



# UTRIP

Letnik XXI  
Številka 4  
Maj 2013

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

Poštnina plačana pri pošti 1102 Ljubljana

## ZLATI ZNAKI 2013

**Uvodnik**  
V znanju je moč

**Pridobivamo nova znanja**  
Izzivi, priložnosti, možnosti





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

## Spoštovana kolegica, kolega,

veseli nas, da ste naša članica ali član. Hvala za zaupanje. Morda razmišljate, da bi to postali? Lepo povabljeni. Z vpisom se vključujete v enotno 85 let staro nacionalno stanovsko organizacijo, ki združuje preko 16.000 medicinskih sester, babic, zdravstvenih tehnikov in bolničarjev v državi.

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

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

**Včlanitev:** preko pristopne izjave. Na osnovi slednje vsak/a član/ica prejme najprej začasno potrdilo o članstvu in nato še člansko izkaznico, s katero lahko koristi ugodnosti članstva. **Članstvo** v Zbornici – Zvezi je **prostovoljno**.

**Članarina** znaša 0,6 odstotka bruto mesečnega osebnega dohodka za

redno zaposlene, za upokojene in študente 20€ letno, za čas porodniškega dopusta in brezposelnosti pa 3€ mesečno.

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

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

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

## Prednosti in ugodnosti članstva:

- številne možnosti za **vseživljenjsko učenje**: izobraževalni dogodki v okviru strokovnih sekcij, regijskih strokovnih društev, delovnih skupin, drugo;
- vključevanje posameznikov ali skupin v področje **raziskovanja lastne stroke**;

- različne **interesne dejavnosti**: skrb za zdrav življenjski slog, izletništvo, kulturne, športne in druge prostostne aktivnosti, zlasti v okviru regijskih strokovnih društev;
- možnost enkratnega letnega zaprosila za **sredstva iz sklada za izobraževanje**;
- možnost **pravnega svetovanja**;
- možnost **koriščenja različnih popustov**, odvisno od trenutne ponudbe;
- možnost **reševanja osebnih stisk in težav** tako na delovnem mestu kot v zasebnem življenju (v sodelovanju z SOS telefonom);
- možnost **individualnih obravnav primerov nasilja na delovnem mestu** v sodelovanju z zunanjo strokovnjakinjo v okviru Delovne skupine za nenasilje v zdravstveni negi;
- drugo.

**Pravice člana/ice:** voliti in imenovati ter biti voljen/a in imenovan/a v organe Zbornice – Zveze, uresničevanje poklicnih interesov preko svojih predstavnic/kov ali neposredno v organih Zbornice – Zveze, soodločanje o zadevah, ki so pomembne za zdravstveno in babiško nego za izboljševanje kakovosti, varnosti, humanosti in učinkovitosti zdravstvene oskrbe, posredovanje idej, pobud, vprašanj organom in telesom Zbornice – Zveze, prejetje informativnega biltena. **Dolžnosti člana/ice:** spoštovanje statuta in drugih pravnih aktov in sklepov Zbornice – Zveze, delovanje v skladu z etičnimi načeli stanovskih kodeksov, širitev poslanstva in delovanje v skladu z vrednotami organizacije, redno plačevanje članarine in redno obveščanje odgovornih o spremembah podatkov, ki so potrebni za vodenje registra članstva in dobro delo pisarne Zbornice – Zveze.

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

Vaša Zbornica – Zveza ■

strokovno informativni bilten  
Zbornice zdravstvene in babiške  
nege Slovenije – Zveze strokovnih  
društev medicinskih sester, babic in  
zdravstvenih tehnikov Slovenije.

letnik XXI

Številka 4, 2013

## GLAVNA UREDNICA:

Darinka Klemenc

## ODGOVORNA UREDNICA:

Biserka Marolt Meden

## UREDNIŠKI ODBOR:

Irena Kešič, Tatjana Nendl, Ksenija Pirš,  
Veronika Pretnar Kunstek in  
Monika Ažman po položaju.

## NAKLADA:

16.000 izvodov

## NASLOV UREDNIŠTVA:

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

## TRR ZDMSZTS pri NLB,

posl. Tavčarjeva 7, Ljubljana,  
številka: 02031-0016512314

## OGLASI:

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

## OBLIKOVANJE

BETON & VRBINC Co.  
Ulica miru 6 c, 1000 LJUBLJANA

## PRIPRAVA ZA TISK:

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

## TISK:

Tiskarna POVŠE, Povšetova 36 a, Ljubljana,  
T./F. 01/ 2301-542,  
e-mail: tisk.povse@siol.net

## SPLETNA STRAN ZBORNICE – ZVEZE:

www.zbornica-zveza.si Utrip (Online)

## ELEKTRONSKI NASLOV

UTRIPA:  
utrip@zbornica-zveza.si

## SPREMEMBE V ZVEZI Z NASLOVI POŠILJAJTE NA:

clanarina@zbornica-zveza.si

ISSN 1581-3738

Revija izhaja 9-krat letno.

Datum natisa: 10. 5. 2013

Fotografija na naslovnici: Josip Meden

# Vsebina

## UVODNIK

- 4 Znanje je naša moč

## DELO ZBORNICE – ZVEZE

- 6 Dogodki na Zbornici – Zvezi v aprilu 2013
- 8 Delavnica Prehrana pacienta s celiakijo – več kot samo opuščanje glutena
- 9 Delavnica Ukrepanje ob zaznavi in prijavi trpinčenja (mobinga) na delovnem mestu
- 10 Delavnica Spoznajmo in preprečimo podhranjenost

## AKTUALNO

- 12 Škandal v britanski bolnišnici Stafford

## INTERVJU

- 15 Intermezzo za žličo, pogovor z Jožetom Lavrencem



## ŽIVLJENJE MEDICINSKE SESTRE

- 18 Minute z Vero Grbec

## ICN

- 20 Tisoče medicinskih sester se bo zbralo v Melbourne z namenom ustvarjanja skupnih aktivnosti za povečanje enakosti in dostopnosti do zdravstvenega varstva v svetu

## PREDSTAVLJAMO VAM

- 22 20. marec – ustno zdravje za zdravo življenje

## PRIDOBIVAMO NOVA ZNAJA

- 23 Izzivi, priložnosti, možnosti
- 25 Očesne manifestacije sistemskih bolezni
- 40 Zdravstvena nega kirurškega bolnika v sodobni kirurgiji – problemi, izzivi in priložnosti za prihodnost

## PRILOGA »ZLATI ZNAKI 2013« 27 - 39

## IZ DRUŠTEV

- 41 Odmev na seminar Poklicna etika v domovih za starejše občane, DMSBZT LJ
- 41 Odprtje likovne razstave v Negovalni bolnišnici v Ljubljani, DMSBZT LJ
- 43 »Slikanje je za mene dramatično dejanje, preko katerega se realnost razceplja.«, DMSBZT LJ
- 44 Ženske in tretje življenjsko obdobje, DMSBZT LJ
- 42 Izlet v hrvaško Zagorje in Zagreb, DMSBZT LJ
- 45 Vabilo na Cres in Lošinj, DMSBZT LJ
- 45 Sekcija upokojenih medicinskih sester pri DMSBZT Ljubljana vas vabi na strokovni ogled »Bolnišnice Sežana«, 6. junija 2013
- 46 Vabilo na planinski pohod na Veliko Raduho, DMSBZT LJ
- 47 Vabilo na planinski pohod na Golico, DMSBZT LJ
- 48 Vabilo na planinski pohod na Donačko goro, ki bo v soboto, 18. maja 2013, DMSBZT Gorenjske
- 48 Razpis za podelitev srebrnih znakov, DMSBZT Ptuj –Ormož
- 49 Vabilo na jubilejni koncert, DMSBZT Celje

## ŽIVIMO ZDRAVO

- 50 Brez hrane nam živeti ni ...



## IZOBRAŽEVANJA

52 - 61

## NAGRADNA KRIŽANKA TOSAMA 62

## Znanje je naša moč

**Svetovni dan medicinskih sester, namenjen vsem medicinskim sestram sveta in njihovi dejavnosti ob pacientu, že nekaj let poteka s skupno mislijo: Poudariti in povezati milenijske razvojne cilje (razvojne cilje tisočletja), ki so jih oblikovale članice Združenih narodov do leta 2015.**

Gre za osem ciljev, usmerjenih v boljše življenjske pogoje, enakost in skrb za zdravje svetovne populacije, ki se glasijo: izkoreniniti skrajno revščino in lakoto, doseči univerzalno osnovno šolsko izobrazbo, spodbujati enakost med spoloma in opolnomočiti ženske, zmanjšati smrtnost otrok, izboljšati zdravje mater, boj proti virusu HIV/aids in drugim boleznim, zagotavljati preprečevanje škodljivih vplivov na okolje in razviti globalno partnerstvo za razvoj. Letos se dejavnosti in sporočila medicinskih sester osredotočajo na zmanjšanje smrtnosti otrok, izboljšanje zdravja mater in boj proti virusu HIV/aids ter drugim boleznim. V Sloveniji je umrljivost otrok majhna, umrljivost mater je večja kot v devetdesetih letih, okužba z virusom HIV je statistično zelo nizka, pa vendar narašča (podatki s spletnih strani). Kaj lahko naredimo medicinske sestre? V zadnjih letih lahko govorimo o dvigu izobrazbene strukture medicinskih sester, ki niso več le tiste, ki se vključujejo v diagnostično terapevtski program in delajo po navodilih zdravnika, temveč v veliki meri izpolnjujejo in izvajajo svojo nalogo biti ob pacientu in za pacienta. **Osnovna dejavnost medicinskih sester je skrb za pacientove potrebe v vseh življenjskih obdobjih, na vseh zdravstvenih nivojih.** Na področjih preventive, kurative in rehabilitacije pacienta. Pacienta učijo zdravo živeti, krepiti lastno zdravje, se soočati z boleznijo, preprečevati obolenja in živeti z obolenjem. Pri pacientu, njegovi družini in skupnosti prepoznavajo zaznano samoučinkovitost, ki je osnova za graditev zdravstveno vzgojenega dela, vzgoje za zdravje in promocije zdravja. V povezavi z milenijskimi razvojnimi cilji lahko rečemo, da so medicinske sestre tiste, ki spodbujajo dojenje, promovirajo redno cepljenje otrok, vzgajajo starše, da spremljajo rast in razvoj otroka in spodbujajo uvajanje zdravih življenjskih navad mladih družin; spremljajo nosečnico,

sodelujejo z nevladnimi organizacijami za podporo nosečnici v času nosečnosti, poroda in v poporodnem obdobju, spodbujajo ženske k rednim preventivnim pregledom in k sodelovanju v ženskam namenjenih preventivnih programih za zgodnje odkrivanje kroničnih obolenj; na področju prenosa nalezljivih obolenj, predvsem HIV in drugih spolno prenosljivih okužb izvajajo vzgojo za zdravje mladostnika in njegovih staršev v smislu varne spolnosti, izvajajo promocijo zdravja in se ob tem povezujejo z različnimi institucijami, kjer se lahko mladostniku približajo (šole, fakultete, združenja dijakov in študentov in drugo). Svetovna zdravstvena organizacija že desetletja predstavlja pojem zdravstvena pismenost, ki predstavlja zdravstveno opismenjeno populacijo in posameznega pacienta. Ko govorimo o zdravstveno pismeni populaciji, govorimo o populaciji, ki pozna osnovne znake obolenja, ki prepozna pomen zdravstveno vzgojnih navodil, ki zna uporabiti navodila in zna skrbeti za lastno zdravje, učinkovito jemati terapijo in ne nazadnje znati se v zapletenem zdravstvenem sistemu. Medicinske sestre v vsakodnevnem in kontinuiranem stiku s pacientom omogočajo dvig zdravstvene pismenosti prebivalstva, kar pa po mnenju različnih avtorjev pripomore k manjši umrljivosti, zdravemu staranju in učinkovitemu obvladovanju kroničnih obolenj. Na organizacijski ravni pa omogočajo krajšanje čakalnih dob in nižanje stroškov zdravstvenih storitev. **Dan medicinskih sester in babic letos ponovno poteka pod geslom »Moč za spremembe – medicinske sestre in babice smo v prvih vrstah zdravstvenega sistema«.** Moč medicinskih sester in babic je v znanju, raziskovanju, enotnem delovanju, povezovanju, spoštovanju, prepoznavanju in sodelovanju, ne le znotraj stroke, temveč tudi s strokovnjaki drugih strokovnih

“ **V Sloveniji je umrljivost otrok majhna, umrljivost mater je večja kot v devetdesetih letih, okužba z virusom HIV je statistično zelo nizka, pa vendar narašča (podatki s spletnih strani). Kaj lahko naredimo medicinske sestre?**



področji. Smo v prvih vrstah zdravstvenega sistema, v vseh obdobjih življenja, v času zdravlja, bolezni, rehabilitacije in omogočanja mirne smrti ob pacientu, v stiku s celotnim prebivalstvom in vsemi ranljivimi skupinami. Imamo možnost uporabiti svoje znanje, da pripomoremo k uresničevanju vseh osmih milenijskih razvojnih ciljev. Na kongresu zdravstvene in babiške nega bodo predstavljeni prispevki, ki so usmerjeni v inovativnost, kažejo

na spremljanje razvoja stroke, razvoja raziskovalne dejavnosti v zdravstveni negi, opozarjajo na etične dileme, predlagajo organizacijske spremembe in karierni razvoj medicinskih sester in babic in spodbujajo partnerstvo z uporabnikom. Da se bomo medicinske sestre lahko osredotočile na svojo dejavnost in usmerile v zagotavljanje napredka stroke, je nujno potrebno znanje, ki ga prenašamo v klinična okolja in uporabimo pri svojem vsakdanjem

delu v timu in s pacientom. Kot pravi stara modrost: Učitelj lahko pokaže samo pot, vsak posameznik pa mora sam hoditi po tej poti, nedvomno velja za posameznika v kliničnem okolju in za pacienta, ki je deležen zdravstveno vzgojnih navodil s strani zdravstvenega osebja.

**Toplo vabljeni na 9. kongres zdravstvene in babiške nege in vsa druga vseživljenjska izobraževanja, le v znanju in povezovanju je naša moč. ■**



Spoštovane članice in člani Zbornice – Zveze, drage kolegice in kolegi,

## **ob mednarodnem dnevu babic 5. maju in mednarodnem dnevu medicinskih sester 12. maju**

vam čestitamo in izrekamo zahvalo za vaše profesionalno delo, za nudenje skrbi pacientom, njihovim bližnjim, za doprinos k razvoju stroke in za zavedanje, da je v spoštovanju, združevanju in razumevanju naša moč. Praznujmo s ponosom, z vedrim pogledom naprej, v prepričanju, da vsaka kriza enkrat mine in jo vzemimo kot izziv, kjer lahko dodatno ponudimo svoje znanje in druge potenciale, in iz katere bomo izšli močnejši in bolj ozaveščeni.

Hvala, da zaupate, da združeni skupaj zmoremo več.

**Iskrene čestitke.**

Vodstvo Zbornice – Zveze

# Dogodki na Zbornici – Zvezi v aprilu 2013

Četudi pregovorno muhasti april je v deželi končno pregal sneg in sončni žarki so nas pričeli vabiti v naravo, na delo v zelenjavnem vrtu, k obrezovanju drevja, grmičkov in prvo posedanje na kavici brez odejice in žarečih grelcev. Pričeli so se maratoni, teki prijateljstva. Težko je razumeti kaj, je bil motiv bombnega napada v Bostonu, kjer so bili tarče dveh eksplozij prav tekači, rekreativci, nič hudega sluteči 8-letni otrok. Še marsikaj je težko razumeti, pa se vendarle dogaja, ne tam daleč, čisto blizu, tu med nami. Vse več revščine, paketov pomoči Rdečega križa in Karitasa, botrstva pod okriljem Zveze prijateljev mladine in žalostnih zgodb osamljenih starčkov. Še sreča, da so vsak teden na TV spet na vrsti talenti. Tisti res ta pravi in tisti, ki nas spravijo v dobro voljo, četudi nas ne bi želeli. Bomo pa v mesecu maju zagotovo imeli veliko priložnosti za lepe besede, spoštovanje, izkazovanje naklonjenosti in prepoznavanje skritih in novih talentov v lastnih vrstah. Praznovali bomo dva mednarodna dneva, babic in medicinskih sester. Prve že tradicionalno 5. maja na Šmarni gori, vsi skupaj pa 10. maja na Brdu pri Kranju. Kar nekaj dogodkov, ki so zabeleženi v naslednjih stolpičih, se nanaša na priprave tako 9. kongresa kot slovesnosti s podelitvijo najvišjih priznanj Zbornice – Zveze.

## 3. april

Seja članic Komisije za priznanja, ki so v skladu s Pravilnikom o priznanjih Zbornice - Zveze obravnavale vloge, ki so prispele na razpis za dodelitev Zlatega znaka Zbornice- Zveze za leto 2013, ter vlogo za podelitev priznanja za življenjsko delo. Članice komisije so opravile zahtevno in pomembno delo. Letošnje nagrajenke vam predstavljamo v nadaljevanju glasila. Vsem nagrajenkam čestitamo tudi članice uredniškega odbora.

## 4. april

Potekala je 35. seja Odbora strokovnih sekcij z naslednjim dnevnim redom:

1. Pregled in sprejem zapisnika 34. seje OSS-a z dne 07.02.2013
2. Potrditev zapisnika 7. korespondenčne seje OSS-a z dne 12.02.2013
3. Poročilo o aktualnih dogodkih na Zbornici – Zvezi
  - a. Poročilo o delu upravnega odbora
  - b. Poročilo s seje RSK za zdravstveno nego
4. Finančno poslovanje strokovnih sekcij v letu 2012
5. Poročilo o poteku 25. redne in volilne skupščine Zbornice - Zveze
6. Izvolitev koordinatorja OSS za mandat junij 2013 – junij 2017
  - a. predstavitev kandidatov
  - b. potrditev volilne komisije
  - c. izvedba volitev s pomočjo volilnih lističev
7. 30 minut za praktične nasvete vodenja strokovne sekcije
  - a. prvi nacionalni protokoli aktivnosti zdravstvene in babiške nege
8. Pobude in predlogi
  - a. Oblikovanje kataloga delavnic
  - b. Sprememba naziva strokovne sekcije MS in ZT v splošni medicini
9. Razno

V 6. točki dnevnega reda so predsednice in predsedniki strokovnih sekcij izvolili novo koordinatrico strokovnih sekcij. Med tremi kandidatkami, ki so podale prijavo za to nalogo, je bila izvoljena mag. Tamara Štemberger Kolnik. Iskrene čestitke in veliko uspehov pri vodenju Odbora strokovnih sekcij ji želimo.

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper je izvedlo zanimivo strokovno srečanje ter občni zbor društva. Dogodka sta se udeležila tudi pravnik in izvršna direktorica Zbornice – Zveze.

## 5. april

Darinka Klemenc, predsednica Zbornice – Zveze, in izvršna direktorica sta se udeležili inauguracije dekanice Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru doc. dr. Majde Pajnikihar.

## 9. april

V prostorih Zbornice – Zveze je potekalo usposabljanje: Ukrepanje ob zaznavi in prijavi trpinčenja (mobinga) na delovnem mestu, ki je še posebej namenjeno pooblaščenim osebam, članom komisij in vodstvenemu kadru v zdravstvenih in socialnih zavodih. Delavnica je pri udeležencih napravila velik vtis in poglobila zanimanje za nasilje na področju zdravstvene in babiške nege.



## 11.-12. april

V Bruslju je potekala 98. redna generalna skupščina EFN (evropske zveze nacionalnih združenj medicinskih sester). Zbornica – Zveza je postala polnopravna članica omenjenega združenja še pred vstopom v Evropsko unijo. Na skupščini so predstavniki 27 držav obravnavali aktualna vprašanja, vezana na posledice globalne krize na zdravstveno nego. Okrogla miza je bila namenjena razpravi o naprednih znanjih, specializacijah v zdravstveni negi. Začrtane so bile osnovne smernice za ustanovitev evropskega raziskovalnega inštituta s področja zdravstvene nege. Skupščine sta se udeležili Darinka Klemenc in Monika Ažman.

## 15. april

Predsednica in izvršna direktorica Zbornice – Zveze sta se odzvali povabilu pomočnice direktorja za področje zdravstvene nege v Splošni bolnišnici Jesenice in se srečali na skupnem sestanku izvajalcev zdravstvene in babiške nege.

## 16. april

Na 19. seji odbora regijskih strokovnih društev so predsednice in predsednik obravnavali naslednje točke dnevnega reda:

1. Pregled in potrditev zapisnika 18. redne seje ORSD, z dne 15. 02. 2013, pregled realizacije sklepov in potrditev dnevnega reda seje.
2. Priprave na 9. kongres zdravstvene in babiške nege »Moč za spremembe – medicinske sestre in babice smo v prvih vrstah zdravstvenega sistema« in svečano akademijo (9., 10. maj 2013):
  - dejavnosti in vloga regijskih strokovnih Društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov.
3. Poročilo s sej UO Zbornice – Zveze (Pirš, Pahor).
4. Razno, predlogi in pobude.
5. Novosti v regijskih strokovnih društvih.

## 17. april

Člani upravnega odbora so zasedali na 14. redni seji. Delo je bilo oblikovano na podlagi sledečega dnevnega reda:

1. Pregled in sprejem zapisnika 13. seje UO Zbornice – Zveze z dne 6. 3. 2013
2. Poročila o aktivnostih med obema sejama UO
  - a) Poročilo s sestanka na Združenju socialnih zavodov
  - b) Poročilo s seje OSS
  - c) Poročilo s sestanka z Republiškim odborom SDZNS
  - d) Poročilo s seje ORSD
  - e) Poročilo s konference ICM v Londonu
  - f) Poročilo z 98. EFN skupščine
3. Pobude in predlogi

- a) Pobuda urednic Obzornika zdravstvene nege
- b) Paliativa v zdravstveni negi
- c) Načrt aktivnosti do junija 2013
- d) Imenovanje komisije za priznanja za mandatno obdobje 2013 – 2017
- e) Častno pokroviteljstvo FZV Maribor (20 obletnica delovanja)
- f) Pokroviteljstvo študentske konference Novo mesto

4. Terminološki slovar – predstavitev do sedaj opravljenega dela
5. Razno

Seja članic delovne skupine za terminologijo, ki so obravnavale nove termine za terminološki slovar ter svoje delo predstavile tudi članom upravnega odbora.

Sestala se je delovna skupina za pripravo kadrovskih normativih v zdravstveni in babiški negi.

## 22. april

Organizacijski odbor 17. bienalne mednarodne konference medicinskih sester v primarnem zdravstvenem varstvu šolskih otrok in mladine se intenzivno pripravlja na dogodek, ki bo v mesecu juliju in na katerega se že prijavljajo udeleženci z vsega sveta. Sestanek je potekal v Cankarjevem domu skupaj s sodelavkami iz kongresnega centra.

## 23. april

V Novem mestu je potekala slovesnost ob 50-letnici delovanja Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Novo mesto. Z veliko mero spoštovanja do začetnice delovanja sestrinstva na Dolenjskem, Marije Tomšič in vseh kolegic, ki so ji sledile vse do danes, so člani regijskega društva pripravili izjemen

kulturni program in kot pečat današnjega časa izdali bogato publikacijo zapisov 50 letne zgodovine delovanja društva. Svečanosti se je udeležilo tudi vodstvo Zbornice – Zveze.

## 24. april

Predsednica Zbornice – Zveze se je udeležila svečane podelitve diplom študentom zdravstvene nege na Visoki šoli za zdravstvo v Novem mestu in v slavnostnem nagovoru vsem novim diplomantom zaželela uspešno profesionalno pot, polno vizije in razvoja stroke zdravstvene nege.

Mesec maj, za mnoge najlepši mesec v letu. Mesec, ki zaznamuje razcvet narave in ljubezni. Mesec, ko praznujemo vsi, ki smo se zapisali zdravstveni in babiški negi. Naj vam bo naklonjen, naj bo lep, poln veselja, zdravja in hrepenjenja. Delite vse to s svojimi najbližjimi, pa tudi ne tako bližnjimi, ki te sreče nimajo, ki jim morda nikoli ne bo dano dočakati maturantskega plesa svojega otroka, ki bi z veseljem delali tudi po dvanajst ur na dan, če bi le lahko, ki bi dober položaj in standard z veseljem zamenjali za manj ugodnega, da bi le imeli zdravje.

Spoštovane kolegice in kolegi, ob prazniku, ki je namenjen samo nam, se vam v osebno imenu in v imenu vseh sodelavcev zahvaljujem za vaše dnevno, strokovno opravljeno delo. Ne le opravljeno delo, tudi skrb, požrtvovalnost, entuziazem, vizionarstvo in še mnogo tega. Pomemben je sleherni izmed vas. Hvala vam. ■

## Obvestilo

Če ne želite prejemati Utripa v papirni verziji, ker ga prebirate preko spleta, nam sporočite na e-naslov: [clanarina@zbornica-zveza.si](mailto:clanarina@zbornica-zveza.si).

Hvala za razumevanje.



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

**Vabimo vas na učno delavnico:**

## **Prehrana pacienta s celiakijo – več kot samo opuščanje glutena**

**18. junij 2013, v prostorih Zbornice – Zveze, Ob železnici 30 a.**

### **Program delavnice:**

1. celiakija – skozi življenjska obdobja
2. značilnosti brezglutenske prehrane
3. industrijsko pripravljena brezglutenska živila
4. vloga nekaterih hranil na počutje obolelega za celiakijo (kalcij, železo, omega-3 MK, prehranske vlaknine, folati, B12...)
5. uravnotežena prehrana pri celiakiji
6. tveganje za nastanek podhranjenosti

### **Cilji delavnice:**

- udeleženci se bodo seznanili z osnovnimi težavami pacientov s celiakijo
- znali bodo določiti osnovna živila, ki vsebujejo gluten, se spoznali z osnovnimi algoritmi zagotavljanja brezglutenske prehrane
- udeleženci bodo spoznali algoritme zagotavljanja rizičnih hranil na pacientu varen način
- seznanili se bodo tudi s tehnikami prepoznavne in preprečevanja morebitne podhranjenosti ter algoritmi pri obravnavi podhranjenosti.

### **Delavnico priporočamo:**

medicinskim sestram in zdravstvenim tehnikom, ki se pri svojem delu pogosteje srečujejo s pacienti s celiakijo (referenčne ambulate, gastroenterologija, alergologija, pediatrija...)

### **Delavnico bo vodil Jože Lavrinec, viš. med. tehnik, klinični dietetik**

Pričetek delavnice ob 9. uri, zaključek ob 14. uri.

### **Kotizacija:**

Kotizacija z vštetim DDV znaša 120 € (članom Zbornice – Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, se prizna 50-odstotni popust in znaša 60 €).

Kotizacijo nakažite na transakcijski račun Zbornice Zveze 02015-0258761480, sklic na številko 00 0422-18062013. Podjetja in zavodi lahko znesek poravnajo tudi po prejetju računa.

### **Prijava:**

Prijava na izobraževanje preko e-prijavnice na spletni strani Zbornice – Zveze.  
Ob registraciji potrebujete člansko izkaznico in licenčno številko.

Spoštovane sodelavke in sodelavci, spoštovane bralke in bralci!

## **Utrip bo v letu 2013 izšel devetkrat.**

Tri številke bodo dvojne: februar/marec, junij/julij in avgust/september.

To pomeni, da morate vse, kar bi želeli, da bo objavljeno v številki junij/julij, oddati do 20. maja, da bo objavljeno v dvojni številki junij/julij, ki bo izšla na spletni strani Zbornice – Zveze 1. junija.

Utrip boste prejeli v poštne nabiralnike kot običajno 11. ali 12. junija, ker bo tiskana verzija Utripa izšla 10. junija.

*Uredništvo Utripa*



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



**Vabimo vas na delavnico**

## **UKREPANJE OB ZAZNAVI IN PRIJAVI TRPINČENJA (MOBINGA) NA DELOVNEM MESTU**

**torek, 4. 6. 2013, v prostorih Zbornice – Zveze, Ob železnici 30 a v Ljubljani**

### **PROGRAM:**

|               |                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09.00 – 09.15 | Uvodni pozdrav, predstavitev programa usposabljanja                                                                                                                                                                   |
| 09.15 – 10.15 | <b>Nasilje na delovnem mestu v zdravstveni negi.</b> Dejavniki tveganja in vrste nasilja.<br>Darinka Klemenc, Delovna skupina za nenasilje v zdravstveni negi                                                         |
| 10.15 – 11.00 | <b>Konflikt in nasilje.</b> Definiranje, razlikovanje<br>Doroteja Lešnik Mugnaioni in Monika Ažman, Delovna skupina za nenasilje v zdravstveni negi                                                                   |
| 11.00 – 11.30 | Odmor                                                                                                                                                                                                                 |
| 11.30 – 12.15 | <b>Trpinčenje (mobing) na delovnem mestu.</b><br>Definiranje pojava, značilnosti, pojavne oblike, dinamika, posledice.<br>Mag. Sonja Robnik, Inštitut IRRI                                                            |
| 12.15 – 13.15 | <b>Pravni vidiki preprečevanja in obravnave trpinčenja (mobinga) na delovnem mestu.</b><br>Andrej Vojnovič, pravna pisarna Zbornice-Zveze                                                                             |
| 13.15 – 13.30 | Odmor                                                                                                                                                                                                                 |
| 13.30 – 15.00 | <b>Svetovanje in pomoč žrtvam nasilja na delovnem mestu</b><br><b>Analiza obravnave primerov trpinčenja (mobinga) na delovnem mestu</b><br>Doroteja Lešnik Mugnaioni, Delovna skupina za nenasilje v zdravstveni negi |

Delavnico priporočamo vsem zaposlenim v zdravstveni in babiški negi tako v zdravstvenih kot socialnih in izobraževalnih institucijah. Delavnico posebej priporočamo osebam, ki so odgovorne za presojo trpinčenja na delovnem mestu, pa tudi vsem tistim, ki ste se v svojem delovnem okolju že srečali s pojavi mobinga. Spoznali boste, kako trpinčenje na delovnem mestu prepoznati, kako preventivno ukrepati, kakšne možnosti pravo daje žrtvi trpinčenja na delovnem mestu ter kako ustrezno ukrepati ob zaznavi in prijavi trpinčenja.

#### **Kotizacija:**

Kotizacija z vštetim DDV znaša 120 € (članom Zbornice – Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, se prizna 50-odstotni popust in znaša 60 €).

Kotizacijo nakažite na transakcijski račun Zbornice – Zveze 02015-0258761480, sklicna številka 00 0405-04062013. Podjetja in zavodi lahko znesek poravnajo tudi po prejetju računa.

#### **Prijava:**

Prijava na izobraževanje preko e-prijavnice na spletni strani Zbornice – Zveze.

Ob registraciji potrebujete člansko izkaznico in licenčno številko.



**Zbornica zdravstvene in babetne nege Slovenije -  
Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije**

**Vabimo vas na učno delavnico:**

## **Spoznavmo in preprečimo podhranjenost ali odgovornost in kompetence zdravstvene nege za kakovostno prehranjevanje pacientov in oskrbovancev**

**28. maj. 2013, v prostorih Zbornice – Zveze, Ob železnici 30 a.**

### **Program:**

1. soočanje z organizacijo bolnišnične/domske prehrane, z možnostmi in morebitnimi šibkostmi
2. podhranjenost v bolnišnicah, socialnih zavodih, v širši skupnosti – definicija, razširjenost, tveganje in posledice
2. ukrepi za zmanjševanje pojavnosti podhranjenosti – prehranska podpora in prehranska obravnava
3. preseganje tveganja za podhranjenost (predstavitev, delavnica)
4. ocena stanja prehranjenosti z vidika medicinske sestre
5. kompetence zaposlenih v zdravstveni negi pri zagotavljanju prehranske podpore (delavnica)
6. oblike prehranske podpore

### **Cilji delavnice:**

- udeleženci prepoznajo podhranjenost in so sposobni oceniti tveganje za nastanek podhranjenosti
- udeleženci sodelujejo v procesu zagotavljanja prehranske podpore in s tem zmanjšujejo negativne vplive podhranjenosti
- udeleženci zmorejo poiskati v okviru svojih kompetenc optimalno možnost prehranske podpore

### **Delavnico priporočamo:**

- medicinskim sestram in zdravstvenim tehnikom, ki sodelujejo v prehranskih timih;
- ostalim medicinskim sestram in zdravstvenim tehnikom zaposlenim na oddelkih z večjo pojavnostjo podhranjenosti (abdominalna kirurgija, intenzivna terapija/nega, nevrologija, internistični oddelki)
- medicinskim sestram in zdravstvenim tehnikom, zaposlenim v socialnih zavodih

### **Delavnico bo vodil Jože Lavrinec, viš. med. tehnik, klinični dietetik**

Pričetek delavnice ob 9. uri, zaključek ob 14. uri.

### **Kotizacija:**

Kotizacija z vštetim DDV znaša 120 € (članom Zbornice – Zveze, ki imajo poravnane članske obveznosti, se prizna 50-odstotni popust in znaša 60 €).

Kotizacijo nakažite na transakcijski račun Zbornice – Zveze 02015-0258761480, sklic na številko 00 0422-28052013. Podjetja in zavodi lahko znesek poravnajo tudi po prejetju računa.

### **Prijava:**

Prijava na izobraževanje preko e-prijavnice na spletni strani Zbornice – Zveze.

Ob registraciji potrebujete člansko izkaznico in licenčno številko.

## **Nagrajenke pravilnih rešitev nagradne križanke Tosama**

Izmed pravilnih prispelih rešitev nagradne križanke iz aprilske številke smo izžrebali naslednje nagrajenke:

1. Irena Stefanović, 5000 Nova Gorica
2. Karmen Greifoner, 2327 Rače
3. Amalija Šercer, 1330 Kočevje

# Škandal v britanski bolnišnici Stafford

**Zna se zgoditi, da bodo imele ugotovitve nove uradne preiskave vzrokov za slabo zdravstveno oskrbo bolnikov v britanski bolnišnici Stafford posledice tudi za preostali del britanskega nacionalnega zdravstvenega sistema. Za vas smo zbrali vse bistvene informacije o tej zadevi in tudi o tem, kaj lahko pričakujemo v prihodnosti.**

## 1. Za kaj pri tem škandalu sploh gre?

V obdobju med januarjem in marcem 2009 je v bolnišnici v Staffordu, majhni splošni bolnišnici v britanski grofiji Staffordshire, za posledicami pomanjkljive zdravstvene oskrbe umrlo med 400 in 1.200 bolnikov. Poročilo javne preiskave, ki jo je vodil vrhovni državni odvetnik Robert Francis, je bilo objavljeno 6. februarja 2013 in je peto uradno poročilo v zvezi s tem škandalom in pomanjkljivostmi omenjene bolnišnice od leta 2009 naprej.

