

MOJE ZDRAVJE

Glasilo Splošne bolnišnice Brežice



Številka 1, letnik 9

SLOVENIJA TRANSPLANT

V organizaciji Slovenija Transplant je od 25.–27. 11.2015 v Logarski dolini potekal seminar za koordinatorje transplantacijskih ekip iz slovenskih bolnišnic. Seminar so vodili predavatelji organizacije Eurotransplant iz Barcelone in sodelavci Slovenija Transplanta: zdravniki, psihologi in koordinatorji. Španija je evropska država z najbolj razvito službo za transplantacijo organov.

Prvi dan smo se seznanili z organizacijo in njihovim delom v Španiji. V nadaljevanju je bila prikazana statistika razvoja transplantacijske službe po evropskih merilih, po katerih je Slovenija med prvimi šestimi državami po številu transplantiranih organov na prebivalca.

Drugi dan so bila predavanja na temo organizacije službe v regionalnih bolnišnicah. Predstavljeni so bili načini izbire možnih darovalcev organov. Prikazan je bil način ugotavljanja možganske smrti s poudarkom na naši zakonodaji in algoritmu. Prikazana je bila tudi psihološka plat sporočanja slabe novice sorodnikom umrlega, način sporočanja in načelo, da se po sporočeni novici načne pogovor o morebitnem darovanju organov, če je bila pokojna oseba darovalec. Tretji dan je bil dopoldan rezerviran za delavnice: A - Vzdrževanje darovalca do prihoda eksplantacijske ekipe, B - Protokol za ugotovitev možganske smrti in C - Sporočanje slabe novice in delo koordinatorja. Seminar se je zaključil s preizkusom znanja.

Iz SB BREŽICE je bila s strani Slovenija Transplanta povabljen tričlanska ekipa: Lačan, Žvar in Rus. Letos pomladi je bila v naši bolnišnici opravljena prva uspešna eksplantacija organov. Delo, ki smo se ga lotili, je bilo stresno in naporno, vendar uspešno. Imeli smo srečo, da se je družina s postopkom strinjala, zaradi česar je bilo najtežje delo enostavno. Eksplantiranih je bilo pet organov in vsi so bili uspešno inplantirani. Tako je pet ljudi dobilo novo priložnost za življenje – petdesetim ljudem smo s tem polepšali življenje.

Ponujena nam je možnost, da tudi mi postanemo del organizacije Slovenija Transplant. Prvič smo bili deležni izredno velike pomoči koordinatorjev Slovenija Transplanta, za kar smo jim globoko hvaležni. Za

prihodnje moramo pripraviti načrt ter organizirati dodatno izobraževanje dodatnega osebja iz naše bolnišnice. Zavedamo se, da je že eno samo rešeno življenje vredno našega truda.

Marina Lačan, dr. med., spec. anest. z reanim., predstojnica Oddelka za anest., reanim. in int. zdr.

Matic Žvar, dr. med., zdravnik specializant

Antonija Rus, DMS

MR ŠOLA 2015

V kratko odmerjenem času so nam uveljavljeni predavatelji iz Slovenije in sosednjih držav pripravili pregled vseh najpomembnejših področij iz MR diagnostike.

Otvoritev je pripadla novi hibridni veji radiologije PET-MRI, ki si s svojo izjemno tkivno in prostorsko ločljivostjo, predvsem pa iz boljšega varnostnega vidika v primerjavi s presečnimi metodami, ki uporabljajo kot vir ionizirajoče sevanje, čedalje bolj utira pot k vsakodnevni uporabi, predvsem v obravnavi onkoloških bolnikov.

Dr. Berden in dr. Maksimovič sta nam predstavila najpogostejše indikacije za uporabo MR v kardiotorakalni diagnostiki, kjer se je MR izkazala za najučinkovitejšo v diagnostiki miokarditov, kardiomiopatij in še posebej v diagnostiki srčno-žilnih anomalij otrok.

