

MOJE ZDRAVJE

Glasilno Splošne bolnišnice Brežice



Številka 7, letnik 8

HOPE PROGRAM IZMENJAVE - ŠVICA

V začetku meseca maja 2015 sem se udeležila HOPE programa izmenjave v trajanju štirih tednov. HOPE je nevladna in neprofitna mednarodna organizacija, ki deluje že od leta 1966. Na podlagi določb Rimske pogodbe (1957), Enotnega evropskega akta (1986), Pogodbe o Evropski uniji (1991), Amsterdamske pogodbe (1997) in Pogodbe iz Nice (2002), je namen HOPE: promocija dosežkov na področju zdravstva v vseh državah EU, doseganje enotnega in visokega standarda bolnišnične obravnave znotraj EU in pospeševanje učinkovitosti dela ter prijazne obravnave v bolnišnicah znotraj zdravstvenega sistema, v katerem delujejo. Cilji HOPE so delovati kot vodilni svetovalni organ institucijam EU na področju bolnišnične dejavnosti in zdravstvenega sistema, beleženje in posredovanje informacij glede načrtovanja in izvajanja bolnišnične dejavnosti, svetovanje članom glede zagotavljanja standardov, organizacije dela in izvajanja zdravstvene dejavnosti, pospeševanje izvajanja programov ter izmenjave programov znotraj EU in širom celega sveta, povezovanje zdravstvenih strokovnjakov znotraj EU, povezovanje in sodelovanje z mednarodnimi zdravstvenimi organizacijami, predvsem s Svetovno zdravstveno organizacijo, Svetom Evrope ter z drugimi zdravstvenimi združenji in izvajanje raznih drugih aktivnosti z namenom pospeševanja glavnih interesov bolnišnic znotraj EU ter zdravstvenih sistemov, v katerih delujejo. V HOPE programu je letos sodelovalo cca. 160 kandidatov, ki so bili razporejeni v 19 različnih držav.

S strani HOPE organizacije sem bila izbrana v državo Švico, ki slovi po visokih standardih na področju managementa kakovosti v zdravstvu in procesa zdravstvene nege v elektronski obliki. V Švici je bilo 7 udeležencev programa HOPE, 2 kandidatki sta bili iz Nizozemske, 2 iz Velike Britanije, 1 iz Finske, in 1 udeleženec iz Danske. Vsi smo imeli različne delovne izkušnje in smo prihajali iz različnih zdravstvenih ustanov oz. inštitucij. V programu HOPE je vsako leto dodeljena različna tematika in v tej smeri je sestavljen tudi individualni program, ki predstavlja bistvo in ključne elemente izmenjave. Letošnja

tematika izmenjave je *Hospitals 2020*. Program je bil zasnovan tudi na podlagi individualnega zanimanja.

Prvih 14 dni sem bila na izmenjavi v **Universitätsspital Basel** (v nadaljevanju USB). Gre za bolnišnico, ki zaposluje nekaj več kot 8.000 uslužbencev. USB je eden izmed švicarskih vodilnih univerzitetnih medicinskih centrov z visoko mednarodno priznanim standardom. Tesno sodelovanje z University Hospital v Baslu, ki je najstarejša univerza v Švici in vodilna v svetovni Life Science ter v interdisciplinarnih konceptih ravnanja in inovacij v vseh zdravniških specializacijah ter smereh zdravstvene nege na najvišji ravni. Ta prenos znanja prehaja na vsa področja medicine in zdravstvene nege. V poteku programa sem se udeležila predavanj na področju Managementa kakovosti, Lean managementa, „Patient safety control“ in procesa zdravstvene nege, CEO, razvojnega managementa v zdravstveni negi. Predstavljen nam je bil tudi celoten program izobraževanja na področju zdravstvene nege v Švici, ki se razlikuje od slovenskega. Ob omenjenih tematikah smo si vsakodnevno ogledali tudi proces dela v izbranih enotah glede na zaposlitev v domači državi (neonatalni oddelek, neonatalna-intenzivna enota, porodni trakt, ginekološki operativni trakt, pediatrični oddelek, pediatrična urgencia). Vaje sem opravila tudi v **University Children's Hospital Basel** (Univerzitetna pediatrična bolnišnica Basel), kjer sem imela pripravljen individualni program ter v rehabilitacijskem centru FelixPlater spital.