Zaradi vseh razkritih dokazov, ki so nemalokrat prav grozljivi, je izraz "Mid Staffs" (ime, ki so ga škandalu nadeli v Veliki Britaniji) postal sinonim za največjo možno mero malomarnosti britanskega nacionalnega zdravstvenega sistema, pogosto pa ga opisujejo kot **največji škandal v zvezi z zdravstveno nego v zadnjem času**. Sir Ian Kennedy, nekdanji predsednik Komisije za sistem zdravstvenega varstva, pa ga je med drugim opisal tudi kot najbolj šokanten škandal, ki ga je kdajkoli preiskoval.

Škandalu so v Veliki Britaniji nadeli ime "Mid Staffs", kar je skovanka iz besed "Mid" (po nekdanjem okrožju Mid Staffordshire in imenu bolnišničnega sklada Mid Staffordshire NHS hospital trust, ki je vodil omenjeno bolnišnico) in "Staffs" (Stafford oziroma Staffordshire). Ta sklad je leta 2008 dobil status fundacijskega sklada in je tako postal deloma neodvisen od nadzora britanskega Ministrstva za zdravje. **Sprejemanje odločitev in še posebej zniževanje stroškov in okviru teženj po tem statusu so pozneje navajali kot ključni razlog za to, da je slaba zdravstvena nega dobila takšne razsežnosti in da se je vse skupaj tako dolgo časa tudi dogajalo.**

## 2. Zakaj se škandal ponovno pojavlja v novicah?

Na začetku februarja letošnjega leta je Robert Francis, vodja preiskave,

objavil poročilo uradne preiskave tega škandala, ki je trajala kar 31 mesecev. Prvo poročilo, ki ga je Francis objavil februarja 2010, je bilo neodvisno poročilo pod okriljem britanske državne zdravstvene službe NHS, ne pa celovita javna uradna preiskava. Preiskava, ki je bila osredotočena na kakovost zdravstvene oskrbe na bolnišnici v Staffordu v letih 2005-2009 in na številne razloge za to, da je bila oskrba tako slaba, je prišla do pretresljivih zaključkov.

Javna preiskava se je začela julija 2010, njen namen pa je bil raziskati, kaj vse je cela vrsta nadzornih organov in sistemov v okviru britanske državne zdravstvene službe NHS sploh naredila, da bi to slabo zdravstveno oskrbo v Staffordu odkrila in ustrezno posredovala. Preiskava je tako podrobno pregledala vlogo organov in posameznikov v bolnišnici sami – vključno z upravnim odborom sklada in skupino za zvezo z bolniki –, pa vse do najbolj pomembnih akterjev na britanskem Ministrstvu za zdravje, vključno z ministri, višjimi državnimi uradniki in ključnimi osebami v britanski državni zdravstveni službi NHS. V predstavitvi preiskave je bila med drugim navedena dolžnost, da "razišče kakaj težav v skladu niso ugotovili prej in ustrezno ukrepali, kar se nanaša na celotno vrsto organizacij in institucij, ki so za to pristojne.

## 3. Kako je škandal sploh prišel na dan?

Čeprav je bila zdravstvena oskrba pomanjkljiva že vsaj od začetka leta 2006 naprej, se je o tem začelo govoriti šele sredi leta 2007, ko je Komisija za sistem zdravstvenega varstva (Healthcare Commission - HCC), takratni nadzorni organ britanske državne zdravstvene službe NHS, postala zaskrbljena nad **nenavadno visoko stopnjo umrljivosti v staffordski bolnišnici**.

Do januarja 2008 je nadzorni

organ identificiral **sedem različnih ključnih točk v povezavi z varnostjo bolnikov v bolnišnici**, to pa je bil opozorilni znak, da je nekaj narobe. Ker Komisija ni bila zadovoljna z razlago bolnišnice glede domnevno visoke stopnje umrljivosti, da gre pač za tako imenovane "napake v zvezi s šifrirnimi oznakami", je svoji ekipi preiskovalcev, na čelu katere je bila Heather Wood, znana kot prava izbira za težke primere, naročila, da naj pride do dna temu, kar se dogaja v staffordski bolnišnici. To je bila prva od skupno petih preiskav.

Julie Bailey, katere mama je v starosti 86 let zaradi slabe zdravstvene oskrbe v bolnišnici umrla leta 2007, je igrala eno izmed ključnih vlog pri razkrivanju škandala v zvezi s staffordsko bolnišnico. Zelo hitro je naletela na še več družin, ki so zgubile ljubljeno osebo, spoznala, da vse skupaj ni tako nedolžno in skupaj z drugimi žalujočimi sorodniki umrlih pacientov ustanovila akcijsko skupino Cure The NHS ti pred odgovornost.

## 4. Uradna preiskava

Andrew Lansley, tedanji državni sekretar za zdravstvo, je junija 2010 - nedolgo zatem, ko je koalicija prevzela oblast - naročil celovito uradno preiskavo v skladu z Zakonom o javnih preiskavah iz leta 2005. Laburistična stranka pred tem v letih 2009 in 2010 namreč ni ugodila vztrajnim zahtevam sorodnikov žrtev iz staffordske bolnišnice po takšni preiskavi. Namesto tega so ministri naročili prvo poročilo, ki ga je izdelal zgoraj omenjeni vrhovni državni odvetnik Robert Francis, pa tudi dva druga; to so bile ločene preiskave točno določenih aspektov delovanja bolnišnice in lokalnega sistema zdravstvenega varstva. Francis je z zbiranjem dokazov začel julija 2010 in je sprva še upal, da bo poročilo odgovornim ministrom lahko oddal do začetka leta 2011, vendar pa se je vse skupaj prelevilo v zelo izčrpno in

**dolgotrajno preiskavo.** Med njo so v razdobju 139 dni, med novembrom 2010 in decembrom 2011, zbrali ustna pričevanja 164 prič, poleg tega pa so pridobili tudi pisne izjave 87 prič in 39 začasnih izjav, skupno več kot milijon strani dokazov.

## 5. Prva preiskava Roberta Francisa: kakšna je bila zdravstvena oskrba?

Prvo poročilo Roberta Francisa o zdravstveni oskrbi v staffordski bolnišnici, ki je bilo podano februarja 2010 in je bilo osnovano na dokazih zbranih od preko 900 pacientov in njihovih družin, je bilo zelo kritično in neusmiljeno. "Slišal sem neverjetno veliko zgodb o grozni oskrbi," je pripovedoval Francis. "To so bili ljudje, ki so v staffordsko bolnišnico prišli misleč, da bodo za njih dobro poskrbeli in jih zdravili, namesto tega pa so mnogi doživeli strašne stvari, ki bodo njih in njihove drage preganjale do konca življenja."

Francis je naštel celo vrsto pomanjkljivosti pri zdravstveni oskrbi pacientov. "Pri mnogih pacientih so zanemarjali najbolj osnovne elemente zdravstvene nege. Nekateri izmed tistih, ki so potrebovali sredstva za lajšanje bolečin, so jih dobili pozno, ali pa sploh ne. Druge pa so neumite puščali tudi do mesec dni. Hrana in pijača sta bila izven dosega bolnikov in mnogim med njimi ni preostalo drugega kot, da se pri hranjenju zanesejo na pomoč svojih družinskih članov. Marsikaterega pacienta so odpustili še preden je bil pripravljen za to, tako, da je v bolnišnici spet pristal kmalu zatem. Higijenski standardi so bili občasno res grozni, tako, da so bili družinski člani primorani sami odstranjevati stare obveze in povoje z javnih mest v bolnišnici in čistiti stranišča, da se ne bi razširile infekcije. Osebe je ignoriralo prošnje bolnikov po uporabi stranišč in jih dolge ure puščalo ležati v nesnažnih posteljah ali sedeti na straniščih, zaradi česar so se pogosto počutili osramočeni in jih je bilo strah". Tudi napačne diagnoze so bile vse prej kot redkost.

## 6. Kaj je ugotovila komisija?

Poročilo nadzornega organa pravi, da je bila oskrba v staffordski bolnišnici strašansko slaba. Britanski časopis The Guardian pa je poročal, da preiskava razkrila "nezadostno

usposobljeno osebje, ki ga tudi po številu ni bilo dovolj, neizkušene mlade zdravnike, ki so jih samostojnemu delu prepuščali v nočnem času in bolnike, ki so jih puščali brez hrane, pijače ali zdravil, ker so bile njihove operacije vedno znova odpovedane. Od receptorjev brez kakršnegakoli medicinskega znanja se je pričakovalo, da bodo ocenjevali zdravstveno stanje bolnikov, ki so prihajali na urgentni oddelek in so vsaj nekateri izmed njih tudi potrebovali nujno medicinsko oskrbo."

Takratni državni sekretar za zdravstvo Alan Johnson se je izjavil, da je prišlo do "popolne polomije, kar se tiče reševanja resnih problemov in nadzorovanja učinkovitosti oziroma samega delovanja bolnišnice, kar je pripeljalo do popolnoma nepripravljenosti pri poskusu, da bi urgentne bolnike zdravili varno in dostojanstveno. Bruce Keogh, zdravnik v okviru britanske državne zdravstvene službe NHS, je obsodil popoln neuspeh sklada pri vodenju bolnišnice. Sir Ian Kennedy, predsedujoči Komisije za sistem zdravstvenega varstva, pa je izjavil, da je bilo poročilo "pretresljiva zgodba o strašansko slabih standardih in kaotičnemu sistemu oskrbe pacientov."

## 7. Zakaj je bila zdravstvena oskrba tako zelo slaba?

"Kronično pomanjkanje osebja, še posebej medicinskih sester in ostalega negovalnega osebja, je bil glavni krivec za neustrezno oskrbo", je v svojem poročilu ugotovil Robert Francis.

Poleg tega pa je bila morala na psu in četudi "se je marsikateri član osebja po svojih najboljših močeh trudil v težkih razmerah, je bilo pri nekaterih drugih zaznati skrb vzbujajoče pomanjkanje sočutja do pacientov", je še dodal Francis. "Tisti člani osebja, ki so o vseh teh težavah spregovorili, so naleteli na gluha ušesa, obstajajo pa trdni dokazi tudi za to, da so jih od tega odvrčali, pri čemer sta veliko vlogo igrala strah in ustrahovanje."

Levji delež krivde Francis pripisuje upravnemu odboru sklada. Ukrepi, ki jih je sklad sprejel za to, da bi preiskali in razrešili zaskrbljujoče zadeve, "so bili nezadostni in se niso smatrali za nujno zadevo". Člani

odbora so "so se raje zanašali na očitno pozitivna poročila o uspešnosti delovanja bolnišnice, ki so jih pripravili zunanji organi, kot na primer Komisija za sistem zdravstvenega varstva, ne pa na dejanske interne ocene in povratne informacije osebja in bolnikov". Francis je bil še posebej kritičen do tega, da sklad pritožb bolnikov nikakor ni jemal dosti resno.

Kot enega bistvenih podatkov je Francis poudaril tudi učinek odločitve, ki jo je sprejel upravni odbor sklada, in s pomočjo katere je v letih 2006-07 poskušal prihraniti 10 milijonov britanskih funtov, kar naj bi pripomoglo do zelenega statusa tako imenovanega fundacijskega sklada. "Odbor se je odločil, da je moč ta znesek prihraniti le s pomočjo zmanjševanja števila zaposlenih, ki jih že tako ni bilo zadosti". Poleg tega pa so ignorirali tudi vse pomisleke in zaskrbljenost osebja," je še dodal Francis.

Omenil pa je tudi, da so "mnogi ljudje izrazili zaskrbljenost nad očitnim neuspehom zunanjih organizacij, da bi sploh odkrili kakršnekolik težave pri opravljanju dela sklada" in svetoval ločeno preiskavo o tem.

## 8. Komu je torej spodletelo, da bi opazil težave in/ali jim naredil konec?

Poročilo uradne preiskave je ugotovilo, da skorajda vsak člen v verigi britanske državne zdravstvene službe NHS, ki naj bi nadzoroval in preiskoval bolnišnično oskrbo, po potrebi pa tudi posredoval, svojega dela ni opravljal, kot bi bilo treba. V sklopu preiskave je bilo pregledanih delovanje številnih organov in posameznikov, tako na lokalnem, kot tudi na državnem nivoju. Dober glas in delovanje marsikaterega izmed njih sta bila deležna hudih kritik – v to skupino spada vodstvom in upravni odbor bolnišnice same, pa tudi razni nadzorni organi in ključni akterji na britanskem Ministrstvu za zdravje.

Kot je bilo glede na dokaze zapisano že v prvem poročilu, "niti eden od zunanjih organov, ki naj bi nadzorovali sklad, ni odkril, da bi bilo karkoli narobe z njegovim delovanjem, dokler ni komisija začela s preiskavo." Poročilo pa vsebuje tudi na stotine strani podrobnosti o tem,

zakaj se tako ukrepi kot tudi pomanjkanje ukrepov različnih organizacij, da bi našli razlago za neverjetno slabe standarde zdravstvene oskrbe, ni upoštevalo.

Cilj poročila je tako podati razlago, zakaj je velikemu številu ljudi pri tem tako grdo spodletelo, pa tudi zagotoviti, da se to ne bo ponovilo.

### 9. Kako bo škandal vplival na britansko državno zdravstveno službo?

Najnovejše poročilo vsebuje lepo število analiz, ki se ukvarjajo s tem, zakaj nekatere organizacije v okviru britanske državne zdravstvene službe

NHS nekaterim ali celo mnogim bolnikom nudijo nezadostno in nehumano zdravstveno oskrbo, ki je na tako slabem nivoju, da je bolnikom že nevarna. Mnogi bodo verjetno rekli, da se kaj takega ne sme več ponoviti, poročilo pa bo zagotovilo, da se tudi ne bo. Žal je do škandala prišlo ravno v času, ko se pojavlja vedno večja zaskrbljenost zaradi vedenja nekaterih britanskih zdravstvenih delavcev, kar je britanski minister za zdravje opisal kot "krizo standardov zdravstvene oskrbe".

Na nacionalni ravni tako trenutno potekajo razprave o tem, kako kljub omejenemu proračunu izboljšati

stanje britanskega zdravstvenega sistema. Med drugim so bili podani predlogi o sprejetju predpisov za zdravstvene tehnike, minimalnih zakonskih zahtevah na kadrovskem področju, pravno zavezujoči "obvezi odkritosrčnosti", v skladu s katero morajo zdravstveni delavci priznati svoje napake. Predlagana je bila celo črna lista direktorjev zdravstvenih zavodov, ki ne izpolnjujejo svojih dolžnosti. ■

#### Viri:

<http://www.midstaffspublicinquiry.com/report>

<http://www.guardian.co.uk/society/2013/feb/06/mid-staffs-hospital-scandal-guide>

## OBVESTILO

### KNJIŽICA »MOJE PRIPRAVNIŠTVO«

Sporočamo vam, da smo ponovno izdali knjižico Pripravišтво za tehnika/ tehnicu zdravstvene nege, ki bo vsem, ki opravljajo pripravišтво, po končani srednji strokovni izobrazbi omogočila neposredno spremljanje in beleženje postopkov in posegov, ki jih mora pripravnik/pripravnica v šestmesečnem obdobju opraviti. Želimo, da bi bila knjižica v pomoč tako neposrednim uporabnikom (izvajalcem zdravstvene nege, ki vstopajo na poklicno pot) kot mentorjem in tudi učiteljem v srednjih zdravstvenih šolah in v kliničnih okoljih. Posamezniki in delovne organizacije lahko knjižico naročite preko naročilnice (na spletnih straneh [www.zbornica-zveza.si](http://www.zbornica-zveza.si) v zavihku »publikacije«).

Cena knjižice 6,00 € .  
DDV vključen v ceno.

Vsem, ki vstopate v delovne procese v zdravstveni negi, in vsem, ki se trudite z izobraževanjem in posredovanjem kliničnih veščin, želimo uspešno delo.



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

### PROGRAM PRIPRAVNIŠTVA

za tehnike zdravstvene nege / tehnice zdravstvene nege

# Intermezzo za žlico, pogovor z Jožetom Lavrincem



»Nenavaden človek, ki z nenavadnimi potezami v še bolj nenavadnem svetu nenehno niha med svojimi zmožnostmi in nezmožnostmi«, se pravi – nič bistveno drugačen od ostalih. Sivo povprečje! Mogoče pa vendar nekaj – od rane mladosti zapisan zdravstveni negi. In celo več, že v samem začetku sem, čeprav moški, dobesedno užival v osnovni negi, v neposrednem delu s pacienti, ja tudi v »odnašanju kahel«.

## ■ Kako bi se predstavili sami?

Sedaj sem pa v zadregi! Se moram res predstaviti sam? Naj poskusim!

»Nenavaden človek, ki z nenavadnimi potezami v še bolj nenavadnem svetu nenehno niha med svojimi zmožnostmi in nezmožnostmi«, se pravi – nič bistveno drugačen od ostalih. Sivo povprečje! Mogoče pa vendar nekaj – od rane mladosti zapisan zdravstveni negi. In celo več, že v samem začetku sem, čeprav moški, dobesedno užival v osnovni negi, v neposrednem delu s pacienti, ja tudi v »odnašanju kahel«. Kasneje sem o tem veliko razmišljal in dobil nekaj odgovorov v življenju matere Terezije, ki je s svojim odnosom do ubogih dokazala, da lahko veliko postoriš tudi v absolutnem pomanjkanju in sicer s skrbjo za osnovno higieno ter zadoščanjem minimalnih človekovih potreb. Ampak to je že druga zgodba, bolj primerna za nek drug kontekst. Poročen. Upokojen! Še vedno aktiven, kjer se pač pokaže priložnost. In še vedno zapisan zdravstveni negi, le da v nekoliko drugačnem kontekstu.

## ■ Ste izredno aktivni na področju prehrane, prehranskega svetovanja ... kje ste pridobivali ta znanja?

Ko sem se konec 80-tih let po sklepu invalidske komisije moral preusmeriti iz zdravstvene nege v dietetiko, na tem področju pri nas ni bilo nobenega formalnega izobraževanja. Ko pa se je pojavila možnost, se je izkazalo, da imam za malenkost prenizko formalno izobrazbo. Tako sem še vedno malo manj izobražen, a upam da vsaj razgledan in izkušen dietetik. Moje znanje s tega področja temelji na paberkovanju! Seminarji, prebiranje literature ... in nenehno delo z in za bolnika.

■ Ste že upokojeni sodelavec zdravstvene nege. Kljub temu izredno aktivni. Torej upokojitev še zdaleč ne pomeni, da se medicinska sestra/ medicinski tehnik povsem

## razide s stroko ...

Res je – sem upokojen. Službo sem zapustil zaradi hendikepa (besedo invalidnost sovražim, ker namreč pomeni »invalidus« = neveljaven). Sem kralj med slepimi, saj imam še okoli 5 odstotkov vidnega polja. (Zakaj je to tega prišlo, pa danes nima več smisla razpravljati – zanimiv splet okoliščin in srečne roke.) Kar pa ne pomeni, da sem nezmožen za sleherno delo, le poti so malce drugačne in malce (no ja, precej) daljše. Ja, ko se zapišeš zdravstveni negi, si pač zapisan. Ob upokojitvi sem najprej razmišljal o totalnem umiku. Želel sem se preusmeriti v pastoralo. A nekako ni šlo. Delo na lokalnem radiu in v raznih strokovnih interesnih skupinah je namreč terjalo stalno prebiranje strokovne literature. Pa sem, kar sem.

## ■ Kakšen je vaš življenjski slog? Ste športnik?

Tako kakor jesti »zdravo hrano« je tudi »biti športnik« modno. Ne, nikoli nisem bil športnik. Sem vse preveč časa potrošil za knjige. Sem pa vedno rad hodil v naravo, po naših planinah. Je bilo obdobje, ko sem bil praktično tedensko na kakšnem dvatisočaku. Sedaj, ko mi je garancija že malce potekla, tega ne zmorem več in sem samo srečen, če mi uspe priti na kakšno lažje dostopno planino. Imam pa še vedno veliko prostočasnih dejavnosti: knjige (ki jih s pomočjo sodobne tehnologije ponovno lahko prebiram), glasba (klasika, nekatere vrste jazza, šanson...), in ne boste verjeli – dopisovanje z naključnimi dopisovalci širom sveta, takole 30-40 mesečno. Časa kar primanjkuje.

## ■ Vaši prispevki v Utripu so zelo brani, ker so strokovni, a ob tem izredno duhoviti, razumljivi tudi laični javnosti.

Prispevki v Utripu? Prežveček pač! Da nastane en prispevek moram prebrati vsaj 20 pa tja do 25 strokovnih prispevkov, nekaj od teh



Še vedno zazrt naprej

je preglednih, drugi pa so razne študije, s čim bolj svežo objavo. Poskušam biti provokativen, poskušam nizati različne dileme in poskušam pisati o stvareh, za katere že imamo z dokazi podprte temelje. In potem nastane tisto malo teksta ... Zato prežveček, ker strokovne tekste žvečim in nosim s seboj, dokler jih ne izpljunem za Utrip. Ob količini dela bi se lahko vprašal, čemu ne pišem raje strokovnega teksta s citati in tako dalje? Dobro vprašanje! Toda jaz želim nek problem približati ljudem, kolegicam, kolegom... In želim spodbuditi kolegice k podobnemu razmišljanju. Skrb za prehranjevanje, pa naj ima to preventivni ali terapevtski namen, je zelo pogosto v naših rokah.

#### ■ Kako gledate na trenutne razmere v zdravstveni negi?

Z žalostjo. A je, kar je, mogoče je pa tudi to, kar se dogaja, za nekaj koristno. Se bomo znali pravočasno trdneje povezati? Postoriti tiste, v tem trenutku nujne spremembe? Upam,

kajti, če že stopamo za korak nazaj, naj bo to samo zato, da si bomo lahko vzeli nov zalet. Skupaj! Nujno! Saj, če je že potrebno, se lahko potem, za vogalom in skrito od pogledov javnosti odvijte tisto dejanje, ko frči perje in se lomijo čekani.

#### ■ Ste aktivni v regijskem strokovnem društvu ali v kakšni strokovni sekciji? Zakaj da oziroma zakaj ne?

Sodelujem tam, kjer mi to dovolijo in me povabijo. Tako občasno sodelujem z našim gorenjskim društvom pa z nefrološko sekcijo ... Se pa nikamor sam ne prijavljam, se pač zavedam, da sem upokojenec. In stroko naj bi v prvi vrsti gradile aktivne kolegice in kolegi. Če pa pogledam izven Zbornice – Zveze, no ja, sem pa predsednik delovne skupine kliničnih dietetikov Slovenskem združenju za klinično prehrano (kar precej medicinskih sester se tam srečuje), imam bojda še neko funkcijo v Združenju nutricionistov in dietetikov, kjer sem

nekaj let, dokler je bilo to oportuno, redno organiziral t.i. »Dan klinične prehrane«. Ostanek časa pa je namenjen za sodelovanje z različnimi društvi bolnikov, pa za razne prispevke, ki jih objavljam tu pa tam, pa za redno tedensko radijsko oddajo na lokalnem radiu. Za to slednjo že nekaj časa nagovarjam odgovorne naj spremenijo naslov iz »Jejmo malo – jejmo zdravo« v bolj udaren »Jejmo mastno – jejmo slastno«, a posluha ni, ne vem zakaj ...

#### ■ Imate kakšen konkreten predlog za reševanje trenutnih razmer?

Pogosto pravim, da sem »Kardeljev otrok«, ko imam tolikooooo idej, ampak se s tem konča. Ne, žal nimam predloga za reševanje razmer. Vem samo, da je kriza v zdravstveni negi, da so nujne spremembe. Kakšne, pa nisem dovolj pameten. Edino kar bi položil kolegicam na srce, je – »ko imaš idejo, jo izpelji«. In ne nergat za vogalom, kako nihče nič ne dela, ter čakati, kdaj bo nekdo

kar sam od sebe zamahnil s čarobno palčko in tako rešil »svojo in mojo zadnjo plat« ... Nuja je in čas je, da stopamo skupaj, da vložimo čim več znanja (ki v zdravstveni negi je!), čim več volje (za katero tudi verjamem, da jo premoremo). Ob tem bomo storili tudi nekaj napak. Pa kaj? Smo jih že veliko, pa smo storili tudi veliko dobrega. Sicer pa, kdor dela, tudi greši in kdor dela veliko, veliko greši, le tisti, ki nič ne dela, naredi samo eno napako.

■ **Dietetika je vaša »ljubezen«, kako vidite razvoj na tem področju?**  
Dietetika je pač moje poslanstvo, moje življenje. Ko te vsrka, te vsrka. Ima pa dietetika veliko obrazov. Tudi sam sem jih spoznaval – najprej je tu administrativna dietetika, ki jo zlahka prepustim živilskim

Pa naj postavim eno vprašanje: kaj menite kdo je začetnik/ica strokovne klinične prehrane? Če menite, da je to zdravnik, se motite. Toda to osebo s ponosom omenjajo tudi oni, kadar govorijo o klinični prehrani. Florence Nightingale! Vam to kaj sporoča?

technologom. Oni so namreč povsem opremljeni zanj, gre za načrtovanje in organizacijo (bolnišnične) prehrane, nadzor nad sanitarnim režimom. Tam sem začel, bil pogosto žalosten in preživel. In se ogromno naučil. Pa sem šel skozi kratko obdobje dietetike javnega zdravja, saj sem se nekaj časa poskušal v programu Cindi in na koncu našel velik izziv v klinični prehrani. Ta me je okupirala dokaj zgodaj, sredi 90-tih let in me nekaj časa spravljala v zadrego, ker je njen »ciklus presoje« povsem identičen procesu zdravstvene nege. Prepričan sem, da bo veliko vlog klinične prehrane morala prevzeti zdravstvena nega, ker je to že v njeni zasnovi, v njeni teoriji, mnogo tega, kar se pričakuje od klinične prehrane medicinske sestre že dolgo časa opravljajo – rutinsko, samo povezave mogoče manjkajo. A je klinična prehrana, tako kakor vse v zdravstvu, stvar timskega dela, kjer vsak sodelavec vloži svoj del specialnih znanj in spretnosti in prevzame svoj del

odgovornosti, odločitev in reakcij. Tukaj nas čaka ogromno dela, ker se mora marsikatero zakoreninjeno prepričanje naenkrat postaviti na glavo. Pri tem imajo medicinske sestre že v startu veliko prednost pred živilskimi tehnologiji.

Pa naj postavim eno vprašanje: kaj menite kdo je začetnik/ica strokovne klinične prehrane? Če menite, da je to zdravnik, se motite. Toda to osebo s ponosom omenjajo tudi oni, kadar govorijo o klinični prehrani. Florence Nightingale! Vam to kaj sporoča? Sodelovanje! Medinske sestre, skupaj s svojimi asistenti, klinični dietetiki (pa naj bodo eno ali drugo po izobrazbi), zdravnik, nekoč v prihodnosti še klinični farmacevt bodo reševali to področje.

■ **Spremljate trende prehrane v svetovnem merilu. Kaj menite bo trenutno stanje pomenilo za prihodnje rodove?**

V prehrani pričakujem obilo korenitih sprememb. Tako pri priporočilih osnovnega prehranskega vnosa, pa pri priporočilih za preventivno uravnoteženo prehrano, pri klinični prehrani smo pa tako ali tako šele malo popraskali po površini. Že v tem trenutku bi morali v Sloveniji korenito spremeniti večino t.i. dietnih napotkov. Gledam napotke na internetnih straneh naših bolnišnic, nosijo sveže datume, vsebina pa le redko v soglasju s trenutno »evidence based literature«. Pa bodo nujne spremembe v ponudbi prehrane, kjer nam bodo živilski tehnologji naredili svoj »kažin«. Pod pretvezo »skrb za zdravje« se nam kaj lahko dogodi, da bomo že čez nekaj let zelo težko našli povsem nedotaknjena osnovna živila. Pa pričakujemo boom specializiranih prehranskih izdelkov ter nove horizonte medicinsko definiranih živil. In seveda nove, še bolj ozko usmerjene veje dietetike

■ **Zdrava prehrana, kaj je to? Pomeni to nič alkohola, nič kruha, malo mesa, veliko solate ...**

Tipična floskula, s katero vse preradi skačemo okoli. Zdrava prehrana, še bolj pa »zdrava hrana« je modni trend, ki krepi družbeni status posameznika (jem zdravo, skrbim in sem odgovoren za sebe in nihče me pri tem ne more nadzorovati, še manj kritizirati), mu zagotavlja navidezno

varnost in neskončno paleto pogovorov. In izgovorov, da ne bi spreminjali svojega, »v zdravje« zakrinkanega, vendar slabega življenjskega sloga. In potem prepovedi in zapovedi, ki so le redko v službi zdravja.

Zdrava oziroma pravilneje uravnotežena prehrana je enostavna. Tako enostavna, da jo sodobni človek preprosto ne razume več in jo mora utesnjevati z načeli, pravili ... ne, ni prepovedi. So samo priporočila tudi za alkohol, ki je del naše kulture. Dobra večerja s kozarčkom res dobrega – ljudje smo večidel hedonisti. S priporočili za, za, za... a ne z obvezo. Tisti, ki se držijo sleherne pike priporočil, imajo težavo, ki pa se je še ne zavedajo. Je pa res, je zelo veliko poti zdravega in uravnoteženega prehranjevanja, pa tudi veliko stranspoti.

■ **Kdo je pri vas doma glavni pri štedilniku? Ste samo dober »teoretik« dobre in zdrave kuhe ali ste tudi dobri s prakso?**

Preprosto, tisti, ki ima čas, ki ima voljo, ki ima idejo. Vsak zna poskrbeti za vse in vsak ima svoje šibke točke ter svoje specialnosti. Rad se poigram s testeninami, z rižotami, enolončnicami, rad pečem kruh ... imam pa tudi slabosti. Vse vam bo povedala moja definicija zrezka: »zrezek je kakovosten kos mesa, ki ga s procesom obdelave učiimo«. Lotim se tudi peciva, če mi že gori pod nogami, a brez nekega pravega navdušenja. Bi ob tem rad opozoril vse dečke, da če se že igrajo z medicinskimi sestrami, naj računajo, da bodo z njimi prešli tudi štedilnik. V paketu. In ta bo pogosto njihov. Nujno. Ker to enostavno spada poleg.

■ **Kaj pogrešate v vašem življenju? Na kaj ste najbolj ponosni? Kaj bi še radi prispevali ...**

Ponosen sem na svojo ženo. Nase ne morem biti, ker sem samo kamenček v ogromnem mozaiku, sem pa zelo vesel, da sem, kar pač sem. Kar pa se mojega dela tiče, nič posebnega, pač na svoj način vračam, kar sem prejel. In ker sem prejel veliko, imam še veliko pufov, zato upam, da bom lahko še nekaj časa vračal. S tem, kar sem dosegel v svojem življenju, sem zadovoljen, če mi še kaj uspe, toliko bolje. ■

# PREKOMERNA TELESNA TEŽA in naš boj za njeno ZMANJŠEVANJE

Na razvoj prekomerne telesne teže in debelosti vpliva več dejavnikov, na eni strani energijski vnos, na drugi njegova poraba, genski dejavniki, nepravilnosti v delovanju endokrinega sistema, okoljski dejavniki, psihosocialni dejavniki in številni drugi.

*Besedilo: Andreja Širca Čampa, univ.dipl.inž., klinična dietetik*

Porušeno ravnotežje med vnosom in porabo energije povzroči naraščanje telesne teže, ki ob neukrepanju vodi v debelost. Dolgoročno najučinkovitejše zdravljenje prekomerne telesne teže in debelosti je preventiva. Zato je energijsko in hranilno uravnotežena ter specifičnim potrebam posameznika prilagojena prehrana eden najpomembnejših pozitivnih dejavnikov varovanja zdravlja in preventivnih ukrepov za zajezitev naraščanja debelosti.

## Tehtnica in kilograme

Izgubljanje telesne teže v mislih pogosto povezujemo s tehtnico in številom kilogramov. Tudi cilji pri izgubljanju telesne teže se zato najpogosteje nanašajo na skupno telesno težo, za katero pa se ne skrivajo samo telesne zaloge maščobe, pač pa tudi telesna voda, beljakovine v mišicah in manjša zaloga ogljikovih hidratov v obliki glikogena. Vse spremembe, ki se dogajajo v količinah teh komponent torej povzročajo tudi spremembe v skupni telesni teži. Telesna voda se na primer lahko poveča že zaradi bolj slane prehrane, pri ženskah pa nihanja tudi z menstrualnim ciklusom. Tudi vse hitre spremembe v telesni teži lahko dosežemo predvsem na račun zmanjšanja telesne vode. Stradanje in nizkoenergijske diete tako v prvi fazi povzročijo hiter padec telesne teže predvsem na račun porabljenih glikogenskih zalog in telesnih beljakovin v mišicah ter vode, ki je povezana z njima. Pri izgubljanju odvečne telesne teže pa si v resnici želimo predvsem izgubo telesnih maščobnih zalog in ohranjanja mišične mase. Žal za doseg tega cilja ne obstaja nobena hitra metoda povezana s prehranjevanjem, zato se je smiselno izogibati vsem tistim dietam, ki obljubljajo hitro in enostavno izgubo telesne teže.

Priljubljene diete, ki obljubljajo hitro zmanjševanje telesne teže, postajajo na žalost bolj in bolj razširjene ter hkrati sporne. Vsak dan se na policah knjigarn pojavljajo nove knjižne uspešnice o uspešni izgubi telesne teže. Večina jih je namenjena »neznanemu potrošniku«, izvajanja pa nihče ne nadzoruje. Glavnina objavljenih redukcijskih diet, ki žal dosežejo zelo širok krog populacije, je usmerjena k izboljšanju estetskega videza uporabnika in ne v izboljšanje njegovega zdravstvenega stanja ter preprečevanje kroničnih obolenj, vezanih na motnje metabolizma zaradi povečane telesne mase ali debelosti. Najbolj žalostno pa je, da z »hitrimi dietami« sicer uspešno izgubimo kilograme še uspešneje pridobimo nazaj, saj nas ne naučijo bistvenega SPREMEMBE ŽIVLJENSKEGA SLOGA.