Na področju muskuloskeletne patologije je MRI zlati standard za diagnostiko intraartikularnih poškodb kolena, rame, kolka in hrbtenice. Brez njega pa si noben sodoben zdravnik ne more predstavljati obravnave mehko tkivnih tumorjev ali široke skupine spondiloartritisa.

V zadnjem petkovem sklopu so nam abdominalni radiologi predstavili širok spekter uporabe MRI pri abdominalni patologiji, ki občasno že izriva do sedaj ustaljeni metodi kot sta UZ in CT.

Veliko natančnejša je MR pri iskanju majhnih oziroma zgodnjih patoloških formacij jeter (predvsem HCC), predvsem z uporabo hepato specifičnih kontrastnih sredstev, ki bistveno pripomorejo h kateterizaciji lezij in ustreznemu zdravljenju bolnikov.

Poseben doprinos ima MRI tudi v diagnostiki in spremljanju zdravljenja bolnikov s KUCB (Chronova bolezen in ulcerozni kolitis), pri stagingu karcinoma rektuma ter v diagnostiki karcinoma prostate (predstavljene nove smernice PI-RADS 2) in endometriozе.

Sobotni del se je začel s predstavitvijo MR diagnostike bolezni dojke, ki čedalje pogosteje predstavlja končno stopnjo predvsem pri opredelitvi sumljivih mejnih sprememb - na podlagi teh preiskav temelji izbor zdravljenja bolnic.

Sledila je predstavitev obstoječega prenatalnega MRI in posebnosti MR preiskav ter uporabnost na področju pediatrične populacije.

V širokem sklopu nevroradiologije so bile predstavljene predvsem vse prednosti in dodatne možnosti MR diagnostike na področju možganskih krvavitev, iskanje in staging tumorjev ter drugih patoloških procesov glave in vratu, razvoj perfuzijskega MR slikanja pri opredelitvi penumbre -

možganskega tkiva, ki se ga še da rešiti pri CVI, ter iskanje vzrokov in morebiti še kirurško rešljivih primerov epilepsije.

Vsekakor je MR že danes zlati standard na področju muskuloskeletne radiologije in tudi nevro radiologije, čedalje večjo vlogo pa pridobiva tudi na ostalih področjih, predvsem kardiotorakalne in abdominalne radiologije. Brez nje si sodobne diagnostične obravnave bolnikov ne bi mogli predstavljati.

Sonja Arnšek, dr. med., zdravnik specializant

POROČILO NADZORA KATEGORIZACIJE ZAHTEVNOSTI BOLNIŠNIČNE ZDRAVSTVENE NEGE

5.11.2015 je v UKC Ljubljana potekal sestanek Stalne delovne skupine SKZBZN, kjer je bil poudarjen pomen rednega in natančnega kategoriziranja bolnikov v zdravstveni negi ter pomen natančnega dokumentiranja v negovalno dokumentacijo. Kategorizacija zahtevnosti bolnišnične ZN bo podlaga za zaposlovanje kadrov na področju zdravstvene nege. Izvajali se bodo napovedani in nenapovedani notranji in zunanji nadzori kategorizacije ZN (Ministrstvo za zdravje).

V naši ustanovi smo 3.12.2015 že izvedli napovedan notranji nadzor. V nadzoru smo sodelovali Lidija Kos, Alenka Mikec, Andreja Žižek in Sonja Klakočar. Nadzor je bil opravljen v času med 13.00 in 15.30 uro na vseh oddelkih bolnišnice. V nadzor je bilo vključenih 23 pacientov (19,8%) od vseh 116 hospitaliziranih bolnikov, kar je v skladu s priporočenim deležem nadzora kategoriziranja. Pri ugotavljanju skladnosti kazalnikov, kategorij in meril kategoriziranja bolnišnične ZN so se upoštevali zapisi kategoriziranja v informacijski program Birpis, zapisi izvedenih negovalnih intervencij ZN v negovalni dokumentaciji, pogostost zabeleženih opazovanj ali aplikacij terapije na temperaturnem listu in odgovori odgovorne diplomirane medicinske sestre na bolniškem oddelku o načinu izvajanja vsebinskih kazalcev od 1 do 7. Nadzor je bil izveden v skladu z navodili, ki jih opredeljuje Priročnik SKZBZN, verzija 4.