Univerzitetna pediatrična bolnišnica Basel je neodvisen univerzitetni kompetenčni center za pediatrijo kot tudi za poučevanje in medicinske raziskave. Zaposluje več kot 1.500 uslužbencev, ki vsako leto poskrbijo za približno 6.500 hospitaliziranih dojenčkov, otrok in mladostnikov ter izvedejo več kot 90.000 ambulantnih obravnav. Direktorica zdravstvenega področja mi je predstavila projekt vodenja kakovosti v smeri varstva pacientov, za katerega so letos dobili celo zlato plaketo s strani Bill Clinton organizacije za varstvo pacientov.

Kot bistvena spoznanja v Baslu lahko poudarim Lean management, ki ga postopno uvajajo v prakso. Lean upravljanje je pomemben del „pustega“ oz. prostega mišljenja v praksi. **Lean management** teži k osredotočenosti na kupca oz. pacienta. Vrednost je opredeljena s strani pacienta, prav tako način razvijanja in vzdrževanja postopkov za zagotovitev te vrednosti. Gre za procese, ki jih vodijo ljudje v veri „pacient v centru“. Le podpora sodelavcev, pravilno vodenje in usmerjanje, je ključ, da lahko vodimo svoje ljudi, da nenehno izboljšujemo procese, ki dodajajo vrednost za pacienta. Lean sistem upravljanja uporablja različna orodja za povezovanje namembnosti (zagotavljanje vrednosti za pacienta). Nekatera orodja za upravljanje, ki se običajno uporabljajo, so standardno delo Leader, vizualne kontrolne plošče in dnevna odgovornost, napisana na oglasni deski oddelka.

V Baslu imajo tudi zelo dobro organizirano varstvo pacientov in dokumentiranje zdravstvenih podatkov. Nimajo več papirne dokumentacije, vse je v elektronski obliki. Zelo visok standard imajo v smeri prave in dobre komunikacije s pacienti, kar je

ključnega pomena za izboljševanje medsebojnega sodelovanja »zdravstveni delavec – pacient«. Se posebno velik poudarek dajejo na dobro delovno vzdušje osebja, zadostno število kadra in delavcu olajševalne pravice. Zelo dobro organizirajo post-bolnišnično zdravljenje oz. rehabilitacijo. Cilj akutne obravnave pacienta je čimprejšnja aktivacija pacienta in premestitev pacienta v rehabilitacijsko bolnišnico za nadaljevanje zdravljenja do te mere, da je pacient sposoben sam skrbeti zase oz. potrebuje le delno pomoč s strani dnevnih zdravstvenih centrov.

Po zaključeni izmenjavi v US Basel sem obiskala tudi **Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil** (rehabilitacijski center v Nottwilu), ki slovi po dobrih inovativnih primerih dobre prakse ter vzpostavljanju samooskrbe pacienta, v kolikor je le-to možno. Imajo visok standard namenske rehabilitacije akutnih kot tudi dolgotrajnih zdravljenj, z namenom, da se pacient vrne k čim bolj normalnemu življenju. Zaposlujejo veliko različnih strokovnjakov na področju rehabilitacije in so opremljeni z visoko standardnimi aparaturami, vendar še vedno dajejo velik pomen manualni terapiji – fizioterapiji. Pacienti imajo dostop do velikega števila teh zdravljenj. Vsi strokovnjaki, ki delajo s pacienti, so posebej usposobljeni in uporabljajo koncept Bobath. Bobath koncept je širok in nenehno razvija pristop v nevrološki rehabilitaciji, ki se uporablja pri ocenjevanju bolnikov in zdravljenja (kot pri odraslih po možganski kapi, ali otrocih s cerebralno paralizo). Namen uporabe koncepta Bobath je pospeševanje učenja za učinkovit nadzor motorike v različnih okoljih, s čimer se izboljša sodelovanje in funkcija. To se naredi s pomočjo posebnih veščin za ravnanje s pacienti za usmerjanje bolnikov z začetkom in zaključkom namenjenih nalog. Programi za paciente so standardizirani na področju raziskav, ki temeljijo na dokazih.