## Hujšajmo na zdrav način

Zdravo hujšanje je izgubljanje telesne teže s hitrostjo pol do kilogram telesne teže na teden. To lahko dosežemo, če z zmanjšanim prehranskim vnosom energije in/ali povečano telesno aktivnostjo ustvarimo dnevni energijski primanjkljaj 2100 – 4200 kJ (500 – 1000 kcal). Ogljikovi hidrati, beljakovine, maščobe pa tudi alkohol so nosilci energije v prehrani. Večino energije dobimo z ogljikovimi hidrati in maščobami. Tudi najbolj popularne diete zato omejujejo eno ali obe od teh hranil, vendar je ključ uspeha vseh diet negativna energijska bilanca.

## Pestra in redna prehrana – ključ do uspeha

Kakšna naj bo torej prehrana, kadar želimo izgubiti telesno težo? V prvi vrsti naj bo prilagojena posameznikovemu načinu življenja, osebnemu okusu in lahko dostopna. Pomembno je, da povzroči zmeren energijski primanjkljaj, hkrati pa mora v čim večji meri zagotoviti vsa hranila, ki jih telo potrebuje za normalno delovanje. Pestra izbira živil, ki vključuje polnovredna žita in žitne izdelke, sadje in zelenjavo, delno posneto mleko in mlečne izdelke, pusto meso in mastne ribe ter izbrana olja, na eni strani zagotavlja pester vnos hranil, na drugi strani pa tudi zadovolji naš okus.

Pomembno je, da zaužijemo vsaj štiri do pet rednih obrokov, ki so razporejeni na približno tri ure. S tem lažje vzdržujemo koncentracijo krvnega sladkorja in zmanjšamo možnost razvoja velike lakote ali želje po sladki in mastni hrani. K zmanjšanju apetita pripomorejo tudi obroki z nizkim glikemičnim indeksom in zmerno količino beljakovin in maščob. Poleg tega, da povečujejo sitost, imajo beljakovine v času hujšanja tudi pomembno vlogo v zaščiti mišic pred njihovo pretirano razgradnjo. Prehranska vlaknina, ki se nahaja v polnovrednih žitih in žitnih izdelkih, sadju in zelenjavi poveča volumen hrane, ki jo pojemo in prav tako zmanjša občutek lakote.

Pri hujšanju se v resnici ni potrebno odreči nobenemu živilu, potrebna je le zmernost in manjša pogostost uživanja tistih živil, ki so bolj bogata z energijo, torej maščobami in/ali sladkorjem. Konec koncev mora biti to način prehranjevanja, ki ga lahko dolgotrajno ohranjamo tudi za vzdrževanje dosežene telesne teže.



Na poti k izboljšanju prehranjevalnih navad in zmernem zmanjševanju telesne teže si lahko sedaj pomagamo z medicinskim pripomočkom na osnovi rastlinskih izvlečkov Pomeol Medical Ball®. Njegova osnovna funkcija je, da v želodcu veže pretežni del z obrokom zaužite maščobe (90,6%) in del sladkorjev (16%), ki se neprebavljeni izločijo z blatom. Poleg tega vsebuje prehranske vlaknine in prebiotike (FOS – fruktooligosaharidi), ki uravnavajo našo prebavo. Uporaba je varna, enostavna, zmanjševanje telesne teže na račun preprečevanja kopičenja maščobnih zalog pa zmerno.

Ekskluzivni distributer za Slovenijo: Bimedia, d. o. o.

Izdelek je na voljo v spletni trgovini [www.hisa-zdravja.si](http://www.hisa-zdravja.si) (akcija – brez stroškov poštnine), kmalu pa bo tudi na policah lekarn, specializiranih prodajln in v Sanolaborju. Za več informacij pokličite 080 80 12.

## Minute z Vero Grbec



### ■ Zakaj ste se odločili za poklic medicinske sestre?

Za ta poklic sem se odločila precej pozno, šele v zadnjem letniku gimnazije. To je bilo že davno, leta 1956. Medicinskih sester je bilo takrat zelo malo, o njihovem delu nisem vedela skoraj nič in tudi poznala nisem nobene. Zdravstvo je bilo takrat nam mladim precej odmaknjeno. Več informacij pa mi je posredovala sosesolka, ki je delo medicinskih sester zelo občudovala, ker je imela že izkušnje z zdravstvom. Tako sem se začela tudi sama bolj zanimati za ta poklic. Največ sem vedela o problemu tuberkuloze, ki je bila zelo razširjena in kar nekaj ljudi, ki sem jih poznala v mladosti, je zaradi nje umrlo. V teh letih so se že uveljavila »čudežna zdravila«, predvsem penicilin in streptomycin in zdravljenje je postajalo bolj uspešno. Spoznala sem, kako pomembno je delo medicinske sestre na tem in še na številnih drugih področjih zdravstva in odločila sem se, da tudi jaz lahko naredim nekaj koristnega in da hočem biti del tega velikega gibanja.

### ■ Katera je bila vaša prva zaposlitev?

Ker sem bila štipendistka Okraja Ljubljana, so me poslali v Mladinsko okrevališče Rakitna, mene pa je vleklo na Kirurško kliniko, ki sem jo poznala še iz mesečne šolske prakse. Ko sem lahko, sem res odšla na kirurgijo. Razmere na kliniki so bile v tistem času zelo težke. Na vsakem velikem bolniškem oddelku, ki so sedaj prerasli v klinike, je bila zaposlena samo ena višja medicinska sestra, dve ali tri srednje medicinske sestre, ostalo so bile bolničarke in bolničarji. Ponudili so mi delovno mesto na Oddelku za anesteziologijo, kjer je bilo zaposlenih samo šest zdravnikov in pet bolniških strežnic ter nobene medicinske sestre. Bilo me je zelo strah, saj je bilo moje znanje iz tega področja precej skromno, a sem mesto vseeno sprejela. In začelo se je: delo, učenje, iskanje prepotrebni materialnih in kadrovskih resursov. Vendar smo uspeli in čez tri leta smo imeli že pet medicinskih sester in z dodatnim izpopolnjevanjem smo vzpostavili dober strokovni tim. Na

to obdobje imam zelo intenzivne in lepe spomine. Nato sem se zaposlila na Očesni kliniki in ob delu končala študij na Fakulteti za organizacijske vede. Zadnjih 15 let, do upokojitve, sem bila zaposlena na Visoki šoli v Ljubljani (sedaj Zdravstveni fakulteti), kjer sem predavala predmet Organizacija dela in kasneje po diplomskem študiju še predmet Profesionalna etika.

### ■ Od koga ste na poklicni poti največ pridobili?

V svojem dolgem delovnem obdobju sem spoznala veliko izrednih ljudi, ki so pozitivno vplivali name. Hitro začutiš, da ti ljudje ne opravljajo svojega dela samo zato, ker je pač to njihovo delo, ampak ga dojemajo kot svoje poslanstvo. Že od nekdaj imam to lastnost, da spoštujem osebe zaradi njihovih lastnosti, znanja in dejanj in ne zaradi formalne avtoritete, ki jim jo daje položaj. To mi je včasih prineslo tudi kakšno nevšečnost. Veliko sem se naučila tudi od bolnikov. Spominjam se še prakse na interni kliniki, kjer sem en mesec skrbela za bolnike v sobi, kjer so bili sami mladi ljudje, težki srčni bolniki. Takrat njihove srčne bolezni še ni bilo mogoče operirati in vedeli so, da imajo pred seboj samo še malo let. Vendar je bilo v tej sobi toliko veselja do življenja, iskristosti, tovarištva in humorja kot v nobeni drugi. Potem kasneje sem se veliko učila tudi od študentov v medsebojnih pogovorih, posebej na študijskih seminarjih in to delo sem imela zelo rada.

### ■ Kakšen nasvet bi danes dali nekomu ob začetku poklicne poti?

Ko iz šolskega obdobja stopimo na poklicno pot, predstavlja to kar velik izziv. Kako nas bodo sprejeli? Naučili smo se delati »po šolsko«, praksa pa je pogosto precej drugačna. Vedeti moramo, da tim, kamor prihajamo, sestavljajo različni ljudje, z različnimi predstavami in različno motivacijo. Sledimo ljudem, ki so prijazni in komunikativni do bolnikov in do nas, ki

imajo visoko postavljene vrednostne orientacije, ker ti so pravi nosilci napredka in kakovosti. Taki ljudje so pripravljeni tudi največ pomagati. Težja ko je situacija, več sprostitev in lepih doživetij potrebujemo. Sama sem izkusila, da postane problem z višine gora dosti manjši.

### ■ Kaj je za vas sreča?

Za srečo si je potrebno prizadevati, še posebej, ker vsak želi, da bi trajala vse življenje. Sreče se včasih niti ne zavedamo, dokler je nismo izgubili. Sreča je, da najdemo smisel tako v poklicnem kot v osebnem življenju in to občutimo kot zelo pozitivno čustvo. Opravljene študije so pokazale, da je največ srečnih ljudi na Danskem in v drugih skandinavskih deželah. Sama sem tudi nekaj časa živela v Kopenhagenu in moram reči, da sem se tam zelo dobro počutila predvsem zaradi urejenosti države in njeni skrbi za ljudi, na drugi strani pa zaradi odnosov med ljudmi samimi. Naj naštejem samo nekaj teh lastnosti, ki jim predstavljajo vrednote: spoštovanje dostojanstva človeka, sprejemanje drugačnosti, prijaznost, poštenost, pozornost, vljudnost, pomoč, skrb za druge, posebej šibkejšje. Oni te vrednote ne samo cenijo, temveč jih živijo, udeležujejo. Znajo razvijati toplino doma, radi se družijo ali gredo v naravo in kljub sorazmerno visokemu življenjskemu standardu se niso ujeli v pasti potrošništva.

### ■ Na kateri vaš dosežek ste najbolj ponosni?

Mislím, da sta bili vztrajnost in prepričanje v pravo stvar tisti, s katerima sem dosegla marsikateri cilj. Med drugim je to utemeljitev zdravstvene nege v anesteziologiji na Kirurški kliniki, uvajanje novih organizacijskih oblik dela na bolniških oddelkih, utemeljitev profesionalne etike za medicinske sestre (prej etika zdravstvenih delavcev) in etični kodeks ter skupaj s sodelavci oblikovanje inovativnih študijskih programov zdravstvene nege.

Veliko sem sodelovala v strokovnem združenju medicinskih sester in kasneje na Zbornici – Zvezi. Še vedno rada berem in obdržala sem zanimanje za veliko stvari. Vpisana sem na Univerzo za tretje življenjsko obdobje, na umetnostno zgodovino in pridobila sem si že veliko znanja, predvsem pa izredno lepih doživetij. Seveda pa, kot v vsakem življenju, ni samo svetlih dni. Veliko mi pomeni gibanje v naravi, sprehodi, kolesarjenje in urejanje vrta.

### ■ Kako spodbujati zaustvarjalnost in pozitivno naravnost?

Zdravstvena nega v praksi zahteva nenehno adaptacijo, ki predstavlja za medicinsko sestro pravi izziv. Nasprotno od ustvarjalnega je rutinsko delo, ki je primerno morda za nekatera opravila v industriji, nikakor pa ne za delo z ljudmi, še manj za delo v zdravstvu. Ustvarjalno delo je mnogo bolj zahtevno, ker terja celega človeka z veliko znanja, s srcem in dušo, kot bi rekli, nudi pa tudi veliko več zadovoljstva. Ustvarjalnosti se lahko učimo tudi v prostem času, tako da se vključimo v dejavnosti, ki nas veselijo. Presenečeni bomo, koliko stvari nas zanima in koliko doslej neodkritih sposobnosti je v nas. Lahko se je učimo tudi sami s tem, da želimo neko stvar narediti drugače, boljše ali na lažji način. Temu bi rekli ustvarjalnost pri vsakdanjem delu.

### ■ Kaj bi sporočili svojim kolegicam in kolegom na področju zdravstvene in babiške nege V Sloveniji?

Današnje razmere v družbi niso dobre in to se prenaša tudi v zdravstvo, ki je eno najbolj občutljivih področij. Vendar ostanimo takšni, kot smo, zavezani dobrobiti bolnika, skratka ljudje, ki jim gre zaupati. Bodimo modri in preudarni, ko zastopamo svoje pravice in skušajmo si vnesti v življenje čim več lepega. ■



# Tisoče medicinskih sester se bo zbralo v Melbournu z namenom ustvarjanja skupnih aktivnosti za povečanje enakosti in dostopnosti do zdravstvenega varstva v svetu

Na že 25-tem svetovnem kongresu medicinskih sester, ki ga organizira Mednarodni svet medicinskih sester (ICN) se bo v maju 2013 srečalo preko 4.000 medicinskih sester iz več kot 100 držav in vseh kontinentov sveta, z namenom izmenjati izkušnje in oblikovati še aktivnejšo vlogo zdravstvene nege pri izboljševanju enakosti in dostopnosti do zdravstvenega varstva vsem prebivalcem našega planeta. Zasedanje bo potekalo v štirih plenarnih srečanjih, 19 glavnih zasedanjih, 11 srečanjih in 5 delavnicah. Udeleženci bodo prisluhnili 550 prispevkom in si lahko ogledali 590 posterjev.

Najpomembnejši predavatelji bodo:

Michel Kazatchkine, posebni odposlanec OZN za HIV / aids v vzhodni Evropi in srednji Aziji, ki bo imel glavni nagovor kongresu;

- Leslie Mancuso, predsednica in izvršna direktorica Jhpiego, bo predstavila pogled na vprašanja dostopa žensk do zdravstvenega varstva in o njihovi vlogi v zdravstvu,

- Sheila Tlou, direktorica UNAIDS regionalnega podpornega tima za vzhodno in južno Afriko, bo govorila o vlogi medicinskih sester pri doseganju milenijskih ciljev OZN;

- Richard Visser, minister za

zdravje, blaginjo in šport Arube in strokovnjak za debelost, bo vodil razpravo ali je debelost družbene ali osebna odgovornost?

- Anne-Marie Rafferty, dekanica fakultete Florence Nightingale za zdravstveno nego, bo govorila o poteh, v katerih je delo Virginie Henderson pomembno za današnje medicinske sestre.

Druge teme vključujejo še razprave o trenutnih zdravstvenih izzivih, kot so duševno zdravje, tuberkuloza, kronične nenalezljive bolezni in HIV / AIDS. Medicinske

sestre bodo imele tudi priložnost za razpravo o strokovnih vprašanjih, kot so spreminjanje klinične prakse, vprašanje človeških virov, varnosti pacientov, ergonomiji oskrbe, etike in migracij medicinskih sester. Kongres bo ponudil delavnice in glavne tematske sklope tudi o drugih aktualnih vprašanjih, kot so e-zdravje, blažitvi posledic naravnih nesreč, vplivu podnebnih sprememb, modernem suženjstvu, izobraževanju, ekonomskih in vprašanjih delovnega okolja. ■






Dnevni odmerek (2 tableti) vsebuje:

- visoko koncentriran izvleček brusnice - 36 mg aktivnih proantocianidinov
- 4 sevi naravnih mlečnokislinskih bakterij - 1 milijarda

**EDINSTVENA sestava**

Na voljo v lekarnah in specializiranih trgovinah brez recepta.

ZZ ZVEZDA/AL Vitabiotics oy

## Podatki o iskalcih dela na področju zdravstva v Sloveniji

V mesecu marcu 2013 je bilo na Zavodu RS za zaposlovanje prijavljenih 107 zdravnikov, 131 diplomiranih medicinskih sester in 1.025 zdravstvenih tehnikov.



### Ob toplejšem vremenu povečana nevarnost okužbe z virusom klopnega meningoencefalitisa (KME)

Klopni meningoencefalitis (KME) je resno obolenje osrednjega živčnega sistema, ki se najpogosteje prenaša z vbodom okuženega klopa. Okužba se lahko prenaša tudi s pitjem okuženega nepasteriziranega mleka, predvsem kozjega, ali mlečnih izdelkov. Klopi postanejo aktivni v toplejšem vremenu, zato so okužbe pri nas najpogostejše v obdobju od pomladi do jeseni. Slovenija glede na obolevnost za KME sodi v sam vrh evropskih držav, vendar pa se za cepljenje, ki je edina učinkovita zaščita pred boleznijo, še vedno odloča premalo ljudi.

Prva faza bolezni se prične približno teden dni po vbodu klopa z vročino, ki jo navadno spremljajo slabo počutje, bolečine v mišicah in glavobol. Pri večini bolnikov se po vmesnem izboljšanju, ki traja od nekaj dni pa do treh tednov, pojavi druga faza bolezni, ki jo spremlja visoka temperatura, močan glavobol, lahko tudi tresenje, motnje zavesti in zbranosti, včasih lahko pride do ohromitve. Približno odstotek ljudi umre. Bolezen lahko pusti trajne posledice, med katere sodijo močni glavoboli, vrtoglavice, pareze, ohromelost, motnje sluha, zmanjšana sposobnost koncentracije, depresija in motnje razpoloženja ter motnje v delovanju avtonomnega živčnega sistema. Bolezen v večini primerov zahteva hospitalizacijo in močno vpliva na kakovost življenja tudi po okrevanju. Posledice bolezni so lahko tudi nesposobnost za opravljanje določenega dela in s tem povezana socialna stiska pacienta.

S KME obolevajo osebe vseh starosti. Bolezen ima običajno težji potek pri starejših bolnikih, ki imajo tudi večkrat posledice, vendar lahko KME pusti nevrološke posledice tudi pri otrocih. Zdravila, ki bi delovala proti virusu KME, ni, zato zdravljenje poteka zgolj simptomatsko. Slovenija sodi med endemična področja in se glede na pogostost KME uvršča v sam vrh evropskih držav, okuženi klopi pa se nahajajo po vsej Sloveniji. Strokovnjaki opozarjajo, da je glede razširjenost KME v Sloveniji, cepljenih še vedno premalo ljudi. Precepljenih je zgolj 12 odstotkov prebivalstva.

Cepljenje je edina učinkovita zaščita pred KME. Priporočajo ga **vsem osebam** od enega leta starosti naprej, ki se gibljejo ali živijo v območju, kjer je KME endemičen. Priporočljivo je, da se **cepljenje opravi** še pred aktivnostjo klopov, torej pred pričetkom toplejšega obdobja. Drugi odmerek sledi prvemu v obdobju enega meseca, tretji odmerek pa osebe prejmejo čez 6 do 12 mesecev. Poživitveni odmerek je potreben čez tri leta, kasneje pa na vsakih pet let, da se ohrani ustrezen nivo zaščite.

### Oboleli za parkinsonovo boleznijo opozarjajo na dolge čakalne dobe

*Pravočasno in ustrezno zdravljenje bolezni lahko pomembno izboljša kakovost življenja bolnikov*

11. aprila smo obeležili svetovni dan parkinsonove bolezni. Obeležujemo ga globalno in je namenjen podpori obolelim, njihovim skrbnikom in ozaveščanju javnosti o tej bolezni. Po vsem svetu je 6,3 milijona ljudi s parkinsonovo boleznijo, 1,2 milijona jih je v Evropi, v Sloveniji pa je bolnikov z različnimi vrstami parkinsonizma več kot 6.000. Parkinsonova bolezen sicer ni neposredno smrtna, a močno poslabša kakovost življenja obolelih in tudi njihovih skrbnikov.

Zdravljenje parkinsonove bolezni nenehno napreduje, vendar raziskovalci še vedno niso uspeli odkriti, kako bi to bolezen preprečili ali ozdravili. Pravočasna in ustrezna obravnava bolezni lahko pomembno izboljša kakovost življenja bolnikov. Diagnozo je zato potrebno postaviti čim prej, pri tem pa morajo sodelovati izkušeni specialisti, ki izberejo najprimernejšo metodo zdravljenja. Parkinsonova bolezen namreč prizadene posameznike tako različno in svojstveno, da optimalno ali enotno zdravljenje ne obstaja.

Bolnikovo stanje je zato treba redno nadzorovati in skladno s spreminjanjem simptomov prilagajati terapijo. Ob pravočasnem in ustreznem zdravljenju se nekaterim bolnikom stanje lahko zelo izboljša, tako da sami ali z občasno skrbnikovo pomočjo zmorejo vsakodnevna opravila – določen del obolelih se tako vrne na delovna mesta.

#### O parkinsonovi bolezni

Parkinsonova bolezen je – skupaj z Alzheimerjevo demenco – počasi napredujoča, degenerativna bolezen možganov, katere vzroka ne poznamo. Glavna značilnost te bolezni je pomanjkanje dopamina v možganih, kar povzroči tresenje, upočasnjenost gibov, oteženo hojo s padci, nerazumljiv govor, depresijo, demenco in bolečine. Bolezen prične že 20 ali 30 let pred nastopom prvih znakov, zato so raziskave – tudi v Sloveniji – usmerjene v zgodnjo diagnozo in v razvoj zdravil, ki bi preprečila nastanek bolezni ali vsaj upočasnila njen razvoj.

#### O Društvu Trepetlika

Društvo Trepetlika je društvo bolnikov s parkinsonizmom in drugimi ekstrapiramidnimi motnjami. Poleg združevanja ljudi s podobnimi zdravstvenimi težavami je glavni namen društva predvsem v izobraževanju bolnikov in njihovih svojcev, o novostih s področja zdravljenja, seznanjanju z načini lajšanja vsakodnevnega življenja, spodbujanju raziskav in spodbujanju bolniku prijazne zdravstvene politike.

## 20. marec – ustno zdravje za zdravo življenje

Svetovni dan ustnega zdravja je priložnost za globalne, regionalne in nacionalne dejavnosti povezane z ustnim zdravjem. Svetovna zdravstvena organizacija ga obeležuje od leta 1994 in sicer kot odziv na izražene potrebe zobozdravstvenih delavcev po zagovorništvu ustnega zdravja ter stagnaciji kazalcev ustnega zdravja med prebivalstvom. Ali je letošnji svetovni dan ustnega zdravja pustil sled v populaciji, se lahko samo vprašamo, saj kakšnih odmevnih regionalnih in nacionalnih dejavnosti nismo zaznali.

Zdravniška zbornica Slovenije je organizirala strokovno srečanje ob svetovnem dnevu ustnega zdravja in povabila izvajalce zobozdravstvene vzgoje iz ZD Ljubljana k predstavitvi aktivnosti, ki jih izvajamo na področju promocije ustnega zdravja za otroke in mladostnike. Predstavili smo didaktične pripomočke, ki jih uporabljamo pri vsakdanjem delu, učne načrte, delovne liste in gradiva, ki nam pomagajo pri izpeljavi učnih ur. Zaznali smo pozitiven odziv s strani udeležencev, saj so si z zanimanjem ogledali pripravljeno gradivo in izmenjali mnenja glede pomena izvajanja preventivne dejavnosti. Ugotovili smo, da obstajajo velika neenakost in razlike v možnostih doseganja ustnega zdravja otrok in mladostnikov po Sloveniji.

Po podatkih Inštituta za varovanje zdravja RS je med vsebinami (28 vsebin), ki jih izvajalci podajo v okviru zdravstvene vzgoje kar 38 odstotkov vsebin s področja zobozdravstvene vzgoje. Največji delež izvajalcev predstavljajo medicinske sestre (89 odstotkov) kar je v skladu s kompetencami. Žal pa se ugotavlja, da na državni ravni ni formalne potrditve, da je nosilec zdravstvene vzgoje medicinska sestra. Tudi odnos države in pogodbenih partnerjev ZZS, ki imajo sklenjeno pogodbo za izvajanje preventivne dejavnosti, je pogosto podcenjujoč do tovrstne dejavnosti in ne predstavlja možnosti za razvoj stroke promocije zdravja. V Sloveniji smo še premočno vpeti v biomedicinski model zdravja, ki je usmerjen k bolezni in ne h krepitvi resursov za doseganje boljšega zdravja posameznika in prebivalstva.

Zobozdravstvena vzgoja ima tudi najdaljšo kontinuiteto pri podajanju vsebin s področja promocije zdravja, saj se izvaja že trideset let in je lahko vzorčni primer medsektorskega sodelovanja. Vključuje se v program vrtcev in šol, strokovno pa se opira na stomatološko stroko in preko usposobljenih medicinskih sester z dodatnimi znanji s področja pedagogike, didaktike, javnega zdravja idr., dosega ciljno populacijo.



**Priprava gradiv in drugih didaktičnih pripomočkov za zahtevne udeležence strokovnega srečanja. Foto: Primož Brovč**

Kot izvajalec zobozdravstvene vzgoje pogrešam sekcijo medicinskih sester v promociji zdravja, saj bi na ta način lahko bolj jasno izpostavili probleme in izzive, s katerimi se srečujemo pri delu, primerno ovrednotili naše delo in skrbeli za strokovno napredovanje in izobraževanje in izpostavili vlogo zdravstvene nege pri doseganju boljšega zdravja prebivalstva. Morda pa bo poletna mednarodna „school nurse“ konferenca priložnost, da se oblikuje kritična masa in skupina izvajalcev, ki bo pripravila temelje za novo sekcijo v okviru Zbornice – Zveze? Saj smo vendarle v prvih vrstah zdravstvenega sistema ... ■

### Vir:

Žalar, A. in Prodan, V. (2011). Zdravstvena vzgoja. V: D. Moravec Berger, R. Pribakovič Brinovec in J. Trdič (ur.), Zdravstveni statistični letopis 2010 (str. 619-630). Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja RS.

# Izzivi, priložnosti, možnosti

**Strokovni seminar Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v sterilizaciji, ki je potekal 22. in 23. marca 2013 v Dolenjskih Toplicah, je bil namenjen predvsem delavcem zaposlenim na področju dela sterilizacije in higijene v bolnišnicah in v zdravstvenih domovih. V veliko veselje organizatorjev srečanja je bilo spoznanje, da smo kljub vsesplošni krizi uspeli uspešno organizirati 20. strokovno srečanje. Letošnjega seminarja se je udeležilo okrog 80 udeležencev iz Slovenije, gostili pa smo tudi nekaj kolegic in kolegov iz sosednje Hrvaške, Makedonije in Srbije.**

Seminarja se je udeležilo tudi nekaj visokih gostov iz tujine, med katerimi so bili Wim Renders, predsednik World Forum for Hospital Steril Supply/WFHSS, Duygu Percin, predsednica turškega združenja za sterilizacijo, dr. Vlatka Turčić, predsednica Hrvatske udruge medicinske sterilizacije/HUMS-te, Dejan Petrović, predsednik Srpskega združenja sterilizacije i dezinfekcije/SUSD in Maja Markovska, predsednica Udruženja dezinfekcije i sterilizacije Makedonije/DSAM.

Po uvodnem pozdravu članice IO Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v sterilizaciji, Milene Belšak, je udeležence nagovorila predsednica sekcije, Andreja Žagar, ki je predstavila pomen strokovnega srečanja in zaželela udeležencem uspešna in strokovno bogata izobraževalna dneva. Hkrati se je zahvalila vsem gostom iz tujine, še posebej pa predsedniku WFHSS, gospodu Wim Rendersu, da se je ponovno odzval našemu vabilu.

Ob jubileju 20. strokovnega srečanja se je predsednica zahvalila tudi Edu Sotošku in Albini Gabrovšek, ki sta kot člana IO in OO Sekcije že od ustanovitve Sekcije in njenega prvega strokovnega seminarja. Hkrati sta se oba člana zahvalila prvi predsednici Evi Verstovšek, ki je vodila Sekcijo od organizacije prvega do desetega seminarja in sedanji predsednici Andreji Žagar, ki je nadaljevala delo Sekcije do današnjega jubilejnega 20. strokovnega srečanja.

Sledili so pozdravni govori vseh gostov in predstavnice Term Dolenjske Toplice. Predsednik WFHSS, Wim Renders, se je v svojem pozdravnem govoru zahvalil predsednici Sekcije, Andreji Žagar, in njenem dinamičnem kolektivu, kot je imenoval članice IO za povabilo in

možnost sodelovanja na našem strokovnem srečanju. V nagovoru udeležencem seminarja je poudaril, da mu je ponovni obisk v Sloveniji v veliko veselje in v čast prisostvovati pozitivnemu razvoju sterilizacije skozi vsa ta leta, za kar je Sekcija kot del Zbornice – Zveze gonilna sila, ki ji čestita za čudovito, pogosto anonimno delo, ki ga je in ga še vedno prispeva. Med drugim je v govoru dejal:

»Primarna vloga sterilizacije je zagotavljanje varnosti in zdravja pacientov s tem, da zagotovimo medicinske pripomočke najboljše možne kakovosti. Da bi to lahko zagotovili, pa je ključnega pomena, da so vsi oddelki vključeni v proces sprememb. Omejitve se vsekakor ne nanaša le na nekaj večjih bolnišnic in oddelkov sterilizacij. Vsak pacient ima enake pravice, vsaka bolnišnica enako dolžnost. Po eni strani bi se na ta način zmanjšale razlike, ki še vedno obstajajo, po drugi strani pa bi prišli korak bližje cilju organizacije WFHSS, ki je zagotoviti svetovno uskladitev sterilizacijskih oddelkov in dekontaminacijskih praks.

Centralizacija in standardizacija v sterilizaciji na bolnišnični ravni zagotavlja izboljšanje kakovosti in zmanjšanje stroškov, kar je vodilo k enotni, racionalni, znanstveni, ekonomski in ekološki boljši in učinkovitejši praksi. Sterilizacija mora iti korak naprej v svojem razvoju, še posebej v vzdrževanju in reproduktivnosti lastne kakovosti. V sterilizaciji nadzor in dokumentiranje vsakega posameznega koraka v procesih še vedno predstavlja izziv oziroma težavo v mnogih bolnišnicah.« Še posebej je poudaril, da je v resnici kakovost veliko bolj pomembna v zdravstveni negi, saj ne gre v tem oziru le za kvaliteto proizvodov, temveč predvsem za kakovost življenja in ta mora biti na kar se da visokem nivoju za vse. Na

ta način morajo biti posplošeni tudi sistemi zagotavljanja kakovosti, saj je le na ta način lahko nadalje profesionalizirano tudi naše delo.

Svoj nagovor je zaključil z ugotovitvijo, da sterilizacijo v bivših republikah Jugoslavije označuje medsebojno sodelovanje, ki je primer mednarodnega sodelovanja, ki vodi v nacionalni napredek. V ta kontekst se odlično poda kitajski pregovor, ki pravi: **Ce želiš iti hitro, pojdi sam. Ce želiš iti daleč, pojdi skupaj z drugimi.** Z upanjem, da bomo lahko sledili pregovoru in skupaj hodili po poti do boljše sterilizacije, nam je zaželel uspešen seminar in veliko sreče v sterilizaciji ter osebnem življenju.

Na seminarju je sodelovalo enajst domačih in osem tujih predavateljev, ki so obravnavali aktualne teme s področja dela v sterilizaciji.

Našemu povabilu se je odzvalo tudi trinajst razstavljavcev, ki so predstavili opremo in proizvode, ki so specifični za naše delo.

Prvi dan so potekala predavanja v treh sklopih. V prvem delu je kolegica Tanja Pristavec iz SB Jesenice predstavila sodelovanje med osebjem operacijskega bloka in osebjem centralne sterilizacije in pomen dobre komunikacije za varno delo. Suzana Strnad iz UKC Maribor je v svojem predavanju Avtonomna vloga v perioperativni ZN predstavila nekatere vrzeli na tem področju. Član srbskega združenja Milan Kajfež iz Beograda je v svojem prispevku predstavil sterilizacijo kot strokovno disciplino in neizogiben člen v verigi, na katerem temeljijo sedanje metode medicine in kirurgije in kjer je treba izobraževanje zaposlenih, ki temelji na pravilih iz prakse, zamenjat z izobraževanjem v okvirih šole sterilizacije.

Sledila je razprava in težko pričakovani odmor z osvežitvijo ter ogledom razstave naših sponzorjev.



**Udeleženci seminarja z gosti**

V drugem delu seminarja se je predsednica sekcije Andreja Žagar posvetila razmišljanju: Je kakovost izziv ali priložnost? Zavedati se moramo, da je kakovost naša stalnica, ki nam naj bo izziv za iskanje poti, da bomo našli priložnosti za izboljševanje. Kolegice Danica Župan, Martina Peterlin in Nada Jarkovič iz SB Novo mesto so nam v svoji temi Motiti se je človeško iz svoje prakse predstavile primer strokovne napake, ki se lahko zgodi pri današnjem tempu in obremenitvah ter na srečo ni imela neželene dogodka pri bolniku. Aneta Simnoska, članica makedonskega Združenja za dezinfekcijo in sterilizacijo, je predstavila pomen izobraževanja delavcev v sterilizaciji kot prvi korak pri uvajanju standardov. Da je znanje najboljši medicinski pripomoček pa nas je prepričala dr. Vlatka Turčič, ki je na Hrvaškem že organizirala več izobraževanj za delavce v sterilizaciji v sodelovanju z WFHSS.

Po zasluženem odmoru je sledil še popoldanski del predavanj, ki je bil namenjen predstavitvi tem s področja akreditacije bolnišnic kot izzivu na področju higiene. Predstavila ga je Marija Tomažič iz UKC Ljubljana. Lidija Ahec iz SB Jesenice pa nas je seznanila z rezultati raziskave SZO o poznavanju higiene rok in okužb v zdravstvu, ki so jo izvedli v njihovi bolnišnici.

Za zaključek prvega dne

strokovnega srečanja nas je skozi možnosti osebnostnega razvoja popeljal prof. dr. Matej Tušak iz Fakultete za šport v Ljubljani.

Drugi dan strokovnega srečanja je bilo na programu osem predavanj in zaključek seminarja.

Najprej je dr. Duygu Persin iz Turčije predstavila zanimivo študijo razmerja med časom zadrževanja in nalaganja bakterij na kirurških inštrumentih pred čiščenjem. Sledila so predavanja naših strokovnjakov Tonija Pojeta iz podjetja Skanteh o vzdrževanju malih in velikih sterilizatorjev ter Sandija Lukana iz podjetja Prostep o razmišljanju, zakaj preventiva ni strošek. Matej Kosi iz firme 3M nas je seznanil s kemičnimi indikatorji za nadzor sterilizacijskih postopkov po standardu EN ISO 11140-1 in s tem, kaj je pomembno pri prodiranju pare. O zakonodaji na področju dezinfekcije pa nas je podrobno seznanila Maja Zupan iz podjetja Iris. Peter Newson iz podjetja Getinge je predstavil potreben nadzor nad dekontaminacijskim procesom.

Zaključek dvodnevnega seminarja je vodila predsednica sekcije Andreja Žagar s pogledi in razmišljanji, ki se navezujejo na uvajanje delavcev v sterilizaciji v delo: kdo je odgovoren za uvajanje v delo, kako in v kakšnem obsegu.