1. KAZALCI NADZORA OD 1 DO 7: SKLADNOST VSEBINSKIH KAZALCEV NADZORA

Vsebinski kazalci nadzora opredeljujejo postopke, vire podatkov in način kategoriziranja ter upoštevanje kriterijev za KZN. Ugotovljena skladnost vsebinskih kazalcev je bila 100%. To pomeni, da diplomirane medicinske sestre na vseh oddelkih kategorizirajo redno, vsak dan med 13. in 15. uro za preteklih 24 ur, ob tem upoštevajo pravilo 8 ur. Kategorija ZN je dnevno zabeležena v negovalno oz. zdravstveno dokumentacijo, ti podatki so razvidni iz zdravstvene dokumentacije.

2. KAZALEC NADZORA 8: SKLADNOST KATEGORIJ

Pri nadzoru skladnosti kategorij je bila ugotovljena 91% skladnost na bolnišnični ravni. Skladnost kategorij po posameznih oddelkih:

- interni oddelek 75 %,
- kirurški oddelek 80 %,

- ostali oddelki 100 %.

3. KAZALEC NADZORA 9: SKLADNOST MERIL

Pri ugotavljanju skladnosti meril je bila na bolnišnični ravni 87,32% skladnost. Skladnost meril po posameznih oddelkih:

- interni oddelek 79,5 %,
- kirurški oddelek 73 %,
- CIT 90,9 %,
- otroški oddelek 93,2 % in
- ginekološki oddelek 100 %.

UGOTOVITVE NOTRANJEGA NADZORA:

Pri nadzoru smo ugotovile, da se je negovalna dokumentacija dopolnila in izboljšala, predvsem na internem oddelku, kjer se je izboljšalo tudi sodelovanje. Posledica tega je boljši rezultat nadzora, kar je zelo pozitivno. Na nadzoru smo opozorile na določene parametre, ki se morajo bolj dosledno beležiti, kjer ni dovolj samo kljukica (npr. obračanje bolnika – kdaj je levi, desni bok ali hrbet, hranjenje – točno definirati, ali potrebuje spodbudo, delno pomoč ali ne). Na otroškem oddelku smo opozorile, da je potrebno bolj natančno zabeležiti kdaj so starši v pomoč pri izvajanju aktivnosti otroka (hranjenje, osebna higiena) in kdaj niso. Na ginekološkem oddelku smo se strinjale, da je potrebno bolj natančno v rodni zapisnik beležiti vsaj tri vitalne funkcije in/ali istočasno vsaj tri druga stanja (krvavitve...) 8 do 12 krat na dan, da lahko opravičijo nadzor na dve do tri ure in s tem III. kategorijo. Na kirurgiji en pacient ni bil kategoriziran v programu Birpis, zato je procent KZN manjši.

Skupna ugotovitev nadzora je, da se je kategoriziranje ZN na bolnišnični ravni izboljšalo, kar je razvidno tudi iz rezultatov. Potrebno je še dopolniti določene rubrike v negovalni dokumentaciji in se še izpopolnjevati v znanju kategoriziranja ZN. V ta namen pripravljamo Zveza-Zbornice delavnico na temo Kategorizacija zahtevnosti zdravstvene nege in načrtovanje, in sicer dne 21.1.2016 od 14.30 do 19.00 ur na sedežu Zveze-Zbornice. Udeležba bi bila zelo zaželena. V začetnih dveh mesecih leta 2016 bomo izvedli še en nenapovedan nadzor KZN.

