1. 3. 2006 od 9.00 do 16.00 ure.

Kotizacija za udeležbo na strokovnem izobraževanju (vključeno tudi pisno gradivo) je 30.000 SIT z DDV. Kotizacijo nakažete na TR Onkološki inštitut Ljubljana, št.: 01100-6030277797, konto 299500, 3 dni pred pričetkom izobraževanja. Kotizacijo je možno z gotovino plačati tudi pred pričetkom izobraževanja.

Udeležba se upošteva pri napredovanju. Zaradi omejenega števila udeležencev Vas prosimo za pisno prijavo na naslov:

**Cvetka Švajger**  
**Onkološki inštitut Ljubljana,**  
**Zaloška 2, 1000 Ljubljana**  
**Faks: 01/58 79 400**  
**Telefon: 01/58 79 113**

*Pomočnica strokovnega direktorja  
 za področje zdravstvene nege  
 mag. Brigita Skela Savič, univ. dipl. org.*

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

**SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V ZOBOZDRAVSTVU**

VABI

**NA 13. STROKOVNI SEMINAR,  
CELOSTNA OSKRBA ZA LEP NASMEH,**

**ki bo v petek, 7., in soboto, 8. aprila 2006 v Mladinskem zdravilišču in letovišču**

**DEBELI RTIČ z naslovom**

**PROGRAM**

**PETEK 7. aprila 2006**

- 8.30–10.00 **Registracija udeležencev**
- 10.00–11.00 **Otvoritev seminarja**  
**Kulturni program**  
**Pozdravni govori**
- 11.00–11.30 **Izbitje stalnih sekalcev in njihova oskrba**  
Gordan Čok, dr. med., spec.
- 11.30–12.00 **Predstavitev Mladinskega zdravilišča in letovišča**  
**Zdraviliško zdravljenje otrok**  
Breda Prunk-Franetič dr. med., spec.
- 12.00–12.30 **Pomen gibanja pri otrocih z astmo**  
Barbara Fritz Marzi, fizioterapevka
- 12.30–13.00 **Predstavitev pedontološke dejavnosti Obala-Kras**  
Jelen Barbara dr. med., spec.
- 13.00–14.30 **Odmor** (možnost kosila v lastni režiji, s predhodno prijavo)
- 14.30–15.00 **Nega ust pri bolnikih z rakom**  
Doc. dr. Primož Strojjan
- 15.00–15.30 **Šola za starše**  
Marina Čok, SMS, in Brigita Vodopivec, ZT
- 15.30–16.00 **Odkrivanje, preprečevanje in zgodnje zdravljenje zobnih in čeljustnih nepravilnosti**  
Evgenij Komljanec, dr. dent. med., spec.
- 16.00–16.30 **Priprava pacienta na ortodontsko zdravljenje**  
Stanislava Štajer, prof. zdr. vzg.
- 16.30–17.00 **Razprava**
- 20.00 **Družabno srečanje**

**SOBOTA 8. aprila 2006**

- 9.00–10.30 **Samozavest in premagovanje strahu**  
Adela Kelhar, univ. dipl. sociologinja
- 10.30–11.00 **Odmor za kavo**
- 11.00–12.00 **Delavnice, delo po skupinah**  
Maja Kodila, SMS  
Adela Kelhar, univ. dipl. sociologinja
- 12.00–12.30 **Poročanje po skupinah**

12.30–13.00 **ZAKLJUČEK SEMINARJA**

Obvezne so pisne prijave s prijavnico pri vabilu ali s prijavnico, objavljeno v vsaki številki Utripa. Prijave pošljite najkasneje do 31. 3. 2006 na naslov Marija Miklič, ZD Ljubljana, Metelkova 9, 1000 Ljubljana s pripisom za Sekcijo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v zobozdravstvu; ali po faksu: 01/2307364, s pripisom za Marijo Miklič.

Kotizacija znaša 38.000,00 sit za člane, za nečlane 50.000,00 sit in jo nakažite do 31. 3. 2006 na NLB, posl. Tavčarjeva 7, Ljubljana-ZDMSZTS TRR št: 02031-0016512314, sklic na št: 00 120-22.

Ob registraciji potrebujete člansko izkaznico in potrdilo o plačani kotizaciji.

**DODATNE INFORMACIJE:**

Marija Miklič, ZD Ljubljana-Center 041/648732  
Marina Čok ZD Izola 041/916716, slu. 05/6635005

**HOTELSKE NAMESTITVE:**

**Mladinsko zdravilišče in letovišče DEBELI RTIČ; Jadranska cesta 73, 6280 ANKARAN**

Tel.: 05 669-20-00, faks: 05 652-85-68; nočitev z zajtrkom: dvoposteljna soba 7600,00 sit; doplačilo za enoposteljno 1500,00 sit; kosilo 1500,00 sit. Prenočišče rezervirajte pravočasno!

*Prisrčno vabljeni, veselimo se trenutkov z vami!*

*Predsednica sekcije:  
Marija Miklič*

**BOLNIŠNICA GOLNIK  
KLINIČNI ODELEK ZA PLJUČNE BOLEZNI IN  
ALERGIJO**

Vabi na tečaj, ki bo 17. in 18. marca 2006 na Golniku

**ŠOLA ZA OBSTRUKTIVNE BOLEZNI PLJUČ**

Tečaj je namenjen medicinskim sestram, ki obravnavajo bolnike z astmo ali KOPB, sestavljen je iz predavanj in vaj. Po tečaju bodo udeleženci opravili praktični in pisni izpit, po izpitu prejmejo potrdilo o uspešno zaključenem tečaju.

Izobraževanje se bo upoštevalo pri napredovanju, soglasje Zbornice zdravstvene nege še čakamo.

Število udeležencev tečaja je omejeno (25). Kotizacija znaša 35.000 SIT.

Prijavnice, program in informacije po e-pošti: majda.pusavec@klinika-golnik.si ali na telefon 04/ 25 69 119.

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

## SEKCIJA REŠEVALCEV V ZDRAVSTVU

Vabi na strokovno srečanje

### NUJNI UKREPI V PREDBOLNIŠNIČNI NMP

v petek in soboto, 21. in 22. aprila v hotelu Larix v Kranjski Gori

#### **Petek, 21. april**

- 08.00–09.30 **Registracija udeležencev**  
 09.30–09.45 **Otvoritev srečanja in pozdrav udeležencev**  
 09.45–10.05 **Nujna intervencija v predbolnišnični NMP**  
 10.05–10.25 **Sprejem nujnega klica in aktivacija ekipe NMP**  
 10.25–10.40 **Vožnja na kraj dogodka, varnost in hiter pregled mesta dogodka**  
 10.40–11.00 **Prvi pregled bolnika, poškodovanca, nujni ukrepi in dokončna oskrba**  
 11.00–11.15 **Prevoz in predaja bolnika, poškodovanca v bolnišnici**  
 11.45–12.05 **Intervencija ekipe NMP pri prometni nesreči**  
 12.05–12.20 **Intervencije ekipe NMP pri reševanju z višine ali globine**  
 12.20–12.40 **Intervencije ekipe NMP pri obravnavi psihiatričnih bolnikov**  
 12.40–13.00 **Pripravljenost sistema predbolnišnične NMP za množično nesrečo**  
 15.00–15.15 **Oskrba bolnika z akutno možgansko kapjo v predbolnišničnem okolju**  
 15.15–15.30 **Oskrba bolnika z akutnim koronarnim sindromom v predbolnišničnem okolju**  
 15.30–15.45 **Oskrba bolnika s hudo poškodbo glave v predbolnišničnem okolju**  
 15.45–16.05 **Novosti pri izvajanju temeljnih in dodatnih postopkov oživljanja**  
 16.05–16.20 **2-letne izkušnje helikopterske NMP**  
 16.20–16.40 **Izvajanje RSI v predbolnišničnem okolju, izkušnje PHE Kranj**  
 17.10–18.00 **Proste teme, prikazi primera**  
 18.00 **Razstava posterjev**  
 20.00 **VEČERJA S PLESOM**

#### **sobota, 22. april**

- 09.00–09.20 **Ugotavljanje in merjenje osnovnih življenjskih funkcij, ocenjevalne lestvice**  
 09.20–09.35 **Spremljanje stanja bolnika s pomočjo medicinskih aparatov**  
 09.35–09.55 **Pomen in izvedba urgentne intubacije na terenu**  
 09.55–10.10 **Nadzor dihanja in umetna ventilacija v predbolnišnični NMP**  
 10.10–10.30 **Metode vzpostavitve proste parenteralne poti**

- 11.00–11.15 **Defibrilacija in zunanja kožna elektrostimulacija srca**  
 11.15–11.30 **Pulzna oksimetrija, prednosti in pasti**  
 11.30–11.45 **Uporabnost kapnografije v predbolnišnični NMP**  
 11.45–12.00 **Natančno odmerjanje zdravil in tekočin s pomočjo perfuzorjev in črpalk**  
 12.00–12.20 **Raziskovalno delo v predbolnišnični NMP**  
 14.00–18.00 **Delavnice na štirih delovnih mestih**  
 18.00 **Zaključek seminarja**

#### **SPLOŠNE INFORMACIJE**

Zadnji rok za oddajo izvlečkov prostih tem, prikazov primerov kakor tudi posterjev je 10. marec 2006. Izvlečke naj kandidati pošljejo na isti naslov, kot je prijava na seminar, o izbiri prispevkov bodo obveščeni v desetih dneh. Udeležba na seminarju se šteje za strokovno izpopolnjevanje in se upošteva pri napredovanju. Kotizacija za člane znaša 38.000,00 SIT, za nečlane 50.000,00. V ceno je vračunan DDV in všteto kosilo ter osvežitve v odmoru. Nujna je pisna prijava na seminar, ki jo pošljite na naslov: OZG OE Zdravstveni dom Kranj, Reševalna postaja, Jože Prestor, Gosposvetska c. 10, 4000 Kranj. Informacije po telefonu 041/ 608 201. Kotizacijo nakažite na transakcijski račun ZDMSZT: št. 02031 - 0016512314, sklic na številko 00 12021, s pripisom »za Sekcijo reševalcev v zdravstvu«. Omenjeni znesek lahko poravnate tudi pred pričetkom seminarja oz. po seminarju po prejetju računa (podjetja in zavodi). Ob registraciji potrebujete člansko izkaznico in potrdilo o plačani kotizaciji – virman (če ste znesek nakazali na transakcijski račun). Če se niste že prej prijavili, potrebujete tudi pisno prijavo z ustreznimi podatki (davčna številka zavoda, žig in podpis uradne osebe)! Prenosišče lahko rezervirate v Hotelu Larix ali Prisank. Za rezervacijo pokličite na telefon 04/ 588 44 78 ali 04/ 588 44 77 ali preko e-pošte [booking@hitholidays-kg.si](mailto:booking@hitholidays-kg.si).

Vabljeni!

Organizacijski odbor

Predsednik strokovne sekcije: Jože Prestor

**SLOVENSKO OSTEOLOŠKO DRUŠTVO PRIREJA  
FUNKCIONALNO IZOBRAŽEVANJE Z UČNIMI  
DELAVNICAMI 2006**

**ZDRAVA PREHRANA  
– MEDICINA PRIHODNOSTI  
PREPREČEVANJE IN ZDRAVLJENJE SODOBNIH  
BOLEZNI**

BLED, Hotel Kompas

**Program je vpisan v register izobraževanj pri ZZNS**

V današnjem hitrem tempu življenja, ko število različnih boleznih skokovito narašča (debelost, sladkorna bolezen, bolezn srca in ožilja, rak itn.) smo se kot vrhunski strokovnjaki, ki se vsakodnevno ukvarjamo s svetovanjem o zdravi prehrani, ki je temelj preprečevanja in tudi zdravljenja vseh boleznih, odločili pripraviti strokovno izobraževanje. Pri izobraževanju bomo sodelovali predstavniki področja s Kliničnega centra, Kliničnega oddelka za endokrinologijo, diabetes in presnovne bolezni, Biotehniške fakultete, Visoke šole za zdravstvo, Ministrstva za zdravje, Pediatrične klinike in drugi.

**Zato Vas vabimo k sodelovanju na 1. dvodnevnem strokovnem izobraževanju z učnimi delavnicami o ZDRAVI PREHRANI, ki bo 7. in 8. aprila 2006 na Bledu.**

**Dvodnevno strokovno izobraževanje z učnimi delavnicami o ZDRAVI PREHRANI je nastalo na pobudo strokovnih sodelavcev v zdravstveni negi in zdravstveni vzgoji.**

Naš največji cilj je izobraziti strokovne sodelavce, ki se poklicno ukvarjajo s svetovanjem o zdravi prehrani v bolnišničnih ustanovah, v zdravstvenih domovih, domovih za ostarele ali pa izvajajo zdravstveno vzgojo o zdravi prehrani bolnikov ali še zdravih posameznikov na domu (patronažna služba).

Izobraževanje je primerno za zaposlene v lekarnah, ki se neposredno srečujejo z varovanci in jim svetujejo o zdravi prehrani.

Prav tako je izobraževanje namenjeno strokovnim zdravstvenim delavcem in ostalim zaposlenim v zdraviliščih, hotelih, vrtcih, osnovnih, srednjih šolah in univerzah, ki se ukvarjajo z zdravo prehrano v smislu preprečevanja in zdravljenja sodobnih boleznih. Prav tako je izobraževanje namenjeno predavateljem na šolah, univerzah, ki se pri svojem delu srečujejo z zdravo prehrano ter tako svojim učencem posredujejo prave informacije o načinih priprave in uživanja hrane, izboru ustreznih živil, vključitvi sadja in zelenjave v jedilnike itn.

**Izobraževanje se upošteva pri napredovanju, za kar izdamo potrdilo.**

Izobraževanje bo potekalo kontinuirano vsako leto v mesecu aprilu.

**STROKOVNI VODITELJI:**

Milena Bohnc, viš.med.ses., prof. soc. ped.

Jana Klavs, viš.med.ses.

Andrej Krašovec, dipl.zn.

**KOTIZACIJA:**

Kotizacija znaša 56.000,00 SIT + DDV – **Za izobraževanje "Zdrava prehrana – medicina prihodnosti 2006"** in vključuje stroške predavateljev, organizacije, prostor izvedbe izobraževanja, svečano večerjo, celovit priročnik in spremni material.

Prijavnico z vsemi točnimi podatki pošljite na naslov:

**Klinični center, Klinični oddelek za endokrinologijo, diabetes in presnovne bolezni, Ambulante za diabetike**

**Jana Klavs, Milena Bohnc**

**Zaloška c. 7, 1000 Ljubljana**

Po prijemu prijavnice bomo 8 (osem) dni pred pričetkom funkcionalnega izobraževanja poslali račun.

**Kontaktne osebi za dodatne informacije sta Jana Klavs in Milena Bohnc, na direktni tel./faks: 01-522-25-16 ali tel.: 01-522-23-77.** Število prijav je zaradi načina izobraževanja omejeno. *Uvrstitev na izobraževanje ne bo možno brez predhodne najave oziroma poslani natančno izpolnjeni in žigosane prijavnice.* Program bo potekal v hotelu Kompas na Bledu.