Sledila je še razprava, kjer so strokovnjaki iz različnih področij odgovarjali na vprašanja udeležencev

seminarja.

V veliko zadovoljstvo organizatorjev, predavateljev, razstavljalcev in udeležencev srečanja smo v popoldanskih urah drugega dne strokovni seminar uspešno zaključili.

Vsem predavateljem se v imenu predsednice in članic organizacijskega odbora Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v sterilizaciji iskreno zahvaljujem za predstavljene teme in prispevke, ki so ustvarili vsebino Zbornika, da obravnavane vsebine ne bodo šle v pozabo.

Zahvala tudi vsem razstavljalcem za prikaz opreme in materialov, udeležencem seminarja pa za aktivno spremljanje dogajanja in številčno udeležbo z željo, da bi vsaj del slišanih vsebin tudi uspešno uporabili pri vsakdanjem delu.

**Naj ob zaključku letošnjega jubilejnega 20. strokovnega seminarja poudarim, da so za nami leta aktivnega dela in vključevanja v različne aktivnosti, ki so vplivale na razvoj sterilizacijske stroke. Hkrati so vsa ta leta dela na promociji prinesla pozitivne spremembe tudi na prepoznavnosti naše Sekcije, ki jo predstavlja srce, ki ne sme nikoli obstati. Srce, ki utripa za kakovost našega dela in varnost naših bolnikov, ko posredno s svojim delom vplivamo na potek njegovega zdravljenja. ■**

# Očesne manifestacije sistemskih bolezni

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v oftalmologiji je organizirala strokovno srečanje 11. in 12. aprila 2013 v Kočevski reki, natančneje v Gotenici. Ko smo prišli v Gotenico, smo imeli občutek, da se je tam čas ustavil že nekaj desetletij nazaj.



Udeleženci strokovnega izobraževanja. Foto: Saša Mohar

Majhna vasica, ki je mnogi niti ne poznajo, je bila obnovljena po letu 1990 v pristnem staroškočevarskem slogu. Prijaznost in uslužnost tamkajšnjih zaposlenih je na nas naredila dober vtis. V prvih letih po drugi svetovni vojni so pod vodstvom šefa tajne policije Ivana Matije Mačka začeli tam graditi podzemno zaklonišče, kamor bi se v slučaju vojne nevarnosti naselilo komunistično vodstvo. Po vojni so Gotenico popolnoma izpraznili. Celotno zaprto območje je obsegalo površino okoli 200 kvadratnih kilometrov. V Gotenici je od leta 1992 Vadbena-oskrbni center slovenske policije, v katerem je zaposlenih okoli 50 ljudi, še vedno pa nima nobenega stalnega prebivalca. Podzemno zaklonišče, v katerem so nekoč bili prostori od operacijskih sob, kinodvorane in bivalnih

prostorov, smo si tudi ogledali. Danes ti prostori služijo za skladišče, kjer Arhiv Slovenije hrani filmsko gradivo.

Ker je Gotenica nekaterim udeležencem, ki so bolj oddaljeni, nekoliko "od rok", se nas je polovica zbrala tam že v četrtek proti večeru. Skupna večerja in druženje je dalo srečanju poseben pečat, saj si danes le redko lahko vzamemo čas za pogovor in reševanje skupnih dilem.

V petek smo po pozdravnem govoru predsednice sekcije Bernarde Mrzelj začeli z vsebinsko bogatim programom.

Marija Jesenšek, viš. med. ses., nam je predstavila **Okvare vidnega živca in sistemske bolezni**. Opisala nam je nekatere bolezni, ki prizadenejo vidni živec. Prizadetost vida v okviru nevroloških ali sistemskih bolezni včasih zahteva

hitro diagnostiko in terapijo, ki je lahko odločilnega pomena. Ker je poslabšanje vida nemalokrat edini simptom, je to dokaj zahtevno. Asist. mag. Matej Beltram, dr. med., nam je predstavil **Onkološka obolenja v oftalmologiji**. O očesni prizadetosti pri različnih infekcijskih boleznih nam je predavala Marija Vidrih, dipl. m. s., spec. oft. zn. Delo medicinske sestre na tem področju je usmerjeno na preprečevanje nastanka in širjenja okužb. Tema **Infekcijske bolezni in oko**, se je dotikala prispevka **Kako zagotoviti varnost bolnikov z vidika bolnišničnih okužb**, kajti bolnišnične okužbe predstavljajo velik globalni problem v svetu, saj vsako leto bolnišnično okužbo pridobi na milijone ljudi, ki se zdravijo v bolnišnicah zaradi različnih obolenj. S to tematiko sta nas iz Službe za preprečevanje in

obvladovanje bolnišničnih okužb UKCL seznanili Milena Prosen, dipl. m. s. in Marija Al Nawas, dipl. m. s. Opisali sta vzrok nastanka bolnišničnih okužb ter zakonsko in moralno etično odgovornost vsakega zaposlenega v zdravstveni ustanovi pri preprečevanju bolnišničnih okužb. Prispevek o **Očesnih spremembah pri otrocih z genetskimi obolenji**, sta pripravili Špela Markelj, dr. med. in asist. dr. Manca Tekavčič Pompe, dr. med. Naučili smo se, katere so najpogostejše in najopaznejše očesne spremembe pri otrocih z genetskimi obolenji in katere so najpogostejše genetske bolezni, ki jih srečujemo v oftalmoloških ambulantah. Doc.dr. Nataša Vidovič Valentinčič, dr. med., nam je pripravila prispevek **Oko in avtoimune bolezni**. Avtoimune bolezni so lahko blage in dobro obvladljive, lahko pa imajo hude sistemske in očesne posledice. Avtoimune bolezni prizadenejo 5-8 odstotkov vse populacije, pogostejše ženske. Registriranih je več kot 80 bolezni in so med desetimi najpogostejšimi vzroki smrti med ljudmi mlajšimi od 65 let. Brigita Bugar Vrhovnik, univ. dipl. biol., iz Oktal-Pharmie, nam je predstavila novo vrsto očesnih kapljic – umetnih solz, ki bodo na slovenski trg prišle v

mesecu maju. Snežana Škorić, dipl. m. s., KO za hipertenzijo, UKCL je predstavila film o **Arterijski hipertenziji** in pomen pravilno izvedenih meritev krvnega tlaka. Medicinska sestra v ambulanti za hipertenzijo ima pomembno vlogo pri edukaciji bolnikov za samomeritve, ki so osnova za uspešno zdravljenje hipertenzije. Mateja Tomažin Šporar, viš. med. ses., predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji je s prispevkom **Zdrava prehrana bolnika s sladkorno boleznijo in samokontrola** seznanila tudi udeležence našega strokovnega srečanja. Vse medicinske sestre, ki smo zaposlene v oftalmološki zdravstveni dejavnosti, se pogosto srečujemo z bolniki, ki imajo sladkorno bolezen. Predavateljica je opisala definicijo sladkorne bolezni in podala glavne in osnovne značilnosti zdravega prehranjevanja s poudarkom na sladkornem bolniku. Pomembno je dejstvo, da mora imeti bolnik pri uspešnem zdravljenju sladkorne bolezni tudi veliko podporo družine. Asist. mag. Mojca Urbančič, dr. med., nam je pripravila prezentacijo **Diabetična retinopatija**, ki je najpogostejši pozni zaplet sladkorne bolezni. Seznanila nas je z

novimi smernicami zdravljenja diabetičnega makularnega edema.

Zadnje predavanje je bilo **Vpliv hiperholesterolemije na ožilje očesnega ozadja**, ki ga je predstavila Andreja Tonič, dipl. m. s.. Povišan holesterol v krvi je eden od poglavitnih vzrokov za nastanek ateroskleroze. Gre za postopno kopičenje holesterola v žilah, kar posledično privede do zoženja ali v končni fazi do zamašitve žil. Kadar se tak proces zgodi na ožilju očesnega ozadja, to imenujemo zapora mrežničnih ven. Glede na mesto zapore ločimo t.i. zaporo veje vene ali zaporo centralne vene. Predstavila je potek obolenja, zdravljenje obolenja kot tudi samo preventivo pred nastankom omenjenega obolenja.

Udeleženci seminarja smo prejeli evalvacijski vprašalnik, saj organizator s povratnimi informacijami dobi odgovore, katere teme udeležence seminarjev zanimajo. Glavkom, zdravstvena vzgoja v oftalmologiji, astigmatizem, operacija sive mrene, keratokonus - diagnostika, so samo nekatere predlagane teme, ki jih bo Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v oftalmologiji skušala predstaviti na naslednjih srečanjih.

Poslovili smo se z novimi informacijami in znanji. ■



## preprečuje in odpravlja BAKTERIJSKE VAGINOZE

- pri neobičajnem vaginalnem izcedku neprijetnega vonja ali nenavadnih simptomih v intimnem predelu (srbenje, pekoč občutek)
- po antibiotičnem zdravljenju vaginalnih vnetij
- pri večjih dejavnih tveganja za porušeno vaginalno mikrofloro (zdravljenje z antibiotiki, pogosti spolni odnosi, menstruacija, menopavza, nosečnost, uporaba materničnih vložkov, prekomerna intimna nega)

# GYNO-LACT



vsebuje 3 naravne seve mlečnokislinskih bakterij

- ✦ MAJHNA VAGINALETA
- ✦ NE KAPLJA IN NE PUŠČA MADEŽEV NA PERILU
- ✦ UPORABA LE ENKRAT DNEVNO

Na voljo v lekarnah in specializiranih trgovinah brez recepta.

ZZZ YMEDICA/V. Vihabiansky

# ZLATI ZNAK 2013



**Prejemnice zlatih znakov in priznanja za življenjsko delo**



MILENA GLIHA

**Predlagateljja:** Kolegij zdravstvene nege Stomatološke klinike UKC Ljubljana in IO Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v zobozdravstvu

Ga. Milena Gliha se je zgodaj odločila za poklic zobne asistentke. Leta 1969 je končala dvoletno šolanje za zobne asistentke. Ob delu na Stomatološki kliniki je dokončala štiriletno šolo za zobne asistentke. Svoje izobraževanje ob delu je nadaljevala na Višji šoli za zdravstvene delavce in leta 1989 uspešno diplomirala. Od leta 1990 do leta 1998 je izvajala zobozdravstveno vzgojno delo s pacienti tako otroci kot odraslimi na Stomatološki kliniki ter na različnih bolnišničnih oddelkih UKC Ljubljana. Ponovno je začutila potrebo po dodatnem izobraževanju, zato se je vpisala na Pedagoško fakulteto in Visoko šolo za zdravstvo, leta 1998 diplomirala in si pridobila naziv profesorica zdravstvene vzgoje.

Delovno mesto glavne medicinske sestre na Stomatološki kliniki je nastopila 1. maja 1999 in to delo opravlja še danes.

Že v samem začetku na tem mestu je ugotovila potrebo po korenitih spremembah na področju zdravstvene nege v zobozdravstvu.

Zdravstvena nega na Stomatološki kliniki je v času njenega vodenja napravila velik korak h kakovostnejši in sodobnejši obravnavi pacienta, še posebej se je izboljšal del procesa, vezan na higienske postopke. Posodobijo se sterilizacijske enote, opremo se s sodobnimi aparaturami za čiščenje, razkuževanje in sterilizacijo instrumentov.

Ravno tako se pod njenim vodstvom v prakso uvede protokol standardov za obravnavo rizičnih pacientov. Bila je in je še pobudnica priprave vseh standardov, obrazcev in navodil za delo, ki jih skupaj s Kolegijem zdravstvene nege Stomatološke klinike uvaja v proces dela zdravstvene nege.

Gospa Milena Gliha dolgoletne izkušnje, znanje in sledenje smernicam strategije UKC Ljubljana ves čas bogati z dodatnim strokovnim izobraževanjem. Ker občuti pomanjkanje znanja zdravstvenih delavcev v zobozdravstveni negi tudi zunaj Stomatološke klinike (Šola za zobozdravstvene asistentke je bila leta 1984 ukinjena), leta 1998 v okviru Izvršnega odbora Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v zobozdravstvu zaprosi različne institucije (Ministrstvo za zdravstvo, Zbornico zdravstvene in babiške nege Slovenije, Srednjo šolo za farmacijo in zdravstvo v Ljubljani) za ponovno uvedbo izobraževalnega programa za poklic zobozdravstvena asistentka.

Na njeno pobudo s Kolegijem zdravstvene nege Stomatološke klinike prva na področju stomatologije v

Sloveniji prične s pripravo kataloga standardov in znanj za certifikatni sistem izobraževanja za pridobitev nacionalne poklicne kvalifikacije zobozdravstvena asistentka/zobozdravstveni asistent, ki se v letu 2010 tudi realizira.

Istočasno na Srednji zdravstveni šoli v Ljubljani sodeluje pri pripravi in realizaciji modula zobozdravstveni asistent/ zobozdravstvena asistentka, ki je izveden v letih 2010 do 2012.

Od leta 1997 je vabljen predavateljica na Podiplomski šoli iz hospitalne higiene, ki jo organizira Medicinska fakulteta, Katedra za mikrobiologijo in imunologijo.

Vseskozi čuti potrebo po strokovnem druženju zaposlenih v zdravstveni negi na področju zobozdravstva, tako v letu 1992 s kolegicami organizira iniciativni odbor za ustanovitev Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v zobozdravstvu in postane tudi njena prva predsednica.

Na razne institucije poda kar nekaj pobud za ponovno uvedbo izobraževalnega programa za poklic zobozdravstvena asistentka. Sekciji uspešno predseduje dva mandata od leta 1992 do leta 2000. Njena volja in strokovnost jo vodita naprej po poti aktivne članice IO vse do leta 2012. S svojo strokovnostjo in znanjem sooblikuje strokovna srečanja kar dvajset let, mlajšim kolegicam je vzor vztrajnosti in strokovnosti. Sekciji je dala neizbrisani pečat tako v organizacijskem kot v strokovnem prispevku.

Predava na različnih strokovnih sekcijah Zbornice – Zveze in Društvu zobozdravstvenih delavcev Slovenija. Kar nekaj diplomantkam Fakultete za zdravstvo je bila somentorica pri njihovih diplomskih nalogah. Objavlja članke v različnih strokovnih revijah. V svoji poklicni karieri je s svojim strokovnim znanjem in izkušnjami prispevala k promociji in razvoju stroke zdravstvene nege v zobozdravstvu.

Dejansko se danes vidi velik napredek v zobozdravstveni negi, preskok od tradicionalne k sodobni zdravstveni negi, za katero je nedvomno zaslužna gospa Milena Gliha. Njen požrtvovalni trud in prizadevanje, da bi posodobila in tudi dvignila nivo in veljavo zdravstvene nege v stomatologiji resnično ni viden samo na nivoju Stomatološke klinike, ampak tudi širše v slovenskem prostoru.



## BERNARDA HOSTNIK

**Predlagatelj:** Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji

Gospa Bernarda Hostnik se je po končani Srednji zdravstveni šoli v Celju vpisala na Višjo zdravstveno šolo v Ljubljani. Pri prvi zaposlitvi v Centralni intenzivni terapiji v UKC Ljubljana (UKCL) je nadaljevala z delom v Enoti intenzivne terapije v SB Celje. Leta 1995 jo je življenjska pot zopet ponesla v UKCL na Travmatološki oddelek, kjer je opravljala delo višje medicinske sestre. Vedno budna za novosti, za pridobivanje novih znanj, se je po končanem študiju na Visoki zdravstveni šoli na Univerzi v Mariboru vpisala kot prva generacija študentov na podiplomski študij zdravstvene nege na Fakulteto za zdravstvene vede v Mariboru, ki ga je leta 2010 kot prva magistrantka zdravstvene nege v Celjski regiji tudi končala.

V UKCL je pridobila veliko strokovnih in organizacijskih znanj. Leta 1999 je sprejela delovno mesto glavne medicinske sestre Travmatološkega oddelka v Splošni bolnišnici Celje.

V delovanje zdravstvene nege na Travmatološkem oddelku je vnesla svežino, entuziazem, predvsem pa spoštljiv odnos do sodelavcev in njihovih potreb. Vseskozi se je zavedala, da je motiviran in razumljen zaposleni tudi dober so/delavec. Veliko pozornost je namenila izobraževanju, v prvi vrsti nje same, pa tudi vseh članov negovalnega tima. Odprtost za spremembe in preudarno sprejemanje odločitev ji je bilo v veliko pomoč pri dvigu kakovosti zdravstvene nege Travmatološkega oddelka. Vedno je sledila viziji napredka. Določitev odgovornosti, utrip dela, sistem razvijanja, vse je bilo premišljeno in postopno uvedeno v multidisciplinarni proces dela Travmatološkega oddelka. S svojim znanjem, izkušnjami in karizmo je znala potegniti voz naprej, pomiriti duhove, se maksimalno postaviti zaposlenim v bran in se mnogokrat izpostaviti.

Pri vsakodnevem strokovnem delu zahteva spoštovanje zaposlenih v zdravstveni negi, krepí dobro timsko delovanje na vseh nivojih, zelo pomemben ji je spoštljiv odnos do pacientov.

Ohranja pristno vez z zdravstveno nego v slovenskem prostoru, aktivno sodeluje v procesu izobraževanja študentov, dijakov Visoke in srednje zdravstvene šole v Celju, sledi smernicam in tudi osebno prispeva k razvoju kirurške zdravstvene nege, tudi kot predavateljica in moderatorica na številnih seminarjih Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji.

Gospa Bernarda Hostnik je medicinska sestra, ki se zavzema za prepoznavnost in razvoj poklica medicinske

sestre. V njenem profesionalnem delovanju so v ospredju empatičnost, strokovnost in natančnost.

Veljavnost napovedi hitrih testov za povečano tveganje zloma kolka pri starostniku je naslov magistrskega dela, ki ga je pod mentorstvom R. prof Radka Komadine, dr. med., razvila v zanimivo študijo za naprej, saj se ob napovedujočih demografskih podatkih Evropa in svet pripravlja na epidemijo staranja in starejšega prebivalstva, na katerega se je potrebno aktivno pripraviti. Z entuziazmom razvija zastavljeno raziskavo na Univerzi Alma Mater Europaea kot študentka prve generacije doktorskega študija 2. letnika smer Socialna gerontologija.

Predstojnik Travmatološkega oddelka SB Celje prim. Miodrag Vlaović, dr. med., pa je poudaril: »Medicinska sestra Bernarda Hostnik je moralna oseba, zanesljiva in zaupanja vredna. Je izrazito timsko usmerjena. Strokovno vodi zdravstveno nego in zna pritegniti k sodelovanju sodelavke in sodelavce. Ponosen sem, da sva izpeljala spremembo v zdravstveni negi, to je uvedba diplomirane medicinske sestre v turnus. Skrbi, da je varnost in strokovnost obravnave travmatološkega bolnika na visokem nivoju. Menim, da si medicinska sestra Bernarda Hostnik zasluži to visoko priznanje, ker je s svojo izobrazbo, strokovnostjo in delom dosegla kakovostno zdravstveno nego travmatološkega bolnika in z enako intenzivnostjo spoštuje kader zdravstvene nege in zdravnike.«

Sodelavke Travmatološkega oddelka SB Celje so o njej povedale sledeče: »Bernarda kot sodelavka vedno deluje strokovno, vestno in kolegialno. S svojo dobro voljo ustvarja prijetno delovno klimo v celotnem negovalnem timu. Vedno nam zna prisluhniti in pomaga razvozlati marsikatero stresno ali neprijetno situacijo. Nikoli ne skopari s pohvalami, ne daje občutka, da ji ni mar za oddelek in sodelavce. Ponosni smo, da je naša glavna medicinska sestra, ki svoje znanje, natančnost in spoštljiv odnos do bolnikov prenaša na nas.«

Drugače pa ima Bernarda Hostnik rada življenje. Ponosna je nase, na svojo družino, na soproga, na svoje tri mladce, gimnazijca Martina ter osnovnošolca Manco in Metoda. Rada se giba, zato obožuje tek, rada je prijazna in se rada smeji. Rada ima knjige, ki so ji zveste sopotnice, saj neguje in bogati materin jezik, ki ji pomeni veliko. Rada ima duhovite ljudi, ljudem, ki pa ne želijo drugemu dobro, se zna in se jim zoperstavi.


**DRAGICA JOŠAR**

**Predlagatelj:** Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja s podporo Sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji in Martina Horvat

Po končani srednji zdravstveni šoli v Murski Soboti leta 1980 se je zaposlila v Univerzitetnem kliničnem centru v Ljubljani na Kliniki za kirurške infekcije. Rane so jo »okužile« za vse življenje, saj se je temu področju skozi strokovno pot še posebej posvetila. Ljubljana je ni očarala, vrnila se je na gričevnato Goričko, med sadovnjake, gorice in polja. Zaposlila se je v Zdravstvenem domu Murska Sobota, v ambulantni Cankova in nato v Martjancih. Leta 1994 jo je pritegnila patronažna zdravstvena nega, ki jo z veliko vnemo opravlja še danes. Ni se zadovoljila s srednješolskim znanjem, zato se je leta 2003 vpisala na Visoko zdravstveno šolo v Mariboru, kjer je diplomirala leta 2008.

Postala je koordinatorka vseh oblik pomoči na domu, sledi viziji razvoja stroke v patronažnem zdravstvenem varstvu, kjer z vztrajnostjo dosega nadpovprečne rezultate. Zaveda se, da sta strokovnost in kakovost dosegljivi le z vseživljenjskim učenjem. V letu 2007 je končala še šolo za enterostomalne terapevte, ki je potekala v Univerzitetnem kliničnem centru v Ljubljani. Kot patronažna medicinska sestra in enterostomalna terapevtka svoje znanje nesebično deli s sodelavci, pripravniki in študenti zdravstvene nege.

Pogosto se vključuje tudi kot aktivna predavateljica. Povezana je z Invalidskim društvom ILCO, kjer pripravlja predavanja in svetuje kot enterostomalna terapevtka.

Poleg službenih obveznosti je ves čas močno vpeta tudi v društveno življenje. Že več kot desetletje aktivno deluje v Strokovnem društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja. Osem let je bila članica izvršilnega odbora, sedaj pa je že drugi mandat podpredsednica društva. Zanesljivost, pravočasnost in natančnost so njene vrline pri organizaciji društvenih dogodkov. Leta 2010 je prejela Pohvalo za aktivno delo v Društvu za oskrbo ran Slovenije, leta 2011 pa Srebrni znak DMSBZT Pomurja.

Je aktivna v Sekciji medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti in članica Upravnega odbora Društva za oskrbo ran Slovenije. Deluje tudi v lokalnem okolju.

Aktivno je bila vključena v projekt Sastipe - Zdravje, kjer je promovirala zdravje in preventivo med romsko populacijo. Kot prostovoljka je vključena v projekt Inštituta dr. Antona Trstenjaka Preprečevanje padcev v starosti. Kot vodja številnih delavnic v okviru projekta je

pripomogla k zdravstveni prosvetljenosti prebivalcev ter varnemu preživljanju starosti v domačem okolju.

Je avtorica številnih strokovnih člankov s področja zdravstvene nege v patronažnem varstvu, v enterostomalni terapiji in zdravstvene nege kroničnih ran.

Zaveda se namreč, da je zdravje plod zdrave prehrane, gibanja in preprečevanja stresa.



## DR. RUŽA PANDEL MIKUŠ

**Predlagatelj:** Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana, Zdravstvena fakulteta Univerze v Ljubljani.

Viš. pred. dr. Ruža Pandel Mikuš, viš. med. ses., prof. soc. ped., je šolanje začela na Srednji zdravstveni šoli v Celju, kjer je maturirala leta 1976. Januarja 1980 je zaključila študij na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani na Oddelku za medicinske sestre. Formalno izobraževanje je nadaljevala s študijem na Pedagoški fakulteti Univerze v Ljubljani, kjer je leta 1994 diplomirala na Oddelku za socialno pedagogiko in si pridobila naziv profesorica socialne pedagogike. Leta 1995 je končala podiplomski študij skupinske dinamike na Katedri za psihiatrijo Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani. Študij je nadaljevala na Fakulteti za družbene vede, smer sociologija, kjer je leta 2001 magistrirala s temo Sociološki, medicinski in psihosocialni vidiki motenj hranjenja pri ženskah. Nadaljevala je s specialističnim študijem Klinične dietetike na takratni Visoki zdravstveni šoli v Mariboru (danes Fakulteti za zdravstvene vede) Univerze v Mariboru, kjer je uspešno opravila vse izpite in prijavila specialistično nalogo. Na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani, na Oddelku za sociologijo kulture, je leta 2009 uspešno zagovarjala doktorsko disertacijo z naslovom Tlesna samopodoba in motnje hranjenja pri ženskah v Sloveniji in pridobila naziv doktorica socioloških znanosti.

Leta 1980 se je zaposlila v Urgentnem bloku Kliničnega centra Ljubljana kot operacijska medicinska sestra, od leta 1982 je svojo kariero nadaljevala na Onkološkem inštitutu v Ljubljani. To dela je opravljala do leta 1994, naslednji dve leti pa je prevzela dela in naloge glavne medicinske sestre specialističnih ambulant v takratni stavbi D Onkološkega inštituta.

Od leta 1996 je zaposlena na Zdravstveni fakulteti (ZF) Univerze v Ljubljani na Oddelku za zdravstveno nego, kjer je ves čas strokovno napredovala.

Od leta 2011 je vodja Katedre za zdravstveno vzgojo, od decembra 2012 pa tudi vodja študijskega programa Zdravstvena nega 1. stopnja. Sodeluje pri prenovi študijskega programa na dodiplomski ravni, s skupino sodelavk pa je v preteklih letih pripravljala tudi programe specializacij. Od leta 2012 je članica Študijske komisije Zdravstvene fakultete.

Kot predavateljica je nosilka več predmetov in v predavanjih združuje svoja znanja nutricionistike, sociologije, pedagogike, psihoterapevtskih pristopov in zdravstvene nege. Vodi tudi vaje in prakso.

Strokovno se izpopolnjuje na najrazličnejših področjih

in je velika zagovornica interdisciplinarnosti, kar izkazuje tudi s svojimi tako različnimi področji formalne izobrazbe.

Ob dnevu Univerze v Ljubljani je po sklepu Študentskega sveta Zdravstvene fakultete 5. decembra 2012 prejela diplomu za najboljšo pedagoginjo.

Bila je članica raziskovalne skupine ZF v okviru tri-letnega aplikativnega znanstvenega projekta Javne agencije za raziskovalno dejavnost Republike Slovenije (ARRS) Aktivno in zdravo staranje, ki se je zaključil leta 2011.

Do sedaj je bila mentorica več kot 130. diplomantom zdravstvene nege in babištva, pri tem je od leta 2004 do leta 2012 že šest njenih diplomantov prejelo študentsko Prešernovo nagrado Zdravstvene fakultete Univerze v Ljubljani. V obdobju 2006–2008 je bila glavna urednica strokovne revije Dietetikus, od leta 2009 pa je pomočnica glavne urednice.

Kot vabljen predavateljica pogosto sodeluje na znanstvenih in strokovnih srečanjih različnih področij. Svoje znanstveno-raziskovalno področje motnje hranjenja pogosto predstavlja po osnovnih in srednjih šolah, na konferencah doma in v tujini ter v okviru vladnih in nevladnih organizacij.

Kot dolgoletna članice aktivno sodeluje in se povezuje z Zbornico zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezo strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije, še posebej z Društvom medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana, kjer v zadnjih treh letih izvaja izobraževanja in klinične večere za zdrav življenjski slog. Že vrsto let sodeluje tudi z različnimi strokovnimi sekcijami medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov kot vabljen predavateljica. Kot vodja študijskega programa Zdravstvena nega se povezuje tudi z Univerzitetnim kliničnim centrom Ljubljana kot najpomembnejšo učno bazo in partnerjem pri izvajanju klinične prakse za študente zdravstvene nege in babištva na Zdravstveni fakulteti v Ljubljani.

Je recenzentka v strokovno-znanstveni reviji Obzornik zdravstvene nege in občasno tudi v drugih strokovnih revijah.

Je avtorica številnih člankov s področja prehrane, prehranjenosti, dietetike, motenj hranjenja, ki jih objavlja v domačih in tujih strokovnih in znanstvenih revijah. V zadnjem času pa se posveča prehrani bolnikov s Parkinsonovo boleznijo in multiplo sklerozo in aktivno sodeluje v obeh združenjih omenjenih bolnikov.



JOŽICA PETERKA

**Predlagatelj:** Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji

Jožica Peterka se je po končani gimnaziji vpisala na takratno Višjo šolo za zdravstvene delavce v Ljubljani, Oddelek za medicinske sestre, kjer je leta 1980 diplomirala. Po končanem študiju se je zaposlila na Pediatrični kliniki UKC v Ljubljani, kjer je bila zaposlena do leta 2005. Tam je opravljala različno delo na oddelkih, kasneje kot vodja mlečne kuhinje, glavna medicinska sestra na oddelku Službe za otroško psihiatrijo, bila je namestnica glavne medicinske sestre Pediatrične klinike. Delo v Pediatrični kliniki je zaključila kot glavna medicinska sestra Pediatrične klinike.

Leta 2005 je uspešno kandidirala za mesto pomočnice strokovnega direktorja za zdravstveno nego Psihiatrične klinike v Ljubljani, ki ga še danes uspešno in z veseljem opravlja.

Vsa ta leta njeno poklicno pot označuje stalno izobraževanje. Najprej je nadaljevala s podiplomskim študijem na Medicinski fakulteti, Oddelku za podiplomski študij pedopsihiatrije. Univerzitetni študij je končala 1997 na Pedagoški fakulteti, Oddelku za socialno pedagogiko. Akademski naziv si je pridobila na Univerzi v Ljubljani leta 2003 na Fakulteti za družbene vede – Sociologija, smer socialno delo v skupnosti. Naslov magistrskega dela je Družbena konstrukcija motenj hranjenja. Trenutno zaključuje doktorski študij na Fakulteti za upravo Univerze v Ljubljani.

Kot glavna medicinska sestra Službe za otroško psihiatrijo v Pediatrični kliniki je bila nosilka uveljavitve zdravstvene nege na področju otroške psihiatrije. Še posebej je zaslužna za področje motenj hranjenja, saj je s svojim strokovnim znanjem in osebnostnimi lastnostmi vzpostavila pristen kontakt s pacientkami, ki so ji zaupale in sledile njenim navodilom. Skrbela je, da je bil oddelek drugi dom bolnim otrokom v času hospitalizacije. Sodelovala je v vseh aktivnostih Pediatrične klinike in zaradi strokovnega znanja in osebnostnih lastnosti je bila imenovana za glavno medicinsko sestro Pediatrične klinike. Na Psihiatrični kliniki pa je v tem času njeno delo temeljilo na razvoju stroke, razvoju spremljanja in zagotavljanja kakovosti in varnosti pri obravnavi pacienta z duševno motnjo in obvladovanju racionalizacijskih ukrepov v zdravstveni negi.

Zelo pomemben je njen prispevek v racionalizaciji službe zdravstvene nege in oskrbe na Psihiatrični kliniki Ljubljana. Kljub zaostrenim družbenim razmeram, večjim strokovnim in zakonskim zahtevam ji je uspelo ohraniti kakovost in varnost zdravstvene nege na Psihiatrični

kliniki Ljubljana na visoki ravni. Tako kot se sama skozi vso delovno dobo izobražuje, vidi potrebo po stalnem izobraževanju medicinskih sester na različnih nivojih in ga tudi spodbuja. Sodelovala je in še vedno sodeluje v različnih aktivnostih, povezanih s civilno družbo in še posebej aktivna je v Združenju za pravice bolnih otrok, kjer je članica IO in ob poznavanju problematike zdravstvenega varstva otrok in mladostnikov prispeva pomemben delež v prizadevanjih za izboljšanje zdravstvenega varstva otrok in mladostnikov. Pod njenim vodstvom redno skrbijo za razvoj kazalnikov kakovosti zdravstvene nege, razvoj stroke, usmeritev Zbornice – Zveze in Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno nego.

Vedno je bila aktivna v akcijah za izboljšanje zdravstvenega stanja prebivalstva, še posebej se je angažirala v prizadevanjih za izgradnjo nove Pediatrične klinike. Prispevek k humanizaciji odnosa med uporabniki in izvajalci dokazuje njeno aktivno delovanje pri pravicah otrok in varovanju pravic pacientov z duševno motnjo.

Vsa leta je članica Zbornice – Zveze in njenih strokovnih teles: članica razširjenega strokovnega kolegija zdravstvene nege psihiatričnih bolnišnic do leta 2003, članica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v psihiatriji in njenega Izvršnega odbora, članica Izvršnega odbora Sekcije medicinskih sester v vzgoji in izobraževanju, vodja Stalne delovne skupine glavnih medicinskih sester v psihiatrični zdravstveni negi Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov. Pri Razširjenem strokovnem kolegiju je članica Stalne delovne skupine glavnih medicinskih sester slovenskih bolnišnic, kjer je podpredsednica.

Svoj prispevek daje tako v aktivnem delovanju v strokovnih telesih Zbornice – Zveze, kot tudi prenosu vseh usmeritev Zbornice – Zveze v klinično okolje. V PK Ljubljana je članica Komisije za etična vprašanja. Poleg tega pa je tudi članica Društva slovenske akademije za management

Iz njene bibliografije je razvidno, da ima objavljene tako izvirne kot pregledne znanstvene članke. Sodelovala je z vrsto prispevkov na znanstvenih konferencah, tudi kot vabljen predavateljica. Pomembno publicistično delo je v njenem urednikovanju zbornikov kot tudi sodelovanju pri drugih raziskovalnih projektih in poročilih.



## VIŠ. PREDAV. DR. JADRANKA STRIČEVIĆ

**Predlagateljji:** Dekanica FZV UM, doc. dr. Majda Pajnkihar, prodekanica za izobraževalno dejavnost FZV UM, viš. predav. mag. Milica Lahe, predstojnica Katedre za zdravstveno nego FZV UM, viš. predav. mag. Vida Gönc

Po končani Srednji zdravstveni šoli v Murski Soboti je prve strokovne izkušnje pridobivala v tujini. 1975. leta je zaključila Višjo medicinsko šolo v Zagrebu. Delovne izkušnje si je nabirala na Travmatološki kiniki v Zagrebu (1975-1977) in v Domu zdravlja – Centar, Zagreb (1977 – 1978). Leta 1978 se je zaposlila v Vojaški bolnišnici Zagreb, ki se je kasneje preimenovala v Kliničko bolnico Dubrava, kjer je bila zaposlena do leta 1996. Najprej je delala kot višja medicinska sestra, po končanem univerzitetnem študiju leta 1986 na Fakulteti za organizacijske vede Univerze v Mariboru pa kot glavna medicinska sestra omenjene klinike.