Poročilo pripravila Sonja Klakočar, DMS

OPOMNIK ŽIVLJENJA

Zdravje:

- ✓ Pijte veliko vode.
- ✓ Zajtrkujte kot kralj, kosite kot služabnik, večerjajte kot berač.
- ✓ Jejite čim več presne hrane – sadja, zelenjave.
- ✓ Živite z EGE: Energija – Gorečnost – Empatija.
- ✓ Hodite vsaj 30 minut vsak dan se pri tem smehljajte.
- ✓ Čim več se igrajte.
- ✓ Preberite več knjig kot v prejšnjem letu.
- ✓ Sedite v tišini vsaj 10 minut na dan.
- ✓ Spite po 7 ur.

Osebnost:

- ✓ Ne primerjajte svojega življenja z drugimi. Ne veste, za kaj pravzaprav gre na njihovem >potovanju<.

- ✓ Ne bodite polni negativnih misli ali stvari, ki jih ne morete nadzorovati. Namesto tega vložite svojo energijo v sedanji pozitiven trenutek.
- ✓ Ne delajte preveč. Ne presečajte svojih meja.
- ✓ Ne bodite preresni.
- ✓ Ne zapravljajte svoje dragocene energije za obrekovanje.
- ✓ Sanjajte več, ko ste budni.
- ✓ Zavist je izguba časa. Vse kar potrebujete, že imate.
- ✓ Pozabite na vprašanja iz preteklosti. Ne spominjajte svojega partnerja/partnerke na napake iz preteklosti. To bo uničilo VAŠO srečo.
- ✓ Življenje je prekratko, da bi ga zapravljali na sovraštvo. Ne sovražite.
- ✓ Pomirite se s preteklostjo, da vam ne pokvari sedanjosti.
- ✓ Nihče ni zadolžen za vašo osebno srečo.
- ✓ Dojemite, da je življenje šola. Problemi so del učnega načrta. Pojavljajo se in izginjajo, toda lekcije, ki ste se jih naučili, so za vse življenje.
- ✓ Smejte se čim več.
- ✓ Ni vam treba zmagati v vsaki razpravi. Strinjajte se s tem, da se ne strinjate.

Komunikacija:

- ✓ Pogosto komunicirajte s člani svoje družine.
- ✓ Vsak dan dajte drugim kaj dobrega.
- ✓ Oprostite vsem za vse in naposled še sebi!
- ✓ Preživljajte nekaj časa tudi z ljudmi, starejšimi od 70 in mlajšimi od 6 let.
- ✓ Vsak dan poskusite spraviti v smeh vsaj tri osebe.
- ✓ To kar drugi mislijo o vas, ni vaša skrb.
- ✓ Ko boste zboleli, vaše delo ne bo poskrbelo za vas, vaši prijatelji bodo, zato ostanite v stiku.

Življenje:

- ✓ Naredite tisto pravo: Osvobodite se vsega, kar ni koristno, lepo, ali ne prinaša radosti.
- ✓ Ljubezen zdravi vse.
- ✓ Najsi bo situacija še tako dobra ali slaba, se bo spremenila.
- ✓ Oblecite se in pojdite na sprehod, ne glede na svoje počutje.
- ✓ Ko se zjutraj živi zbudite, se Bogu zahvalite za to.
- ✓ Vaša notranja >bit< je vedno srečna. Torej: bodite srečni.

Vir: Spletna pošta

ZAHVALE

Sodelovanje pri kliničnem usposabljanju študentov v študijskem letu 2015/16

Spoštovani direktor,

V veliko veselje nam je sporočiti novico, da bo Alma Mater Europaea – Evropski center Maribor tudi v študijskem letu 2015/16 izvajala študijske programe Fizioterapija (VS), Zdravstvena nega (VS), Socialna gerontologija (VS, MAG in DR), Management poslovnih sistemov (VS), Evropske poslovne študije (MAG) in študijski program Zdravstvene vede (MAG).

Tako vstopamo že v sedmo leto uspešnega poučevanja kakovostnih in zaposljivih študijskih programov, za kar

se je potrebno zahvaliti tudi vaši ustanovi, ki s svojim sodelovanjem prispeva k razvoju mladih generacij. Naši študenti so ponesli dober glas v akademski krogi in povečali zanimanje za študij na Alma Mater tudi z vašo pomočjo.