**Rezervacija prenočišča:** Prenočišča smo rezervirali v hotelu Kompas na Bledu, sami pa potrdite rezervacijo pod šifro: **Zdrava prehrana – medicina prihodnosti 2006** na tel.: **04-5782100, faks: 04-5782499.**

**PROGRAM:**

**PETEK, 7. 4. 2006**

- |             |   |
|-------------|---|
| 07.30–08.50 | <b>REGISTRACIJA UDELEŽENCEV</b><br>Moderator: Milena Bohnc  |
| 08.50–09.00 | <b>Pozdravni nagovor udeležencev</b>  |
| 09.00–09.10 | <b>Zdravje Slovencev</b><br>Milena Bohnc, viš.med.ses., prof. soc. ped.   |
| 09.10–09.20 | <b>Zdravje kot vrednota</b><br>Prof. dr. Janez Preželj, dr. med.  |
| 09.20–09.50 | <b>Zdrava prehrana</b><br>Doc. dr. Marjan Simčič, dipl. ing. živ. teh.  |
| 09.50–10.20 | <b>Anatomija s fiziologijo prebavil – Po kakšni poti potuje zaužita hrana</b><br>Dr. Raja Gošnak Dahmane, dr. med.  |
| 10.20–10.50 | <b>Kako in komu svetovati zdravo hrano?</b> , Mojca Bizjak, univ. dipl. ing. teh.   |
| 10.50–11.20 | <b>Prednosti in pomanjkljivosti posameznega načina prehranjevanja</b><br>As. dr. med. sci. Cirila Hlaston, univ. dipl. ing.   |
| 11.20–12.20 | <b>ODMOR</b><br>Moderator: Andrej Krašovec  |
| 12.20–12.50 | <b>Zgodovina in sociološki vidiki prehranjevanja</b><br>Andrej Krašovec, dipl. zdrav.   |
| 12.50–13.20 | <b>Prehrana v različnih življenjskih obdobjih</b> , Jana Klavs, viš.med.ses.  |
| 13.20–13.50 | <b>Pomen beljakovin v prehrani</b> Prof. dr. Božidar Žlender, dipl. inž. živ. teh.  |
| 13.50–14.30 |   |
| 14.30–15.00 | <b>Pomen maščob v prehrani</b><br><b>Pomen ogljikovih hidratov v prehrani</b><br>Doc. dr. Rajko Vidrih, dipl. inž. živ. teh.<br>Andreja Širca Čampa, univ. dipl. inž. |

- 15.00–16.00 **ODMOR**  
Moderator: Jana Klavs
- 16.00–16.30 **Voda, vir življenja**  
Mateja Hafner, dr. med.
- 16.30–17.00 **Pridelava hrane (naravna, ekološka, integrirana),** Dr. Martina Bavec, dr. med.
- 17.00–17.30 **Pomen posameznih skupin živil (sadja, zelenjave, vitaminov, mineralov) v zdravi prehrani**  
Dario Cortese, dipl. inž. agr.
- 17.30–18.00 **Pravice potrošnikov pri nakupovanju**  
Marjana Peterman
- 18.10 **DISKUSIJA**
- 18.30 REKREACIJA – vodeni ogled Bleda
- 20.30 **SVEČANA VEČERJA –**  
Glasbeni večer s plesom

**SOBOTA, 8. 4. 2006**

Moderator: Andrej Krašovec

- 09.00–09.30 **Prehrambena anamneza – izhodišče za svetovanje o zdravi prehrani**  
Katarina Kovačič, dipl.m.s.
- 09.30–10.00 **Merjena prehrana – izračun energetske vrednosti za posameznika**  
Metka Arhar, dipl.m.s.
- 10.00–10.30 **Zakaj sem debel(a), kako shujšati?**  
Dr. Tina Sentočnik, dr. med.
- 10.30–11.15 **Pomen gibanja ob zdravi prehrani**  
Doc. dr. Damir Karpljuk, prof. šp. vzg.
- 11.15–12.30 **ODMOR**

**UČNE DELAVNICE**

- 12.30–13.30 **Komunikacija z bolnikom in sodelavci – Kako motivirati posameznika za zdravo prehranjevanje**  
Mag. Irena Deželak
- 13.30–14.30 **Izdelava jedilnika – individualna merjena prehrana**  
**Uporaba preglednice enakovrednih živil**  
Mateja Tomažin, viš.med.ses.  
Metka Arhar, dipl.m.s.
- 14.30–15.30 **Zdravju prijazni načini priprave hrane – praktični prikaz priprave hrane v kuhinji**  
Milena Bohnc, viš.med.ses., prof. soc. ped.  
Andrej Krašovec, dipl. zdrav.
- 15.30–16.30 **Izračun energetske odmerjenega jedilnika za posameznika – praktična priprava dnevnega jedilnika; kako naj kupujem in shranjujem živila**  
Klavs Jana, viš.med.ses.  
Ranka Đurdevič-Despot, dipl.m.s.

- 16.45 **ZAKLJUČEK Z DISKUSIJO**  
**Podelitev potrdil**

Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije  
**SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN BABIC**  
Vabi na strokovno srečanje

**IZKUŠNJE BABIC PO SVETU,**

ki bo v petek, 24.03.2006 v Ljubljani, v gostišču "Pri Jovotu", na Kodeljevem, Poljanska c. 99, Ljubljana

**PRELIMINARNI PROGRAM**

- 08.00–09.00 **Registracija udeležencev**
- 09.00–09.30 Pozdravni nagovor predsednice in vabljenih gostov
- 09.30–10.00 mag. Nester T. Moyo:  
**Vision of midwifery in future**
- 10.00–10.30 prof.dr. Valerie Fleming:  
**Harmonisation of midwifery education and workforce**
- 10.30–11.00 prof.dr. Dianne du Plessis:  
**Experience of childbirth when women attended antenatal classes**
- 11.00–11.30 Jule Friedrich: **Midwifery care in postnatal period in Germany**
- 11.30–12.00 **ODMOR**
- 12.00–12.30 mag. Elgonda Eritzema Bekker:  
**Experience of independent midwife with homebirths**
- 12.30–13.00 dr. Annalize de Villers: **Impact of HIV/AIDS in South Africa: Antenatal management of pregnant women**
- 13.00–13.30 mag. Lennie Kamwendo:  
**Introduction to midwifery in Malawi**
- 13.30–14.00 **Predstavitve projekta ICM – Young midwifery leaders**
- 14.00–14.30 **RAZPRAVA**
- 14.30–15.00 **ZAKLJUČEK**

**PREDAVANJA BODO SIMULTANO PREVAJANA****Splošne informacije**

Udeležba na seminarju se šteje za strokovno izpopolnjevanje. Kotizacija z DDV za člane znaša 22.000 SIT, za nečlane 32.000 SIT. V kotizacijo je všteto gradivo in organizacija seminarja. Nujna je pisna prijava na seminar, ki jo pošljete na naslov ZZNBS-ZDMSBZTS, Vidovdanska 9, Ljubljana **do 17. 3. 2006** (prijavnica je v vsakem Utripu). Kotizacijo nakažite na transakcijski račun: NLB, posl. Tavčarjeva 7, Lj-ZDMSZTS št. 02031-0016512314, sklic na številko 00-120-04. Omenjeni znesek lahko poravnate tudi pred začetkom seminarja. Ob registraciji potrebujete tudi člansko izkaznico, potrdilo o plačani kotizaciji (virman) in pisno prijavo, ustrezno izpolnjeno.

**Informacije:**

Gordana Njenjić, Ginekološka klinika Ljubljana,  
tel. 01 522 60 48

Predsednica sekcije:  
Gordana Njenjić

**PRVO OBVESTILO**

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

**SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V ENDOSKOPIJI**

ZDRAVNIŠKO DRUŠTVO

ZDRUŽENJE ZA GASTROENTEROLOGIJO IN HEPATOLOGIJO

- ENDOSKOPSKA SEKCIJA

V SODELOVANJU Z ECE-TRAINING CENTROM ERLANGEN

**VABIJO**

MEDICINSKE SESTRE, ZDRAVSTVENE TEHNIKE IN ZDRAVNIKE NA

**17. STROKOVNI SEMINAR: »PRAKTIČNE VAJE IZ GASTROENTEROLOŠKE ENDOSKOPIJE« Z MEDNARODNO UDELEŽBO,**

**KI BO 16. IN 17. JUNIJA 2006 V PORTOROŽU V HOTELU METROPOL**

**PROGRAM****PETEK, 16. 6. 2006**

- 08.00–09.30 Registracija udeležencev  
 09.30–09.45 Otvoritev seminarja  
 09.45–10.00 **Vpliv endoskopije na endoskopske ekipe**, Cvetka Pernat, dr. med.  
 10.00–10.10 **Mikrobiološka testiranja v endoskopiji v Sloveniji**, Stanka Popovič, dipl.m.s.  
 10.10–10.20 **Kako pacientu »olajšati« bronhoskopijo**, Primožič Petrinec Marija, dipl.m.s.  
 10.20–10.30 **Management of an endoscopy suite**, Erich Pflimlin, RN  
 10.30–10.40 **Educational placement – Extend the endoscopic view**, Michael K. Ortmann, RN  
 10.40–11.00 **Diskusija**  
 11.00–11.30 **ODMOR**  
 11.30–11.45 **Interventna gastrokopija**, as. dr. Borut Kocjančič, dr. med.  
 11.45–12.00 **Interventna kolonoskopija**, prim. dr. Ivan Ferkolj, dr. med.  
 12.00–12.15 **Interventni ERCP**, as. prim. Vladimir Mlinarič, dr. med.  
 12.15–12.00 **Diskusija**  
 12.30–13.30 **ODMOR – KOSILO**  
 13.30–15.00 **Praktične delavnice s poudarkom na delu medicinskih sester**  
 15.00–15.30 **ODMOR**  
 15.30–17.00 **Praktične delavnice s poudarkom na delu zdravnikov**  
 19.30 **SKUPNA VEČERJA**

**SOBOTA, 17. 6. 2006**

- 09.00–10.30 **Praktične delavnice s poudarkom na delu zdravnikov**  
 10.30–11.00 **Odmor za kavo**  
 11.00–12.30 **Praktične delavnice s poudarkom na delu medicinskih sester**

Praktične delavnice bodo potekale na štirih deloviščih:

Delavnica I: gastrokopija: zaustavljanje krvavitev (terapevtska)

Delavnica II: kolonoskopija: terapevtska

Delavnica III: ERCP 1: enostaven terapevtski

Delavnica IV: ERCP 2: zahtevnejši terapevtski

Jezik: slovenski in angleški

**SPLOŠNE INFORMACIJE:**

Kotizacija z DDV znaša za člane 38.000 sit, za nečlane 72.000 sit in jo lahko nakažete na TR - NLB Ljubljana, ZZBNS - ZDMSBZTS št. 02031-0016512314 sklic na številko 0012019 s pripisom Za sekcijo MS in ZT v endoskopiji. Kotizacija vključuje: zbornik predavanj, sodelovanje pri delavnicah, kavo v odmorih ter skupno večerjo.

Pisne prijave na prijavnici, objavljeni v vsaki številki Utripa, pošljite na naslov: Tatjana Gjergjek, Klinični center, Klinični oddelek za gastroenterologijo, Japljeva ul. 2,

faks.: 01 4334190 ali e-naslov: [tatjana.gjergjek@zklj.si](mailto:tatjana.gjergjek@zklj.si).

Ob registraciji potrebujete člansko izkaznico ter potrdilo o plačani kotizaciji

**Kontakt:** Stanka Popovič, tel.: 015223520 ali 015222677, ter Tatjana Gjergjek, tel.: 015224674.

**Posebno opozorilo! Število udeležencev je zaradi praktičnih vaj omejeno, zato se, prosimo, prijavite do konca maja 2006. Ob prijavi napišite, katere delavnice so vaša prioriteta. Če bo možno, bomo prvo željo upoštevali. Hvala za razumevanje.**

Rezervacija sob: METROPOL HOTELS, tel.: +38656907000

faks.: +38656907877 ali e-naslov: [sales@metropolgroup.si](mailto:sales@metropolgroup.si), najkasneje do 31. 5. 2006

Cene namestitev, spanje z zajtrkom, cene so v SIT za leto 2005:

Hotel Metropol Hotel Roža Hotel Barbara  
 Enoposteljna soba 24.000,00 17.000,00 /  
 Dvoposteljna soba 18.000,00 13.000,00 9.500,00  
 Dvoposteljna za eno osebo 30.000,00 21.250,00 15.000,00

**STROKOVNI IN ORGANIZACIJSKI ODBOR:**

as. dr. Borut Kocjančič, Gorazd Kolar, dr. med.,  
 prof. dr. Borut Štabuc, Milan Stefanovič, dr. med.,  
 doc. dr. Franc Jelenc, doc. dr. Marko Sever,  
 Stanka Popovič, Tatjana Gjergjek in Anica Forštnarič

# PRIJAVNICA ZA STROKOVNA SREČANJA

Zavod (podjetje)

Poštna številka in kraj

Ulica in hišna številka

Zavezanec za DDV DA NE (obkrožite) - Davčna številka

Telefon Kontaktna oseba:

Prijavnica za strokovno srečanje v kraju dne  
z naslovom  
Organizator

Prijava udeleženk/cev:

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

IME IN PRIIMEK

DELOVNO MESTO

Št. članske izkaznice

Kotizacijo z DDV v višini tolarjev je poravnana:

Na poslovni račun NLB, posl. Tavčarjeva 7, Ljubljana - ZDMSZTS št.. 02031-0016512314,  
sklic na številko 00 120 + ..... ( številka stroškovnega mesta sekcije)

nakazilo izvedeno dne

Z gotovino na dan seminarja  S čekom na dan seminarja

Datum prijave

ŽigPodpis odgovorne osebe:

**OBZORNIK  
ZDRAVSTVENE NEGE**



## NAROČILNICA

Naročam OBZORNIK ZDRAVSTVENE NEGE

Naročnino bom poravnal(a) v 30 dneh po prejemu položnice.

Ime: \_\_\_\_\_

Priimek: \_\_\_\_\_

Ulica: \_\_\_\_\_

Pošta: \_\_\_\_\_

Naročam posamezne številke \_\_\_\_\_ letnik \_\_\_\_\_, št. izvodov \_\_\_\_\_

Podpis: \_\_\_\_\_



**OBZORNIK  
ZDRAVSTVENE NEGE**



## NAROČILNICA

Smo pravna oseba in naročamo OBZORNIK ZDRAVSTVENE NEGE na naš naslov.

Naročnino bom poravnali v 30 dneh po prejetju položnice.

Podjetje: \_\_\_\_\_

Ulica: \_\_\_\_\_

Pošta: \_\_\_\_\_

Tel./fax: \_\_\_\_\_

Naročamo \_\_\_\_\_ izvod(ov) OBZORNIKA ZDRAVSTVENE NEGE.