Naslednjih 14 dni sem bila na izmenjavi v **Kantonsspital Winterthur** (v nadaljevanju KSW), ki zaposluje nekaj več kot 3.000 uslužbencev in se nahaja v 6. največjem mestu v Švici. Tematika je bila podobna kot v Baslu, z dodatkom procesnega managementa, projektne managementa, *Follow up care*, organizacijske sheme prehranjevalnega procesa in predstavitve programa ERAS. Izpostaviti bi želela predvsem program ERAS. ERAS v prevodu pomeni okrepljeno okrevanje po operaciji. ERAS je multimodalni pre-med in po-operativna skrb, namenjena doseganju zgodnjega okrevanja pri pacientih, ki prestajajo večji kirurški poseg. ERAS predstavlja premik paradigme v perioperativno oskrbo na dva načina. Prvič, da ponovno preučuje tradicionalne prakse in jih nadomesti s temelji, ki temeljijo na dokazih najboljših praks, ko je to potrebno. Drugič, to je široko področje uporabe, ki zajema vsa področja procesa pacienta v kirurškem postopku.

Ključni dejavniki, ki vodijo paciente v bolnišnici po operaciji, vključujejo predvsem potrebo po parenteralni uporabi analgetikov, potrebo po intravenskih tekočinah, počitek v postelji zaradi pomanjkanja mobilnosti, ipd. V programu ERAS so osrednji elementi poti reševanje teh ključnih

dejavnikov, ki pomagajo pojasniti, kako med seboj sodelujejo, da vplivajo na okrevanje bolnikov. Poleg tega ERAS določa smernice za vse vpletene v perioperativno oskrbo in jim pomaga, da delujejo kot dobro usklajena ekipa, ki bo zagotavljala najboljšo oskrbo. Uporaba obdobnih poti je dokazala, da se skrajša časa za nego za več kot 30 % in zmanjša število pooperativnih zapletov do 50 %.

Po zaključenem programu sem se udeležila še 3-dnevne mednarodne evalvacijske konference v Varšavi, kjer je vsaka delovna skupina iz 19 različnih držav predstavila svoje ugotovitve. Namen končne evalvacijske konference je bila izmenjava mnenj in ugotovitev iz vseh držav gostiteljic. Program HOPE je zagotovo ena izmed zelo dobro organiziranih skupin, ki težijo k spoznavanju in pridobivanju znanj iz druge perspektive ter možnosti prenosa idej, spoznanj, novosti, inovacij in primerov dobre prakse v domače okolje. Vsekakor je za sodelovanje v programu HOPE potrebna visoka mera osebne motiviranosti, želja po pridobivanju novih znanj, višja raven znanja tujega jezika in vsekakor podpora s strani delodajalca, kar je tudi ključnega pomena, saj gre za izmenjavo znanj. Ne nazadnje bi se želela za nepozabno in zelo uporabno delovno izkušnjo v Švici zahvaliti tudi mojemu delodajalcu, ki me je podprl pri sodelovanju v projektu.

Zaradi letnih dopustov bom splošno predavanje za vse zaposlene opravila v mesecu septembru ali oktobru 2015 (glede na dogovor s strani uprave). Tematika bo prilagojena tudi za interni, kirurški oddelek in CIT. Predavanje ne bo namenjeno samo pediatričnemu in ginekološkemu oddelku, ker bom posebnosti na tem področju predstavila posebej na ginekološko-porodnem in otroškem oddelku.

Anita Mujakić, DMS



ZAHVALA SLOVENIJE-TRANSPLANT

Spoštovana dr. Lačan.

Iskreno se zahvaljujemo vam in vašim sodelavcem za dobro organizacijo in opravljeno delo pri odkrivanju, pripravi in odvzemu organov pri umrlem darovalcu S.B., ETDN 156453, z dne 1.6.2015.

Sporočamo vam, da so bili odvzeti srce, jetra, obe ledvici in trebušna slinavka. Prejemnike za vse organe smo tokrat našli v Sloveniji. Srce je bilo presajeno 42-letnemu bolniku, ki je na organ čakal na urgentni listi. Jetra je prejel 56-letni bolnik. Ena od ledvic je bila presajena 40-letni prejemnici s kronično odpovedjo ledvične funkcije, druga ledvica,

skupaj s trebušno slinavko, pa je bila presajena 34-letnemu bolniku.

Z odličnim delom vseh vpletenih je bilo tokrat rešeno oziroma izboljšano življenje štirih slovenskih bolnikov, in verjamemo, da je s tem vsaj malo poplačan ves trud, ki je potreben za uspešno izpeljane in zaključene postopke.

Vljudno prosimo, da našo zahvalo prenesete tudi vsem sodelavcem.

Veselim se nadaljnjega sodelovanja z vami.