Glede na to, da Alma Mater še nima koncesije in je študij samoplačniški, smo iskreno hvaležni za vašo naklonjenost do študentov, ki si študij z velikimi napori plačujejo sami, saj si želijo pridobiti kvalitetno znanje za delo, ki ga bodo opravljali v svojem poklicu.

Ker verjamemo v uspešno sodelovanje v dobro novih generacij študentov tudi v prihodnjem študijskem letu, se veselimo nadaljnjega sodelovanja na podlagi že sklenjene pogodbe.

S spoštovanjem,

Predsednik Evropskega centra Maribor prof. dr. Ludvik Toplak



Direktor in strokovna direktorica

Od dne 10.12.2015 do 14.12.2015 sem bil vaš pacient. Zaradi mojega izredno pozitivnega počutja v vaši bolnišnici na kirurgiji čutim željo in potrebo, da vam napišem nekaj besed zahvale in seveda pohvale.

Že ob sprejemu v vaši administraciji, pa sprejemni pisarni in seveda sprejemu na kirurškem oddelku, je videti in čutiti dobro organizacijo dela in prizadevanja zaposlenih, da maksimalno korektno opravijo svoje delo. Vsi delajo kot »čebele v panju«, ali pa igrajo vsak svojo vlogo v »orkestru«, kjer je zelo uspešen »dirigent«. Seveda, za takšno usklajenost in organiziranost ter strokovnost gre najprej pohvala »dirigentu orkestra«, to sta vidva.

Prišel sem v bolnišnico zaradi operacije varic. Matjaž POHAR, dr. med., spec. splošne kirurgije, me je zelo človeško sprejel kot pacienta in mi maksimalno razložil obseg njegovega posega v moje ožilje. Imel sem v njega zaupanje, pa tudi operativni poseg je bil brez zapletov ali komplikacij, kar govori, da je svoje delo kirurga opravil maksimalno strokovno. Kot ing. in projektant pa ne morem v detajle soditi specialista medicine, vendar mi šesti čut govori, da je bilo vse opravljeno strokovno in korektno. Izredno lepo in prijetno sem se počutil v bolnišnici. Dober glas in lepo sliko o vaši bolnišnici sem poslal po mailih iz bolnišnice v svet (celo na Poljsko, Beograd in še...). Znanci so mi govorili, da se počutim kot na dopustu in da zaradi dobrega počutja ne bom hotel iz bolnišnice. Seveda sem že informiral prijatelje zdravnike tudi v UKC Maribor o vaši mali bolnišnici z velikim srcem, polni ljubezni in spoštovanja (kar je danes v naši družbi zelo redek pojav), katera pa ima ogromne potenciale (kvalitetne ljudi).

Seveda sem bil vsak dan v stiku s sestrami, katere so se maksimalno trudile korektno opraviti svoje delo. Svoje delo so opravljale z zelo veliko dozo spoštovanja do pacienta. Trudile so se lajšati bolečine po operaciji – nič jim ni bilo težko in so ponujale usluge v okviru možnosti (čaj, tablete proti bolečinam – pa jih nisem uporabil).

Pa kuharje je treba pohvaliti, ker je bila hrana raznovrstna in zelo okusna.

Tudi čistilke so bile izredno delavne.

Napisal sem nekaj besed, ker tako čutim. Mogoče vam

Človeška beseda hvala lahko veliko pomeni in vas spodbuja, da obdržite svoj dober »glas«.

Hvala za vse dobro, kar ste kot bolnišnica naredili za mene. Hvala za izredno dobro, lepo in pozitivno moje počutje v vaši sredini.

Prav lep pozdrav za vse zaposlene, ker imam občutek, da pišem vsakemu zaposlenemu posebej in ne samo vama.

Z globokim spoštovanjem.