Podpis in pečat: \_\_\_\_\_



Izpolnjene naročilnice pošljite na naslov:  
ZBORNICA ZDRAVSTVENE IN BABIŠKENE NEGE -  
ZVEZA DRUŠTEV MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV SLOVENIJE  
VIDOVDANSKA 9, 1000 LJUBLJANA





European Dialysis and Transplant Nurses Association/  
European Renal Care Association

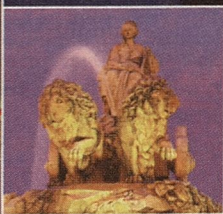
# 35<sup>th</sup>

EDTNA/ERCA Conference  
8 - 11 September 2006  
Madrid, Spain  
Palacio Municipal Juan Carlos I

## Prevention, Care and Management of Renal Disease

[www.edtna-erca.org](http://www.edtna-erca.org)

*Preliminary programme &  
Call for abstracts*



## Držimo obljubo. Ustavimo AIDS.

Polona Aškerc, Lena Lajovic, Tadeja Lampret, Ana Likar, Mateja Strmljan, David Slapšak



Študenti Tadeja, Marija, Lena, Diana, Ana in Snežana na zdravstvenovzgojni stojnici Srednje trgovske šole v Ljubljani, v pričakovanju dijakov

Besede, ki so zaznamovale letošnji 1. december – svetovni dan boja proti AIDS-u. Ko smo se na ta dan sprehajali po mestnih ulicah, smo naleteli na veliko stojnic, kjer so študenti prostovoljci in zdravstveni delavci mimoidoče informirali o nevarnostih virusa HIV, o AIDS-u, o preventivi pred okužbo, načinih širjenja virusa HIV, zdravljenju ipd. Na voljo je bilo veliko brošur in zloženek, kjer so zapisani osnovni podatki, ki jih je dobro vedeti o virusu HIV in AIDS-u. Najbolj pa so bili seveda iskani kondomi, saj so, če smo iskreni, v prosti prodaji za marsikaterega dijaka ali študenta predragi.

Tudi študenti zdravstvene nege lahko veliko storimo na področju preventive in ozaveščenja mladih o nevarnostih virusa HIV in AIDS-a, zato smo pri predmetu Zdravstvenovzgojno izobraževanje v okviru vaj, pod mentorstvom asistentke mag. Andreje Kvas, 1. decembra pripravili zdravstvenovzgojno stojnico. Pri pripravi in izvedbi smo sodelovali Polona, Lena, Tadeja, Ana, Mateja in David. Poleg nas je bilo v skupini še 7 študentov in študen-

tk. Smo študenti 3. letnika študijske smeri Zdravstvena nega Visoke šole za zdravstvo Univerze v Ljubljani.

Pred tem smo na šoli v kabinetu, razdeljeni v skupine, po dva ali trije študenti izdelali plakate, rdeče in bele pentlje in nekaj brošur. Poleg tega smo na Zavodu za zdravstveno varstvo Ljubljana dobili različne brošure in zloženke, že izdelane tematske plakate, pentlje (rdeče in bele) ter kondome. Dodobra opremljeni z vsem tem propagandnim materialom smo se 1. decembra odpravili na Srednjo trgovsko šolo, kjer smo v avli postavili zdravstvenovzgojno stojnico, ki je potekala od 8. do 17. ure. Razdeljeni v manjše skupine smo dijake informirali o AIDS-u, zlasti s plakati, ki smo jih izdelali sami. Dijakom smo delili tudi rdeče (boj proti AIDS-u) in bele pentlje (simbol nenasilja moških nad ženskami), različne brošure, ki so opozarjale na nevarnost te smrtonosne in za zdaj še neozdravljive bolezni ter za dijake najbolj zanimive kondome.

Zakaj je prvi dan zadnjega meseca v letu postal svetovni dan boja proti AIDS-u?

Virus HIV in sindrom imunske pomanjkljivosti (AIDS) sta v svetu zelo razširjena, prisotna sta tudi v Sloveniji. Dandanes se o tem govori veliko več, kot se je nekoč, vendar se virus in bolezen kljub temu še vedno hitro in neustavljivo širita. Na svetu je 40,3 milijona ljudi okuženih z virusom HIV. Leta 2005 se je okužilo 4,9 milijonov ljudi, zaradi AIDS-a pa jih je umrlo 3,1 milijon. Tragično je dejstvo, da bolezen ni ozdravljiva. Znanstveniki se trudijo, da bi odkrili učinkovito zdravilo, vendar jim je do sedaj uspelo odkriti le učinkovine, ki podaljšujejo asimptomatsko obdobje HIV bolezni. ([http://www.ivz.si/ivz/novica.php?ivz\\_id,14.11.2005](http://www.ivz.si/ivz/novica.php?ivz_id,14.11.2005)).

Pri pripravi plakatov je vsaka skupina obravnavala različno temo, študenti 1. skupine, Polona Aškerc, Mateja Strmljan in David Slapšak so predstavili načine prenosa in širjenja virusa HIV. Le-ta se najpogosteje prenaša z nezaščitenimi spolnimi odnosi z okuženo osebo, z okuženo krvjo in krvnimi produkti, z okužene matere na plod. Ne prenaša pa se z vsakodnevnimi družabnimi stiki na delu in v šoli, ob stisku rok, dotikanju in poljubljanju, s hrano ali vodo, pri souporabi skodelic ali kozarcev, s kašljanjem ali s kihanjem, v plavalnih bazenih ali na straniščih ipd. (<http://www.projektvirus.org/aids.php?page=prenos,14.11.2005>).

V 2. skupini so sodelovale Melita Stegne, Diana Smuk in Ana Likar. Predstavile so pravilni potek uporabe kondoma.

Študentke 3. skupine Marija Prelogar, Lena Lajovic in Tadeja Lampret so predstavile znake sindroma imunske pomanjkljivosti (AIDS-a). Znaki sindroma imunske pomanjkljivosti se razdelijo v več faz. Prva se imenuje akutni HIV sindrom (znaki, podobni gripi), sledi asimptomatska faza (faza, v kateri so ljudje brez težav), zgodnja simptomatska faza (hujšanje, herpetične spremembe na ustnicah, jeziku, kandidoza na jeziku in vnetja dlesni in obzobnega tkiva), napredujoča simptomatska faza (pljučnica, Kaposijev sarkom, tumorji, hujše driske, bljuvanje krvi, okvare jeter), pozna simptomatska faza (okvare očesne mrežnice, demenca, oportunistične okužbe različnih organov) in smrt (Marolt-Gomišček in Radšel-Medvešček, 2002).

V 4. skupini sta sodelovala Snežana Marinkovič in Ivo Harpf. Predstavila sta še druge spolno prenosljive bolezni: gonorejo, sifilis, okužbe s papiloma virusi – genitalne bradavice, genitalni herpes, glivične okužbe, sramne uši, klamidijske okužbe, trihomonozo, virusni hepatitis, garje, virus herpesa simpleksa, citomegalijo idr.

Maja Marolt in Nataša Pokrajc iz 5. skupine sta govorili o zdravljenju HIV-a in AIDS-a, predstavili pa sta tudi testna mesta v Sloveniji. Pri zdravljenju se uporabljajo zdravila, ki preprečujejo razmnoževanje virusa HIV in s tem napredovanje bolezni. Testna mesta v Sloveniji so v Ljubljani, Mariboru, Celju, Kranju, Koprju, Novem mestu in Novi Gorici. Testiranje je anonimno in v Ljubljani poteka na Infekcijski kliniki vsak ponedeljek med 12. in 14. uro. Rezultati so znani že isti teden v četrtek.

Po zdravstvenovzgojni akciji smo analizirali dogajanje, bili smo polni različnih vtisov. Za sodelovanje in odziv publike lahko rečemo, da je bil obisk dijakov zelo velik, njihovo sodelovanje pa je bilo povsem različno. Nekateri so imeli veliko vprašanj o bolezni in virusu HIV, medtem ko so se drugi hoteli le »okoristiti« s kondomi in pentljami. Najbolj pogosta vprašanja so bila predvsem, kakšna je razlika med rdečo in belo pentljo, kakšni so znaki bolezni, kako se virus prenaša ipd. Na koncu naše predstavitve smo bili vsi pozitivno presenečeni, predvsem kar zadeva naše počutje. Sprva smo se počutili zelo neprijetno in nelagodno, ker je bil to naš



Ana, Tadeja in Lena v pogovoru z dijakinjo

prvi zdravstvenovzgojni nastop. Na trenutke smo se počutili tudi neumne, vsaj mislili smo tako, zaradi norčevanja nekaterih dijakov iz nas in iz našega dela. Kasneje pa smo spoznali, da je bil naš trud poplačan, ko smo gledali nasmejane in zadovoljne obraze mnogih dijakov, med katerimi so nekateri že stopili v svet spolnosti, drugi pa v njega še vstopajo. Upamo, da smo s tovrstno akcijo dijakom pomagali razrešiti kakšno dilemo, pomisleke in morda vprašanja, ki si jih sicer niso upali postaviti.

Po organizaciji in izvedbi zdravstvenovzgojne stojnice smo ugotovili, da so tovrstne predstavitve zelo dobrodošle, tako za nas, bodoče zdravstvene delavce, kot za dijake, študente in ostale mladostnike, ki so jim bile predstavljene teme, o katerih se ne govori toliko oz. jih slabo poznajo. Takšnih akcij bi moralo biti še več, saj na tak način nevsiljivo ponudimo dijakom oz. mladostnikom možnost, da se bolje seznanijo o teh pomembnih temah, in s tem vsaj malo pripomoremo k njihovi boljši ozaveščenosti. S tem jih spodbujamo k preventivi, ki je zanje zelo pomembna. Naj bo spolnost dijakov oz. mladostnikov zdrava in brezskrbna!



IVZ RS

**Inštitut za varovanje zdravja  
Republike Slovenije**

**prireja v četrtek, 6. aprila 2006,**

**strokovno srečanje  
ob 7. aprilu - Svetovnem dnevu zdravja.**

**V naslednji številki Utripa  
bo objavljen natančen program.**

# Delo babice na ginekološkem oddelku

Anita Jelar Slatnar

Veliko ljudi se sprašuje, kaj naj bi delala babica na ginekološkem oddelku. Kaj ni mesto babice izključno le v porodnišnici pri porodnicah oz. novorojenčkih? Mnogo podobnih vprašanj sem dobila, ko sem povedala, da delam na ginekološkem oddelku. Je porodništvo samostojna veda? Je ginekologija nekaj povsem svojega? Vsi vemo, da ni tako, da sodelujeta porodništvo in ginekologija »z roko v roki« .

Znanje iz porodništva nam pomaga, da razumemo določene stvari v ginekologiji in obratno. Zakaj ne bi torej babica, katere znanje zajema ginekologijo in porodništvo, delala v ginekologiji?

Poklic babice je absolutno povezan z žensko in z vsem, kar se z njo dogaja, zato moram reči, da sem včasih kar malo žalostna, ker me vsi takoj povežejo s porodno sobo. Prav zato sem se odločila, da s tem člankom poskusim pojasniti, da ni tako. Sem diplomirana babica, zaposlena na kliničnem oddelku za ginekologijo, ker je tudi to naše delovno mesto! Veliko je ginekoloških težav, zaradi katerih ženske posledično ne morejo imeti otrok oz. se vzroki odpravijo in potem lahko zanosi. Prav zato je pomembno, da ima babica osvojen znanja na obeh področjih in jih usklajuje in dopolnjuje.

Ginekološka klinika ima tri klinične oddelke: KO za perinatologijo, KO za reprodukcijo in KO za ginekologijo. Za delo na vseh teh treh kliničnih oddelkih je dipl. babica oz. babica s srednjo izobrazbo pridobila vsa teoretična znanja v času šolanja.

## MS babica izvaja na ginekološkem oddelku vse potrebne postopke pri:

- akutnih stanjih v ginekologiji (akutni abdomen: torzija adneksov, ekstrauterina oz. zunajmaternična nosečnost, ruptura folikla, huda pelvična vnetja, hiperstimulacije jajčnika; spolna zloraba, krvavitev ...);
- pripravi bolnice na urgentno ginekološko operacijo;
- patologiji nosečnosti do 20. tedna (grozeči splav, abortus in tractu, nedokončani splav, čezmerno bruhanje nosečnic, nefrolitiza, abdominalne kolike);
- pripravi bolnice na ginekološko operacijo (karcinomi, miomi, prirojene malformacije rodil – zunanje in notranje, različni tumorji, ciste ...);
- spremljanje in opazovanje bolnice pred operacijo in po operativnem posegu in izvajanje terapevtsko diagnostičnih postopkov (opazovanje krvavitve iz maternice in nožnice, opazovanje tamponade nožnice ...);
- genitalni herpes in druge spolno prenosljive bolezni ...;
- različna ginekološka stanja.

Kot lahko vidimo, se prepletajo ginekološke in porodniške diagnoze in zahtevajo znanje na obeh področjih.

Kako lažje nam je svetovati nosečnici in razumeti njeno stanje, trenutno zaskrbljenost, ker vemo, kaj se v tem določenem obdobju dogaja z njo in njenim otrokom! Vemo, kako se otrok razvija, kaj sedaj najbolj potrebujeta oba z

nosečnico ... Vendar pa to ne velja samo za nosečnico. Zdi se mi, da babica drugače opazuje stvari, ki se z bolnico dogajajo, pa naj bo to operacija zaradi karcinoma, vnetja ... Predvsem to opazimo pri bolnici, ki je prestrašena zaradi svoje operacije in jo skrbi, kako bo to vplivalo na njen reproduktivni sistem. Nekako ima občutek, da jo bolj razumemo. Vemo, da sta ginekologija in porodništvo zelo intimni področji in v času šolanja so nas naučili, kako se izogniti zadregi pri pogovoru o intimnih stvareh in pri izvajanju nege, posegov pri intimnih delih ženske. Naučili so nas, da je to del nas, našega življenja in to je velik »plus« ob našem začetku in nadaljnjem delu.

Pri bolnicah večkrat opazim, kako jim zasijejo oči, ko te vprašajo: »A vi ste pa babica?« Malce človeka pogreje pri srcu, ker je še vedno čutiti toliko spoštovanja žensk ob tega poklica.

Poleg vsega znanja, ki si ga pridobimo v času študija in skozi izkušenj ob delu, pa vsekakor moramo delati s srcem, če želimo biti uspešne pri izvajanju zdravstvene nege naših bolnic. Že v šoli so nas učili, da moramo človeka obravnavati celostno! In prav to je pri naših bolnicah zelo pomembno! Ženske smo zelo sentimentalne, ko govorimo o zdravju naših rodil (maternica, jajčniki), zato je ne glede na starost ženske (tudi po 50-tem letu) skoraj vsaka psihično »prizadeta«, ko ji morajo zaradi bolezni odstraniti maternico, jajčnike. Nekdo se bo dotaknil posebnega področja, nad katerim so do sedaj imele popolno kontrolo one same in kar jih je delalo žensko. V takih primerih je potrebno razumeti stisko, zaskrbljenost osebe in ji poskušati pomagati prebroditi krizo ob izgubi nečesa, za njih zelo pomembnega. Imajo občutek, da bodo drugače živele, da jim bo nekaj manjkalo ... Zelo jih je strah, kakšna bo njihova samopodoba po operaciji, kakšno bo spolno življenje, kako jih bo sprejel partner, okolica ... Zanimivo je, da zavestno nobena ženska ne pomisli: »Jaz imam pa maternico«, ko se pa le ta odstrani, se jim zdi, da se je nekaj končalo. Taki bolnici je potrebno vrniti samozavest. To lahko storimo samo z razumevanjem in veliko pogovora. In prav tukaj, na tem področju, imamo dipl. babice veliko zdravstvenega dela, ki smo si ga pridobile teoretično – v času šolanja in z izkušnjami.