Leta 1997 jo je pot prinesla nazaj v Slovenijo, kjer se je zaposlila na Kirurškem oddelku Splošne bolnišnice dr. Jožeta Potrča Ptuj. Istega leta se je zaposlila na Univerzi v Mariboru na Visoki zdravstveni šoli kot strokovna sodelavka za predmetno področje Zdravstvena nega, napredovala v naziv predavateljica in nato višja predavateljica, sedaj pa je v postopku za izvolitev v naziv docentka za predmetno področje Zdravstvo. Leta 2004 je na Fakulteti za organizacijske vede Univerze v Mariboru zagovarjala magistririj znanosti s področja Splošnega kadrovskega managementa. Na isti fakulteti je leta 2010 zagovarjala tudi doktorat znanosti s področja Management delovnih procesov.

V času zaposlitve na Hrvaškem in nato v Sloveniji se je kot kirurška medicinska sestra zaradi zahtevnosti dela v praksi kontinuirano izobraževala ter pridobivala široka znanja. Od leta 1997, ko se je zaposlila na Fakulteti za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, se je kontinuirano izobraževala s področja pediatrične zdravstvene nege ter pridobila dodatna znanja s področja informatike in raziskovanja v zdravstveni negi, visokošolske didaktike, andragoškega pristopa pri delu s študenti ter ergonomije.

S svojim delom je v celoti predana zdravstveni negi in njenemu napredku ter prepoznavnosti v zdravstvenem sistemu, aktivno sledi razvoju in uvaja novosti na svojem področju.

V pedagoškem delu je cenjena kot odlična visokošolska učiteljica, ima čut za enakopravnost ter profesionalen in pošten odnos do študentov kakor tudi do sodelavcev.

Jadranka Stričević, kot nosilka predmeta in sodelujoča pri izvedbi ostalih učnih enot na dodiplomskem

študijskem programu Zdravstvena nega 1. stopnja ter kot koordinatorka kliničnega usposabljanja na pediatričnem področju vsakodnevno prispeva k humanizaciji odnosov med študenti, člani zdravstvenega in negovalnega tima ter pacienti. Pri svojem delu si prizadeva za dobre in prijazne medosebne odnose, je cenjena strokovnjakinja doma in v tujini, je oseba, ki prisluhne in nesebično pomaga drugim.

Je aktivna članica Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov (DMSBZT) Maribor v komisiji za priznanja, v arhivski skupini za zgodovino zdravstvene nege ter soustanoviteljica knjižnice v DMSBZT, članica Društva za visokošolsko didaktiko, članica Društva medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Hrvaške – HUMS, članica International Organization of Migration-IOM, Švica ter članica mednarodne raziskovalne skupine Udine -C.

V letu 2012 je prejela srebrni znak DMSBZT Maribor za svoje dolgoletno delo na področju zdravstvene nege. Vse pridobljene dolgoletne izkušnje in znanja prenaša na študente in člane negovalnih timov v praksi.

S širokim strokovnim znanjem deluje tudi zdravstveno - vzgojno tako pri študentih in sodelavcih, kakor tudi pri pacientih in njihovih svojcih v Univerzitetnem kliničnem centru Maribor, kjer koordinira klinično usposabljanje. Kot prostovoljka je vključena v Zvezo prijateljev mladine, kjer pomaga otrokom in mladostnikom.

Njeno znanstveno raziskovalno delo je razvidno iz osebne bibliografije COBISS, ki vsebuje tri izvirne znanstvene članke iz raziskovalnega področja zdravstvene nege, od tega sta dva objavljena v revijah s faktorjem vpliva (JCR) ter poglavje v znanstveni monografiji. Znanstveno raziskovalno dejavnost izkazuje tudi s številnimi objavljenimi aktivnimi znanstveni prispevki na konferencah doma in v tujini. Bogate izkušnje ima tudi kot mentorica in somentorica študentom na dodiplomskem in podiplomskem študiju pri raziskovalnih diplomskih in specialističnih delih. Njena osebna bibliografija obsega 240 bibliografskih enot.

Jadranko Stričević odlikujejo izjemne osebnostne, pedagoške in raziskovalne lastnosti, ki jih izžareva ob vsakem koraku. S svojo preprostostjo, pozornostjo, prijaznostjo, srčnostjo in optimizmom zna prisluhniti in pomagati. V njenem delovanju so v ospredju strokovnost in neizmeren čut za sočloveka. Vse svoje znanje, izkušnje in lastnosti aktivno prenaša na mlade, predvsem študente zdravstvene nege ter tako prispeva k razvoju stroke zdravstvene nege.



## DRAGA ŠTROMAJER

**Predlagatelj:** Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci

Draga Štromajer se je po maturi na Kranjski gimnaziji vpisala na Višjo šolo za zdravstvene delavce v Ljubljani, kjer je leta 1982 diplomirala in si pridobila poklic višje medicinske sestre. Zaposlila se je v Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana na Travmatološki kliniki v urgenci. Vrsto let je vodila področje zdravstvene nege in organizacijo same enote v okviru matične klinike. Želja po nadgradnji pridobljenega znanja jo je spodbudila, da se je leta 1998 vpisala v 3. letnik Visoke šole za zdravstvo v Ljubljani in si pridobila strokovni naziv diplomirana medicinska sestra. Sodelavce je spodbujala h kakovostnemu medsebojnemu sodelovanju in dobri odnosom v delovnem okolju. Njeno obsežno strokovno znanje, zavzetost, organizacijske sposobnosti in bogate delovne izkušnje so prepoznali tudi vodilni v UKC Ljubljana in leta 2005 je sprejela nov delovni izziv kot glavna medicinska sestra Kliničnega oddelka za maksilofacialno in oralno kirurgijo.

Urgentna zdravstvena dejavnost in področje urgentne kirurške oskrbe pacientov ji je ves čas predstavljalo strokovni izziv. Zavedala se je, da je to mlado področje pomembno za prihodnost in da je na tem področju potrebno povezati različne strokovnjake iz cele Slovenije. Bila je ena od ustanovnih članic Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci, ki je bila ustanovljena leta 1995 v okviru Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije. Vse od ustanovitve strokovne sekcije je znotraj sekcije vodila travmatološko oziroma kirurško strokovno skupino. Leta 2003 je bila izvoljena za predsednico Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci. V svojem uspešnem štiriletнем mandatu se je trudila in zavzemala za kakovostno in organizacijsko učinkovito delo ter širšo prepoznavnost stroke urgentne zdravstvene nege kot tudi same strokovne sekcije. S svojim delovanjem je prispevala k izboljšanju kakovosti, varnosti in učinkovitosti zdravstvene obravnave urgentnih pacientov. S konstruktivnim kritičnim odnosom, preudarnostjo in profesionalnostjo je vzor sodelavcem tako v Sekciji kot na delovnem mestu in širše.

Draga Štromajer že več kot dvajset let sodeluje na številnih izobraževanjih, učnih delavnicah in mednarodnih srečanjih kot predavateljica, slušateljica in pogosto kot članica programskega ali organizacijskega odbora srečanja. Njena bibliografija strokovnih člankov je obsežna in zajema široko vsebinsko področje. V zadnjih

15 letih je bila v okviru strokovne sekcije, drugih različnih strokovnih združenj oziroma v okviru kliničnega oddelka, kjer je zaposlena, večkrat urednica oz. sourednica izdanih strokovnih zbornikov s področja zdravstvene nege. Aktivno se vključuje v različne raziskovalne naloge predvsem na področju urgentne zdravstvene nege in zdravstvene nege maksilofacialnega in oralno kirurškega pacienta. S kolegicami iz različnih urgentnih oddelkov je sodelovala pri nastajanju enega prvih dokumentov zdravstvene nege o sprejemu pacientov v urgentno obravnavo.

V okviru Kliničnega oddelka je organizirala štiri samostojne strokovne seminarje s področja zdravstvene nege maksilofacialnega in oralno kirurškega pacienta za medicinske sestre in zdravstvene tehnike iz vseh slovenskih zdravstvenih institucij.

Širše družbeno je aktivna pri Rdečem križu Slovenije, kjer je inštruktorica znanj iz prve pomoči.

V okviru strokovne sekcije je sodelovala pri dveh večjih raziskavah s področja urgentne obravnave pacientov in zaposlenih na teh oddelkih (Etične dileme pri izvajanju zdravstvene nege življenjsko ogroženega pacienta, Triaža v ambulantah nujne medicinske pomoči oz. na urgentnih hospitalnih oddelkih v Sloveniji). Aktivno se vključuje v delo Zbornice – Zveze, kjer je bila izvoljena članica v Nadzornem odboru od leta 2009 - 2013. Opravila je več strokovnih nadzorov s svetovanjem za področje zdravstvene nege v raznih zdravstvenih ustanovah v Sloveniji, za kar jo je pooblastilo vodstvo Zbornice – Zveze preko javnih pooblastil.

Vključuje se v različne projekte; tako je med drugim sodelovala pri nastajanju Kataloga standardov strokovnih znanj in spretnosti za ortopedske tehnologe in ima velike zasluge, da so nekdanji mavčarji leta 2005 pridobili Nacionalno poklicno kvalifikacijo za ortopedskega tehnologa. Bila je ena od pobudnic in zagnanih motivatorok pri uspešni pripravi organizaciji 1. in 2. kongresa Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci leta 2007 in 2011.

Draga Štromajer se zavzema za visoko strokovno zdravstveno nego in za krepitev ugleda lika medicinske sestre oz. zdravstvenega tehnika v družbi nasploh. Zato ima do sebe kot medicinske sestre in kot človeka zelo visoke strokovne in človeške zahteve.



## MATEJA TOMAŽIN ŠPORAR

**Predlagatelj:** Izvršni odbor strokovne Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji

Mateja Tomažin je leta 1989 zaključila šolanje na Srednji zdravstveni šoli in Ljubljani in leta 1992 študij na tedanji Višji zdravstveni šoli v Ljubljani ter postala višja medicinska sestra. V istem letu se je zaposlila v UKC Ljubljana, kjer je začela z delom na nefrološkem oddelku oz. v nefrološki ambulanti. Nato je sprejela povabilo in odšla v Ambulanto za sladkorne bolnike na Polikliniki. Opravlja delo medicinske sestre – edukatorice, ki je v večini usposabljanje – učenje bolnikov s sladkorno boleznijo za življenje. Mateja vedno rada reče, da je to delo, ki ga opravlja s takim veseljem, da če bi se ponovno odločila za delo, bi izbrala enako.

Na dolgoletnem strokovnem področju je bila mentorica študentkam Visoke šole za zdravstvene delavce. Skupaj s kolegicami je na Kliničnem oddelku za endokrinologijo, diabetes in presnovne bolezni Interne klinike UKCL soustvarjala razvoj edukacije bolnikov s sladkorno boleznijo od začetkov do današnjih dni. Je soorganizatorica in mentorica podiplomskih izobraževanj medicinskih sester v diabetologiji v Sloveniji od leta 1993, ki potekajo v okviru UKC Ljubljane, Kliničnega oddelka za endokrinologijo, diabetes in presnovne motnje. To izobraževanje je osnovno za vse novo delujoče medicinske sestre – edukatorice, ki delajo s sladkornimi bolniki.

Vse od leta 2001 je predsednica strokovne sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji. V svojem dolgoletnem delovanju v okviru Strokovne sekcije je sodelovala pri mnogih projektih, ki so pripomogli k boljšemu razvoju stroke.

V svoji dolgoletni karieri je napisala mnogo člankov za zbornike predavanj v okviru strokovne sekcije za diabetologijo ter ostalih. V zadnjih letih sta izšla dva priročnika namenjena izobraževanju zdravstvenih delavcev, ki se posredno ali neposredno soočajo z bolniki s sladkorno boleznijo, pri obeh je sodelovala kot soavtorica. Bila je urednica in strokovna recenzentka mnogim zbornikom in priročnikom.

Na mednarodnem področju je bila pet let članica izvršnega odbora Evropskega združenja za zdravstveno nego bolnikov s sladkorno boleznijo (FEND). Bila je članica DESG-a Diabetes education group (mednarodna edukacijska skupina). Opravila je dodatno podiplomsko izobraževanje za diabetes v Steno Diabetes centru v Kopenhagenu na Danskem.

Sodelovala je pri soustvarjanju in dve leti delala pri novi dejavnosti Funkcionalni insulinski terpiji (Fit) na Diabetološkem oddelku v UKC Ljubljani.

Je sovoditeljica in članica skupine za edukacijo v okviru Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji, ki je leta 2012 izdala dokument nacionalnega pomena: Kurikulum za oskrbo odraslih oseb s sladkorno boleznijo. V tem dokumentu so zbrane učne ure in učni načrti, ki so potrebni za ustrezno učenje bolnikov s sladkorno boleznijo namenjeno medicinskim sestram – edukatoricam. Kurikulum je tudi del Nacionalnega programa za bolnike s sladkorno boleznijo.

Od leta 1994 je soorganizatorica in sovoditeljica Funkcionalnega izobraževanja Sladkorna bolezen; le-to je postalo bazično osnovno izobraževanje za delo s sladkornimi bolniki.

Od leta 1994 sodeluje pri izobraževanjih zdravnikov družinske medicine s predavanji in delavnicami. Zadnji dve leti je v okviru Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije aktivno sodelovala pri ustvarjanju diabetes modula v okviru referenčnih ambulant, ki so pozitivna novost v slovenskem zdravstvu. Je sovoditeljica, organizatorica, predavateljica diabetološkega modula v okviru referenčnih ambulant. Je članica koordinacijske skupine za pripravo Nacionalnega programa 2010-2020 pri Ministrstvu za zdravje v okviru Nacionalnega programa za bolnike s sladkorno boleznijo.

Mateja Tomažin Šporar je oseba, ki je odprta za novosti. Člane strokovne sekcije in ostale sodelavce v zdravstveni negi spodbuja k razvoju in raziskovanju. S svojim delovanjem je v slovenskem prostoru veliko pripomogla k prepoznavnosti vloge medicinske sestre pri zdravljenju pacientov s sladkorno boleznijo. Zaradi posluha in premišljenosti je uspešna v sodelovanju z ostalimi člani zdravstvenega tima.



SONJA TRAFELA

**Predlagatelj:** Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v anesteziologiji, intenzivni terapiji in transfuziologiji

Sonja Trafela se je po končani gimnaziji Koper vpisala na Višjo šolo za zdravstvene delavce – smer Zdravstvena nega v Ljubljani in jo uspešno zaključila leta 1981. Ker je njen cilj vseživljenjsko izobraževanje, se je ob uvedbi visokošolskega študija vpisala na Visoko šolo za zdravstvo v Mariboru in 2004 pridobila naziv diplomirana medicinska sestra. Z možnostjo magistrskega študija se je odločila za nadaljevanje izobraževanje na Visoki šoli za zdravstvo Univerze na Primorskem.

Njena poklicna kariera je zelo razgibana. Z izobraževanjem in vztrajnim delom je napredovala do mesta vodilne medicinske sestre Odseka za anestezijo in reanimacijo na Kirurškem oddelku Splošne bolnišnice Izola. Na delovnem mestu ni samo vodja, koordinatorica in organizatorica, ampak tudi dela na delovišču ter je mentorica novo zaposlenim v zdravstveni negi.

Sonja Trafela se zavzema za kakovostno obravnavo pacienta. Svoja podana znanja preverja preko pisnih in praktičnih izpitov udeležencev tečaja temeljnih postopkov oživljanja. Kot mentorica novo zaposlenih kontinuirano spremlja in izobražuje zaposlene.

Poleg aktivnega dela na področju stroke v okviru strokovne sekcije, mednarodnega združenja in delovne organizacije je bila tudi dva mandata (osem let) konstruktivna članica Republiškega odbora Sindikata zdravstvene nege Slovenije in tudi vodja tega sindikata na obalno kraški regiji.

Dokazuje, da je trend vseživljenjskega izobraževanja medicinskih sester ključen pri pridobivanju vrednosti zdravstvene nege, zato sodeluje v SB Izola v skupini za izobraževanje kot predlagateljica, organizatorica in izvajalka. Organizira program strokovnega izpopolnjevanja na področji temeljnih postopkov oživljanja. Deluje v skupini za pripravo strokovnih smernic in standardov za področje anestezije in reanimacije. Je članica razširjenega kolegija zdravstvene nege v tem zavodu. Organizira, načrtuje, nadzira in vrednoti izvajanje procesa zdravstvene nege na odseku za anestezijo in reanimacijo z upoštevanje etičnih načel.

Sonja Trafela je zagovornica pacientovih pravic in humanega odnosa do uporabnikov zdravstvenih storitev. Zaveda se trenda, da je medicinska sestra pacientova advokatinja. Pri njenem delu jo vodijo najvišje vrednote: sodelovanje, nepristranskost, natančnost, kritičnost, iznajdljivost, organiziranost in doslednost v izpolnjevanju delovnih nalog. Njen življenjski slogan je: Vse za življenje.

Delovanje in njene aktivnosti nam potrjuje dejstvo, da je Sonja Trafela dejavna na področjih varovanja in ohranjanja življenja, kar kaže na njeno široko strokovno znanje in nenehno izobraževanje sebe in drugih. Po zaslugi njene koordinacije in doslednega nadzora potekajo reanimacijske aktivnosti v SB Izola po zahtevanih strokovnih smernicah. Njena zavzetost za učenje je usposobila na desetine zaposlenih v zdravstveni negi, da znajo pravilno in pravočasno delovati v kritičnem trenutku, ko gre za življenje ali smrt.

Aktivno sodeluje v delovni skupini za področje anestezije in je članica izvršilnega odbora v Strokovni sekciji medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v anesteziologiji, intenzivni terapiji in transfuziologiji.

Kot osnovnošolka je bila vključena v tabornike. Že kot študentka je v organizaciji prevzela nalogo nudenja osnovne zdravstvene pomoči in zdravstveno vzgojno delo. Bodoče voznike je poučevala prvo pomoč in temeljne postopke oživljanja. Z njenim kakovostnim izobraževanjem so se mnoge generacije naučile oživljati ter s tem znanjem rešile veliko življenj.

Predana je poklicu medicinske sestre in nenehno si prizadeva za dvig kakovosti zdravstvene nege na področju anestezije in reanimacije in aktivno prispeva k izboljšanju zdravstvene nege, h kakovosti preživetja ter zdravstvenega varstva. Sonja Trafela je oseba, na katero se vedno lahko zanesemo, saj je kljub dolgoletnim izkušnjam vedno znova pripravljena dajati in sprejemati.



**VANJA VILAR**

**Predlagatelj:** Sekcija medicinskih sester v enterostomalni terapiji

Vanja Vilar na Šoli za medicinske sestre Ljubljana – oddelek za ambulantno-bolnišnično smer maturirala leta 1977, na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani pa diplomirala leta 1980. Istega leta se je zaposlila na Travmatološki kliniki v UKC Ljubljana (UKCL). Predana delu in pacientom je svoje delo prva štiri leta opravljala kot timska medicinska sestra, leta 1984 pa se je na Travmatološki kliniki odprla nova enota intenzivne nege, kjer je prevzela mesto nadzorne medicinske sestre. To delo je opravljala vse do leta 1997.

Aktivno je sodelovala pri ustvarjanju prvih standardov zdravstvene nege v UKC Ljubljana.

V vseh letih opravljanja dela na Travmatološki kliniki je poseben izziv videla predvsem pri delu s pacienti z različnimi ranami. Svoje znanje je nadgradila v Šoli enterostomalne terapije pod okriljem WCET, ki je mednarodna priznana šola in jo zaključila leta 1998. V tej službi je videla nov izziv in možnost, da svoje znanje prenese na vse zaposlene v UKCL. Aktivno je izvajala učne delavnice na področju preprečevanja razjede zaradi pritiska (RZP) ter oralna ledino v zdravstveni negi in oskrbi pacientov s kroničnimi ranami s sodobnimi oblogami. Pacientom, ki so med operativnim zdravljenjem pridobili izločalno stomo, pa je vlivala novo upanje ter jih pripravljala na novo življenje s stomo. Leta 1997 so v UKCL skupaj z gospo Nevo Gavrilov, gospo Dragico Tomc Šalamun in glavno medicinsko sestro UKC Ljubljana gospo Polono Zupančič ustanovile Svetovalno službo zdravstvene nege. Omenjena služba je bila ustanovljena z namenom izboljševanja kakovosti zdravstvene nege na področju oskrbe pacientov s stomami, kroničnimi ranami in fistulami ter inkontinenco.

Želja po novem znanju jo je leta 2001 odpeljala iz UKC Ljubljana, preizkusila se je na področju socialnega varstva ter formalnega izobraževanja, vendar jo je želja po kliničnem delu pripeljala nazaj v UKCL. Ob delu se je formalno izobraževala na Fakulteti za management v Kopru, kjer je leta 2006 diplomirala.

Od leta 2008 je vodja Svetovalne službe zdravstven nege v UKCL, kjer uvaja standarde kakovosti, izboljšuje pogoje in strokovnost dela v zdravstveni negi, vodi mentorstvo študentom in diplomiranim medicinskim sestram, ki so na uvajanju v UKCL, vodi izobraževanje za vse zaposlene v zavodu na področju zdravstvene obravnave pacientov z akutnimi in kroničnimi ranami ter preprečevanjem razjede zaradi pritiska.

Ves čas je aktivna na različnih področjih. Deluje v up-

ravnem odboru Sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji, je ustanoviteljica in gonilna sila Društva za oskrbo ran Slovenija (DORS), od leta 2007 pa do 2011 pa je bila tudi predsednica omenjenega društva. Vseskozi se je aktivno vključevala v izobraževanje in raziskovanje o kroničnih ranah. Bila je nosilka mednarodne raziskave Razjede na nogah pod okriljem DORS in Evropskega združenja za oskrbo ran (EWMA), urednica številnih strokovnih zbornikov in avtorica mnogih strokovnih člankov. Aktivno je sodelovala v nacionalni raziskavi o kakovosti življenja stomistov in pri pripravi svetovnega kongresa enterostomalne terapije leta 2008 v Ljubljani. Aktivna je tudi v prizadevanju za ustanovitev specializacij v zdravstveni negi in bila je tudi vodja Delovne skupine za specializacije v zdravstveni negi pri Zbornici – Zvezi od ustanovitve skupine junija 2009 do konca leta 2012. Leta 2012 se je habilitirala na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani za predavateljico. Vanja Vilar je mentorica študentom pri kliničnih vajah za področje zdravstvene nege pacientov z akutnimi in kroničnimi ranami, kakor tudi somentorica mnogim diplomskim nalogam študentov zdravstvene nege.

Sodelovala je pri ustanovitvi Posvetovalnice za paciente s stomo v UKCL.

Bila je recenzentka publikacije za paciente s stomo in zdravstvene delavce, ki je izšla v okviru strokovne Sekcije medicinskih sester v enterostomalni terapiji, nastale na podlagi nacionalne raziskave.

Vanja Vilar je predana delu in poklicu medicinske sestre, nikoli ne odreče pomoči sodelavcem in je vodja, ki motivira timsko delo.



## SILVA VUGA

### Nagrada Zbornice – Zveze za življenjsko delo

#### Predlagatelji:

- Darinka Klemenc, predsednica Zbornice – Zveze
- Upravni odbor Zbornice – Zveze
- Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor

Gospa **Silva Vuga** se je po maturi na gimnaziji v Mariboru vpisala na Višjo šolo za medicinske sestre v Ljubljani. Po končanem študiju se je leta 1958 zaposlila v Zdravstvenem domu Šentilj v Slovenskih Goricah kot terenska patronažna medicinska sestra – kot pravi sama: *»idealistka z motom, da želim spoznati prav vse družine na terenu, ki sem mu bila dodeljena in kjer me potrebujejo«*. Tu je bila v desetih letih delovanja vključena v patronažno dejavnost, splošno ambulanto, štiri posvetovalnice za otroke, dve posvetovalnici za žene, protituberkulozni dispanzer, organizirano zdravstveno vzgojno delo s predavanji po šolah in krajevnih skupnostih in sama je izvajala vsa cepljenja šolskih otrok. Na teren je hodila ob vsaki uri dneva, tudi zvečer in v nedeljo, če je bilo potrebno. Ko so Zdravstveni dom Šentilj integrirali v Zdravstveni dom Maribor in je postal Zdravstvena postaja, je prevzela naloge glavne medicinske sestre. Povezovala se je s krajevnimi skupnostmi, Rdečim križem, Komisijo za zdravstvena in socialna vprašanja pri SZDL in šolami ter s tem prispevala k ustanovitvi prvega otroškega vrtca.

Prav tako je takoj, ko se je zaposlila, začela sodelovati v Društvu medicinskih sester Maribor, kjer se je že po nekaj letih vključila v odbor in kjer aktivno sodeluje še danes. Tudi s publicističnim delom je pričela že v tem obdobju.

Ko je bila premeščena na sedež Zdravstvenega doma Maribor, je leta 1968 prevzela vodenje patronažne službe. V 25 letih je prispevala k intenzivnemu razvoju patronažnega varstva – v organizacijo patronažnega varstva so bile postopoma vključene: vse zdravstveno socialne patronaže na območju, dejavnost patronaže v obratnih ambulantah, zdravstvena nega bolnika na domu, služba pomoči pri negi bolnika na domu in babiška dejavnost. Služba se je razvila v podsistem varstva v sistemu primarnega zdravstvenega varstva. Pod vodstvom gospe Silve Vuga so intenzivno vlagali v strokovni in materialni napredek: se izobraževali, nabavljali terenska vozila, povečali število strokovnih izpopolnjevanj, vključili so obvezno prakticiranje na bolnišničnih oddelkih, gradili kakovost dela in drugo. Leta 1981 so se organizirali v TOZD Patronažno varstvo. Število kadra se je povečalo na 135 in je pokrivalo območje z 233.000 prebivalci. Delovali so po sodobnih metodah dela:



celostna individualna obravnava, dispanzerska metoda dela, timska metoda dela, metoda problemskega reševanja in multidisciplinarne povezanosti.

Intenzivno je sodelovala tudi z Zvezo društev medicinskih sester Slovenije – tudi pri skrbi za uresničitev možnosti nadaljnjega študija medicinskih sester. Ko se je leta 1975 ta možnost uresničila, je bila vpisana med prvimi. Leta 1979 je diplomirala na Visoki šoli za organizacijo dela Kranj pri Univerzi v Mariboru.

V obdobju 1980 do 1990 je delovala v Zvezi zdravstvenih delovnih organizacij RS. Nekaj časa je bila vodja delovne skupine Saveza zdravstvenih radnih organizacija Jugoslavije za področje zdravljenja in zdravstvene nege bolnika na domu.

Patronažno varstvo Maribor je bilo tudi učna baza Višje šole za zdravstvene delavce v Ljubljani. Tu je bila gospa Silva Vuga leta 1982, in ponovno leta 1986, habilitirana kot višja predavateljica za predmet patronaža. Vključena je bila v priprave za specializacijski študijski program iz patronaže ter v pripravo fakultetnega izobraževalnega programa zdravstvene vzgoje. Dolga leta je sodelovala v svetu PIS- za vzgojo in izobraževanje RS pri izdelavi programov usmerjenega izobraževanja za področje zdravstvene nege.

Ko je dobila gospa Majda Šlajmer Japelj pri Svetovni zdravstveni organizaciji nalogo, da razvije sodelovanje s kolaborativnimi centri WHO v Evropi, je na območju Jugoslavije TOZD Patronažno varstvo (PV) Maribor edini izpolnjeval pogoje, da je v svojo organizacijo lahko vključil sedež bodočega Kolaborativnega centra za primarno zdravstveno nego SZO in je bil izbran za sodelovanje v vseevropski znanstveno raziskovalni študiji zdravstvene nege. TOZD PV je bil edinstven primer tovrstne organiziranosti na področju zdravstvene nege v Jugoslaviji. Tako je od leta 1983 do leta 1991 v organizaciji TOZD Patronažno varstvo, pozneje pa na nivoju vodstva ZD Maribor, deloval Kolaborativni center WHO za primarno zdravstveno nego, katerega pomemben dosežek je sodobna metoda dela proces zdravstvene nege, ki so jo najprej prenesli v prakso patronažnega varstva.

Gospa Silva Vuga je s pomočjo patronažnih medicinskih sester napisala priročnik Proces zdravstvene nege v patronažnem varstvu, ki je izšel leta 1988 in je bil preveden tudi v angleščino. S svojim delom je veliko prispevala tudi k organizaciji prve konference Svetovne mreže kolaborativnih centrov WHO, ki je bila istega leta v Mariboru. Udeleženci konference so mariborski model patronažnega varstva ponesli na vse konce sveta.

Sodelovala je pri prizadevanjih za ustanovitev Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno nego pri Ministrstvu za zdravstvo leta 1989, kjer je prevzela vodenje Komisije za zdravstveno nego na izven bolnišničnem področju. Vključila se je tudi v projekt Razmejitev zdravstvene nege ter v projekt Vizija in strategija zdravstvene nege.

Gospa Silva Vuga je bila do leta 1994, ko se je upokojila, ves čas zaposlena v Zdravstvenem domu dr. Adolfa Drolca Maribor, kjer se je v celoti posvetila področju primarnega zdravstvenega varstva in kjer je njen osebni prispevek neprecenljiv.

Po letu 1994 se je vključila v kolektiv Višje zdravstvene šole v Mariboru in je z nalogami prodekanice za izobraževanje in predstojnice katedre za zdravstveno nego sodelovala pri graditvi temeljev izobraževalnega procesa Visoke zdravstvene šole. V tem letu je bila trajno habilitirana za etiko in filozofijo zdravstvene nege. S svojim aktivnim delom na šoli je zaključila leta 1997.

Gospa Silva Vuga je od leta 2006 častna članica Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor, leta 2010 je prejela priznanje kot zaslužna članica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v patronažni dejavnosti, od leta 2008 je članica etične komisije Fakultete za zdravstvene vede Maribor, prav tako je članica Delovne skupine za zgodovino zdravstvene nege pri Zbornici – Zvezi.

Za svoje delo je dobila več priznanj:

- Zlati znak Zbornice – Zveze
- priznanje dr. Jožeta Potrča
- mednarodno priznanje ICN za izjemne profesionalne dosežke in nagrado 3 M
- Odlikovanje Predsedstva SFRJ Red zaslug za narod s srebrno zvezdo – orden
- Častni znak Zdravstvenega doma Maribor
- Srebrno plaketo z znakom Univerze v Mariboru – za izjemne dosežke na znanstveno raziskovalnem in pedagoškem področju
- Priznanje častna članica DMSBZT Maribor in
- Priznanje zaslužna članica Sekcije medicinskih sester v patronažni dejavnosti pri Zbornici – Zvezi.

Menimo, da je gospa Silva Vuga s svojim vseživljenjskim delom, energijo in voljo, z občutkom za stroko zdravstvene nege, njen razvoj, status in ugled, z nenehnim spodbujanjem posameznikov in skupin k napredku, z razvijanjem znanstveno raziskovalnega dela, s skrbjo za pedagoško delo, s povezavami z WHO dokazala, da si nagrado krovne organizacije za življenjsko delo nedvomno zasluži.

# Zdravstvena nega kirurškega bolnika v sodobni kirurgiji - problemi, izzivi in priložnosti za prihodnost

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v kirurgiji je 15. marca v kongresnem centru Thermana Laško organizirala simpozij kirurške zdravstvene nege. Hiter razvoj tehnologije je močno vplival na napredek kirurgije, s tem pa tudi na razvoj in prilagajanje zdravstvene nege kirurškega bolnika. Za zagotavljanje sodobne, varne in učinkovite zdravstvene nege pa je pomembno kontinuirano izobraževanje članov negovalnega tima.



Marija Zrim, moderatorka simpozija Bernarda Hostnik in Darinka Klemenc. Foto: Lidija Fošnarič

Simpozij je bil namenjen prav izzivom, ki nam jih ponuja sodobna kirurgija. Strokovna sekcija je s simpozijem obeležila 30-letnico delovanja. Ob tej priložnosti je predsednica Zbornice – Zveze gospa Darinka Klemenc podelila priznanje strokovni sekciji za dolgoletno uspešno delo na področju kirurške zdravstvene nege. Strokovna sekcija je bila ustanovljena za izvajanje strokovnih in programskih nalog Zbornice – Zveze na področju strokovnega izpopolnjevanja, strokovnih smernic in standardov, navodil in priporočil za strokovno delo na področju kirurške zdravstvene nege. Delovati je pričela leta 1982 na pobudo gospe Grete Zver. V zahvalo za dolgoletno

strokovno delo v strokovni sekciji je gospa Greta Zver prejela priznanje.

Tema simpozija je pritegnila medicinske sestre in zdravstvene tehnike iz vseh slovenskih bolnišnic. Program simpozija je bil zelo razgiban, predstavljeno je bilo strokovno delo medicinskih sester pri minimalno invazivnih posegih, dotaknili smo se tudi paliativne oskrbe, terapevtske komunikacije in bolečine pri kirurškem bolniku. Robotska kirurgija na področju urologije resnično predstavlja tehnološki napredek v kirurgiji in pomembno je strokovno delo operacijske medicinske sestre pri pripravi robota. Gospa Claudia Ribnikar Lavtižar iz Deželne bolnišnice Beljak je predstavila

elektronski PZN. Tudi na kirurških oddelkih v naših bolnišnicah se že uvaja elektronsko dokumentiranje zdravstvene nege, zato se je ob tem predavanju razvila zanimiva diskusija. Kolegica iz tujine nam je predstavila svoje kompetence na področju zdravstvene nege, ki so zakonsko urejene.

Iz vidika varčevanja smo organizirali enodnevni simpozij, program je bil natrpan, vendar zelo dinamičen kot je dinamična tudi kirurška zdravstvena nega. Z evalvacijo anketnega vprašalnika smo pridobili informacije, ki nam bodo v pomoč pri organizaciji bodočih izobraževanj. Veseli smo bili pohval in spodbudnih besed, saj nam dajejo delovni elan za nadaljnje strokovno delo. ■

## Odmev na seminar Poklicna etika v domovih za starejše občane



**Nedvomno je bila odločitev o organiziranju prvega seminarja za zdravstvene tehnike in bolničarje negovalce iz domov za starejše občane pravilna. Prvega seminarja s takšno vsebino, ki je potekal 21. marca 2013, v prostorih našega društva, so se udeležile kolegice in kolegi iz različnih krajev Slovenije. Pri svojem delu se nenehno soočajo s problematiko etičnega ravnanja pri izvedbi zdravstvene nege in oskrbe starostnikov, zato je seminar o etiki za njih izrednega pomena.**

Da je skrb za starostnike še posebej zahtevna, smo skupno ugotovili v živahni diskusiji z udeleženci. Izobraževanje vseh, ki sodelujejo v negovalnih timih je nujno, so zapisali udeleženci v končni oceni seminarja. Ravnanje etično je brezpogojno, četudi so kadrovske normativi neprimerni, pogosto pa so neustrezni tudi drugi pogoji dela. Nasilje, v katerem se pogosto znajdejo tudi kot žrtve, je le delček njihovega vsakdana. Vedeti,

kako ravnati nenasilno do stanovalcev in drug do drugega, je še kako dobrodošlo. Profesionalna komunikacija, ki je eden od temeljev dobre prakse in dobrih odnosov s stanovalci in s sodelavci, je pri delu starostniki nujna in nekaj, na kar je potrebno biti nenehno pozoren.