Nikola Đajić



Spoštovani,

Ko nam ob novem letu za trenutek zastane korak na prehojeni poti, naj tudi Vas prevzame občutek hvaležnosti in sreče za vse, kar se je dobrega zgodilo. Ohranimo svetel in upanja poln pogled v prihodnost. Želimo Vam srečno, zdravlja in uspehov polno leto 2016!

Sredstva, namenjena novoletnim voščilnicam, smo tudi letos nakazali Splošni bolnišnici Brežice za NAKUP MAMOGRAFA.

Zaposlene Lekarne Brežice

CIRNIK

December. Zadnji izlet v tem letu. Že drugič smo se odločili, da gremo na Cirknik. Žal sta bolezen in novoletna zabava zelo zmanjšali število udeležencev. Na pot smo se odpravile le najbolj vztrajne »fit frajlice« in mali pes. Vreme res ni bilo prijazno, ko smo se podale na hrib, vendar nam to ni vzelo poguma. Med prijetnim klepetom smo se povzpele do Sv. Vida, pozvonile za srečo in odšle naprej proti Žejnemu. Višje, ko smo se vzpenjale, redkejša je bila megla, na vrhu pa nas je pričakalo oblačno vreme. Hitro smo zakurile, da smo si pripravile ogenj za peko »jegra«, nato pa okrasile zavetišče z novoletnimi okraski. Končno je bil ogenj primeren za peko. Na srečo smo dobile obisk pohodnika, ki nam je pomagal pojesti pečen »jeger« in popiti vinček, ki smo ga prinesle s seboj. Dobre volje smo krenile proti Globočicam in »kuhančku« pri Martinovih. Pot nas je peljala mimo Mrzlave vasi, Kozelca, naprej do Čateža in avtomobilov. Dobre volje smo odšle domov na priprave za večerno zabavo.

Januarja pa gremo na potepanje po Libni. Se vidimo.

Mia Novak

URNIK POHODOV

V soboto, 9.1.2016 ob 8. uri zjutraj se bomo odpravili na pohod iz Dolenje vasi na Libno. Lepo vabljeni.

KADROVSKE SPREMEMBE

Sklenitev delovnega razmerja:

– RADIĆ Biljana.

Prenehanje delovnega razmerja:

– LEVAK Rozalija - upokojitev,

– CVJETKOVIĆ Cvetka – upokojitev,

- ZELIĆ Maja (javna dela),
- OGOREVC Anica (javna dela),
- GRŠAK Martin (javna dela),
- MEDVED Stanka (javna dela),
- NOVAK Nevenka (javna dela),
- NOVOSEL Franc (javna dela),
- KUNEJ TERČELJ Katja.

Število delavcev na dan 31.12.2015 je bilo **329**, od tega **6** na javnih delih, **5** pripravnikov zdravnikov, **1** pripravnik tehnik zdravstvene nege in **1** pripravnik inž. lab. biomed..

Število delavcev iz ur za mesec november 2015 je znašalo **338**, od tega iz rednega dela **325**, **7** iz pripravnikov in **6** iz javnih del.

Diploma

V mesecu novembru je **MATEJA ČERNELIČ diplomirala na Fakulteti za zdravstvene vede in pridobila naziv diplomirana medicinska sestra. ČESTITAMO!**

SMEH JE POL ZDRAVLJA

NAJPOPULARNEJŠI SLOVENSKI SPORTI:

- dviganje kreditov,
- preskakovanje obrokov,
- plavanje v dolgovih,
- tek pred upniki.

ZDRAVSTVENI KOLEDARČEK

- četrti teden januarja – Evropski teden preprečevanja raka na materničnem vratu,
- 31. januar – Dan brez cigarete.

VABILO K SODELOVANJU

Uslužbenci, ki bi želeli objaviti svoj prispevek v bolnišničnem glasilu, ga pošljite na elektronski naslov: rebeka.gasparin@sb-brezice.si. Glede na zmožnosti bo objavljen v naslednji številki. Se naprej vladno vabljeni k sodelovanju! ☺



I don't know about you,
But I am ready for the....

WEEKEND!!