Prav tako je pomembno, da se pogovarjamo in razumemo mlada dekleta, ki so hospitalizirana zaradi raznih vnetij v medenični votlini, virusnih okužb in jim je neugodno, ker se mogoče pogovor dotakne intimnih odnosov s partnerjem. Moramo si pridobiti njihovo zaupanje, saj bo le tako zdravstvenovzgojno delo uspešno.

Mislim, da je najbolj pomembna stvar pri vsem tem, da s svojim teoretičnim in praktičnim znanjem dosežemo cilj, ki si ga postavimo. Vsaka medicinska sestra vloži v svoje delo veliko truda in energije, kljub vsemu je nekaj najlepšega, ko ugotoviš, da se ti s stiskom roke in hvaležnim nasmehom vsa ta energija povrne, in začutiš, da si naredil nekaj velikega in da je vsaka beseda, ki jo rečeš, vsak gib, ki ga narediš, opazovan in nekomu zelo pomemben.

## Poslušanje planetarnega gonga



Gong proizvaja čudovite harmonične vibracije in zelo pozitivno vpliva na naše celostno zdravje, harmonizira misli in čustva ter krepi imunski sistem. Z obiskom boste storili nekaj zase in za svoje počutje.

Delavnico bo vodila medicinska sestra Zlatka PRAŽNIKAR VRBNJAK.

Potekala bo 27. februarja ob 18-ih v novih društvenih prostorih Ulica stare pravde 6 (I. nadstropje) v Ljubljani.

Zaželeno je, da ste oblečeni v udobna topla oblačila, s seboj pa prinesite armafleks in odejo. Prijave sprejemamo do zasedbe prostih mest (15):

- a. Po e-pošti: irma.kiprijanovic@kclj.si
- b. Na tel. številko: 041 754 695 (od 8.00 do 8.30 ure)
- c. Prispevek za udeležbo je 1.000,00 SIT

Odbor za komplementarno in naravno zdravilstvo v zdravstveni negi pri DMSBZT Ljubljana  
Zdenka Dovč

Predsednica DMSBZT  
Darinka Klemenc

Z masiranjem in pritiski na določene predele stopala lahko ugotovimo kakšno je stanje organizma.

Z masažo stopal se telo čisti in obnavlja.

Uporabljamo jo lahko za samozdravljenje in lajšanje zdravstvenih težav.



## VABIMO VAS NA DVODNEVNO DELAVNICO refleksne masaže stopal

Delavnico bo vodila priznana strokovnjakinja različnih vej komplementarne medicine **dr. Milena Plut Podvršič, spec. splošne med., akupunkturolog**

Dvodnevna delavnica bo potekala **1. in 2. aprila** od 10-ih do 16-ih v novih društvenih prostorih Ulica stare pravde 6 (I. nadstropje) v Ljubljani in vsebuje praktična in teoretična znanja. Zaželeno je, da ste oblečeni v udobna oblačila, s seboj pa prinesite podlogo za ležanje (armaflex).

**Prijave sprejemamo do zasedbe prostih mest (20):**

- Prispevek za udeležbo je 10.000 SIT, **poravnati ga je potrebno že ob prijavi**
- Prijave sprejema ga. Irma Kiprijanovič na tel. 041 754 695 (od 7.00 do 8.30)

Odbor za komplementarno in naravno zdravilstvo v zdravstveni negi pri DMSBZT Ljubljana  
Zdenka Dovč

Predsednica DMSBZT  
Darinka Klemenc

## Pohod DMSBZT Ljubljana na Nanos 11. marca 2006

Spoštovani člani Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana, za vas pripravljamo pohod, tokrat na Nanos (Pleša), ki je na višini 1262 m in je tudi v zimskem času relativno lahko dostopen.

Za pohod potrebujete zimsko pohodno obutev in oblačila, palice za hojo v gore, osvežilni napitek in prigrizek, zaščito za oči (sončna očala).

Pohod bo pod strokovnim vodstvom, trajal bo predvidoma štiri do pet ur.

Odhod avtobusa bo ob 8. uri z železniške postaje Ljubljana pod uro, sledila bo vožnja do Razdrtega in nato hoja v hrib.

V planinski koči bomo imeli pripravljeno toplo malico in pijačo.

Če bo vreme slabo, bo pohod prestavljen. Zato Vas vljudno prosimo, da ob prijavi navedete številko svojega telefona.

Poskušamo približati pohode vsem pohodnikom, tudi manj zmogljivim.

Zato **želimo oblikovati skupine po telesnih sposobnostih udeleženca**. Prosimo vas, da se pred načrtovanim pohodom (od meseca do štirinajst dni) oglasite na sedežu društva, Ulica Stare pravde 6, Ljubljana, vsak četrtek od 17. do 19. ure.

Po petih minutah mirovanja vam bomo določili trenutno stopnjo pohodniške vzdržljivosti in vas razvrstili v ustrezno skupino. Tako oblikovane skupine bodo hodile in uživale na pohodu po svojih resničnih zmogljivostih, brez čakanja manj zmogljivih udeležencev.

Prijave sprejema ga. Irma Kiprijanovič na telefon 522 23 19 ali na e-naslov irma.kiprijanovic@kclj.si do 07. 03. 2006.

Prispevek v višini 3000 sit plačate na avtobusu.

Za vse morebitne informacije kličite na tel. št. 041 266 644 ali pošljite pošto na e-naslov djurdja.sima@kclj.si.

Za športno gibalno vadbo  
pri DMSBZT Ljubljana Ljubljana  
Đurđa Sima

Predsednica DMSBZT  
Darinka Klemenc



## »SOSEDA«

Za vaš nasmeh in kaj več se trudi Petra Kersnič



»Martin, me pa res zanima, kakšno obleko si je na razprodaji kupila sosedica Suzana!«

### ODPUST

»Šef, res ne razumem, zakaj me hočete odpustiti, saj nisem nič takega naredil!« se brani Korenov Janez.

»Saj to je to, Janez, sploh nič nisi naredil in to mi ne znese!« mu pojasni šef Jože.

### GORENJSKA

»Očka, mi daš jurja, da grem na vrtiljak,« prosi Miha očeta v lunaparku.

»Veš kaj, to je pa čista potrata. Saj se Zemlja vrti, kaj boš še plačeval za to!« ga odpravi oče.

### ISKANJE

»No, gospod Turk, vam je bil danes zrezek v zelenjavni prilogi všeč?« sprašuje natakaro Miro svojega gosta.

»No, dober, dober, ampak šele potem, ko sem ga našel pod solatnim listom!« se pohvali gospod Turk.

### DIREKTOR

»Gospod direktor, nujen telefon,« oznani tajnica Marta.

»Marta, pa saj vidite, da imam sestanek,« ji pojasni direktor.

»Vidim, a je vaša žena in pravi, da je nujno!« nadaljuje Marta.

»Le če je za življenje rešit!« se brani direktor.

»Je, je. Jaz bi rada rešila vaše prste – je rekla, da vas bo po prstih, ker zmeraj, ko brišete prah, izgubite krpo za prah – povejte, kje je krpa!« rešuje Marta.

### RELATIVNO

Učitelj vpraša učence: »Kdo zna razložiti besedo relativno?«

»Gospod učitelj, trije lasje v juhi so relativno veliko, na vaši glavi pa relativno malo,« se odreže Buček.

## REKLI SO – DA BI SPREMINJALI SVET IN LJUDI!

*Urejeno življenje nam bolje služi kot medicina.*

*Voltaire*

*Kdor ne spoštuje, ga ne spoštujejo.*

*Angleški pregovor*

*Troje naredi mojstra: vedeti, znati in hoteti.*

*Nemški pregovor*

*Stvarnost lahko spremenimo le, če jo poznamo.*

*Bertolt Brecht*

## MORDA STE ŽE KDAJ SLIŠALI ALI PREBRALI – ČE NE, JE DANES PRVIČ

- da na Irskem vsak dan proizvedejo 10 milijonov steklenic oziroma pločevink guinnessa\*
- da je stoletna vojna trajala 116 let\*
- da se je prvi ženski časopis imenoval The Ladies Mercury in so ga natisnili 1693\*
- da se Mexiko City vsako leto pogrezne za tri centimetre\*
- da je pričakovano trajanje življenja, merjeno ob rojstvu, za obdobje 1999–2003 za moške 72,2 in za ženske 80 let\*

### MIŠKA

»Andrejček, kaj pa vam je bilo z očijem najbolj všeč v živalskem vrtu?« sprašuje mama Andreja svojega nadebudnega sinčka.

»Mami, meni slon, očiju pa miška!«

»Ja, a imajo v živalskem vrtu tudi miške?« sprašuje mama.

»Da mami, tista, ki je bila očiju všeč, je bila kar pri blagajni!« pojasnjuje Andrejček.

### KOLO

»Luč vam ne gori,« opozarja policaj Janeza.

»Vem.«

»Zakaj pa potem ne greš peš?«

»Saj sem poskusi, pa tudi potem ne gori!« se izvolčuje Janez.

### SESALEC

»Ali kdo ve, kdo je največji letéči sesalec?« sprašuje učitelj biologije.

»Jaz vem. Stevardesa je največji letéči sesalec!« se hitro izkaže Buček.

## 2. veleslalom reševalcev v zdravstvu

Jože Prestor, Erik Hrast



Gasilska slika najboljših smučarjev - Erik Hrast

Sekcija reševalcev v zdravstvu, ki združuje vse reševalce z zdravstveno izobrazbo, je bila tudi letos pobudnik in organizator srečanja reševalcev na Rogli. Cilj delovanja sekcije je predvsem skrb za strokovni napredek reševalcev, med pomembnejšimi usmeritvami vodstva Sekcije pa je tudi podpora srečanjem, ki krepijo pripadnost poklicni skupini in prispevajo k prepoznavnosti našega poklica. Srečanje reševalcev na Rogli ima tudi tekmovalni značaj, saj so se reševalci in vabljeni gosti pomerili na že drugem veleslalomu reševalcev v zdravstvu.

Na vabilo sekcije se je več kot 110 članov in gostov zgodaj zjutraj začelo zbirati v hotelu Planja na Rogli. Tam so udeleženci prejeli smučarsko karto in se opremili s štartnimi številkami. Ob 10. uri je bila proga na smučišču Jasna pripravljena na začetek tekme. Prva sta zlikano strmino s smučmi zarezala novi in stari predsednik sekcije. Štarterji so imeli debelo uro dela, da so izpeljali prvi tek. Po devetdesetih tekmovalcih je bila proga tako načeta, da so smučarski delavci morali za drugi tek postaviti novo progo. Za pravo tekmovalno vzdušje so tekmovalci poskrbeli sami, za prijetno okrepitev v izteku proge pa kolegice in kolegi iz Zdravstvenega doma Slovenske Konjice. Tekmovanje je trajalo do trinajste ure, ko je sledilo prosto smučanje. Popoldne so se vsi udeleženci zbrali v koči na Jurgovem. Po nagovoru organizatorjev je sledila razglasitev najboljših, ki so se pomerili v štirih kategorijah. Pred tem so bila predstavljena še podjetja, ki so pripomogla k uspešni pripravi in izvedbi srečanja. Družba Rogla Turizem je kot glavni sponzor že drugo leto poskrbela za kakovostno organizacijo smučarskega tekmovanja, za pripravo pokalov in medalj pa je ponovno poskrbelo podjetje Medicop iz Murske Sobotice. Podjetje ROMA je pripravilo praktično nagrado za najbolj uspešno reševalno službo. Med gostjami se je najbolje odrezala Monika Kotnik, reševalka na smučišču Rogla, druga je bila Eva Pogačnik, zdravnica iz Gorske reševalne službe Slovenije, in tretja Bernarda Kruška iz Zdravstvene službe

Slovenske vojske. Med gosti so bili tudi letos najboljši reševalci s smučišča Rogle, Matjaž Senica, Lovro Magdič in Gašper Marguč. V kategoriji reševalke je prvo mesto pripadlo Antoniji Lavrenčič, reševalki iz Zasebne reševalne postaje Postojna, druga je bila lanska zmagovalka Barbara Rant iz Zdravstvenega doma Škofja Loka in tretja Tanja Javernik iz Zdravstvenega doma Slovenska Bistrica. Najmočnejša konkurenca je bila v kategoriji reševalci, saj se je pomerilo kar šestdeset reševalcev, od katerih trije niso končali niti enega teka. Najboljši med njimi, ki je svoje znanje pokazal že lani, je bil ponovno Gorazd Bregant iz reševalne postaje Kranj, ki je dosegel tudi drugi najboljši absolutni čas tekmovanja. Na drugo mesto se je uvrstil Rajko Škrubelj iz Zdravstvenega doma Mozirje, tretji pa je bil Marjan Fužir iz Zdravstveno reševalnega centra Koroške. Ker je bil starostni razpon tekmovalcev res velik, so organizatorji podelili diplome tudi tekmovalcem v starostni skupini nad 45 let, med katerimi je bil najboljši Anton Križaj iz reševalne postaje Kranj, pred Stanetom Sodja iz podjetja Reševalec in Francem Kramarjem iz reševalne postaje Kliničnega centra Ljubljana. Najuspešnejša reševalna služba, pri čemer so se upoštevale uvrstitve med najboljših deset v obeh kategorijah, je bila reševalna postaja Kranj s prvim mestom med reševalci ter četrtim, sedmim in osmim mestom med reševalkami. Po večerji se je srečanje razvilo v prijetno druženje v noč, za razvedrilo in kakšen plesni žulj pa je poskrbel ansambel Bacardy.

Udeleženci so se razšli s sklepom, da mora srečanje postati tradicionalno, tako da bo januarja naslednje leto na Rogli zopet veselo. Pred tem pa se bodo udeležili še katerega od treh seminarjev Sekcije reševalcev v zdravstvu in prišli na letne igre na Srečanju služb nujne medicinske pomoči, ki bo 9. junija v Ribnem pri Bledu. Več o aktivnostih Sekcije reševalcev v zdravstvu lahko preberate tudi na spletnih straneh [www.resevalci.org](http://www.resevalci.org).