Tudi vključitev bolničarjev v strokovno društvo je priporočljivo, saj na takšen način lažje pridobijo novo znanje, ki je potrebno za

njihovo uspešno strokovno delo. Z udeležbo na različnih dejavnostih društva pa lahko razširijo svojo socialno mrežo in naredijo nekaj dobrega tudi sami zase.

Seminar bo zaradi velikega zanimanja ponovno organiziran. Več informacij na naši spletni strani <http://www.drustvo-med-sester-lj.si/> ■

## Odprtje likovne razstave v Negovalni bolnišnici v Ljubljani

Margherita Ilič-Kačar

**Že več kot desetletje ustvarjamo likovniki DMSBZT Ljubljana svoja dela v motivni pestrosti različnih tehnik. Dela so nastajala na naših torkovih srečanjih v kolonijah in doma. Člani likovne dejavnosti so prihajali in odhajali. Kljub vsemu se je izoblikovala skupnica, ki z dobro voljo, odličnim razpoloženjem ter pod budnim očesom slikarke in kiparke Darje Lobnikar Lovak upodablja vedno nova dela, ki nam vsem polepšajo trenutek, dan.**

Tako se je nabralo mnogo del, ki razveseljujejo obiskovalce zdravstvenih ustanov tako doma kot v tujini. Nekaj pa jih je v našem društvu še vedno samevalo skrito očem. Pravijo, da likovna dela zaživijo šele, ko so le-ta postavljena na ogled in v veselje in radost mimoidočim. Da bi razveselili in polepšali bivanje pacientom, njihovim svojcem in osebju, smo se v dogovoru z vodstvom Negovalne bolnišnice UKCL lotili opremljanja njihovega oddelka z našimi slikami.

Že, ko smo pripravljali ter obešali slike, je bilo slišati precejšnje zanimanje in pozitivne odmeve. Ko pa smo se pred velikonočnimi prazniki skupaj z gosti srečali še na krajšem odprtju razstave, je bilo prijetno prav vsem.

Za uvod odprtja razstave smo prisluhnili čaru zapete in zaigrane besede mladih ustvarjalcev Sanje in Mihe, študentov medicine, ki sta se nam s svojim programom prvič predstavila. Prepustili smo se njunemu ubranemu igranju nežnih zvokov kitare in šolanemu glasu. Požela sta navdušen aplavz. Povezovalka in obenem tudi likovnica gospa Majda Jarem Brunšek nas je vodila skozi celotno dogajanje. Med gosti je bila kot vselej z nami predsednica DMSBZT, Ljubljana gospa Đurđa Sima, ki nam je ponovno dala priznanje, da znamo poleg svojih profesionalnih obveznostih najti tudi čas za svoje male hobijske, za osebnostno rast, fizično in psihično kondicijo – torej vse, kar nam ponujajo tudi raznolike

dejavnosti društva.

S svojim obiskom nas je presenelila tudi glavna medicinska sestra Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana, gospa Erna Kos Grabnar, ki se nam je zahvalila v imenu UKCL.

Pozdravila nas je vodilna medicinska sestra Negovalne bolnišnice gospa, Vida Oražem, ki se nam je s svojo toplino zahvalila za oplemenitenje njihovih prostorov.

V prijetnem vzdušju smo ob klepetu nadaljevali druženje vse do večera. Hvala vsem, ki so kakorkoli pripomogli pri realizaciji te razstave, vsekakor pa osebju Negovalne bolnišnice, ki nam je odprla svoja vrata. Upamo in želimo, da bodo naša likovna dela tako uporabnikom kot zaposlenim polepšala čas bivanja v tej ustanovi. ■

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana vabi na

## OSEBNOSTNO DELAVNICO

**z Manico Žmauc, ki vas bo nagovorila, zbudila in spodbudila ...**

Delavnica bo potekala v dveh sklopih 13. in 20. maja 2013, od 16.30 do 20. ure v društvenih prostorih na Poljanski cesti 14 v Ljubljani.

### **1. del: LETNA OSEBNOSTNA INVENTURA**

Ustavimo rutino in se posvetimo sebi. Pospravimo svoje življenje in naredimo prostor novim, boljšim kreacijam, odnosom, dobrinam, občutkom in izkušnjam.

### **2. del: MOJA ZGODBA**

Zavestno izberimo svoje vsakdanje izkušnje, miselne navade in čustvene odzive. Napišimo si srečno življenjsko zgodbo, zasebno in profesionalno.

- Prijave sprejemamo do zasedbe prostih mest (15).
- Prijava preko elektronske prijavnice na spletni strani DMSBZT Ljubljana ali na tel. številko: 041 754 695 (ga. Irma Kiprijanović).
- **Delavnica je namenjena članom/icam DMSBZT Ljubljana.**
- Prispevek znaša 25 €.

Dodatne informacije na telefonski številki 031 329 360 Nada Sirnik.

*Podpredsednica za interesne  
dejavnosti pri DMSBZT Ljubljana  
Nada Sirnik*

*Predsednica DMSBZT Ljubljana  
Đurđa Sima*

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana vabi na

## IZLET V HRVAŠKO ZAGORJE IN ZAGREB

**V imenu Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana (DMSBZTLJ) in Sindikata delavcev v zdravstveni negi SE Klinični center (SDZNS SE KC) vas vabimo, da se nam 8. junija 2013 pridružite na izletu v hrvaško Zagorje in Zagreb.**

Odhod avtobusa bo iz Ljubljane, s parkirišča Tivoli ob 7.00 uri zjutraj. Vožnja do meje s Hrvaško in do Kumrovc, kjer bomo obiskali in si ogledali Etnološki muzej Staro Selo. To je edinstven muzej na prostem s 40 obnovljenimi objekti iz prehoda 19. in 20. stoletja z ohranjeno kulturno dediščino in avtohtono vegetacijo, med njimi je tudi rojstna hiša Josipa Broza Tita. Pot bomo nadaljevali v Zagreb. V spremstvu lokalnega vodnika si bomo ogledali Zagreb in njegove glavne znamenitosti. Sprehodili se bomo po ulicah Gornjega in Spodnjega grada, do slavnih arkad in skulptur parka – pokopališča Mirogoj, katedrale ter živahne tržnice Dolac. Pot po ulicah Gornjega mesta nas bo vodila mimo cerkve sv. Marka, simbola Zagreba, ter mimo razgledne točke pod stolpom Lotrščak, od koder je čudovit razgled na Zagreb, vse do Kamnitih vrat. Znamenitost mesta je tudi ta, da se poldne naznanja s pokom topa s stolpa Lotrščak. V Zagrebu je tudi velik park Maksimir. Po ogledu bo sledilo kosilo v eni izmed restavracij v mestu. Potem bo možnost ogleda razstave »Mojstrovine iz muzeja Picassa, Pariz« v galeriji Klovičevi dvori (doplačilo za ogled boste prispevali na avtobusu) ali pa boste čas po kosilu namenili samostojnemu odkrivanju mesta, nakupom ali si privoščili počitek v parku ali centru mesta ob kavi.

Pozno popoldne se bomo poslovili od hrvaške prestolnice in se vrnili v Slovenijo. V Ljubljano se bomo vrnili v večernih urah.

CENA: **29 evrov** (če sta člani tako DMSBZTLJ in SDZNS SE KC), 35 evrov (če ste člani samo enega združenja), družinski člani 39 evrov EUR, nečlani 45 evrov. **Prispevek za izlet bomo pobrali na avtobusu.**

Prijave se lahko po elektronski prijavnici, objavljeni na spletni strani društva [www.drustvo-med-sester-lj.si](http://www.drustvo-med-sester-lj.si)

# »Slikanje je za mene dramatično dejanje, preko katerega se realnost razceplja.«

S temi besedami je poleg ostalih veliki umetnik in ustvarjalec dvajsetega stoletja Pablo Picasso pospremil svojo razstavo likovnih del. Za samo Hrvaško in tudi za sosednje države je to izjemen dogodek, saj si bo moč ogledati to impresivno in dobro varovano postavitev eksponatov kar nekaj mesecev. Sama razstava je prepotovala že dobršen del sveta in preden se bo vrnila v svoj matični razstavitveni prostor, je njen zadnji postanek ravno v Zagrebu.



V deževnem jutru smo se odpeljali proti hrvaški prestolnici, dobro razpoloženi in v pričakovanju doživetja ob gledanju del velikega slikarja, kiparja in grafika. Poznavalci in raziskovalci kulture so nam pospestrili pot s spoznanji o velikem umetniku. Naša mentorica gospa Darja je v kratkem nagovoru orisala nekaj detajlov same razstave. Do Klovičevih dvorov smo se odpravili peš in si po vožnji z vlakom tako razgibali telo in se končno potopili v množico drugih obiskovalcev.

Na ogled je 56 del (od skupno preko 15.000 njegovih stvaritev), ki so nastajala od leta 1895 do 1971. Slike, skulpture, grafike in fotografije iz njegovega bogatega opusa si sledijo po nekem kronološkem zaporedju. Ustvarjati je pričel že kot deček. Osnoval je smer kubizem. Njegove stvaritve razvrščajo v več obdobje, iz katerih so značilna določena dela. Tako je iz rožnatega obdobja značilna oranžna in rožnata

barva, ki odražaata njegovo romantično vez s svojim pariškim modelom. Iz afriškega obdobja pa Avinjonske gospodične, ki je ena prvih kubističnih slik. Med potovanjem po Španiji so ga »zaznamovale« modro tonirane slike, kjer je upodabljal berače, umetnike, prostitutke. Njegova najbolj znana slika iz časa španske državljanske vojne, ko se je postavil na stran republikancev pa je Guernica. Skupaj z Braqueom je razvil smer analitičnega kubizma, v katerem prevladujejo rjavi toni. V obdobju sintetičnega kubizma pa se je posluževal tudi tehnike papirnega kolaža. Sledilo je realistično obdobje ter obdobje neoklasicizma.

Med njegovimi kiparskimi deli izstopa delo Bikova glava, ki jo je naredil iz odpadnih kosov dvokolesa ter kipi žena. Rad je tudi fotografiral tako sebe, svojo družino in prijatelje.

Po ogledu razstave smo si s turističnim vlakcem ogledali še ožje

mestno jedro z mogočno katedralo. Kar malo utrujeni in polni vtisov smo se podprti s prigrizkom proti večeru odpravili nazaj proti domu.

Zahvala gre naši mentorici in vodstvu našega društva, da so nam ta dan obogatili in ga napravili še lepšega. Skozi spoznavanje likovne umetnosti širimo obzorja osebnega in strokovnega razvoja. Vsak tako pripravljen in obogaten dan nam prinaša razvedrilo v naših dnevnih obveznostih, zato se z vsemjem ponovno vračamo k naši ideji o likovni ustvarjalnosti pri ljubljanskem društvu.

Spoštovani bralci, če vas je vsaj malo »zažgečalo«, da bi si tudi sami radi ogledali stvaritve velikega umetnika modernizma, imate na voljo še čas vse tja do začetka julija. Ali se odpravimo organizirano, sporočite vaše želje. Sledite našim objavam na spletni strani [www.drustvo.med-sester-lj.si](http://www.drustvo.med-sester-lj.si) ■

# Ženske in tretje življenjsko obdobje

Po daljšem deževju je bilo 19. marca 2013 lepo, sončno jutro, ki je nam upokojenim medicinskim sestram, združenim v Sekciji upokojenih medicinskih sester DMSBZT Ljubljana, vlilo mnogo dobre volje in veliko pričakovanj.

Predsednica Sekcije upokojenih medicinskih sester gospa Olga Koblar in predsednica DMSBZT Ljubljana gospa Đurđa Sima sta nas v prostorih Onkološkega inštituta v Ljubljani s prijaznimi besedami ogrele in nam dale priznanje, da še vnaprej ostajamo aktivne tudi na področju obnavljanja strokovnih znanj in spremljanju novosti.

Tudi direktorica Onkološkega inštituta gospa Ana Žličar nam je ob pozdravni dobrodošlici rekla, da smo tudi v predavalnico inštituta vnesle sonce in da smo tu vedno dobrodošle. To nam zelo veliko pomeni, saj vidimo, da v naših zrelih letih nismo zanemarjene in pozabljene od kolegic in bivših sodelavcev.

Specialistka ginekologije Astrid Djurišič, dr. med. nas je izredno pomirjevalno in strokovno seznanila z dogajanjem, ki doletijo ženske v tretjem življenjskem obdobju. To je obdobje, v katerega prehod je za večinoma ljudi lahko zelo boleč, za marsikoga obdobje življenjskih neviht in stresov. Po končani obremenjenosti zaradi aktivne zaposlitve si ne smemo dovoliti, da bi se zanemarile. Vsakodnevno ohranjanje telesne kondicije, zdrava prehrana in še posebej aktivno,

zdravo in sproščeno življenje je najvažnejša skrb vsake posameznice. Večina žensk se v obdobju nekaj let pred izgubo menstruacije sreča s telesnimi in duševnimi spremembami, ki lahko zelo spremenijo kakovost življenja in velikokrat potrebujejo zdravstveno pomoč. To je obdobje menopavze, ki je sicer naraven proces v življenju vsake ženske, vendar se s težavami soočamo različno, odvisno tudi od naše telesne in duševne kondicije, genetske zasnove, prehrane in vsakodnevnih obremenitev. Zaradi pešanja delovanja jajčnikov prihaja do sprememb v hormonskem ravnovesju, kar povzroča veliko nevarnost za nastanek težjih obolenj: od osteoporoze, srčno-žilnih bolezni, uhajanje urina, ateroskleroze in še mnogo drugih motenj, ki so lahko za žensko zelo neprijetne: «valunge», tiščanje pri srcu, glavoboli, motnje razpoloženja ... Še posebej je predavateljica poudarila, da ob prisotnosti težjih menopavzalnih težav, naj ženske ne trpijo, pač pa naj sprejmejo hormonsko zdravljenje, ki ga je potrebno z rednimi pregledi spremljati in ustrezno prilagajati.

Predavateljica Astrid Djurišič je spregovorila še o inkontinenci urina, ki pri ženskah ni normalen pojav ob

staranju. Uhajanje urina je bolezensko stanje in je v starosti nad 64 let prisotno kar pri 70 odstotkih žensk. Najpogostejši vzrok za nastanek urinske inkontinence je ravno posledica hormonskega usihanja. Z vedenjskim zdravljenjem se lahko pozdravijo težave z uhajanjem urina celo v 60 odstotkih primerov. Zdravila in operativno zdravljenje pride v poštev, ko druge metode nimajo učinka.

Predavateljici smo zastavile številna vprašanja in dobile odgovore, s katerimi smo bile zadovoljne.

V primeru, da se soočamo s težavo – uhajanjem urina, kar je zagotovo zelo neprijetno dogajanje, si kljub temu z uporabo pripomočkov uredimo življenje nestresno in kakovostno. Gospa Mateja Krzin iz podjetja SIMPS nam je zelo prijazno in strokovno predstavila pripomočke, ki se našemu telesu prilagodijo, vpijejo izločen urin, preprečujejo neprijeten vonj in omogočajo nemoteno življenje v družbi.

Res smo bile zadovoljne z vsebino slišane, zadovoljne, da smo se ponovno srečale in zadovoljne, da se bomo kmalu zopet srečale. ■

**TOSAMA**  
Since 1923



Prve konfekcionerke 1928

## Kupon za stalni popust

- 10% splošni popust
- akcijski popust na naravno kozmetiko dr. Pasha
- akcijski popust na obutev Alegria

Kupon velja do 31.12.2013. Kupon velja ob predložitvi članske iskaznice. Zastave-Zveze. Popusti se ne seštevajo in ne veljajo za izdelke v akciji.

Vabilo DMSBZT Ljubljana na

## LAŽJI POHOD ALI IZLET NA OTOKA CRES IN LOŠINJ S KRATKIM VZPONOM NA HRIBČEK NAD VELIKIM LOŠINJEM - 1. 6. 2013.

**Na tem pohodu ali izletu se bomo s trajektom zapeljali na otok Cres.**

**Ker potujemo na Hrvaško, imejte s seboj obvezno osebni dokument, potni list ali osebno izkaznico.**

**IZLET:** Udeleženci izleta boste imeli nekaj ur na otoku Lošinju (do vrnitve pohodnikov) za uživanje ob morju ali za raziskovanje čudovitega mesteca Veli Lošinj.

**LAŽJI POHOD:** Lansko leto smo se povzpeli na najvišji vrh otoka Lošinj na Televrin, ko smo premagali od morja 589 metrov višinske razlike. Na letošnjem pohodu pa se bomo povzpeli samo za okrog 200 metrov do kapelice sv. Ivan, do čudovitega razgleda na vse strani. Pohod bomo končali na drugi strani otoka med Velikim in Malim Lošinjem v znanem hotelskem naselju.

Spoštovani !

Čeprav pohod ni zahteven, potrebujete kar nekaj vzdržljivostne kondicije. Zato hodite vsaj trikrat na teden več kot uro po razgibanih poteh. Vsak dan tudi pijte brezalkoholne pijače z veliko vode, več kot ste žejni.

Odhod avtobusa bo ob 5. uri na parkirišču za avtobuse pod dvorano Tivoli. Pohodnice in pohodniki, ki se nam pridružijo na ljubljanski železniški postaji, počakajo pod uro ob 5.15. Za pohod potrebujete obvezno tudi dobro planinsko obutev, pohodniške palice, sončna očala (zaželeno) zaprta tudi od strani, pokrivalo za glavo in brezalkoholno pijačo brez CO 2 in brez alkohola.

Poskrbeli bomo tudi za »planinsko« kosilo. Prispevek 30 € za člane DMSBZT Ljubljana in 40 € za nečlane plačate na avtobusu. Prihod v Ljubljano do 24. ure. Prijave z elektronsko prijavnico na spletni strani DMSBZT Ljubljana [www.drustvo-med-sester-lj.si](http://www.drustvo-med-sester-lj.si) ali po telefonu 041 273 265 in 031 293 904. Prijave za pohod sprejemamo do 29. 5. 2013

*Za gibalno – športno vadbo pri DMSBZT Ljubljana  
pripravil Boris Sima*

*Predsednica DMSBZT Ljubljana  
Đurđa Sima*

Sekcija upokojenih medicinskih sester pri DMSBZT Ljubljana vas vabi na

## STROKOVNI OGLED »BOLNIŠNICE SEŽANA«, 6. JUNIJA 2013

Odhod avtobusa iz Tivolija ob 7. uri. Ob 7.15. uri se nam bodo na avtobusni/železniški postaji (številka 29) pridružile kolegice, ki se pripeljejo z vlakom ali primestnim avtobusom.

Pot bomo nadaljevali do Sežane, kjer si bomo pod strokovnim vodstvom ogledale sežansko bolnišnico, ki vključuje tudi rehabilitacijo kroničnih pljučnih bolnikov v posebnih klimatskih pogojih v podzemni kraški jami in se izvaja po znanstvenih osnovah pulmološke rehabilitacije.

Po ogledu bolnišnice bomo nadaljevali z ogledom sežanskega botaničnega parka, ki je kulturno zgodovinska znamenitost. Družina Scaramanga iz Trsta je leta 1848 tu zgradila vilo Mrasatto in v njej so živeli do leta 1948. Park so ves čas širili. Leta 1890 so dogradili rastlinjak po vzoru Schonbrunskega pri Dunaju. V njem rastejo redke domače in tuje rastline: sinja libanonska cedra, Bommulejeva jelka, španska jelka, mamutovec ... V parku si lahko ogledamo še mnoge druge zbirke. Možen ogled multivizije.

Po poznem kosilu pa se bomo ob lepem vremenu še popeljali na Nanos, da bi ob lepem in jasnem vremenu uživale ob pogledu na dolino.

Z nami bo gospod Boris Sima.

Prispevek 20 evrov.

**Prijave: v torek 28. 05. 2013 med 16. in 18. uro Olga Koblar 031/495-456 in dodatne informacije gospa Irma Kiprijanović 041/754-695**

*Predsednica  
sekcije upokojenih medicinskih sester pri DMSBZT Ljubljana  
Olga Koblar*

*Predsednica DMSBZT Ljubljana  
Đurđa Sima*

Vabilo DMSBZT Ljubljana na

## KRAJŠI ALI NA DALJŠI PLANINSKI POHOD NA VELIKO RADUHO (2062 m.n.m.), Z OGLEDOM SNEŽNE JAME POD RADUHO (1500 m.n.m.) - 22. JUNIJA 2013

### Snežna jama tako visoko je svetovna posebnost zaradi izjemnega delovanja narave iz ledu!

Zapeljali se bomo proti Logarski dolini. Na koncu pohoda po ogledu Solčavske doline bomo obiskali še muzej Potočka Zijalka v gostišču Firšt. Vračali se bomo po slikoviti gorski cesti čez nekdanji mejni prehod Pavličevo sedlo (okrog 1339 m) v Avstrijo, na Jezersko in proti Kranju.

Na tem pohodu ali izletu bomo obiskali tudi Snežno jamo. Vsi udeleženci obiska morajo imeti obvezno planinske čevlje, rokavice, kapo / ruto in topla dolga oblačila, ker je v jami največ tri stopinje Celzija.

**KRAJŠI POHOD:** Z manjšim avtobusom se bomo zapeljali do parkirišča visoko pod Raduho. Po desetih minutah mimo planinskega doma na Loki pod Raduho bomo začeli ne preveč strm vzpon. Za vzpon bomo potrebovali dobri 2 uri in se po isti poti tudi vrnili do avtobusa. Po pohodu bomo odšli še na ogled Snežne jame.

**DALJŠI POHOD:** Pohod bomo začeli nad kmetijo zg. Zavratnik že kar visoko nad Savinjo. Po planinski poti se bomo vzpenjali okrog 2 uri do planinskega doma na Loki pod Raduho. Po počitku pri koči bomo nadaljevali še okrog 2 uri na vrh Velike Raduhe, s katere so seveda ob lepem razgledu izjemni pogledi. Vračali se bomo po isti poti. Po pohodu bomo odšli še na ogled Snežne jame.

**IZLET:** Za ogled Snežne jame ni potrebno imeti pohodniških sposobnosti. Z manjšim avtobusom se bomo zapeljali skoraj do jame. Od parkirišča je še deset minut peš po vzpenjajoči gozdni poti. Peš vrnitev do avtobusa in kasneje še sprehod do kosila po širokem kolovozu, rahlo navzgor deset minut do planinske kočice na Loki pod Raduho.

Spoštovani!

Čeprav pohod ni zahteven, potrebujete kar nekaj vzdržljivostne kondicije. Zato hodite vsaj trikrat na teden več kot uro po razgibanih poteh. Vsak dan tudi pijte brezalkoholne pijače z veliko vode brez CO<sub>2</sub>, več kot ste žejni.

**Odhod avtobusa bo ob 7. uri na parkirišču za avtobuse pod dvorano Tivoli. Pohodnice in pohodniki, ki se nam pridružijo na železniški postaji, počakajo pred postajališčem Adria ob 7.15.** Za pohod potrebujete obvezno tudi dobro planinsko obutev, pohodniške palice, sončna očala (zaželeno) zaprta tudi od strani, pokrivalo za glavo (pozor višinsko sonce), brezalkoholno pijačo brez CO<sub>2</sub> in brez alkohola.

Poskrbeli bomo tudi za planinsko kosilo. Prispevek 25 € za člane DMSBZT Ljubljana in 30 € za nečlane plačate na avtobusu. Prihod v Ljubljano do 22. ure. Prijave z elektronsko prijavnico na spletni strani DMSBZT Ljubljana [www.drustvo-med-sester-lj.si](http://www.drustvo-med-sester-lj.si) ali po telefonu 041 273 265 in 031 293 904. Prijave sprejemamo do 19. 6. 2013.

**Pri prijavi imajo prednost člani DMSBZT Ljubljana in njihovi družinski člani.** Prosimo vas, da odpoved sporočite na zgoraj zapisani telefonski številki. Tako omogočite udeležbo tudi čakajočim.

*Za gibalno – športno vadbo pri DMSBZT Ljubljana  
pripravil Boris Sima*

*Predsednica DMSBZT Ljubljana  
Đurđa Sima*

## ČESTITKA

Na Fakulteti za zdravstvene vede Maribor je naša sodelavka

**Anita Meško**

zaključila študij zdravstvene nege.

Iskrene čestitke!

*Sodelavke in sodelavci Psihiatrične bolnišnice Ormož*

Vabilo DMSBZT Ljubljana na

## PLANINSKI POHOD POD GOLICO (OKROG 1000 M), NA STOL (2236 M) IN NA LJUBELJ (1058 M) - 15. JUNIJA 2013.

Spoštovani !

Ker je letos zaradi dolge zime nemogoče napovedati kdaj bodo cvetele narcise, lahko upamo, da bodo cvetele še v tem času. Ker je narcis največ za zadnjo hišo v vasi, lahko na ogled odpotujete tudi tisti, ki lansko leto niste mogli z nami.

**IZLET :** Če bodo še cvetele narcise (kar vam sporočimo dan ali dva pred pohodom), se boste z nami zapeljali pod Golico. Po ogledu narcis in kratkem sprehodu vas naš voznik zapelje na izhodiščno točko v Ljubljano.

**DALJŠI POHOD :** Dolg planinski pohod bomo začeli v zaselku Planina pod Golico (1000 m). Prečili bomo pogorje in se dvigovali na Stol. Od vrha Stola od Prešernove koče se bomo večinoma spuščali na Ljubelj, kjer nas bo počakal avtobus. Planinski pohod ni zahteven, vendar je dolg okrog 12 ur.

Spoštovani !

Čeprav pohod ni zahteven, potrebujete kar nekaj vzdržljivostne kondicije. Zato hodite vsaj trikrat na teden več kot uro po razgibanih poteh. Vsak dan tudi pijte brezalkoholne pijače z veliko vode več kot ste žejni.

**Odhod avtobusa bo ob 5. uri na parkirišču za avtobuse pod dvorano Tivoli. Pohodnice in pohodniki, ki se nam pridružijo na ljubljanski železniški postaji, počakajo pod uro ob 5.15.** Za pohod potrebujete obvezno tudi dobro planinsko obutev, pohodniške palice, sončna očala (zaželeno) zaprta tudi od strani, pokrivalo za glavo in brezalkoholno pijačo brez CO<sub>2</sub> in brez alkohola.

Poskrbeli bomo tudi za planinsko kosilo. Prispevek 20 € za člane DMSBZT Ljubljana in 30 € za nečlane plačate na avtobusu. Prihod v Ljubljano do 21. ure. Prijave z elektronsko prijavnico na spletni strani DMSBZT Ljubljana [www.drustvo-med-sester-lj.si](http://www.drustvo-med-sester-lj.si) ali po telefonu 041 273 265 in 031 293 904. Prijave za pohod do 12. 6. 2013.

*Za gibalno – športno vadbo pri DMSBZT Ljubljana  
pripravil Boris Sima*

*Predsednica DMSBZT Ljubljana  
Đurđa Sima*

## 17. BIENALNA MEDNARODNA KONFERENCA

MEDICINSKIH SESTER V PRIMARNEM ZDRAVSTVENEM VARSTVU OTROK IN MLADINE

Ljubljana, Slovenija - 22. do 26. julij 2013

**»Moč za spremembo – medicinske sestre smo v prvi vrsti zdravstvenega sistema«**

**»Izboljšajmo kakovost življenja – približajmo se otrokom in mladini«**

[www.sniconference2013.org](http://www.sniconference2013.org)



Spoštovani,

**z veseljem vam sporočamo, da je objavljen preliminarni program konference.**

**VABLJENI, DA SE NAM PRIDRUŽITE.**



## Vabilo DMSBZT Gorenjske na

### PLANINSKI POHOD NA DONAČKO GORO, KI BO V SOBOTO, 18. MAJA 2013

**DMSBZT Gorenjske vabi ljubitelje planin v soboto, 18. maja 2013, na spomladanski pohod na Donačko goro in ogled muzeja na prostem v Rogatcu.**

Odhod avtobusa bo izpred Splošne bolnišnice Jesenice ob 6. uri, iz avtobusne postaje Radovljica ob 6.20 uri, iz avtobusne postaje Kranj ob 6.40.

Donačka gora je 882 m visok vrh, ki se nahaja severno od Rogatca. Geografsko spada med Karavanke. Izhodišče ture je v vasi Sv. Jurij. Po vzhodni poti se bomo povzpeli na sedlo med obema vrhovoma. Nadaljevali bomo na zahodni vrh in se spustili do Rudijevega doma. Pot bomo zaključili pri Sv. Juriju. Tura tehnično ni zahtevna, ker pa v vršnem delu preči strma gozdna pobočja in se tik pod vrhom zaključi s strmo skalno stopnjo zavarovano z jeklenico, je potrebna velika pazljivost. Za turo bomo potrebovali predvidoma štiri ure. Sledil bo še ogled muzeja na prostem v Rogatcu, ki prikazuje kmečko življenje nekdaj.

Oprema: lahki planinski čevlji, palice, primerna obleka, malica iz nahrbtnika.

Prispevek: 10 evrov za pohod in vstopnino muzeja (plačilo na avtobusu).

Prijave sprejema Dita Perčič na tel. številko: 031 693 767 ali e-mail: ditapercic@yahoo.com do 10. maja oz. do zasedenosti mest.

V primeru slabega vremena bo pohod prestavljen na jesen.

***Vljudno vabljeni članice/člani DMSBZT Gorenjske in ožji svojci***

*Sekcija za pohodništvo DMSBZT Gorenjske  
Dita Perčič*

*Predsednica DMSBZT Gorenjske  
Tanja Pristavec*



## Predsedstvo DMSBZT Ptuj – Ormož na podlagi Pravilnika o priznanjih društva objavlja:

### RAZPIS ZA PODELITEV PRIZNANJA "SREBRNI ZNAK"

#### Kriteriji za podelitev srebrnega znaka:

- članstvo v društvu več kot 10 let,
- uspešno poklicno delo na področju zdravstvene in babiške nege,
- prispevek k večji kakovosti, prepoznavnosti in krepitvi vloge zdravstvene in babiške nege,
  - prispevek k humanizaciji odnosov med uporabniki in izvajalci,
- promoviranje stroke zdravstvene nege ali babiške nege na področju delovanja društva,
  - skrb za višjo raven znanja v strokovni in laični javnosti,
  - aktivno sodelovanje z DMSBZT Ptuj – Ormož.

Kandidate za priznanja lahko predlagajo člani, delovna telesa in organi društva.

Predlagatelji naj pisne vloge posredujejo s priporočeno pošto in lastnoročnim podpisom predlagatelja na sedež društva: DMSBZT Ptuj – Ormož, Potrčeva 19 a, 2250 Ptuj, s pripisom **KOMISIJA ZA PRIZNANJA, najkasneje do 6. 5. 2013.**

Komisija bo upoštevala le pravočasno prispеле predloge, ki so v skladu s pravilnikom o priznanjih DMSBZT Ptuj – Ormož.

Podeljeni bodo štirje srebrni znaki, en srebrni znak za življenjsko delo in do pet priznanj.

*Predsednica DMSBZT Ptuj - Ormož  
Tanja Ribič Vidovič*

**Vokalna skupina Cvet – 20 let kulturnega delovanja  
v Društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje**



## Vabilo na jubilejni koncert



**Z Revije malih pevskih skupin, ki je bila 7. marca 2013, v Vojniku**

Vokalna skupina Cvet je bila ustanovljena aprila 1993 pri Društvu medicinskih sester Celje, katerega predsednica je bila Olga Nezman. Skupina se je prvič predstavila 24. maja 1993 v kulturnem programu na regijskem srečanju medicinskih sester, ob praznovanju trideset letnice društva, na Planini pri Senici. Umetniško vodenje je prevzela Vida Bukovac, ki nas je spremljala naslednjih enajst let. Pogum za prvi javni nastop je zbralo sedem medicinskih sester: Jožica Žibret, Zdenka Mencinger, Olga Nezman, Irena Vrečko, Breda Skaza, Zorica Fendre in Valerija Skaza. Kmalu so se nam pridružile nove pevke, ki v skupini pojejo še danes: Irena Kraljič, Nataša Augustinčič, Ljudmila Par in Minka Mikša. Več pevskih sezon so v skupini prepevale tudi Albina Gabrovšek, Marjana Velikanje in Marjana Drnovšek.

Umetniško vodenje je pred dvema letoma prevzela Špela Kasesnik, magistrica glasbeno pedagoških znanosti. Čeprav se je zasedba v zadnjih letih nekajkrat spremenila, pevkam vesolja do petja in pozitivne energije ne zmanjka. Na tradicionalnih in drugih koncertih ter nastopih pojejo pesmi najrazličnejših zvrsti, domačih in tujih avtorjev.