Za okrepitev so poskrbeli domačini - Erik Hrast

## Ustanovitev združenja zasebnih patronažnih medicinskih sester

Barbara Metlikovič, Slavica Molan



Na ustanovnem zboru v Krškem 8. 12. 2005

Začetki zasebnega dela na področju patronažne dejavnosti v Sloveniji segajo v leto 1993, zdaj pa pri nas deluje že več kot 60 zasebnih patronažnih medicinskih sester. Kar lep čas je zorela želja in potreba po našem povezovanju in tako smo 8. 12. 2005 na ustanovnem zboru v Krškem ustanovile Združenje zasebnih patronažnih medicinskih sester. Potrdile smo statut in izvolile organe združenja.

Poglavitna naloga Združenja je povezovanje članov za enotno nastopanje pri uresničevanju skupnih interesov ter za medsebojno podporo in informiranje. Hkrati je namenjeno tudi koordiniranju sodelovanja z institucijami in posamezniki ter usklajevanju dejavnikov, ki so neločljivo povezani z izvajanjem zdravstvene nege kot zasebne dejavnosti.

Ustanoviteljice Združenja zasebnih patronažnih medicinskih sester:

Marija Anžič, Tanja Blaznik, Jožica Habinc, Ana Janc, Željka Kostevc, Majda Kostrevc, Danica Lipar, Barbara Metlikovič, Slavica Molan, Manča Očerl, Andreja Požar, Polonca Radej, Mateja Šenk, Terezija Šiftar, Polonca Umek, Irena Videnič, Lidija Vizjak, Doroteja Zidar.

### Iz statuta združenja

Na podlagi 8. in 9. člena o društvih (Ur. list RS, 60/95) je ustanovni zbor dne 8. 12. 2005 sprejel sklep o ustanovitvi združenja zasebnih patronažnih medicinskih sester.

Ime združenja je ZDRUŽENJE ZASEBNIH PATRO-NAŽNIH MEDICINSKIH SESTER. Sedež združenja je: DOLENJA VAS PRI KRŠKEM 148 8270 KRŠKO, registrirano je bilo na UPRAVNI ENOTI OBČINE KRŠKO 9. 1. 2006.

Združenje je prostovoljno, samostojno, nepridobitno združenje zasebnih patronažnih medicinskih sester in drugih izvajalcev zdravstvene nege, ki želijo preko združenja uresničevati skupne interese.

Delo združenja in njegovih organov je javno.

Združenje sodeluje z Zbornico zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezo društev medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije (Zbornico – Zvezo), z njenimi regijskimi društvi in strokovnimi sekcijami, z drugimi zbornicami, društvi in združenji, izobraževalnimi ustanovami, Zavodom za zdravstveno zavarovanje, državnimi in občinskimi organi, mediji ter z drugimi institucijami in organizacijami z namenom urejanja statusa in varovanja interesov članov združenja ter spremljanje procesa uvažanja zasebnosti v patronažno zdravstveno nego.



### Namen in cilji združenja

Namen združenja je povezati izvajalce patronažne zdravstvene nege, ki to dejavnost opravljajo kot zasebno zdravstveno dejavnost, za lažje uresničevanje skupnih interesov v smislu prizadevanja za hitrejši, načrtni razvoj zasebnosti, za izboljšanje razmer opravljanja zasebne patronažne dejavnosti, za zagotavljanje socialne varnosti članov, pomoč bodočim zasebnicam v postopkih za pridobivanje koncesij in družabništvo.

Svoje namene in cilje združenje uresničuje z naslednjimi nalogami:

- združenje s svojimi aktivnostmi omogoča članom, da se srečujejo, spoznavajo in sodelujejo; v ta namen organizira srečanja, posvetovanja, sodelovanje preko spletne strani združenja, delovanje v skupnih projektih in drugih oblikah druženja,

- člani združenja za doseganje zastavljenih ciljev aktivno sodelujejo v skupnih projektih z Zbornico – Zvezo, z njenimi strokovnimi sekcijami in regijskimi društvi,

- s sodelovanjem z ustreznimi službami Zavoda za zdravstveno zavarovanje, Ministrstva za zdravje, občin in drugimi si združenje prizadeva za izboljšanje finančnih in drugih razmer poslovanja zasebnih patronažnih medicinskih sester,

- s promocijo zasebnega dela želijo člani združenja vplivati na hitrejši razvoj zasebne patronažne dejavnosti; v ta namen organizirajo tiskovne konference, dajejo pisne pobude, mnenja, pojasnila in kritike odgovornim institucijam in javnosti,

- združenje obravnava in zavzema stališča do pomembnih vprašanj, ki se nanašajo na položaj in delo zasebnih izvajalcev patronažne zdravstvene nege,

- združenje v primeru potrebe zastopa svoje člane pri prizadevanjih za uveljavljanje pravic s področja opravljanja zasebne patronažne dejavnosti,

- združenje pomaga svojim članom pri reševanju problemov v zvezi z opravljanjem zasebne patronažne dejavnosti,

- člani združenja posredujejo svoje izkušnje bodočim zasebnikom in jim svetujejo v postopkih za pridobivanje koncesij,

- združenje spremlja novosti in spremembe zakonodaje s področja opravljanja zasebne dejavnosti v zdravstvu in s tem seznanja svoje člane,

- združenje si prizadeva za konstruktivno sodelovanje zasebnih izvajalcev patronažne zdravstvene nege z izvajalci v javnih zavodih,

- člani združenja si prizadevajo za solidarnost med seboj in navzven; v okviru združenja organizirajo razne oblike pomoči članom v stiski.

### Članstvo

Član združenja lahko postane vsaka zasebna patronažna medicinska sestra, ki želi sodelovati v združenju, prav tako pa tudi vsak drug izvajalec zdravstvene nege, ki ima interes in željo delovati za uresničevanje namena in ciljev združenja.

Kdor želi postati član združenja, mora izpolniti pristopno izjavo, s katero se zaveže predsedstvu, da bo sodeloval v skladu s statutom združenja in redno plačeval članarino.

### Organi združenja

#### Predsedstvo

Predsednica: Slavica Molan, dipl.m.s., podpredsednica: Majda Kostrevc, dipl.m.s., Tajnik: Manča Očkerl, dipl.m.s., blagajničarka: Ana Janc, dipl.m.s., člani predsedstva: Andreja Požar, viš.med.ses., Tanja Blaznik, dipl.m.s., Danica Lipar, dipl.m.s., Jožica Habinc, dipl.m.s. in Željka Kostevc, dipl.m.s.

#### Nadzorni odbor

Doroteja Zidar, viš.med.ses., Polonca Umek, dipl.m.s., in Barbara Metlikovič, viš.med.ses.

#### Disciplinska komisija

Polonca Radej, dipl.m.s., Irena Videnič, dipl.m.s., in Marija Anžič, viš.med.ses.

Če se nam želite pridružiti, nam pišite na e-naslov: [zdruzenje.zpms@gmail.com](mailto:zdruzenje.zpms@gmail.com). Po e-pošti vam bomo poslali Statut in Pristopno izjavo. Lahko nam pišete tudi na sedež Združenja: Dolenja vas pri Krškem 148, 8270 Krško.

Dogovorjena članarina za leto 2006 je 2.000,00 SIT. Nakažete jo lahko na TR ZZZPMS: 03155 – 1000422425 pri SKB.

Pripravljamo tudi spletno stran, ki bo namenjena informiranju in v forumih tudi izmenjavi mnenj.

Dodatne informacije dobite pri članicah Združenja:

- Patronažno varstvo Kranj: 04 236 44 50

- Barbara Metlikovič: 041 596 479

- Majda Kostrevc: 041 426 870

- Željka Kostevc: 041 517088

- Sonja Petak: 070 760872

- Slavica Molan: 031 324 975

- Polonca Radej 031 673 923

- bernarda.lukancic@s5.net

- sinkovec.valerija@gmail.com

## Čestitka

**Gospodu Petru Požunu, podpredsedniku Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana, iskreno čestitamo k uspešno zaključenemu univerzitetnemu študijskemu programu na Fakulteti za management v Kopru.**

**Za DMSBZT Ljubljana Darinka Klemenc**



*In memoriam*

## NATALIJA

**Žalost je vdrla v naša srca in ustavila naš korak. Mrzlo decembrsko jutro nam je v tragični prometni nesreči vzelo našo Natalijo.**

**Kruta resnica, ki smo jo težko sprejeli.**

Natalija Landeker je bila od leta 1995 zaposlena v Kliničnem centru Ljubljana, Pediatrična klinika, kot zdravstvena tehničarka. Sprva na alergološkem oddelku, nato na oddelku za pljučne bolezni.

Svoje delo je opravljala natančno in strokovno, predvsem pa z velikim veseljem.

Vsa ta leta je pridobivala nova znanja in jih s pridom uporabljala pri delu z bolnimi otroki, s katerimi se je odlično razumela. S svojim prešernim nasmehom je lajšala tegobe njihovih boleznih. Marsikateri dojenček je našel mir v njenem naročju.

Staršem bolnih otrok je bila v oporo in podporo, s svojim optimizmom in dobro voljo pa je marsikomu vnesla novih moči.

Tudi kadar je ni bilo v službi, nas je po elektronski pošti razveseljevala z zanimivimi prigodami iz svojih popotovanj in nam tako polepšala dan.

Kljub študijskim obveznostim (izredna študentka kriminalistike), ki jih je imela v prostem času, je bila v zdravstveni negi zelo dejavna.

Že nekaj zadnjih let je bila aktivna kot predavateljica in vodja učnih delavnic pri izobraževanju za medicinske sestre. Njeni strokovni članki so objavljeni v Strokovnem zborniku Astma šola za medicinske sestre in v Slovenski pediatriji.

Življenje za Natalijo ni bila samo danost, ampak tudi naloga, ki jo mora še izpolniti.

S svojo bližino je dopolnjevala naša življenja, nas povezovala, krepila in podpirala našo življenjsko moč, predvsem pa utrjevala zaupanje v človeka.

Kot vedno, nas združuje tudi danes. Tokrat v žalosti, ki jo delimo drug z drugim.

Za vedno nas bo spremljala vedrost in svetloba njenih oči, ki je osrečevala vsakogar, ki so ga objele s pogledom.

V znak spoštovanja bomo zbrana denarna sredstva v njenem imenu darovali v humanitarne namene in sicer socialno ogroženi družini, preko Zveze prijateljev mladine Slovenije.

Pogrešamo jo in jo imamo radi. V zadnje slovo ji podarjamo še naslednje vrstice.



### *Let belega metulja*

*Iz mehkega sna se je prebudil metulj.  
In vzletel.*

*Tisoč pesmi vedrega obraza,  
Vzhajajoče misli novega jaza,  
Tisoč rok stoletnih vej,  
Življenja dih na zemlji tej,  
Tisoč cest, odetih v preproge,  
Barve zlate, rdeče, rjave in še mnoge.*

*Letel je in živel.*

*Dežna kaplja.  
Polje dvigajočih se meglic,  
Prijateljev veselih klic,  
bežen dotik otroških ročic.*

*Zadovoljen spanca žametnega si je zaželel,  
In ujet v sončni žarek v letu je zaspal.*

*Leti, leti, beli metulj.*

*Sodelavke in sodelavci Službe za pljučne bolezni na Pediatrični kliniki v Ljubljani*

# S hrano proti stresu

Lili Jerčič

## Zdrava hrana

Ko smo preobremenjeni in napeti, telo okrepimo, počivamo in pomirimo z zdravo hrano.

Losos, morski list in druga morska hrana je bogata hrana z zdravo maščobo OMEGA 3. To so maščobne kisline, ki dobro vplivajo na delovanje srca in možganov ter preprečujejo vnetje sklepov.

- **Ostrige** vsebujejo veliko cinka, ki krepi imunski sistem.
- **Jogurt, kefir, solata** vsebujejo veliko vrst številnih zdravih bakterij, ki krepijo imunski sistem in ga varujejo pred okužbami. Mleko in mlečni izdelki delujejo protibakterijsko in protivirusno, zmanjšujejo nastanek rane na želodcu. Seveda je pametno uživati manj mastne mlečne izdelke.
- **Siri in skuta** so hranila, ki v telesu pospešujejo nastanek zdravih bakterij, ki krepijo odpornost imunskega sistema. Seveda jih je treba uživati v manjših količinah, ker siri vsebujejo veliko maščob.
- **Paradižnik, maline, pomaranče in grenivke** vsebujejo veliko C-vitamina, ki prav tako krepi imunski sistem in nas brani pred mikrobi.
- **Čaji** so bogat vir antioksidantov in zmanjšujejo možnost, da zbolimo za rakom. Uživati moramo svež čaj.

Ste polno zaposleni in vaše življenje je podrejeno urnikom. Poskusite z majhnimi spremembami.

- Poskusite nekaj pojedsti – zelo zdrav je zajtrk.
- Splahovanje ust z vodo – redno nitkanje zob.
- Namakajte se doma ob svečah in čajih – enkrat na teden v centru SPA.
- Pogovarjajte se vsaj pol ure po telefonu – s svojo prijateljico.
- Privoščite si kakšen film – ali imejte kakšno osebo za pogovor.

Kdor prizna svojo nevednost, jo pokaže enkrat, kdor jo skuša prikriti, jo razkazuje mnogokrat.

*Japonski pregovor.*

Jejmo banane in bomo dobre volje. Od vsega sadja imajo največ kalija banane (razen avokada). Kalij pomaga pri uravnavanju telesni tekočin in izboljšuje mišične funkcije, vpliva na tlak. Banane vsebujejo veliko vitamina B6 in so vir folne kisline, riboflovina, magnezija in bakra. Vsebujejo hormone sreče.

Popolno pomanjkanje stresa pomeni pomanjkanje vsakega izziva. Brez stresa ne bi bilo stvaritev, napredka.

### Notranji stresorji:

Alergija na hrano, odpor do določene hrane.

Bolezni zaradi neodpornosti. Presnovni odpadki.

Oslabljen metabolizem.

Povišana raven holesterola.

Sladkorna bolezen.

Hormonsko neravnovesje.

Pomanjkanje varovalnih snovi.

### Zunanji stresorji:

Onesnaženost okolja

Uživanje nasičenih maščob

Kajenje in alkohol

Pretirano sončenje

Čustvene težave

Osamljenost

Ločeno življenje

Če je stresa preveč, se spremeni v strup. V obdobju stresa se izogibajmo kavi in čaju. Pijmo raje vodo, razredčene naravne sadne in zelenjavne sokove. S tem telo oskrbimo z vitaminom C in Mg.

Ženske so bolj nagnjene k stresu kot moški zaradi večjih hormonskih sprememb in zaradi konflikta med različnimi vlogami, ki jih opravljajo. V službi so sodelavke, doma mame, žene in gospodinje. Poleg tega pa običajno skrbijo za ostarele sorodnike.

## Napitek proti stresu

Pripravljen je iz grenivke in melone, ki nas pomiri in sprosti. Vsebuje veliko vitamina C in B12, ki spodbuja nastajanje hormona sreče, serotonina in magnezija, ki pomirja.

Priprava enega kozarca:

¼ melone, žličko limetnega soka, manjši kos ingverja, 1–2 žlički javorjevega sirupa, 1–1,5 dcl grenivkinega soka, steblo citronske melise.

Meloni odstranite semena in lupino, nato jo pretlačite. Primešajte limetin sok. Olupite ingver ter ga na drobno narežite. Skupaj z javorovim sirupom ga primešajte k melonini kaši. Prilijte še grenivkin sok in dobro zmešajte.

## Vino za zdravje in lepoto

Vino predstavlja eno najbolj učinkovitih naravnih zdravil proti slabemu razpoloženju, strahu, zbežanosti, nerazpoloženosti. Že en sam kozareček vina sprosti duševno napetost, odlaga strahove, krepi življenjski pogum in odganja slabo voljo. Vino že v manjši količini deluje kot poživilo za dušo zaradi posebne možganske presnove. Ob mnogih koristnih učinkih, ki jih lahko pridobimo s pitjem vina, je potrebno omeniti še to, da bomo pozitivne učinke vina dosegli le z zmernim pitjem. Tega se res držimo, saj s čezmernim pitjem dosežemo le nasprotni učinek, ki pa ni zdravilen.

Nasmejte se – življenje je za to, da živimo in uživamo v njem. Za dobro počutje je pomembno, da se znamo izogniti stresu.

## Aromaterapija

Za večino ljudi so se poletne počitnice končale, kar pomeni, da se zopet spopadamo z vsakdanjostjo. Polepšajte si dneve z aromaterapijo. To je kakršen koli način uporabe eteričnega olja. Eterično olje uporabljamo za blažitev stresa in napetosti, ki sta glavna krivca za nastanek marsikateri boleznih današnjega časa.

- **Bazilika** – deluje vzpodbudno, je odličen tonik za živce. Okrepi koncentracijo. Uporablja se pri infekcijah prsnega koša, prebavnih motnjah, glavobolu in migreni. Olje razredčimo, ker prevelika koncentracija povzroča omotico (med nosečnostjo ga ne uporabljamo).

- **Bergamotka** – je sredstvo proti depresiji. Pomirja živce, ima antiseptične lastosti. Uporablja se razredčeno olje, saj nerazredčeno uničuje pigment.

- **Cimet** – vonj izboljša razpoloženje in blaži slabost. Pospešuje prekrvitev in prebavo. Je močan antiseptik, uporablja se v manjših količinah (med nosečnostjo ga ne uporabljamo).

- **Cipresa** – olje je koristno pri težavah s prevelikim izločanjem tekočin. Pomirja in osvežuje. Pomaga pri krčnik žilah in hemeroidih (med nosečnostjo ne uporabljaj).

- **Evkaliptus** – deluje antiseptično in pomirjajoče. Uporablja se pri zdravljenju kašlja, prehladov in bolečin.

- **Jasmin** – deluje antidepresivno, kot afrodiziak deluje pri premagovanju poporodne depresije. Uporablja se v prvem obdobju nosečnosti.
- **Kamilica** – deluje pomirjajoče. Odpravlja nespečnost in pomača pri prebavi.
- **Rožmarin** – deluje poživljajoče, krepi spomin in jasno razmišljanje. Pomaga pri revmatskih bolečinah in pri bolečinah zaradi pretirane telovadbe.
- **Sandalovina** – je primerna za meditacijo in sproščanje. Deluje antiseptično, pomirjevalno in kot afrodiziak. Koristi pri anksioznosti, živčni napetosti in utrujenosti.
- **Vrtnica** – deluje pomirjevalno in antidepresivno. Rožno olje je izredno drago. Uporabljamo ga v zelo majhnih količinah. Ima zelo značilen vonj.
- **Ylang ylang** – lajša depresijo, pomirja, dviga razpoloženje, deluje antiseptično, je znan afrodiziak. Pomirja in uravnava živčni sistem. Odpravlja izčrpanost (psihično in fizično). Blaži tegobe staranja, vrača ljubezen do življenja.
- **Aloe vera** – priporoča se za blažitev negativnih posledic onesnaževanja, stresa, slabih prehranjevalnih navad. Odpravi utrujenost, krepi imunski sistem.

Nobeno dobro dejanje, naj bo še tako neznatno, ni zaman.

Pregovor

#### Literatura:

Revija za polno življenje Lepa & zdrava, maj 2005, Letnik 2, št 5; februar 2005, Letnik 2, št 2; December 2004, Letnik 1, št. 10; april 2005, Letnik 2, št 4; September 2004, Letnik 1, št 7.

[http://www.naspletu.org/magija/modules.php?name\\_](http://www.naspletu.org/magija/modules.php?name_) (8. 6. 2005)

<http://193.2.99.131/etolja/sandal.htm> (5. 6. 2005).

## Širina priprtih vrat

Rupar Marjeta

Denar osrečuje ali pa vsak dan dokazuje, kdo je – gospodar. Ves delovni vek sem poslušala o finančnih težavah. Nikoli ni bilo izobilja. Stisne me v grlu, da zaradi teh težav, kakšna dobra ideja – zbledi. Slišim, da kolegice odhajajo ... Kam? Zakaj? Zlata sredina z mravljicami obdana, mora biti pohvaljena in – nagrajevana. Stroka mora vedeti in zagovarjati, kaj je za bolnike najboljše in kaj je tisto, kar bo v prihodnosti – še boljše.

Pomembno je navdušenje, zanos in zaupanje v timsko delo.

In, ko imamo več takih, ki pozitivne ideje podpirajo in jih spodbujajo, (in pri tem žarijo) bolj se nam vrata v korist bolnikov – odpirajo.

## »Izložba v delu«

Marjeta Rupar

Aranžerji tako napišejo. Vedo, da izložbe radi gledamo. Čudimo se estetiki, funkcionalnosti izdelkov in izvirnosti – ustvarjalcev. Kaj bodo še dodali? Izložbe so tudi naši človeški odnosi, naše reakcije in odzivi. Izložba v malem in večjem obsegu ..., vse, kar se na tem svetu dogaja. In dogaja se.

Svojega zagovornika imeti in spodbudam – verjeti.

Imeti ob sebi ljudi, ki jim lahko vse poveš in srce – odpreš. Sliši se lepo. Vsaj tako temu pravi – zdravo uho. Ljudje pa ob boleznih otrpnemo, srce zapremo in – čakamo. Menimo, da bomo tako preživeli. Težo vprašanj in težo bolečin čutimo. Stopnjuje se in ne – mine. Vse nas stiska. Temu rečemo: »Ne bom vzdržala tega pritiska«. Ob teži je velika želja, da bi bila tu ali tam – varna.

Kolegica Vida me je v življenju marsikaj – naučila. Ko je zbolela, njene boleznih nisem – resno vzela. Bila je močna osebnost. Vse je znala – življenje je dobro poznala. Zanj reševanje problemov ni bila – nobena posebnost. Verjela sem v njene rezervne sile. Saj prihajajo v stiski, kot – dobre vile. V bolnišnici (njej manj znanem oddelku) ni srečala tistih orlin, ki zaupljivo spodbujajo. Srečanja z zdravstvenimi delavci so bila boleče – izkušnje. Rekla mi je: »Marjeta, nihče nima časa, nihče me noče poslušati. Vsi hitijo. Tako pridejo tudi v bolniško sobo. Jaz bi pa rada vedela, kaj tej dirki – sledi. Kam me peljejo? Kaj, če kakšnega posega ne dovolim, ali se lahko »vse« – razleti? Postaviti se ZASE, to je hoja po žerjavici. Vsaj kolegice bi me lahko – razumele. Motila me je njihova ignoranca, (kazanje hrbta) ko so beležile temperaturni list. Hudo je bilo, ko so neupravičeno glasno govorile ..., čutila sem, da se niso za človeka – borile. Pripadala mi je kratka razlaga, osnovna navodila, povedana na jasn in prijeten način ..... Kasneje, ko se ji je zdravstveno stanje zopet poslabšalo, je bila na željo



sprejeta na drug oddelek. Žal, tam je nisem obiskala, saj sem bila prepozna .....  
Večkrat o tem razmišljam.  
Razpon bolnikovih občutkov je tako širok, da imamo vsak dan možnost, da jim prisluhnemo. Jih omilimo in svoje znanje – širimo.  
To je bila moja in naša kolegica.  
Ker se tudi me (v tem našem aktivnem življenju) vsak dan učimo, je prav, da za VSE bolnike spodbudno – pesti držimo.

### **Imeti tako službo, ki jo je Bog vsem obljubil**

Andrej Karoli

Zapisala sem se naši – stroki.  
Vzorček, ki sem ga sprejela, je tako oblikovan, da sodobnim trendom ni popolnoma – vdan.  
Že takrat, pred petdesetimi leti, so v naprednejših državah kolegice zagovarjale model dela, da »se mora stroka sama voditi«.  
Vsi bi nas radi vodili in naše izobraževanje v kotu – pustili.

Pri frizerju berem vse, kar mi dajo v – roke. Od Poleta do Jane.  
In tako Varja Kališnik vedno zanimivo piše ..., tokrat o potencialih, ki jih imamo vsi v sebi.  
Ustvarimo lahko vse, kar želimo. Še tako nenavadni stvari, ki se je domislamo, lahko vdihnemo življenje.  
Torej, če hočem – zmorem.

In potem berem drugo revijo. Brezposelni odgovarjajo na vprašanja, kako so »zašli« med – podjetnike.  
In ugotovim, da lahko postane podjetnik (ca) tudi – bolničar. Berem o viziji, ki vključuje nego dementnih ljudi.  
Torej, če hočem – zmorem. Ali res?

Vse moje kolegice, ki so obiskovale bolne na domu, so bile – zelo izobražene.  
Tudi sedaj so razpisane – specializacije.  
Če bi se ta trenutek odločila za zaposlitev pri podjetniku, bi želela šefa s – specializacijo.  
Zakaj? Za utemeljitev nimam dovolj – papirja.

### **Skupaj sestavljamo podobo**

Razočaranja so del življenja.

Doživljanje poteka vedno na osebni – ravni.  
Razmišljamo in »razbijamo si glavo«, kako vzgojiti in izobraziti bodoče kolegice in kolege.  
Kaj je »dober izdelek«? Koliko stane?  
Ali lahko izberemo bližnico in hip hop, rešimo skrbi .....

Človeška bitja smo drug drugemu dragocen kapital. Tako je izobraževanje in VZGOJA drag – vložek.

Mlad človek mora vedeti, da mora garati in svojim čustvom – pozitiven lesk dati.

Vsak dan bolj čutimo svetovni trend, ki na cinizmu gradi in medsebojne odnose – ruši. Našemu poklicu cinizem ni – zgled.

Če naši nedokončani izložbi dodamo svojo plemenito energijo (znanje, voljo, navdušenje za poklic, iskreno vodenje mladih ..., se ne bomo bali, da nam cinizem vzame – strategijo.

### **Živeti to, kar govorimo**

Z znanjem retorike so se ljudje že zdavnaj borili in v teh bojih marsikoga – pokosili.

Mi se moramo boriti za VSEBINO dela, ki vsem bolnikom zagotavlja, da se naša poštenost ne – poslavlja.  
Ves obup je po svetu tako množično raztresen, da je za veselje prostor že – pretesen.

Ljudje so vedno bolj žalostni.  
Tudi v naših vrstah se to čustvo – množi.  
Kako žalost gledati z drugačnimi očmi?  
Na pomoč odraslim, otroška pravljica – prihiti:  
Ida Mlakar opisuje Bibi in Gustija, ki sta preganjala žalost.  
Žalosti pravi pisateljica: »Bibi je prehlajena v srce«.  
In njena pomembna misel se nadaljuje: »Ampak, če žalost takole pestuješ, bo zadremala in se ne bo hotela premakniti«.

Vsak dan je v naši okolici »posebna žalost«.  
Rada bi zadremala in delovno moralo – zdelala.

Ko smo obupani, se vprašamo:  
»Kaj lahko naredim iz vsega tega?«

Jaz bi odgovorila: »Spodbujajmo se, podpirajmo se, vselimo se uspehov ...

Ostanimo v naši izložbi kreativni in pri tem – večno mladi.



## Obisk očesne klinike Regionalne univerzitetne bolnišnice v Trstu

Tatjana Nendl



Skupinska fotografija udeležencev strokovne ekskurzije

Izvršilni odbor Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v oftalmologiji je tudi v letošnjem letu razveselil svoje člane z organizacijo strokovne ekskurzije. Tokrat je bil naš cilj Očesna klinika regionalne univerzitetne bolnišnice v Trstu.

Bil je lep jesenski dan, 14. oktober 2005. Z avtobusom smo iz Ljubljane krenili proti Primorski. Vodička je čas vožnje popestrila z opisom etnoloških in zgodovinskih značilnosti krajev, koder nas je vodila pot.

Po uspešnem premagovanju prometne gneče v Trstu smo prispeli do regionalne univerzitetne bolnišnice. To je arhitekturno zelo lepa palača, zgrajena pred več kot sto petdesetimi leti. Kljub starosti je bolnišnica moderno opremljena. Na Očesni kliniki nas je vodstvo klinike pristrčno sprejelo. Pozdravil nas je direktor klinike prof. Ravalico, ki je opisal zgodovino okulistike na Tržaškem ter samo organizacijo dela. Delo medicinskih sester je predstavila inštrumentarka slovenskega rodu Kristina Vatovec. Spoznali smo, da tudi v Trstu vedno več bolnikov zdravijo ambulantno, na hospitalnem oddelku ostajajo le najtežji. Bolnišnični oddelek ima petindvajset postelj. Operacije sive mreže se opravljajo ambulantno, čakalna doba za tovrstno operacijo pa je dva meseca. Na Očesni kliniki opravljajo vse vrste operacij, tudi transplantacije roženice. Čakalne dobe za transplantacijo roženice ni, ker imajo organizirano očesno banko. Predstavili so nam tudi medicinsko in negovalno dokumentacijo, ki jo uporabljajo pri svojem delu.

Poleg same organizacije dela medicinskih sester nas je zanimalo tudi njihovo izobraževanje. Po končanem rednem triletnem strokovnem izobraževanju imajo organizirano še dveletno specializacijo na posameznih področjih delovanja.

V nadaljevanju so nas seznanili z njihovim sistemom zdravstvenega zavarovanja, zagotavljanjem pravic bolnikov in s tem tudi dostopnostjo prebivalstva do zdravstvene oskrbe. V prijetnem pogovoru smo izmenjali izkušnje in predstavili posamezne očesne oddelke slovenskih bolnišnic.

Gostitelji so nas popeljali po prostorih ambulantnega dela Očesne klinike, ogledali smo si tudi prostore dnevne bolnišnice. Ker so operativni posegi še potekali, so si operacijske prostore ogledale le nekatere inštrumentarke. Prepričali smo se lahko, da se v stari, častitljivi zgradbi resnično nahaja najmodernejša medicinska oprema, ki zagotavlja svojim uporabnikom vrhunsko strokovno oskrbo. Ob zaključku obiska so nas prijazno pogostili.

Po končanem strokovnem delu ekskurzije nas je vodička popeljala v središče Trsta in predstavila najpomembnejše zgradbe starega pristanišča. Pot nas je nato vodila v Miramare, kjer smo se sprehodili po prekrasnem botaničnem parku in si ogledali muzej v gradu. Prijetno druženje smo zaključili z večerjo v Senožečah.