Pesem je postala del njihovega življenja, z njo izražajo tudi plemenitost svojega poklica, ustvarjajo vez med humanostjo poklica in kulturo petja. Pevke se rade spomnijo dveh starih pregovorov: »Kadar nič ne pomaga, samo glasba obriše solze in opogumi srce« in »Kdor poje, slabo ne misli.«

Pevke, ki danes prepevajo v Vokalni skupini Cvet - Ljudmila Par, Irena Kraljič, Nataša Augustinčič, Saraja Hribernik, Olga Nezman, Minka Mikša, Tadeja Pfeifer, Silva Šepec vas z dolgoletnimi glasbenimi spremljevalci - Dejanom Jakšičem, Petrom Napretom, Janjo Brlec in gostom večera - Rudarskim oktetom Velenje vabimo, da praznujete z nami na

### **JUBILEJNEM KONCERTU**

**v petek, 24. maja 2013, ob 19.30 uri, v Narodnem domu Celje**

### **in na KONCERTU PO KONCERTU**

**v torek, 18. junija 2013, ob 19.00 uri, v koncertni dvorani Pokrajinskega muzeja Celje.**

## Brez hrane nam živeti ni...

**Prehrana ima veliko obrazov in veliko pomenov. Ker običajno želimo ohranjati zdravje in dobro početje še dolgo v zrela leta ter si podaljšati življenjsko dobo, se običajno ukvarjamo s preventivno vlogo prehrane. Mogoče smo ravno to, preventivno vlogo prehrane še najbolj sprejeli in jo še najbolj razumemo, čeprav si v obilici različnih šol včasih že kar malce nasprotujemo. Zanimivo, da svoje znanje in neznanje s področja zdravega (natančneje: uravnoveženega) prehranjevanja zelo radi prenašamo na prehrano bolnikov in starostnikov. Toda, roko na srce: tam vemo veliko, veliko manj!**

Večina znanj o terapevtski prehrani temelji na že dolgo zastarelih načelih in se šele v zadnjih nekaj letih počasi in sramežljivo oblikujejo prve smernice za prehrano bolnikov in ostarelih, ki so zasnovane na z dokazi utemeljenih trditvah. Nekako nas je strah osivelih in z lovoričkami nekdanje slave ovenčanih glav ali pa si enostavno ne upamo »zapluti na odprto morje«, ker nimamo dovolj izkušenj, spretnosti, denarja... No, denarja tako ali tako ne bomo nikoli imeli dovolj! Ali pa se enostavno bojimo ponovno prevetrili svoje kompetence, ker se po tihem zavedamo, da smo nekaj zgrešili. In ob tem se srečujemo z zastarelimi pojmovanji bolniške prehrane. Ni še dolgo tega, ko sem v kuhinji ene od naših ustanov kot pomembno literaturo lahko občudoval knjigo »Dijetalna ishrana«, izdano leta 1974 in že takrat nekoliko zastarelo. In ravno ta zastarelost je prvi izpit, na katerem pogosto pademo. Ne nujno po lastni krivdi, a to nas ne opravičuje. Farmakologija je v tem času močno napredovala, napredovale so kirurške tehnike, napredovala je zdravstvena nega. Tudi vedenje o terapevtski prehrani je napredovalo in če danes vemo, da je kar 164 medicinskih kondicij, pri katerih je prehrana vrednotena kot postopek zdravljenja, ki neposredno vpliva na sam potek bolezni, na težo obolenja, na pojavnost zapletov in hitrost okrevanja, potem nam mora biti jasno, da je »igračkanje že zdavnaj vrag odnesel«.

Bolnišnično prehrano smo in večinoma še vedno razumemo kot hotelski del storitev in se temu primerno tudi obnašamo. Danes so smešne raziskave, ki raziskujejo kakovost prehrane in jo obravnavajo s pomočjo subjektivnih kriterijev s tipičnimi vprašanji o kakovosti ponujene hrane brez kriterijev, kaj ta kakovost dejansko je! Podobno je v

domovih za ostarele. No, v teh domovih je dejansko stacioniran del starostnikov, ki ne potrebujejo dosti drugečnega razmišljanja. A kaj, ko je s slehernim dnevom v domovih nastanjenih vedno več bolnih in krhkih starostnikov. Ti pa potrebujejo, tako kakor bolniki v bolnišnicah, vse drugačno obravnavo. Dandanes govorimo o prehranski obravnavi, ki je nujen sestavni del sleherne obravnave bolnika in krhkega starostnika. In prehranska obravnava, ima žal tudi svojo ceno.

Stroški zdravljenja bolnikov (in stroški oskrbe starostnikov) strmo naraščajo, denarja pa je iz dneva v dan manj. Še malo in srečevali se bomo z idejami (ponekod se že), da je strošek za prehrano bolnikov (starostnikov v domovih) previsok ter ga je potrebno zmanjšati! Zanimiva zahteva, ki vedno pade na plodna tla vseh s prenizko izobrazbo oboroženih kulinaričnih strokovnjakov. In potem bomo šteli koščke kruha, lončke čaja ter koščke krompirja, ki se bodo vračali nedotaknjeni v kuhinjo, posledično bodo porcije manjše in manjše in manjše. Drži, porcije hrane je vedno moč zmanjševati, a ko se hrana začne streči na desertnih krožnikih in kavnihi skodelicah, to že dolgo ni več primeren obrok! Odpadki hrane žal so in bodo, potrebno jih je meriti in ocenjevati. A se je pač istočasno potrebno vprašati, zakaj nastanejo! Potrebno je poiskati razloge za odpadke in se s svojim delom usmeriti vanje. Toda dokler ne poznamo energetskih in hranilnih vrednosti vseh (prav vseh) postreženih obrokov hrane, se z načrtovanjem obrokov samo igramo! Zanimivo vprašanje bi se lahko glasilo: »V koliko slovenskih bolnišnicah so dejansko na voljo podatki o energetski in hranilni vrednosti obroka? (Za DSO ob tem

raje ne razmišljamo)«

Ljudje v vsakdanjem življenju štejejo kalorije, sposobni so prešteti ogljikove hidrate, maščobne točke, strokovnjaki, ki načrtujejo bolniško prehrano ali prehrano starostnikov pa v večini primerov teh podatkov ne zmorejo dati! A so ključni! Medicinske sestre morajo pri vseh težkih bolnikih spremljati zaužito hrano in jo beležiti. Ker je to del njihovih zadolžitev! A skrbno zbrani podatki na koncu ne povedo ničesar, ker jih ne moremo povezati z osnovnimi parametri.

Vrnimo se k varčevanju! Denarja ni in še vedno manj ga bo! Prva misel na siromašenje prehrane bolnikov in starostnikov ne vzdrži strokovne presoje! Danes vemo, da dobro prehranjen bolnik, okreva hitreje in z manj zapleti, kar predstavlja nižji strošek za zdravlila in zdravstveno nego. In nekaj podobnega bi lahko zatrdili za dobro prehranjene starostnike. Gre samo za varčevanje na nekoliko daljši rok.

Terapevtsko ali zdravično prehranjevanje je široko bojno polje, na katerem se srečuje ogromna paleta ljudi, ki bi za čim boljši uspeh nujno morala neprestano sodelovati med seboj v nenehni interakciji in je usmerjeno v zagotavljanje energije in hranil v takšni sestavi in obliki, ki jo je bolnikova, z boleznijo ali starostjo močno spremenjena presnova, sposobna izkoristiti. Stresna presnova, ki jo dodatno moti in spreminja še sodobna, pogosto dokaj agresivna terapija, dodatne spremembe v apetitu, sposobnosti uživanja hrane, vpliva tudi na izkoristek hranil, zato marsikakšen bolnik pridobi nekaj vitkosti. In se ob tem najdejo nekateri (žal je med temi heroji tudi veliko zdravstvenega osebja!), ki z naklonjenostjo opazujejo nov bolnikov videz in se ob tem sploh ne zavedajo, da bolnik izgublja temeljne zaloge vitalnih



hranil, maščevje pa bolj ali manj ostaja. Še veliko opozoril bo potrebnih za prave spremembe.

Potem pa se, oh ja, ob vsem tem še vedno srečujemo s večno prisotnim terapevtskim postom, ki naj bi razbremenil prizadete bolnike ter omogočil okrepitev prebavil. In se potem ta, mogoče za kak dan res utemeljen post podaljša v teden ali dva postenja z močenjem ustnic in pitjem čaja po žlički. Niti ne nujno in vedno namensko, pogosto bolj zaradi organizacijskih težav. Nekaj dni posta, pa opuščanje zajtrka in kosila zaradi čakanja na diagnostični poseg, pa opustitev zajtrka zaradi zelo, zelo kasne vizite, in opustitev zajtrka in kosila zaradi uvrščanja ter operativni program, ki se je, glej, ponovno zavlekel in preprečil dobre namene. Sicer pa se to tako ali tako ponovi naslednji dan... Ob tem pa nas sicer že osnovnošolsko znanje opominja, da je hrana vir za življenje potrebnih snovi in energije ter, da ob pomanjkanju hrane človek shira, zboli (ker je pač bolezen že tu, nastajajo samo še dodatni zapleti) in umre... No, saj le ne gre tako hitro. Le zaradi naše nezmožnosti in presnovnih zapletov pri bolniku se sredi sodobnega in v marsičem zelo razvitega sveta, nenehno srečujemo s

podhranjenostjo bolnih in ostarelih. In ne si zatiskati oči, češ, »to se pri nas ne dogaja!«. Evropske raziskave nas nenehno opozarjajo na tveganje, ki bi ga v veliki meri lahko rešili z primerno bolniško prehrano (ali pa prehrano starostnika v DSO). Potrebujemo le voljo in pripravljenost! Na spremembe v organizaciji prehrane!

In da bi preprečili podhranjenost v bolnišnicah, so že dolgo aktualni prehranski timi. Z ustanovitvijo smo mogoče odključali perečo zahtevo po tem organu, mogoče se celo pogovarjamo o nujnosti ocen za prehransko tveganje, realnega dela pa je bolj malo.

Razen svetlih izjem! A tudi te so na začetku! A že to je veliko! Tudi v razvitem svetu, kjer kar mrgoli raznih akcij za boljšo prehranjenost bolnikov in starostnikov, se še vedno otepajo s povsem osnovnimi vprašanji!

Že skromno »guglanje« nas opozarja ne nekaj napak v našem mišljenju. Če odtipkamo v iskalnik »bolniška prehrana« dobimo kar lepo število zadetkov s tistimi nujnimi opisi, s katerimi naše bolnišnice želijo prepričati uporabnike v odličnost poslovanja (nekateri so smešni, kakor npr. bahanje, »pri nas

si vsak bolnik sam lahko poveča število in velikost obrokov« - le kaj počne strokovno osebje?), število kritičnih prispevkov o bolnišnični prehrani pa se ustavi že pri štetju prstov ene roke. Podobno geslo v angleščini nas dobesedno zasuje! Ja nič! Še dobro, da smo mi »ta bol«- Delo nas čaka! Sorazmerno tudi v zdravstveni negi!

### **Branje za začetek (če kdo želi več naj si vzame dopust):**

Resolucija ResAp (2003) o prehrani in prehranski oskrbi v bolnišnicah. Ministrstvo za zdravje Slovenija 2003

Priporočila za prehransko obravnavo bolnikov v bolnišnicah in starostnikov v domovih za ostarele občane; Ministrstvo za zdravje Slovenije, Ljubljana, 2008. ■

## KLINIČNI VEČER - DEMENCA

**Datum:** Četrtek, 30. 5. 2013

**Kraj:** DMBZT Ljubljana, Poljanska 14

Pričetek ob 16. uri

Registracija udeležencev od 15.30. do 16. ure

**Organizator:** DMSBZT Ljubljana

**Program izobraževanja:** Program izobraževanja je objavljen na spletni strani <http://www.drustvo-med-sester-lj.si/> in [www.zbornica-zveza.si](http://www.zbornica-zveza.si)

**Kotizacija:** Klinični večer je namenjen članom DMSBZT Ljubljana. Kotizacije ni!

**Licenčne točke:** Oddana je vloga za licenčno vrednotenje izobraževanja.

**Dodatne informacije in prijava:** Prijava preko prijavnice na spletni strani DMSBZT Ljubljana: [www.drustvo-med-sester-lj.si](http://www.drustvo-med-sester-lj.si) (plačnik/zavod, davčna številka, številka članske izkaznice, številka licence) do 27. 5. 2013, oziroma do zasedenosti mest. Dodatne informacije: Irma Kiprijanovič (041 754 695) -

[irma.kiprijanovic@gmail.com](mailto:irma.kiprijanovic@gmail.com)



## STROKOVNI KLINIČNI VEČER V MAJU KLINIKA ZA PEDIATRIJO UKC MARIBOR SKOZI ČAS

**Datum:** Četrtek, dne 30. 5. 2013 ob 17. uri

**Kraj:** v veliki predavalnici stolpnice Klinike za kirurgijo UKC Maribor (16. nadstropje), Ljubljanska ulica 5, 2000 Maribor

**Organizator:** Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Maribor (DMSBZT Maribor)

**Program izobraževanja:** UMETNO PREDIHAVANJE OTROKA NEKOČ IN DANES, VLOGA MEDICINSKE SESTRE, Zala Ferk, dipl. m. s., Irena Špes, dipl. m. s.

ENDOSKOPIJA PRI OTROKU SKOZI ČAS, VLOGA MEDICINSKE SESTRE, Sonja Poštuvan, viš. med. ses.

ZDRAVSTVENA NEGA PRI ZASTRUPITVI OTROKA Z

ALKOHOLOM, Maja Fajfar, dipl. m. s., Marko Fajfar, dipl. zn.

**Kotizacija:** Strokovno izpopolnjevanje je za člane DMSBZT Maribor brezplačno, za člane drugih regijskih strokovnih društev znaša kotizacija 25 EUR, za nečlane Zbornice – Zveze 50 EUR (DDV je vključen v ceno). V ceno je vključena organizacija kliničnega strokovnega večera in potrdilo o udeležbi.

**Licenčne točke:** Strokovno srečanje je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi. Strokovni klinični večeri so v postopku dodelitve licenčnih točk.

**Dodatne informacije in prijava:** Kotizacijo nakažete na TR DMSBZT Maribor, številka 0451 5000 0111 670, sklic 0010 pri Nova KBM d.d. Prijavo na strokovni klinični večer opravite na spletni strani društva [www.dmsbzt-mb.si](http://www.dmsbzt-mb.si) pod: PRIJAVA NA STROKOVNI KLINIČNI VEČER V MAJU.

Vljudno vabljeni.



## 50. OBLETNICA STROKOVNE SEKCIJE : ZNANJE, KAKOVOST, SODELOVANJE

**Datum:** Petek, 7. 6. 2013

**Kraj:** Jamski dvorec, Postojnska jama, Jamska cesta 30, Postojna. Pričetek ob 9. uri. Registracija udeležencev od 8. do 9. ure.

**Organizator:** Zbornica – Zveze

Strokovna sekcija medicine dela, prometa in športa

**Program izobraževanja:** Program izobraževanja bo objavljen na spletni strani Zbornice – Zveze. Poslana bodo tudi vabila.

**Kotizacija:** Kotizacija z DDV znaša 220 € (članom ZZBNS, ki imajo poravnane članske obveznosti se prizna 50 odstotni popust).

Kotizacijo nakažite na transakcijski račun - NLB, posl. Tavčarjeva 7, Ljubljana - ZDMSZTS št.:02015-0258761480, sklic na 00 0201 - 07062013

**Licenčne točke:** V postopku pridobivanja licenčnih točk.

**Dodatne informacije in prijava:** Prijava do 4. 6. 2013, Nevenka Šestan, 01 522 52 77, [nevenka.sestan@gmail.com](mailto:nevenka.sestan@gmail.com)



## IZOBRAŽEVANJE IN DODATNO USPOSABLJANJE ZDRAVNIKOV DRUŽINSKE/SPLOŠNE MEDICINE OZIROMA TIMOV, KI DELAJO V DSO/SVZ IN PRENOS KOMPETENC ZA PONOVO PREDPISOVANJE NAROČILNIC (PLENICE) NA DIPLOMIRANE MEDICINSKE SESTRE

**Datum:** 13. junij 2013

**Kraj:** Domus Medica Ljubljana

Registracija od 8.30 do 9. ure

**Organizator:** Slovensko zdravniško društvo  
Sekcija domski zdravniki

**Program izobraževanja:** Obvladovanje bolnišničnih okužb, predpisovanje, naročanje in nabava medicinskih pripomočkov, dodatna izobraževanja s področja domske oskrbe in povezovanje vseh, ki delajo v DSO/SVZ, nenujni reševalni prevozi varovancev v DSO/SVZ, izboljšanje normativov zdravnikovega dela v DSO in drugo

**Kotizacija:** Kotizacije ni, število udeležencev 200

**Licenčne točke:** V postopku vrednotenja.

**Dodatne informacije in prijava:** Prijava do 7. 6. 2013 na e-naslov: irishvala@gmail.com; več informacij Iris Hvala Krušič, Sekcija domski zdravniki, SZD, 041 262778

## 20. MEDNARODNI SIMPOZIJ O URGENTNI MEDICINI

[HTTP://WWW.SZUM.SI](http://www.szum.si)

**Datum:** 13. – 15. junij 2013

**Kraj:** Kongresni center St. Bernardin, Portorož

Registracija udeležencev bo v Grand Hotelu Bernardin v predverju Kongresnega centra

13. junija 2013, od 8. do 19.30. ure in nato vse dni simpozija od 7.30 dalje

**Organizator:** Slovensko združenje za urgentno medicino v sodelovanju z Zbornico – Zvezo, Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci in Sekcija reševalcev v zdravstvu

**Program izobraževanja:** Novosti pri oživljanju, toksikologija, obravnava redkih nujnih stanj v urgenci s stališča ZN, NMP, antibiotiki v urg.med., urgentna kardiologija, izzivi komunikacije v urgenci, ZN pacienta v dihalni stiski, urgentni centri, srečanja s strokovnjaki, proste teme in prikazi primerov

**Kotizacija:** Medicinske sestre, zdravstveni tehniki 240 EUR do 5.6.2013; po tem datumu 270 EUR. Cene vsebujejo DDV. Prijavnica - predračun je na voljo na spletni strani Slovenskega združenja za urgentno medicino W: <http://www.szum.si>

**Licenčne točke:** V postopku

**Dodatne informacije in prijava:** Informacije o prijavi: ga.

Maja Strajnar, dipl. ekon., T: 041 425-

115, E-pošta: maja.strajnar@kclj.si

Ostale informacije: ga. Irena Petrič,

dip.upr.org., T: 01 522-5337, F: 01 522-

2416, E-pošta: irena.petric@kclj.si



## SKRB ZA ROKE V ZDRAVSTVENI NEGI :

## SKRB ZA ZDRAVE ROKE, UPORABA ROKAVIC, UMIVANJE IN RAZKUŽEVANJE ROK, DELO Z NEVARNIMI SNOVI V ZDRAVSTVENI NEGI, ZDRAVLJENJE IN ZDRAVSTVENA NEGA NAJPOGOSTEJŠIH BOLEZNI KOŽE IN NOHTOV PRI ZDRAVSTVENIH DELAVCIH. ENODNEVNI STROKOVNI SEMINAR Z UČNIMI DELAVNICAMI

**Datum:** 20. 6. 2013

**Kraj:** Srednja zdravstvena šola Ljubljana, Poljanska 61, Ljubljana. Registracija od 8.20 do 8.50.

**Organizator:** Zbornica – Zveza. Sekcija medicinskih sester v vzgoji in izobraževanju.

**Program izobraževanja:** Program izobraževanja je objavljen na spletni strani Zbornice – Zveze.

**Kotizacija:** Kotizacija z DDV znaša 190,00 € (članom ZZBNS, ki imajo poravnane članke obveznosti, se prizna 50 % popust). Podjetja in zavodi lahko znesek poravnajo tudi po prejetju računa. Kotizacijo nakažete na: NLB, posl.Tavčarjeva7, ZZBNS – ZDMSBZTS št. 02015 - 0258761480 sklic na številko 00 0203-20062013

**Licenčne točke:** Strokovni seminar je v postopku pridobivanja licenčnih točk.

**Dodatne informacije in prijava:** Dodatne informacije na spletni strani Zbornice – Zveze (strokovna srečanja), prijave z elektronsko prijavnico na spletni strani Zbornice – Zveze ali pisno z izpolnjeno prijavnico na naslov SZŠ Ljubljana, Sekcija MS v vzgoji in izobraževanju Poljanska 61, 1000 Ljubljana.





Visoka šola  
za zdravstveno nego  
Jesenice

Center za vseživljenjsko učenje, karierno svetovanje, tutorstvo in mentorstvo / Center for Life-Long Learning, Career Counseling, Tutoring and Mentoring

organizira  
6. mednarodno znanstveno konferenco  
s področja raziskovanja v zdravstveni negi in zdravstvu

is organizing  
the 6th international scientific conference  
on nursing and health care research



## »ZNANJE IN ODGOVORNOST ZA SPREMEMBE IN RAZVOJ V ZDRAVSTVU GLEDE NA RASTOČE POTREBE PO ZDRAVSTVENI OBRAVNAVI«



## »KNOWLEDGE AND RESPONSIBILITY FOR CHANGING AND DEVELOPING HEALTH CARE TO MEET THE GROWING DEMAND FOR HEALTH CARE PROVISION«

6. mednarodna znanstvena konferenca bo potekala v  
**četrtek, 6. 6. in petek, 7. 6. 2013.**

The 6th international scientific conference will take  
place on **Thursday, June 6<sup>th</sup>, and Friday, June 7<sup>th</sup>,  
2013.**

Na mednarodni znanstveni konferenci bodo sodelovali  
priznani domači in mednarodni strokovnjaki. Oba dneva  
bo znanstvena konferenca v prvem delu potekala v  
obliki plenarnih predavanj, v drugem delu pa v treh  
ločenih sekcijah. Uradna jezika prvega dne sta angleški  
in slovenski jezik. V plenarnem delu in prvi sekciji bo prvi  
dan konference simultano tolmačenje v oba jezika.  
Uradni jezik drugega dne je slovenski.

Participants at the conference include many renowned  
Slovenian and international experts. The scientific  
conference will be held in the form of plenary lectures  
and thematic sections. The official languages of the first  
day are English and Slovenian, with simultaneous  
interpreting available.

Lokacija: **Hotel City, Dalmatinova 15, Ljubljana, v  
kongresnem centru CITY.**

Venue: **Hotel City, Dalmatinova 15, Ljubljana,  
Congress center CITY.**

Registracija udeležencev bo potekala v četrtek, 6. 6.  
2013 med 8. in 9. uro in v petek, 7. 6. 2013 med 8. in 9.  
uro.

Registration of participants will take place on Thursday,  
June 6<sup>th</sup>, 2013 between 8 a.m. and 9 a.m.

### PROGRAM OF THE INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE / PROGRAM MEDNARODNE ZNANSTVENE KONFERENCE

**Thursday, June 6<sup>th</sup>, 2013 / Četrtek, 6. 6. 2013**

**9.00 – 09.30 OPENING OF THE INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE WITH ACCOMPANYING CULTURAL PROGRAM / OTVORITEV  
MEDNARODNE ZNANSTVENE KONFERENCE**

#### PLENARY SESSIONS / PLENARNI DEL

#### NURSING CARE EDUCATION AND FAMILY HEALTH NURSING / IZOBRAŽEVANJE V ZDRAVSTVU IN ZDRAVSTVENA NEGA DRUŽINE

09.30 – 09.50 **A study of Attrition in Student Nurses and Midwives / Raziskava o študijskem neuspehu med študenti zdravstvene nege  
in babištva**, dr. Sherrill Snelgrove, dr. Fiona Murphy, mag. Dawn Snow, College of Human and Health Sciences, Swansea University, UK

09.50 – 10.10 **Exploring the Potential of Communities of Practice within Healthcare / Pomen prakse v skupnosti za zdravstveno  
obravnavo**, dr. Debbie Tolson, University of the West of Scotland

10.10 – 10.30 **What do nurses and doctors say about family medicine? A cross-sectional survey among health professionals involved in  
primary health care in Bosnia-Herzegovina / Mnenja medicinskih sester in zdravnikov o družinski medicini. Presečna  
raziskava med zdravstvenimi delavci v primarnem zdravstvenem varstvu v Bosni in Hercegovini**, dr. Alexander Bischoff,  
Institute of Nursing Science, University of Basel, mag. Aldina Bukva-Mahmutovic, Fondacija fami

10.30 – 10.50 **Zdravstvena nega družine – primerjava izobraževalnih programov v Evropi: Projekt Family Health Nursing / Family health  
nursing – comparing educational programmes in Europe – Project Family Health Nursing**, mag. Jožica Ramšak Pajk, ZD  
Ljubljana in Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice, dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice

- 10.50 – 11.10 **Akademizacija obporodne skrbi: vloga znanja v profesionalizaciji babištvu / Academization of midwifery care: the role of the knowledge in professionalization process**, dr. Ana Polona Mivšek, Zdravstvena fakulteta Univerze v Ljubljani
- 11.10 – 11.40 *Discussion / Razprava*
- 11.40 – 12.10 *Break / Odmor*

#### CLINICAL RESEARCH/ KLINIČNO RAZISKOVANJE

- 12.10 – 12.30 **Music therapy as complementary therapy in midwifery care for women in their childbearing age / Glasbena terapija kot dopolnilna terapija v babiški negi žensk v rodni dobi**, mag. Teja Škodič Zakšek, Zdravstvena fakulteta Univerze v Ljubljani, dr. Valerie Fleming, Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Switzerland
- 12.30 – 12.50 **A case study of the negative effect caused by a mobile phone on blood coagulation and possible protection demonstrated with dark field microscopy / Študija primera o negativnih učinkih mobilnega telefona na strjevanje krvi in možna zaščita**, dr. Sangitama M. Huebner, Humaniversity Foundation, Netherlands
- 12.50 – 13.10 **Razumevanje in pomen duhovnosti in duhovne oskrbe v paliativni zdravstveni negi / Understanding and the importance of spirituality and spiritual care in palliative nursing**, Branka Toman, Splošna bolnišnica Jesenice, dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 13.10 – 13.30 **Assessment of current women's health risks during the prenatal period – implications for midwifery practice / Ocena trenutnih nevarnosti za zdravje žensk v prenatalnem obdobju - posledice za babištvu**, dr. Stefania Andrasikova, dr. Silvia Zultakova, dr. Lubica Rybarova, Presov University, Faculty of Health Care professions, dr. Alexandra Archalousová, Faculty Of Public Policies in Opava, The Institute of Nursing, Slovakia
- 13.30 – 13.50 **Ocena večpoklicnega kurikula o varnosti pacientov / Evaluation of multi-professional curriculum on patient safety**, dr. Andrej Robida, Center za izboljševanje kakovosti in varnosti zdravstvene obravnave in Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 13.50 – 14.00 *Discussion / Razprava*
- 14.00 – 15.10 *Lunch break / Kosilo*

#### SEKCIJE / THEMATIC SESSIONS

##### CLINICAL RESEARCH/ KLINIČNO RAZISKOVANJE (simultano tolmačenje)

- 15.10 – 15.15 **The relationship between parenting behavior of mothers in the early postpartum period and maternal role attainment in the 6th month in Turkey / Odnos med materinskim vedenjem v zgodnjem poporodnem obdobju in dojemanjem materinstva v šestmesečnem obdobju v Turčiji**, dr. Hüsnüye Çalıřır, dr. Zekiye Karaçam, dr. Seher Sarıkaya Karabudak, Aydın School of Health, Adnan Menderes University, Aydın, Turkey
- 15.15 – 15.30 **Ensuring medication skills and knowledge during nursing education / Zagotavljanje znanja in veřčin na področju zdravljenja v času izobraževanja za zdravstveno nego**, mag. Sinikka Holma, mag. Hannele Tyrväinen Jyväskylä University of Applied Sciences, Finland
- 15.30 – 15.45 **Mental health nurse prescribing: using a constructivist approach to investigate the nurse–patient relationship / Predpisovanje zdravil v psihiatrični zdravstveni negi: uporaba konstruktivnega pristopa za prepoznavanje odnosov med medicinsko sestro in pacientom**, dr. Jane Ross, Royal Cornhill Hospital, Aberdeen Scotland, dr. Alyson Kettles, Centre for Spirituality, Health and Disability, University of Aberdeen, Scotland and Assistant Professor, College of Nursing, Jesenice
- 15.45 – 16.00 **POSTER: Formal higher education of nurses in Bosnia and Herzegovina / Formalno izobraževanje medicinskih sester v Bosni in Hercegovini**, mag. Mediha Avdić, Duška Jović, Fondacija fami, Strengthening Nursing Project in Bosnia and Herzegovina (ProSes), dr. Rene Schwendimann, Institute of Nursing Science at the University of Basel, Switzerland 16.00 – 16.15 Discussion and closure of the first day of the international scientific conference / Razprava in zaključek prvega dneva mednarodne znanstvene konference

##### MANAGEMENT AND QUALITY IN HEALTH CARE / MANAGEMENT IN KAKOVOST V ZDRAVSTVU

- 15.10 – 15.15 **Izkušnje starostnikov s padci / Older people's experiences of falls**, Marija Trček, Dom upokoјencev dr. Franceta Bergelja Jesenice, dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 15.15 – 15.30 **Delegiranje – ključni element vodenja / Delegation – a key element of leadership**, mag. Mateja Lorber, Univerza v Mariboru, Fakulteta za zdravstvene vede, dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 15.30 – 15.45 **Ustreznost zapisa neželenega dogodka - pomemben element kakovosti v zdravstveni negi / Adequacy of the record of undesirable event - an important element of quality in nursing care**, Mojca Dobnik, Univerzitetni klinični center Maribor; mag. Mateja Lorber, Fakulteta za zdravstvene vede, Univerza v Mariboru, Jožefa Tomažič, Univerzitetni klinični center Maribor
- 15.45 – 16.00 Discussion and closure of the first day of the international scientific conference / Razprava in zaključek prvega dneva mednarodne znanstvene konference

##### CLINICAL RESEARCH – EXAMPLES OF IMPROVEMENTS IN CLINICAL PRACTICE / KLINIČNO RAZISKOVANJE – PRIMERI IZBOLJŠEVANJA PRAKSE

- 15.10 – 15.15 **Ocena poznavanja sladkorne bolezni ob razširjeni letni kontroli pri otrocih in mladostnikih s sladkorno boleznijo tipa 1 / The assessment of knowledge of diabetes management with expanded annual monitoring in children and adolescents with type 1 diabetes**, Ana Gianini, Univerzitetni klinični center Ljubljana, dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice

- 15.15 – 15.30 **Kritične točke prve in nadaljnje oskrbe novorojenčka: na dokazih podprta priporočila za dobro prakso / Critical issues with immediate and following care for a healthy newborn: evidence based recommendations for a good practice**, dr. Ana Polona Mivšek, Metka Skubic, mag. Teja Škodič Zakšek, dr. Anita Jug Došler, Zdravstvena fakulteta Univerze v Ljubljani
- 15.30 – 15.45 **Raziskovalni prispevki medicinskih sester in babic v UKC Ljubljana / Research articles of nurses and midwives in UMC Ljubljana**, mag. Maja Klančnik Gruden, Anita Jelen, Nataša Čermelj, Anita Prelec, Nataša Kermavnar, Mojca Tomažič, Univerzitetni klinični center Ljubljana
- 15.45 – 16.00 Discussion and closure of the first day of the international scientific conference / Razprava in zaključek prvega dneva mednarodne znanstvene konference

**Petek, 7. 6. 2013 / Friday, June 7<sup>th</sup>, 2013**

## PLENARNI DEL / PLENARY SESSIONS

### KLINIČNO RAZISKOVANJE IN IZOBRAŽEVANJE / CLINICAL RESEARCH AND EDUCATION

- 09.00 – 09.20 **Pod kakšnimi pogoji bi slovenski zdravniki družinske medicine pristali na redno uporabo e-pošte in mobilnega telefona za stike s svojimi bolniki? / Which circumstances would make Slovenian family physicians accept the regular use of e-mail and mobile phones in communications with their patients?**, dr. Polona Selič, Katedra za družinsko medicino, Medicinska fakulteta Univerze v Ljubljani
- 09.20 – 09.40 **Prepoznane vloge diplomirane medicinske sestre v patronažnem varstvu / Recognised roles of the community nurse in the health care**, Katja Kobal, ZD Radovljica, mag. Jožica Ramšak Pajk, ZD Ljubljana in Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 09.40 – 10.00 **Organizacijski dejavniki ambulantne družinske medicine v preventivi bolezni srca in ožilja / Organizational characteristics of family practices in chronic care for patients**, dr. Davorina Petek, Katedra za družinsko medicino, Medicinska fakulteta v Ljubljani
- 10.00 – 10.20 **Pomembnost poznavanja stilov spoznavanja v izobraževalnem procesu za poklice v zdravstvu / Importance of knowledge about the cognition styles in the educational process for health professions**, Metka Skubic, dr. Anita Jug Došler, Zdravstvena fakulteta Univerze v Ljubljani
- 10.20 – 10.40 *Razprava / Discussion*
- 10.40 – 11.00 *Odmor / Break*

### PROMOCIJA ZDRAVJA V VSEH ŽIVLJENJSKIH OBDOBJIH / HEALTH PROMOTION THROUGHOUT THE LIFESPAN

- 11.00 – 11.20 **Socio-demografske značilnosti, zdravje in življenjski slog starih ljudi v Sloveniji / Socio-demographic characteristics, health and life-style of old people in Slovenia**, dr. Simona Hvalič Touzery, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 11.20 – 11.40 **Promocija gibalne dejavnosti za šolsko uspešnost: rezultati anketne raziskave na reprezentativnem vzorcu 9-11 letnih slovenskih otrok / Health promotion in physical activity for academic competence: a cross-sectional survey among representative sample of Slovene 9-11 year olds**, dr. Joca Zorc, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 11.40 – 12.00 **Model cepljenja proti klopnemu meningoencefalitisu kot primer uspešnega povezovanja lokalne skupnosti, civilne držbe in javnega zdravstvenega zavoda / Vaccination campaign against tick borne encephalitis as an example of successful integration of the local community, civil society and the Public health institute**, dr. Irena Grmek Košnik, Zavod za zdravstveno varstvo Kranj, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 12.00 – 12.20 *Razprava / Discussion*
- 12.15 – 13.30 *Kosilo / Lunch break*

## SEKCIJE / THEMATIC SESSIONS

### POMEN RAZISKOVANJA IN NA DOKAZIH TEMELJEČEGA DELA / THE IMPORTANCE OF RESEARCH AND EVIDENCE-BASED WORK

- 13.30 – 13.45 **Celostni pristopi na področju zmanjševanja uživanja soli v Republiki Sloveniji / Integrated approaches to reducing salt intake in the population**, dr. Cirila Hlastan Ribič, Inštitut za varovanje zdravja RS, Slovenija, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice Slovenija, Jožica Maučec Zakotnik, dr. Ivan Eržen, Urška Blaznik, Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije
- 13.45 – 14.00 **Ali lahko tudi s pomočjo testa funkcijske neodvisnosti pacienta napovemo njegovo ogroženost za nastanek razjede zaradi pritiska? / Can we predict the risk of developing pressure sores based on the test of the functional independence?**, Romana Petkovšek-Gregorin, Katja Hribar, dr. Gaj Vidmar, URI-Soča
- 14.00 – 14.15 **Potrebe po znanju o paliativni oskrbi v domovih za starejše občane in na kliničnem oddelku za travmatologijo UKC Ljubljana / The needs for knowledge on palliative care in Nursing Homes and in the Clinical department of traumatology, University Medical Centre Ljubljana**, Breda Zupanc, Univerzitetni klinični center Ljubljana, dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 14.15 – 14.30 **Zgodnje odkrivanje delirija v enoti intenzivne terapije / Early detection of delirium in the intensive care unit**, Tjaša Čebašek, Aneta Sebešan, Splošna bolnišnica Jesenice, Slovenija
- 14.30 – 14.50 Razprava in zaključek konference / Discussion and the conclusion of the conference

## IZOBRAŽEVANJE IN KLINIČNO USPOSABLJANJE ZA POKLICE V ZDRAVSTVU / EDUCATION AND CLINICAL PRACTICE FOR HEALTH PROFESSIONS

- 13.30 – 13.45 **Razvoj kompetenc zdravstvene nege v kliničnem okolju / The Development of skills of Nursing students in a clinical setting**, mag. Vesna Čuk, Univerza na Primorskem, Fakulteta za vede o zdravju
- 13.45 – 14.00 **Metodološke zasnove raziskovanja vpliva izobrazbe in števila medicinskih sester na varnost in kakovost zdravstvene obravnave / The methodological design of research into the impact of education and the number of nurses on the safety and quality of medical treatment**, Gordana Lokajner, Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana, mag. Brankoregar, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 14.00 – 14.15 **Zdravstveno vzgojno delo medicinske sestre v ginekološkem dispanzerju / The work of the nurse in health education in gynecological dispensary**, Pepi Julijana, ZD Medvode, Erika Povšnar, OZG – OE Zdravstveni dom Kranj, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice, dr. Joca Zurc, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 14.15 – 14.30 **Zdravstveno vzgojno delo v okulistični ambulanti – primer zdravljenja sive mrežnice / Health education work in ophthalmologic outpatient clinic – treatment of cataract**, Valerija Vujanović, Očesni kirurški center dr. Pfeifer, dr. Joca Zurc, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice, Slovenija, dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice, Slovenija 14.30 – 14.50 Razprava in zaključek konference / Discussion and the conclusion of the conference

## IZVAJALCI ZDRAVSTVENE NEGE / NURSING CARE PROVIDERS

- 13.30 – 13.45 **Osebnostne in profesionalne vrednote medicinskih sester, zdravstvenih tehnikov in babic - članov Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana / Personal and professional values of nurses, midwives and health technicians- members of The Nurse and Midwifery Organization of Ljubljana - Pilot study**, Gordana Lokajner, Đurđa Sima, mag. Peter Požun, Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana
- 13.45 – 14.00 **Zadovoljstvo kliničnih mentorjev v zdravstveni organizaciji / Satisfaction of clinical mentors in health organization**, mag. Franka Kulaš, Univerzitetni klinični center Ljubljana, dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 14.00 – 14.15 **Vloga diplomirane medicinske sestre na odnos in razumevanje bolezni pri novo odkritih bolnikih s KOPB v referenčni ambulanti / Role of a registered nurse at a reference outpatient clinic in the attitude of patients newly diagnosed with COPD towards the disease and their understanding of it**, Metka Žitnik Šircelj, Zdravstveni dom Ljubljana Vič- Rudnik, dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice
- 14.15 – 14.30 Razprava in zaključek konference / Discussion and the conclusion of the conference

Kotizacija za udeležence mednarodne znanstvene konference znaša (za 6. in 7. 6. 2013):

- Aktivni udeleženci konference (plačilo do 10. 5. 2013) 200 EUR
- Aktivni udeleženci konference – študenti RS (plačilo do 10. 5. 2013) 170 EUR
- Aktivni udeleženci konference – študenti VŠZNJ (10. 5. 2013) 140 EUR
- Drugi udeleženci konference (plačilo do 10. 5. 2013) 240 EUR
- Drugi udeleženci konference (plačilo po 11. 5. 2013) 270 EUR

Enodnevne kotizacije ni. Pravne osebe (organizacije) plačajo kotizacijo po izstavitvi računa v valutnem roku. Fizične osebe (samoplačniki) morajo kotizacijo poravnati najmanj tri dni pred dogodkom. V kotizacijo so vključena predavanja, prehrana, zbornik predavanj, potrdilo o udeležbi in prevod prvega dne konference. Kotizacijo je potrebno nakazati na transakcijski račun Visoke šole za zdravstveno nego Jesenice, Spodnji Plavž 3, 4270 Jesenice na številko: SI56 0700 0000 1033 819, sklic 00-06062013. Dodatne informacije v zvezi s prijavo dobite na številki 04 586 93 60 ali e-pošti: center@vszn-je.si, [akrivic@vszn-je.si](mailto:akrivic@vszn-je.si). Prijave do 3. 6. 2013.