Spoznavanje delovanja in bivanja medicinskih sester v drugih družbenih okoljih predstavlja pomembno izkušnjo v razvoju in potrjevanju lastne poklicne identitete, zato predstavlja organizacija strokovnih ekskurzij pomemben del strokovnega izpopolnjevanja medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov. Zanimive novosti lahko poneseemo v svoje delovno okolje in tako pripomoremo k dvigu kakovosti zdravstvene obravnave naših bolnikov.



Prisrčen sprejem gostiteljev Očesne klinike v Trstu

# Prva – pomembnejša plat cepljenja

Damjan Balabanič

## Bolje preprečevati, kot zdraviti!

17. januarja 2006 sem prebiral glasilo zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije, UTRIP. Na mojo veliko žalost sem prebral članek kolegice z naslovom »Druga plat cepljenja«. V omenjenem članku je veliko neresnic, s katerimi avtorica zavaja bralce članka.

»MIT ŠT. 1« ni mit, ampak resnica, izkoreninjenje nekaterih boleznih je v veliki meri posledica cepljenja. Uspeh cepiv temelji na dolgoletnih, uspešnih raziskavah.

»MIT ŠT. 2« ni mit, ampak resnica, v svetu je kar nekaj smrtonosnih boleznih, proti katerim se v preventivi cepimo. Npr. steklina je bila, je, in bo smrtonosna bolezen, proti kateri se cepimo.

»MIT ŠT. 3« ni mit, ampak resnica, cepiva ščitijo pred boleznimi, omilijo bolezen in zmanjšajo možnost za bolezen. Davica, polio, tetanus, pertusis, ošpice, mumps, rubela, Hib (Haemophilus influenzae tip B), TBE (Tick Borne Encephalitis), hepatitis A, hepatitis B, meningokokni meningitis ... so bolezni, proti katerim se uspešno cepimo.

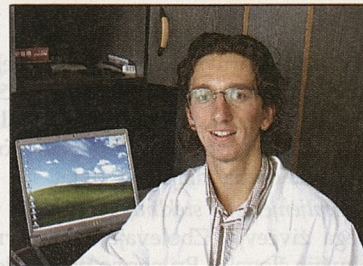
»MIT ŠT. 4« ni mit, ampak resnica, stranski učinki cepiv so redki in milejši, kot posledica bolezni brez zaščite s cepljenjem. Stranski učinki so lahko lokalni (bolečina, rdečina, oteklina na mestu vboda) in sistemski (glavobol, bolečine v lokomotornem sistemu, rahlo povišana telesna temperatura), vendar pa stranski učinki, povezani s cepljenjem, izzvenijo v 48 urah.

Cepivo je antigenski pripravek, ki je namenjen izboljšavi aktivne naravne odpornosti proti določeni bolezni, z namenom preprečiti oziroma omiliti vpliv infekcije. Namen cepljenja je zaščita posameznika, zaščita necepljenih posameznikov in epidemiološki ukrep.

V številnih razvitih, pa tudi manj razvitih državah je v 19. in 20. stoletju smrtnost zaradi nalezljivih boleznih močno upadla. Velik delež k zmanjšanju smrtnosti ima izboljšanje življenjskih razmer, prehrane ter higienskih razmer. Poleg tega pa so bila v tem času odkrita specifična profilaktična sredstva za preprečevanje zbolevanja ter zdravila za zdravljenje teh boleznih, kar je zbolevanje in umiranje zaradi nekaterih boleznih še bolj zmanjšalo. S temi ukrepi se je zmanjšala predvsem umrljivost mlajših, to pa pomembno vpliva na podaljšanje pričakovane starosti prebivalstva.

Strokovnjaki priporočajo cepljenje proti gripi, ker je to edina pot k preprečitvi epidemije oziroma pandemije gripe. Na področju cepljenja je narejenih veliko raziskav, ki kažejo v prid cepljenja.

Iznajdbo cepljenja uvrščamo med največje uspehe v zgodovini medicine. Strokovnjaki so ugotovili, da v večini primerov prebolela infekcijska bolezen ščiti pred ponovno infekcijo. Značilnost teh boleznih je, da se proti njim razvije dolgotrajen učinkovit imunski odziv, zaradi česar zbolimo samo ob prvem stiku s povzročiteljem infekcije, ko naš imunski sistem še nima zadostnega števila specifičnih obrambnih celic. Tako se imunske celice razmnožijo in izdelajo specifična protitelesa, ki omejijo bolezen. Te namnožene obrambne celice ostanejo v telesu in preprečijo nastanek



Damjan Balabanič

ponovnih boleznih. Če v telo človeka s cepljenjem vnesemo nevirulentnega – oslabilnega povzročitelja, ki ne more povzročiti bolezni, vendar pa vzbudi imunski sistem, temu človeku prihranimo klinične znake prve okužbe.

V preventivi poznamo različne ravni, ki so zelo pomembne, vendar pa je primarna raven tista, ki največ prispeva k zdravju in dobremu počutju celotne populacije. Med primarno preventivo pa uvrščamo tudi cepljenje.

V članku iz prejšnje številke glasila UTRIP (leto XIV, številka 1, januar 2006) sem prebral, da sta uživanje hrane in telesna aktivnost dovolj za preventivo bolezni. Mislim, da bi oseba, ki bi iznašla hrano in vaje za telesno aktivnost proti steklini, dobila Nobelovo nagrado, žal pa za zdaj poznamo proti steklini samo cepljenje.

Kolegica je v omenjenem članku napisala, da je cepivo proti ošpicam v zadnjih 30 letih povzročilo hude mutacije bolezni in jo spremenilo v bolezen odraslih in mladostnikov, s čimer se ne strinjam. Zaradi cepljenja proti ošpicam sta se incidenca in število smrti zaradi ošpic po vsem svetu do leta 2000 zmanjšali za 90 %. V letu 1999 je bil ugotovljen en sam primer ošpic.

## PROGRAMI CEPLJENJA

**Cepljenje proti tetanusu:** V Sloveniji so običajno proti tetanusu cepljeni vsi prebivalci, ker je cepljenje del rednega obveznega programa cepljenja. Zadnje sistematično cepljenje oseb je pri 18. letih. V primeru poškodbe, ko je od zadnjega cepljenja minilo več kot 5 oziroma 10 let, je poškodovano osebo treba cepiti. Vsi zboleli za tetanusom v zadnjih desetih letih so bili starejši od 50 let in nihče od njih ni bil proti tetanusu cepljen.

**Cepljenje proti klopnemu meningitisu:** Klopni meningoencefalitis je vnetje možganov in možganskih ovojnic. Bolezen prenašajo klopi, povzročajo pa jo virus. Slovenija spada v endemično območje za to bolezen. Cepljenje proti bolezni se prične v hladnejših mesecih leta, ko klopi niso aktivni. Osnovno cepljenje je sestavljeno iz 3 prejetih odmerkov cepiva. Odpornost proti bolezni se vsakih 5 let obnavlja z eno dozo cepiva. Zaščita se obnavlja vsakih pet let z eno dozo cepiva.

**Cepljenje proti pnevmokokni pljučnici:** Okužba s pnevmokokno bakterijo povzroča vnetje zgornjih dihal. Bolj nevarna in resna je okužba spodnjih dihal (pljučnica). Kljub zdravljenju z antibiotiki, posebno pri starejših ljudeh in bolnikih s kroničnimi boleznimi srca, pljuč, jeter ali ledvic, je pljučnica za bolnika lahko usodna. Cepljenje svetujemo ljudem, ki so starejši od 65 let, odraslim in otrokom, starejšim od 2 let, če imajo kronično bolezen srca, pljuč, ledvic, sladkorno bolezen, jetrno bolezen ali okvaro jeter, ki so izgubili vraničo, so utrpeli poškodbe glave, imajo cerebrospinalno fistulo, bolnikom, bolnikom po transplantaciji kostnega mozga ali notranjega organa, bolnikom, ki se zdravijo z obsevanjem ali kemoterapijo, bolnikom, ki dalj časa prejemajo večje

odmerke kortikosteroidov ter osebam, okuženim s HIV. Večina ljudi za dolgotrajno zaščito potrebuje samo en odmerek cepiva. Osebe, ki imajo oslabiljen imunski sistem, je priporočljivo ponovno cepiti po 5 oziroma 3 letih, če je bila cepljena oseba mlajša od 10 let.

**Cepljenje proti steklini:** Steklina je virusna bolezen centralnega živčevja. Zbolevalo toplokrvne živali, ki z ugrizom okužijo človeka. Pri nas so prenašalci virusa stekline lisice, v zadnjem času pa tudi mačke, saj so psi večinoma proti steklini zaščiteni s cepljenjem. Najpogosteje se človek okuži z ugrizom stekle živali. Vsak poškodovanec, ki ga je poškodovala žival, se mora zgledati v antirabični ambulanti.

**Cepljenje proti hepatitisu A:** Hepatitis A je virusno vnetje jeter. Človek se z virusom okuži z uživanjem okužene hrane, vode oziroma preko neumitih okuženih rok. Prebolela okužba zpušča trajno imunost. Hepatitis A je najpogostejša bolezen pri potnikih, ki potujejo v dežele z nizkim higienjskim standardom in jo lahko preprečimo s cepljenjem. Ljudje, ki prihajajo iz razvitih držav, kjer je prekuženost proti hepatitisu A majhna, so v deželah, kjer je prekuženost velika, zelo izpostavljeni okužbi. Za učinkovito aktivno zaščito je na voljo cepivo. Po prejeti prvi dozi cepiva priporočamo ponovno okrepljeno cepljenje (booster) od 6 do 12 mesecev po prejetem prvem odmerku cepiva. Tako pridobljena zaščita traja 20 let.

**Cepljenje proti hepatitisu B:** Vsako leto zaradi akutnega hepatitisa B in njegovih posledic umre okoli milijon ljudi. Po ocenah strokovnjakov je na svetu več kot 5 % svetovne populacije kronično okuženih z virusom hepatitisa B. V Sloveniji je cepljenje proti hepatitisu B obvezno za vse otroke, ki se rodijo kronično okuženim materam, za družinske člane kronično okuženih oseb in njihove spolne partnerje ter od leta 1998 za vse otroke pred vstopom v 1. razred osnovne šole. Tveganje za potnike je načeloma majhno, cepljenje pa priporočamo potnikom, ki bodo živeli v tesnem stiku z lokalnim prebivalstvom.

Tako, kot pri ostalih zdravilih, poznamo tudi pri cepljenju kontraindikacije. Kontraindikacije pri cepljenju so splošne: vročinska stanja, akutne bolezni, preobčutljivost (alergija) na sestavine cepiva, hujša reakcija po prejšnji prejeti dozi cepiva ter posebne kontraindikacije: imunska pomanjkljivost in nosečnost.

Zdravstveni delavci si moramo zadati cilj, da dosežemo ustrezen delež cepljene populacije za zmanjšanje možnosti kroženja povzročiteljev in povečanje deleža zaščitenih. Zelo nalezljive bolezni lahko zatremo samo z zelo velikim (95 %) deležem precepljenega prebivalstva.

Nenazadnje in zelo pomembno je, da je vsakdo cepljen, predno vstopi v kolektiv ali predno pride do izpostavljenosti boleznim. To bo pripomoglo h kolektivni imunosti in s tem k eliminaciji ali celo eradikaciji nalezljivih bolezni in tako prineslo srečo prihodnjim generacijam.

Tvoja prihodnost je odvisna od marsičesa, vendar predvsem od tebe. (*Frank Tyger*)

### Literatura:

GUBINA, M., IHAN, A. Medicinska bakteriologija z imunologijo in mikologijo. Ljubljana: Medicinski razgledi, 2002. 543 str.

VRHOVEC, I. Cepljenje in imunizacija: nevarnosti, zablode in alternative: (dejstva, ki bi jih morali poznati vsi starši). Maribor: samozaložba, 1998. 178 str.

GREENWOOD, D., SLACK, R. Medical microbiology: a guide to microbial infections: pathogenesis, immunity, laboratory diagnosis and control. New York: Churchill Livingstone, 1997. 690 str.

World Health Organization (online). Good information practices for vaccine safety web sites, obnovljeno 13. 01. 2006, (citirano 18. 01. 2006).

Dostopna na svetovnem spletu: [http://www.who.int/vaccine\\_safety/reports/Dec\\_2005/en/index.html](http://www.who.int/vaccine_safety/reports/Dec_2005/en/index.html)

Centers for Disease Control and Prevention (online). CDC Recommends against the Use of Amantadine and Rimantadine for the Treatment or Prophylaxis of Influenza in the United States during the 2005–06 Influenza Season, 2006, obnovljeno 14. 01. 2006, (citirano 20. 01. 2006). Dostopna na svetovnem spletu: <http://www.cdc.gov/flu/han011406.htm>

KRAIGHER, A. Zapiski predavanj pri predmetu Epidemiologija. Ljubljana: IVZ RS, 2005. (neobjavljeno).

## Spoštovani!

Pišem vam, ker se ne strinjam z vašo politiko nagrajevanja delavcev v zdravstveni negi. Med nagrajenci namreč ni nič zdravstvenih tehnikov, kot da ti ne obstajajo in je njihovo delo nično oz. v celi verigi nege nepomembno. Mislim, da s takim delom zbornice sami nič ne pripomorete k sami cenjenosti poklica zdravstveni tehnik. Pri vaših utemeljitvah za priznanja so pomembna le šolanja, negovalne diagnoze, raziskave ... Zanima pa me, kje je tu bolnik in tisti delavec, ki je ob njem 24 ur. Roko na srce, drage dipl.med.sestre, ve ste na oddelkih le izvjalke zahtevnejših medicinskotehničnih posegov in administratorke. Pri bolniku pa vsa opravila, pogovore in stiske, pojasnjevanja, padejo na ramena "zdravstvenega tehnika", ki je ob bolniku 24 ur. To pa je seveda samoumevno in prijaznosti ob postelji ter pogovorov z bolnikom se seveda ne vrednoti, ne nagrajuje in nikjer ne vpisuje, zato, drage sestre, tega v naših klinikah skorajda več ni.

Sama sem po nazivu srednja medicinska sestra in si tega naziva ne dovolim vzeti. Ta poklic opravljam že 22 let. S svojimi domačimi sem imela priložnost spoznati že kar nekaj osebja, predvsem v KC Ljubljana, in velikokrat me je bil sram, da sem sestra.

Želim vam povedati, da bi kot izšolan in vodilni kader morale delati na tem področju, tukaj uvajati nagrade za zdravstvene tehnike, se zavzemati za nagrajevanje le teh. Verjamem, da je to težko in da si je lažje nagrade deliti med seboj. Čudi pa me, da ne glede na večino članstva, ki ga ta organizacija ima med srednjim kadrom, nimate slabe vesti črpati sredstva za svoje potrebe in mednarodne seminarje.

Upam, da se vas bodo te besede dotaknile in se bo tudi za nas, srednje medicinske sestre in zdravstvene tehnike v tej smeri kaj premaknilo.

Lep pozdrav !