## Programski odbor konference / Conference Program Committee

*izr. prof. dr. Brigita Skela Savič, predsednica,*

*dr. Simona Hvalič Touzery, doc. dr. Joca Zurc, mag. Brankoregar, dr. Saša Kadivec, izr. prof. dr. Janko Kersnik, mag. Albina Bobna, mag. Mateja Lorber, mag. Vesna Čuk, mag. Jožica Ramšak Pajk, doc. dr. Saška Roškar, doc. dr. Ivica Avberšek Lužnik, doc. dr. Irena Grmek Košnik, izr. prof. dr. Fiona Murphy, izr. prof. dr. Alice Kiger, dr. Debbie Tolson, doc. dr. Angela Kydd*

Vljudno vabljeni!

## DEKANJA

izr. prof. dr. Brigita Skela Savič



Visoka šola  
za zdravstveno nego  
Jesenice

Center za vseživljenjsko učenje, karierno svetovanje, tutorstvo in mentorstvo  
Raziskovalni inštitut za področje zdravstva in zdravstvene nege

Vabimo vas na 5. mednarodno šolo raziskovanja

## OD RAZISKAVE DO PISANJA ČLANKA

5. junij 2013, na VŠZNJ, Predavalnica 3, ob 9.00

Predstavljene bodo izkušnje, praksa in razvoj raziskovanja v državah, iz katerih prihajajo vabljeni gostje. Na šolo raziskovanja so vabljeni študentje magistrskega študija, vodje in člani raziskovalnih in razvojnih timov ter odgovorni za vzpostavitev raziskovanja na nivoju zavodov in strokovnih združenj.

| SODELUJOČI:                                                                                               | NASLOV PRISPEVKA:                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>dr. Sherrill Snelgrove</b><br>College of Human and Health Sciences, Swansea University, UK             | Conducting qualitative longitudinal research: Pearls and pitfalls                                        |
| <b>izr. prof. dr. Hüsnüye Çalışır</b><br>Adnan Menderes University, School of Health, Turkey              | Research in nursing in Turkey                                                                            |
| <b>dr. Debbie Tolson</b><br>University of the West of Scotland, UK                                        | Getting Published                                                                                        |
| <b>René Schwendimann</b><br>Institute of Nursing Science at the University of Basel, Switzerland          | How Master of Science in Nursing students develop their research skills with their Master thesis         |
| <b>mag. Alvisa Palese</b><br>Udine University, School of Nursing, Italy                                   | Publication efficiency among the higher impact factor nursing journals in 2009: A retrospective analysis |
| <b>mag. Hannele Tyrväinen, Sinikka Holma</b><br>School of Health and Social Studies, JAMK, Finland        | Finnish research in nursing                                                                              |
| <b>dr. Elizabeth Curtis</b><br>Trinity College Dublin, School of Nursing and Midwifery                    | Research and evidence based practice                                                                     |
| <b>izr. prof. dr. Brigita Skela Savič, mag. Branko Bregar</b><br>Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice | Raziskovanje in publiciranje v zdravstveni negi v Sloveniji                                              |

Kotizacija je 50 EUR. V kotizacijo so vključeni pijača in prigrizki med odmorom, potrdilo o udeležbi in študijsko gradivo. Fizične osebe nakažejo kotizacijo na transakcijski račun Visoke šole za zdravstveno nego Jesenice, Spodnji Plavž 3, 4270 Jesenice na številko: SI56 0700 0000 1033 819, sklic 00-50004. Pravne osebe poravnajo kotizacijo po izstavitvi računa v valutnem roku.

Na 5. mednarodno šolo raziskovanja se lahko prijavite preko prijavnice, ki je objavljena v informativnem biltenu Utrip ali preko prijavnice, ki je objavljena na spletni strani Visoke šole za zdravstveno nego Jesenice, v rubriki Dogodki ([www.vszn-je.si](http://www.vszn-je.si)). Prijavnico natisnete, izpolnite in jo pošljite po pošti na naslov Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice, Spodnji Plavž 3, 4270 Jesenice ali po faksu na številko: +386 4 586 93 63.

Več informacij o programu in prijavi dobite na spletni strani [www.vszn-je.si](http://www.vszn-je.si).

**Vljudno vabljeni!**

DEKANJA

izr. prof. dr. Brigita Skela Savič



## FAKULTETA ZA ZDRAVSTVENE VEDE

Žitna ulica 15  
2000 Maribor, Slovenija  
[www.fzv.um.si](http://www.fzv.um.si)

### **Mednarodna konferenca »Z znanjem do razvoja in zdravja« International conference »Knowledge brings development and health« Maribor, 14. - 16. 05. 2013**

Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru v letu 2013 praznuje 20-letnico delovanja. V ta namen organiziramo mednarodno konferenco z naslovom »Z znanjem do razvoja in zdravja« - »Knowledge brings development and health«, ki bo od 14. do 16. maja 2013 na Fakulteti za zdravstvene vede Univerze v Mariboru.

Dogodek bomo zaključili s »svečano akademijo«.

#### **Program / Programme**

**Torek, 14. 05. 2013 / Tuesday, May 14th, 2013**

##### **PLENARNI DEL / PLENARY SESSION**

- 13:05 - 13:15 **Otvoritev mednarodne konference / Opening of the International conference**
- 13:15 - 14:00 **Skrb in medosebni odnosi v zdravstveni negi / Caring and interpersonal relations in nursing care**, Doc. dr. Majda Pajnkihar, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 14:00 - 14:45 **Vloga univerze pri razvoju inovacij, izboljšanju in večji varnosti pri zagotavljanju zdravstvenega varstva / The role of the University in developing innovation, improvement and better safety in health care delivery**, Prof. dr. Tony Butterworth, Professor Emeritus, University of Lincoln, UK
- 14:45 - 15:00 Razprava / Discussion
- 15:00 - 15:15 Odmor / Break
- 15:15 - 16:00 **Na dokazih utemeljena praksa in kompleksnost intervencij v zdravstvu / Evidence-based practice and the complexity of interventions in healthcare**, Prof. dr. Peter Callery, The School of Nursing, Midwifery and Social Work The University of Manchester, UK
- 16:00 - 16:45 **Status quo v praksi zdravstvene nege in oskrbi starostnika v Walesu / Taking the Temperature: the Status Quo of Nursing Practice and care of the Older Person in Wales**, Lorraine Morgan, Faculty of Health and Social Care, The Open University Wales, UK
- 16:45 - 17:00 Razprava in zaključek / Discussion and conclusion

**Sreda, 15. 05. 2013 / Wednesday, May 15th, 2013**

##### **PLENARNI DEL / PLENARY SESSION**

- 09:00 - 09:45 **Priprava prispevkov in objava v mednarodnih revijah / Writing for publication in international journals**, Dr. Verena Tschudin, School of Health and Social Care, University of Surrey, UK
- 09:45 - 10:30 **Ustanavljanje nove znanstvene revije – primer South Eastern Europe Health Science Journal (SEEHSJ) / Establishing a new scientific journal – an example of South Eastern Europe Health Science Journal (SEEHSJ)**, Prof. dr. Selma Uzunović, Zdravstveni fakultet Zenica, Univerza u Zenici, Fakultet zdravstvene nege, Univerzitet "Vitez" Travnik, BIH
- 10:30 - 11:15 **Pomen raziskovanja v zdravstveni negi: mednarodno sodelovanje pri raziskovanju / The importance of research in nursing: International collaboration in research**, Prof. dr. Arun K. Sigurdardottir, Faculty of Health Sciences, University of Akureyri, IS
- 11:15 - 11:30 Razprava / Discussion
- 11:30 - 12:00 Odmor / Break
- 12:00 - 12:45 **Poročanje o procesu, veljavnosti in rezultatih vsebinske analize: opis obdobja dveh desetletij / To report content analysis process, validity and results: description between two decades**, Dr. Satu Elo, dr. Maria Kääriäinen, dr. Tarja Pölkki, dr. Outi Kanste, prof. dr. Helvi Kyngäs, Institute of Health Sciences, University of Oulu, FI
- 12:45 - 13:30 **Etični vidiki raziskovanja v zdravstveni negi / Ethical aspects in nursing research**, Dr. Beata Dobrowolska, Medical University, Lublin, PL
- 13:30 - 13:50 **Stigmatiziranje oseb z duševno motnjo med medicinskimi sestrami in babicami / The presence of stigma towards people with mental disorders among nurses and midwives**, Prof. dr. Divna Kekuš, Sanja Stanisavljević, Zvonko Dimoski, Dragana Terzić Marković, Visoka zdravstvena škola strukovnih studija u Beogradu, RS

# IZOBRAŽEVANJE

- 13:50 - 14:00 Razprava / Discussion
- 14:00 - 15:00 Kosilo / Lunch
- 15:00 - 15:30 **Projekt ROSE (Zmanjšanje poklicnega stresa zaposlenih) – e-program obvladovanja stresa za zdravstvene delavce / The ROSE project (Reducing Occupational Stress in Employment) – An online stress management programme for health care workers**, Prof. dr. John SG Wells, School of Health Sciences, Waterford Institute of Technology, IE
- 15:30 - 16:00 **Ocenjevanje psihosocialnega stresa na področju zdravstvenega varstva z uporabo vprašalnika o zadovoljstvu pri delu / Assessing psychosocial stress in the health care sector using the job content questionnaire**, Prof. dr. Margaret Denny, School of Health Sciences, Waterford Institute of Technology, IE
- 16:00 - 16:20 **Razvijanje socialnih veščin – empirična raziskava poklicne skupine v zdravstveni negi / The development of social skills - An empirical study of the occupational group of nursing**, Monika Rode, University of Applied Sciences Münster, DE
- 16:20 - 16:40 **Pravni vidiki odgovornosti pri delu medicinskih sester / Legal Responsibilities of Nurses**, Dr. Jadranka Stričević, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, doc. dr. Suzana Kraljič, Pravna fakulteta Univerze v Mariboru doc. dr. Majda Pajnkihar, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 16:40 - 17:00 Razprava in zaključek / Discussion and conclusion

Četrtek, 16. 05. 2013 / Thursday, May 16th, 2013

## PLENARNI DEL / PLENARY SESSION

- 09:15 - 09:45 **Magistrski in doktorski študij v zdravstveni negi: ustvarjanje novega znanja z uporabo znanstvenih metod / Masters and doctoral studies in nursing: Creating new knowledge by using scientific methods**, Izr. prof. dr. Brigita Skela Savič, Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice, SI
- 09:45 - 10:00 **Razvoj raziskovalnih potencialov pri študiju zdravstvene nege / Development of research potential in nursing study**, Red. prof. dr. Radivoje Radić, Medicinski fakultet Sveučilišta J.J. Strossmayer, Osijek, HR
- 10:00 - 10:15 **Možnosti razvoja karierne poti na področju raziskovanja v zdravstveni negi / Career development opportunities in nursing research**, Barbara Donik, mag. Mateja Lorber, Barbara Kegl, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 10:15 - 10:30 **Optimiziranje visokošolskega poučevanja in učenja s konstruktivno poravnavo predmetov in študijskih programov / Optimizing higher education teaching and learning through constructive alignment of courses and study programs**, Izr. prof. dr. Slavko Cvetek, Milena Pišlar, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 10:30 - 10:45 Razprava / Discussion
- 10:45 - 11:15 Odmor / Break

## Sekcija - ZNANJE IN VARNOST V KLINIČNEM OKOLJU - predavalnica 2 /

### Thematic session - KNOWLEDGE AND SAFETY IN CLINICAL ENVIRONMENT - classroom 2

- 11:15 - 11:30 **Varno delovno okolje za člane negovalnega tima / Secure working environment of nursing team members**, Dr. Jadranka Stričević, doc. dr. Majda Pajnkihar, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 11:30 - 11:45 **Model prioritetnih kompetenc mentorjev zdravstvene nege / A priority competences model of mentors in nursing**, Petra Kamenšek, Univerzitetni klinični center Maribor, SI
- 11:45 - 12:00 **Prepoznavanje latentnih napak s simulacijami v kliničnem okolju – in situ simulacije / Identification of latent errors during simulation in clinical settings – in situ simulations**, Doc. dr. Miljenko Križmarič, Medicinska fakulteta in Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, Anemarija Smonkar, Univerzitetni klinični center Maribor, SI
- 12:00 - 12:15 **Uporaba supraglotičnih pripomočkov v oskrbi dihalnih poti / The use of supraglottic devices in respiratory care**, Maja Strauss, Anton Koželj, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 12:15 - 12:30 **Zdravstvena nega bolnika pri trombolitičnem zdravljenju možganske kapi / Thrombolytic therapy of stroke patient in nursing care**, Jasmina Nerat, mag. Vida Gönc, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 12:30 - 12:45 **Osveščenost staršev o preventivnih obiskih otrok / Parental awareness on children preventive examinations**, Barbara Kegl, mag. Milica Lahe, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 12:45 - 13:00 Razprava in zaključek / Discussion and conclusion

## Sekcija - JAVNO ZDRAVJE IN KAKOVOST V ZDRAVSTVENI NEGI - predavalnica 3 /

### Thematic session - PUBLIC HEALTH AND QUALITY IN NURSING - classroom 3

- 11:15 - 11:30 **Pomen izobraževanja za obvladovanje bolečine / The importance of education for pain management**, Mojca Dobnik, Univerzitetni klinični center Maribor, SI

- 11:30 - 11:45 **Merjenje z zdravjem povezane kakovosti življenja pri multipli sklerozi / Measuring health-related quality of life in multiple sclerosis**, Dominika Jakl, doc. dr. Majda Pajnikihar, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 11:45 - 12:00 **Sprejemanje odločitve v družini za odhod starostnika v domsko varstvo / The family decision for placing the older person in institutional care**, Doc. dr. Ana Habjanič, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 12:00 - 12:15 **Pomen higijene bolnišničnih tekstilij za zdravje / The importance of hospital textiles hygiene for health**, Doc. dr. Sabina Fijan, prof. dr. Sonja Šostar Turk, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 12:15 - 12:30 **Škodljivost ambrozije na zdravje / Ambrosia, harmful to health**, Urška Vernik, prof. dr. Sonja Šostar Turk, mag. Mateja Lorber, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 12:30 - 12:45 **Obvladovanje higienskih razmer na bazenskih kopališčih za varovanje zdravja / Hygiene conditions management at swimming pools for health protection**, Vesna Fluher, doc. dr. Majda Pajnikihar, prof. dr. Sonja Šostar Turk, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, SI
- 12:45 - 13:00 Razprava in zaključek / Discussion and conclusion

### Splošne informacije

Organizator si pridružuje pravico do manjših sprememb v programu.

Mednarodna konferenca je namenjena zaposlenim v zdravstveni in babiški negi, zaposlenim in študentom na visokošolskih zavodih, kjer se izobražujejo študenti zdravstvene nege in zdravstvenih ved ter širši strokovni javnosti.

Mednarodna konferenca je v postopku dodelitve licenčnih točk na Zbornici zdravstvene in babiške nege Slovenije.

### Prijave in dodatne informacije

Na konferenco se lahko prijavite z e-prijavnico na spletni strani Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru [www.fzv.uni-mb.si](http://www.fzv.uni-mb.si). Prijave sprejemamo do 10. 05. 2013. Število prijav je omejeno.

Kotizacija, v višini 150,00 EUR z DDV, je potrebno poravnati na račun Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru, Žitna ulica 15, 2000 Maribor na TRR: SI56 0110 0609 0125 827, sklic 00 05-2013. Račun boste prejeli po konferenci. Zaposleni in študenti Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru so plačila kotizacije oproščeni.

Dodatne informacije lahko dobite na spletni strani Fakultete za zdravstvene vede Univerze v Mariboru [www.fzv.uni-mb.si](http://www.fzv.uni-mb.si), in na telefonski številki 02/300 47 32 (ga. Aleksandra Lovrenčič), ali preko e-pošte [aleksandra.lovrencic@um.si](mailto:aleksandra.lovrencic@um.si).

## TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA Z VKLJUČENIM AED

**Datum:** Ponedeljek, 17. 6. 2013 v Ljubljani

**Kraj:** DMSBZT Ljubljana, Poljanska cesta 14

Pričetek ob 8.30. uri

Registracija udeležencev med 8. in 8.30. uro

**Organizator:** Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ljubljana v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu.

**Program izobraževanja:** Teoretična znanja, praktične veščine, preverjanje znanja in veščin za izvajanje temeljnih postopkov oživljanja.

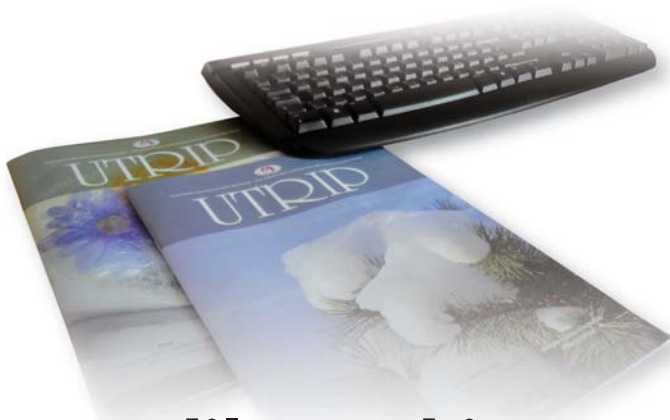
Program je v celoti objavljen na spletni strani DMSBZT Ljubljana [www.drustvo-med-sester-lj.si](http://www.drustvo-med-sester-lj.si)

**Kotizacija:** Kotizacija z DDV za člane znaša 80,00 €, za nečlane 160,00 € in se plača po izstavljenem računu. Število udeležencev je omejeno do 32 udeležencev.

**Licenčne točke:** Izobraževanje se vodi v evidenci strokovnih izpopolnjevanj in izobraževanje pri Zbornici – Zvezi. Vrednotenje v postopku.

**Dodatne informacije in prijava:** Prijava preko prijavnice na spletni strani DMSBZT Ljubljana: [www.drustvo-med-sester-lj.si](http://www.drustvo-med-sester-lj.si) (plačnik/zavod, davčna številka, številka članske izkaznice, številka licence) do 3. 6. 2013, oziroma do zasedenosti. Dodatne informacije: Irma Kiprijanovič (041 754 695) oz. [irma.kiprijanovic@gmail.com](mailto:irma.kiprijanovic@gmail.com)





# Navodila za objavo prispevkov, obvestil in izobraževanj v Utripu

## Spoštovani avtorji prispevkov in oglaševalci!

Prosimo, da prispevke in obvestila, za katere želite, da jih objavimo v Utripu v naslednjem mesecu, pošljete na elektronski naslov uredništva [Utripa.utrip@zbornica-zveza.si](mailto:Utripa.utrip@zbornica-zveza.si) najkasneje do 20. v tekočem mesecu.

## Prispevki

Prispevki, ki bodo prispeli pozneje, bodo objavljeni v poznejšem terminu, oziroma sploh ne, če ne bodo več aktualni ali ne bodo pripravljeni in oddani v skladu z navodili za objavo.

Prispevke bomo lektorirali. Lektorirali ne bomo najav strokovnih izobraževanj in plačanih obvestil oziroma oglasov, razen če tega ne boste izrecno zahtevali.

Dovoljujemo si, da predolge prispevke krajšamo.

Prispevkov ne honoriramo.

Obvezno napišite naslov prispevka, rubriko, v kateri želite, da je prispevek objavljen, ime in priimek avtorja besedila ter fotografij.

Prispevki naj bodo napisani v programu Word, pisava Ariel (12) in presledek med vrsticami 1,5.

Zaželeno je, da prispevki niso daljši kot 5000 znakov (oziroma 90 vrstic). Ime datoteke naj se začne z imenom rubrike (kamor prispevek sodi) in nadaljuje s skrajšanim naslovom.

Prosimo, da pri poimenovanju datotek ne uporabljate šumnikov.

Če ste k prispevku priložili digitalno fotografijo ali dve, naj bo prispevek temu primerno krajši.

Prispevkov, ki so bili že objavljeni v drugih medijih, ne bomo objavili.

Za vse trditve v prispevkih so odgovorni avtorji sami, zato objavljamo le prispevke s podpisanim polnim imenom in priimkom. Prosimo, napišite nam tudi naslov in telefonsko številko, na katero vas lahko pokličemo, če bomo imeli vprašanja v zvezi z objavo prispevka oziroma oglasa.

## Fotografije

Digitalne fotografije naj ne bodo del prispevkov v Wordu, ampak naj bodo oddane kot samostojne priponke – ne v Wordu (jpg idr.). Fotografije morajo biti kakovostne, ker jih sicer ne bomo mogli objaviti. Prosimo, da so fotografije opremljene s podnapisom (vsebuje naj kraj, čas dogodka in imena oseb, če jih ni več kot sedem) in imenom avtorja.

Podnapis naj bo sestavni del prispevka v Wordu.

## Odmevi

Odmevi na prispele članke oziroma prispevke za rubriko Prejeli smo so lahko dolgi največ 1500 znakov. Če so daljši in jih ne krajša avtor, jih krajša odgovorna urednica. Ne objavljamo odmevov z žaljivimi in neresničnimi vsebinami. Objavljamo samo odmeve članic in članov Zbornice – Zveze.

## Izobraževanja

Napovedi izobraževanj objavimo v obrazcu, ki je na voljo na spletni strani. Na spletni strani Zbornice – Zveze pa objavimo celoten program izobraževanja.

Brezplačno objavimo samo izobraževanja, ki jih organizira ali soorganizira Zbornica – Zveza (strokovne sekcije, strokovna društva, Center za strokovni, karierni in osebnostni razvoj, delovne skupine Zbornice – Zveze ...).

Vsa izobraževanja objavimo samo v obliki obrazca (izjema je kongres Zbornice – Zveze ali mednarodni kongres), celoten program pa na spletni strani Zbornice – Zveze. Plačane oglase objavimo v obliki, kot jo zahteva plačnik.

Izjemoma so možne kompenzacije – objava oglasa v zameno za kotizacije.

## Napovedi interesnih dejavnosti strokovnih društev

objavimo v obrazcih, ki so na voljo na spletni strani Zbornice – Zveze, ali pa na običajen način, vendar je obseg omejen na 1/3 strani v Utripu.

## Prosimo za čim manj kasnejših popravkov poslanih besedil in programov izobraževanj.

Mnenja o uredniški politiki Utripa, predloge za nove rubrike idr. sprejemamo po elektronski pošti [utrip@zbornica-zveza.si](mailto:utrip@zbornica-zveza.si).

# NAGRADNA KRIŽANKA

Marko Drešček





TOSAMA

Since 1923

| UTRIP                               | VOZNIK KAMIONA | TURŠKO IME ZA MALO AZIJO | MAJHNO PRAV-LJIČNO BITJE, PALČEK | MESTO V BOSNI SEVERO-VZHOD. OD SARAJEVA     | CUNJA, KRPA               | TEKMO-VANJE PRI STARIH GRKIHI |
|-------------------------------------|----------------|--------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| MANJŠA PTICA PEVKA Z RDEČIM OPRSJEM |                |                          |                                  |                                             |                           |                               |
| ZDRAVNIK SPECIALIST ZA NOVO-TVORBE  |                |                          |                                  |                                             | 11                        |                               |
| KOVINSKI SPOJ                       | 7              |                          |                                  | JAPONSKI SMUČ. SKAKALEC (DAIKI)             |                           |                               |
| SLAVILNA LIRSKA PESEM               |                |                          |                                  | HOKEJIST MURŠAK<br>LASTNA SE VALJA POD MIZO |                           |                               |
| ANG. REŽISER IN PRO-DUCENT (PAUL)   |                |                          |                                  | 5                                           | RUSKA TEKAČICA PRIVA-LOVA | ORJAŠKI TROPSKI KUŠČAR        |
| OZNAKA NIZO-ZEMSKE                  |                |                          | VŠITEK (REDKO)<br>TEŽA EMBALAŽE  |                                             |                           |                               |

|                                                                |                            |                                    |                                 |                                           |                                                |                                      |                                      |                                              |                                      |                                          |                      |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------|----------------------|
| AVTOR: MARKO DREŠČEK                                           | OBLIKOVNA PREDLOGA, VZOREC | TROPSKO DREVO S PLODOVI ZA ZAČIMBO | ŽENSKA TKANINA ZA ŽENSKO OBLEKE | TRETJI PROGRAM RADIA SLOVENIJA            | PRESOJNA TKANINA ZA ŽENSKO OBLEKE              | NIKALNICA                            | ROMAN HANSA HABEJA                   | VLAKNA ZA IZDELAVO VREČEVINE PAČEK, NEMARNEŽ | 6                                    | ROBERT ALTMAN<br>HRANA, JEDAČA           |                      |
| ODŠKOD-NINA, DOLOČENA OB SPRAMI                                | 3                          |                                    |                                 |                                           |                                                |                                      |                                      | GLAVNO MESTO ALZIRIJE<br>TRTNÍ HROŠČ         |                                      |                                          | 10                   |
| ELEK-TRARNA NA VODNI POAGON                                    |                            |                                    |                                 |                                           |                                                |                                      |                                      | 4                                            |                                      |                                          |                      |
| ANTIČNO IME ZA MESTO HOMSI V SIRLIJI                           |                            |                                    |                                 |                                           |                                                | VEČJI KOS POHISTVA<br>SEDMA GR. CRKA |                                      |                                              |                                      | KIT. UTEŽ-NA MERA<br>TREBUH (ANATOM-SKO) |                      |
| HLADNO OROŽJE ZA SEKANJE IN VBADANJE                           |                            |                                    |                                 | MESTO V SLOW GORICAH<br>STAROGR. FILOZOFO |                                                |                                      |                                      |                                              | ANGELINA JOLIE<br>DIVAN, BLAZINJAK   | NEKD. AMER. ATLET (DWIGHT)               | INDUSKI VERSKI SPISI |
| ŠVIC.-FRANC. PISATELJ (CLAUDE)                                 |                            |                                    |                                 |                                           | KRAJ PRI POREČU<br>NAŠE VIŠO-KOGORSKO SMUČIŠČE |                                      |                                      | SNOV IZ NEZGOR-LJIVIH VLAKEN<br>RUS. REKA    | 1                                    |                                          |                      |
| PRISILNO DELO V FEVDALIZMU<br>FILM ANDREJA HIENGA IZ LETA 1955 |                            |                                    |                                 |                                           |                                                | NACIJA ATLETSKA DISCI-PLINA          |                                      |                                              |                                      | TALE FRANC. KOMIK IN REŽISER (JACQUES)   |                      |
| AVSTRAL. MEDVEDEK VREČAR                                       |                            | 2                                  |                                 |                                           | BRKATA PTICA UJEDA<br>KRAJ PRI OPATIJU         |                                      |                                      | SVETLOBNI KVANT<br>VRBA IVA (NAREČNO)        |                                      |                                          |                      |
| NAŠ HARMO-NIKAR (SLAVKO)                                       |                            |                                    |                                 |                                           |                                                |                                      | NAJTIRSI DRAG KAMEN<br>LADO AMBROZIČ |                                              |                                      | 8                                        |                      |
| IZVEDENEC ZA LEKSI-KOLOGIO                                     |                            |                                    |                                 |                                           |                                                |                                      |                                      |                                              | STAR NARKOTIK                        |                                          |                      |
| POGOSTO SRBSKO MOŠKO IME, ALEK-SANDAR                          |                            |                                    |                                 | SKRIVEN NAKLEP                            | 9                                              |                                      |                                      |                                              | REKA NA MEJI MED NEMČIJO IN POLJSKO. |                                          |                      |

|                                               |   |   |   |   |    |    |   |   |   |
|-----------------------------------------------|---|---|---|---|----|----|---|---|---|
| OZNACENE<br>CRKE<br>RAZPORE-<br>DITE<br>V LJK | 1 | 2 | 3 | 4 | 11 | 2  | 5 | 6 | 4 |
|                                               | 7 | 2 | 8 | 9 | 2  | 10 | 2 | 7 | 9 |

**Natura Femina** Blagovna znamka Natura Femina je uveljavljena Tosamina znamka bombažnih vložkov, ščitnikov perila in tamponov premium kvalitete. Namenjena je zahtevnejši ciljni publiki, ki ceni zdrav način življenja in se zaveda pomena uporabe naravnih izdelkov pri preprečevanju in zdravljenju vulvo - vaginalnih vnetij in različnih infekcij. Natura Femina je izdelana iz 100-odstotnega naravnega bombaža. Izdelki ne vsebujejo klora, parfumov in drugih dodatkov, so pH-nevtralni in dermatološko testirani. Strokovnjaki jih priporočajo tudi ob najbolj občutljivih ginekoloških težavah.

**Pravilne rešitve - geslo nagradne križanke nam posredujte do 20. maja 2013 na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana ali po e-pošti na naslov [utrip@zbornica-zveza.si](mailto:utrip@zbornica-zveza.si) in izžrebali bomo 3 nagrajence.**

**Nagrajenci, članice oziroma člani Zbornice – Zveze, bodo objavljeni v naslednji številki. Poštar jih bo presenetil z nagrado podjetja Tosama d.d.**



# Nakupite na spletu, prevzemite doma ali na poti.

V prenovljeni Mercatorjevi spletni trgovini vse nakupe opravite prek spleta ter se sami odločite, kje in kdaj jih boste prevzeli. Izbirate lahko med skoraj 6000 izdelki, med katerimi najdete tudi sveže sadje in zelenjavo ter kruh in pekovske izdelke. Za hitre in enostavne nakupe, ki vam prihranijo čas in poti, sledite trem preprostim korakom:

**1** Najprej pobrsajte med skoraj 6000 izdelki v naši spletni trgovini in izberite najljubše.

**2** Pri spletnem plačilu izberite način prevzema: s storitvijo **Klik in dvig** izdelke prevzamete na eni od petih točk v Sloveniji, s storitvijo **Klik na dom** pa vam izdelke pripeljemo na dom.

**3** Ob dogovorjenem času prevzemite izdelke doma ali na prevzemni točki.

Več na [www.mercator.si/trgovina](http://www.mercator.si/trgovina)



**Mercator**

Spletna trgovina