Vlasta Ileršič



## Članstvo, članarina, vstop in izstop



### Pristopna izjava

Ko prejmemo vašo pristopno izjavo, ki jo lahko dobite na spletni strani [www.zveza-dmszts.si](http://www.zveza-dmszts.si) ali vam jo na vašo željo pošljemo po pošti, člana/ico vpišemo v register članov in o tem obvestimo regijsko društvo. Na izjavi je rubrika, na kateri se član/ica izreče o načinu plačila članarine – mesečno z odtegljajem od osebnega dohodka pri delodajalcu ali po položnici – mesečno, polletno ali letno. Zbornica – Zveza pošilja položnice za letno plačilo v mesecu juniju.

Če želi član/ica takojšen vpis in izdajo potrdila o članstvu, mora ob vpisu poravnati znesek 3000 sit.

**Mesečna članarina za redne člane/ice znaša od 1. 1. 2005 – 0,5 % od bruto plače, za upokojence/ke znaša letna članarina 5.200 sit in za študente/dijake 4.400 sit.**

### Spremembe podatkov v registru članstva

Vljudno Vas prosimo, da redno javljate spremembe delodajalca, statusa (študent, zaposlen, upokojenec), naslova bivanja, izobrazbe in strokovnih ter akademskih naslovov pisno ali po e-pošti – [narocnina@zveza-dmszts.si](mailto:narocnina@zveza-dmszts.si)

### Porodniški dopust

Prosimo Vas, da nam pisno ali po e-pošti javite začetek porodniškega dopusta in način, kako boste v tem času plačevali članarino, kar bomo označili na vašem stroškovnem mestu. Članarino v višini 0,5 % od bruto osebnega dohodka plačujete mesečno, na tri mesece, polletno ali letno na TR NLB 02031-0016512314 – v sklicu pod 00 navedite številko članske izkaznice. Več informacij lahko dobite na telefon 01 43 44 903.

### Izstopna izjava

Za izstop je potrebna pisna izjava in velja z naslednjim mesecem od prejema izjave (izstop ni možen za nazaj). Izjavi je potrebno priložiti člansko izkaznico. Zbornica – Zveza na podlagi pisne izjave o izstopu obvesti delodajalca in regijsko društvo.

Če je član/ica izstopila in v tekočem letu želi ponovno vstopiti, mora za ponovni vpis v register članov Zbornice – Zveze, za izdajo potrdila in članske izkaznice plačati pavšalno članarino od izstopa dalje.

Če je član/ica prekinila članstvo v preteklem letu ali letih nazaj, mora za ponovni vpis poravnati pavšalno članarino za preteklih šest mesecev.

Zahvaljujemo se vam za upoštevanje obvestil! V primeru nejasnosti ali želje po pojasnilih nas pokličite – s pogovorom bomo poskusili rešiti probleme v obojestransko korist.

*Strokovne službe Zbornice – Zveze  
Petra Kersnič, generalna sekretarka*

## Navodila za objavo obvestil in prispevkov v Utripu

Utrip je informativni bilten Zbornice – Zveze in ga prejemajo vsi člani. Izhaja praviloma enkrat mesečno med 12. in 15. dnevom. Z Utripom želi organizacija seznanjati člane in druge z delovanjem Zbornice – Zveze in njenih organov, o aktualnih strokovnih in družbenih dogajanjih, informirati o strokovnih izpopolnjevanjih, ki jih organizirajo organi in delovna telesa Zbornice – Zveze, društva in strokovne sekcije, seznanjati z mednarodnimi aktivnostmi s področja zdravstvene nege in strokovnimi dogajanja v tujini in objavlja prispevke članov in drugih v skladu s programom dela Uredniškega odbora.

1. Prispevki in obvestila, ki jih želijo pisci oziroma avtorji objaviti v Utripu v naslednjem mesecu, morajo prispeti v uredništvo – na sedež Zbornice – Zveze, Vidovdanska 9, do 25. v tekočem mesecu. Prispevki, ki bodo prispeli po tem roku, bodo objavljeni v naslednji številki Utripa. Poslane prispevke se lektorira. Prispevkov ne honoriramo.
2. Pisci naj svoje prispevke pošljejo na disketi v programu Word for Windows s priloženo kopijo printa, ki naj bo pisan na papirju A4, z enojnim presledkom med vrsticami in obojestransko poravnavo z robovi 2,5 cm. Priporočena pisava je Times New Roman 12 točk. Na eni strani naj bo 30 vrstic s po 60 znaki v eni vrsti. Pri vsakem besedilu bomo objavili največ po dve fotografiji, ki morata biti kakovostni in primerni za objavo. Pod fotografijo morajo biti zapisani dogodek in imena oseb na fotografiji. Izjemoma so prispevki lahko natipkani oziroma v rokopisu. Besedil, fotografij in disket ne vračamo.
3. Ker je obseg Utripa omejen, naj prispevki oziroma članki skupaj s priloženimi fotografijami ne presegajo 3 strani formata A4.
4. Za vse trditve v prispevku odgovarjajo avtorji sami, zato objavljamo le prispevke s podpisanim polnim imenom in priimkom. K objavi naj bo priložen tudi naslov, tel./faks ali e-mail avtorja prispevka, obvestila oziroma oglasa za morebitne razgovore glede objave.

**Uredništvo**



# Imate polno glavo nahoda?

Zoprna, nič kaj prijetna zadeva. Iz nosu teče kot iz pipe, otekla nosna sluznica in nabiranje velike količine sluzi mašita nos in onemogočata normalno dihanje skozenj. Poleg tega kihamo, imamo občutek polne glave in mnogokrat tudi glavobol. Dobra novica pa je, da si lahko pri teh nadležnih simptomih učinkovito pomagamo.

## Zakaj sploh nastane prehladni nahod?

Prehladni (infekcijski) nahod lahko povzroči več kot 200 različnih virusov. Zelo težko se obvarujemo pred njimi, kajti rinovirusi so hitro nalezljivi. S kihanjem dosežejo hitrost 150 km na uro in potujejo štiri metre daleč. Tako s kapljično okužbo (vdihavanjem drobnih kapljic, ki vsebujejo viruse) zlahka najdejo nove žrtve nahoda. Brez težav se prenašajo z rokami, na primer z drgnjenjem oči ali nosu s prsti, ki so okuženi z virusi zaradi stika z bolnikom, s prijemanjem okuženih predmetov (npr. kljuk, telefonov).

Jeseni in pozimi, ko mraz in vlaga lezeta pod kožo in uničujeta našo obrambno sposobnost, bivanje v pregretilih stanovanjih pa dodatno izsušuje nosno sluznico, virusom zlahka uspe premagati prvo obrambno črto organizma, nosno sluznico. V njej se razširijo in povzročijo vnetje – nahod. Obrambni sistem organizira lokalno obrambo v nosu in širšo obrambno reakcijo celotnega telesa. Zveča se pretok krvi v nosu, zato sluznica oteče; posledica je zamašen nos. Dihanje skozi nos je ovirano, prizadeta sta tudi vonjanje in okušanje. Sluznica se skuša znebiti virusnih vsiljivcev z izločanjem obilnega vodénega izcedka in s kihanjem. Po nekaj dneh se izcedek spremeni. Izločati se začne gosta sluz, ki je rumenozelene barve. Eden od odgovorov obrambnega sistema je tudi zvišanje telesne temperature, ker obrambne celice lažje opravijo z virusi v toplih pogojih.

## Kako si lahko pomagamo?

Ko iz nosu stalno teče in je ponoči tako zamašen, da skozenj ne moremo dihati, je hitra in učinkovita pomoč zdravilo z nosnim dekongestivom, ki s

krčenjem majhnih žilic v nosni sluznici zmanjšuje njeno nabreklost in zavira nastajanje sluzi. S tem odmaši nosne prehode in vhode v obnosne votline ter tako zmanjša napetost in občutek polne glave. Pri dekongestivu je pomembno tudi to, da začne učinkovati hitro, neposredno na mestu težave, učinek pa traja dolgo. Takšno zdravilo je OPERIL®, ki je na voljo v obliki pršila in kapljic za nos, za odrasle pa tudi otroke. Z njegovo pomočjo ponoči lahko dihamo skozi nos in spimo z zaprtimi usti, podnevi pa lažje prenesemo tegobe nahoda. Hkrati lahko zmanjšamo možnost razširitve bolezni na spodnji del dihal in preprečujemo razširitev vnetja nosne sluznice na obnosne votline (sinuse) in srednje uho. Zamašenost sinusnih ustij in evstahijeve cevi, ki povezuje zadnji del nosu in srednje uho, lahko povzroči hude bolečine. Zato svetujemo pravočasen začetek uporabe zdravila kot je Operil®, ki vse te boleče zaplete lahko preprečuje.



## Kako se lahko obvarujete nahoda?

Izogibajte se neposrednemu stiku z množico ljudi na avtobusih, javnih prireditvah in nakupovalnih središčih. Prehlajenemu se ne približujte, priporočljivo pa je, da si po stiku z njim umijete roke. Privoščite si dovolj spanja, telesnega in duševnega razvedrila. Uživajte hrano, ki vsebuje vitamine in minerale ter vzdržujte primerno vlažnost zraka v stanovanju.

### OPERIL®

Sprosti nosne poti.

OPERIL® deluje takoj in na mestu problema.

- Odmaši zamašen nos.
- Ustavlja curljanje iz nosu.
- Olajša občutek napetosti in »polne glave«.

OPERIL<sup>®</sup> deluje takoj in na mestu problema.



# Za odmašene in srečne nosove.

- Odmaši zamašen nos.
- Ustavlja curljanje iz nosu.
- Olajša občutek napetosti in "polne glave".



# OPERIL<sup>®</sup>

Sprosti nosne poti.



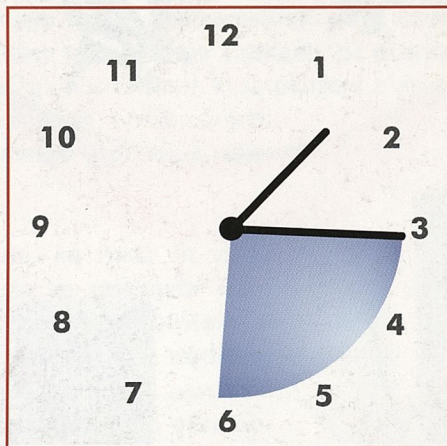
član skupine Sandoz

Operil<sup>®</sup> vsebuje oksimetazolin.  
Pred uporabo natančno preberite navodilo!  
O tveganju in neželenih učinkih se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

# Naprosyn<sup>®</sup>

naproksen

**Uspešno proti  
bolečini,  
vnetju in  
vročini**



**Nalgessin<sup>®</sup> forte**  
naproksen natrij

**Nalgessin<sup>®</sup> S**  
naproksen natrij

V lekarnah  
na voljo  
brez recepta

**Sestava** 1 filmsko obložena tableta *Naprosyn* vsebuje 375 mg naproksena. 1 gastrorezistentna tableta *Naprosyn* vsebuje 500 mg naproksena. 5 ml peroralne raztopine *Naprosyn* vsebuje 125 mg naproksena. 1 filmsko obložena tableta *Nalgessin forte* vsebuje 550 mg naproksen natrija. 1 filmsko obložena tableta *Nalgessin S* vsebuje 275 mg natrijeve soli naproksena. **Odmerjanje** *Naprosyn*, tablete: 2- do 3-krat 1 tableta po 375 mg ali 2-krat 1 tableta po 500 mg; suspenzija: začetni odmerek 10 mg/kg, nato 2,5 do 5 mg/kg vsakih 8 ur. *Nalgessin forte*, tablete: 2-krat 1 tableta. *Nalgessin S*: 1 tableta vsakih 8 do 12 ur. **Indikacije** *Naprosyn* Vnetne revmatske bolezni: revmatoidni artritis, serološko negativni spondiloartritis, kronični juvenilni artritis, drugi artritis. Degenerativne revmatske bolezni: artroza perifernih sklepov in hrbtenice. S kristali povzročena artritis: protin in psevdoprotin. Zunanjsklepne revmatske bolezni: burzitis, periartritis, tendinitis, sindrom fibrozitisa in druge. Proti bolečinah ga dajemo pri dismenoreji, pri poškodbah mehkih tkiv, po porodu, kadar mati ne doji, pri različnih stomatoloških posegih in pri zobobolu, po operacijah. *Nalgessin forte* Bolečine po poškodbah, zvinih in nategih, glavobol in zobobol. Bolečine po operacijah in izdiranju zob. Preprečevanje in zdravljenje migrene. V ginekologiji za lajšanje bolečin in menstrualnih krčev, bolečin zaradi vstavitve materničnega obročka in drugih bolečin. Bolečine v hrbtenici, zunanjsklepni revmatizem in revmatske bolezni. Pri infekcijskih boleznih za lajšanje bolečin, vnetja in vročine. *Nalgessin S* Zobobol in glavobol, bolečine v mišicah, sklepih in hrbtenici, preprečevanje in zdravljenje migrene. Menstrualne bolečine. Bolečine v mišicah in sklepih, ki spremljajo prehlad in gripo. Pri infekcijskih boleznih kot dopolnitev specifičnega zdravljenja,

za lajšanje bolečin, vnetja in vročine. **Kontraindikacije** Preobčutljivost za katero koli sestavino zdravila, za salicilate in druge nesteroidne antirevmatike, ki se pokaže v obliki bronhialne astme, urtikarije ali rinitisa. Aktivna razjeda želodca in dvanajstnika, krvavitev iz prebavil. Jetrna ali ledvična odpoved ali hudo srčno popuščanje. Zadnji trije meseci nosečnosti. Otroci, mlajši od enega leta (*Naprosyn*) oz. lažji od 13 kg (*Nalgessin forte*, *Nalgessin S*). **Previdnostni ukrepi** Previdnost je potrebna pri bolnikih z jetrno okvaro ali srčnim popuščanjem. Bolnike z motnjami v delovanju ledvic je treba nadzorovati in jim prilagoditi odmerek zdravila. Izogibajmo se uporabi naproksena pri hudih svežih ranah in najmanj 48 ur pred večjimi kirurškimi operacijami. **Neželeni učinki** Neželeni učinki so najpogosteje povezani z večjimi odmerki. Lahko se pojavijo bolečine v trebuhu, zgaga, zaprtje, slabost, vrtoglavica, glavobol, omotičnost, srbenje, periferni edemi, šumenje v ušesih. **Interakcije** Acetilsalicilna kislina, drugi nesteroidni antirevmatiki, litij, metotreksat, derivati hidantoina, sulfonil sečnine, furosemid, ciklosporin. **Oprema in način izdajanja** *Naprosyn*: 50 tablet po 375 mg, 290 tablet po 500 mg, 100 ml peroralne suspenzije (125 mg/5 ml). *Nalgessin forte*: 10 tablet po 550 mg. *Nalgessin S*: 10 tablet po 275 mg. **Datum priprave besedila** januar 2006

Podrobnejše informacije so na voljo pri proizvajalcu.

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

KRKA

1/2006, Slovenija, 31-2006, BK