**Prim. Danica Avsec, dr.med., svetica,
direktorica Zavoda Slovenija-transplant**

**ZAHVALA ZA POMOČ PRI IZVEDBI
DOBRODELNEGA KONCERTA ZA NAKUP
DIGITALNEGA MAMOGRAFA**



V imenu posavskih žena in v imenu društva Zdravje za Posavje se vam zahvaljujemo za vso pomoč pri izvedbi in organizaciji zadnjega dobrodelnega koncerta za nakup digitalnega mamografa. Posebej bi želeli izpostaviti vaše informatorje (vratarje) in uslužbenke sprejemne pisarne ter Natašo Kočnar, dr. med., spec. gin. in por., za izjemno pomoč pri promociji dogodka in prodaji vstopnic. Splošni bolnišnici Brežice se zahvaljujemo za omogočanje izdelave in distribucije promocijskega materiala za gospodinjstva v občini Brežice. Za neposredno pomoč pri organizaciji koncerta pa se želimo zahvaliti članicama društva Andreji Žertuš in Ani Ogorevc kot tudi vsem ostalim, ki ste kakorkoli pomagali pri izvedbi koncerta.

Ponovitev koncerta s podobno programsko vsebino načrtujemo prihodnje leto.

Upamo, da se boste naslednjega koncerta udeležili. Na koncert povabite svoje bližnje, prijatelje, sosede in znance. Le skupaj z vami se bomo lahko hitreje približali težko dosegljivemu cilju, tj. nakupu digitalnega mamografa.

Predsednica in tajnik društva Zdravje za Posavje

Diana Kosar in Robert Sotler

POHOD NA DONAČKO GORO

Junij. Zaključek pomladnih planinskih potepanj. »Fit frajlice« vseh starosti, kavalir in mali pes smo si za cilj izleta izbrali „Štajerski Triglav“ - Donačko goro nad Rogatcem. Z avtomobili smo se odpeljali do izhodišča vzpona, v senci smo pustili avtomobile in se odpravili na pot. Sprva malo po asfaltu, nato pa veselo v gozd, ki nas je spremljal do vrha. Pot je bila res lepo speljana, tako da nam naravna savna v donačkem pragozdu ni delala velikih težav. Lepo prepoteni smo prišli na vrh. Tam pa veter, ki nas je

posušil in prijetno ohladil. K dobremu počutju na vrhu so pripomogle seveda tudi razne male stekleničke, različnih vsebin in datlji različnih proizvajalcev. Razgled z vrha je bil bolj slab zaradi soparnih oblakov. Dobre volje smo se odpravili proti koči k zasluženi pojedini. Ker nam je nekaj udeležencev pobrala bolnišnica, smo pošiljali sličice obložene mize in lepe pozdrave na vse strani.

Na poti proti domu smo šli še na obvezno pivo k Halerju in patronažni obisk k eni od rednih udeleženk. Veselo razpoloženi smo se vrnili domov, med potjo pa sklenili, da jesenska potepanja začnemo z Veliko Planino.

Se vidimo!

Mia Novak



ZAHVALA NAŠI VODNICI MII NOVAK

Vsi udeleženci planinskih pohodov se iz srca zahvaljujemo naši vodnici Mii Novak, ki se vsak mesec znova potrudi in nas vodi po prelepih planinskih kotičkih Slovenije, za katere sicer sploh ne bi vedeli, da obstajajo.



Mia, hvala!

BLIŽNJICE DO SAMOZAVESTI

»Če mislite, da nekaj zmorete, ali pa, da nečesa ne zmorete – v obeh primerih imate prav.« (Henry Ford) Samozavestni ljudje so prepričani, da lahko uspejo. Verjamejo, da bodo zmogli premagati vse, kar se jim bo postavilo po robu in da jih pri tem nič ne more ustaviti.

»Uspeh ni nič drugega kot nekaj preprostih veččin, ki jih vadimo vsak dan, neuspeh pa je preprosto nekaj napak v presoji, ki se ponavljajo vsak dan. Skupna količina veččin ali napak v presoji nas vodi k uspehu ali neuspehu.« (Jim Rohn)

Sporočila, ki potujejo med možgani in telesom, so obojestranska. Ko si predstavljate težavo ali se morda z njo celo spoprijemate, vendar je ne zmorete rešiti, se nenadoma počutite brez energije in

nezadovoljni. To se pokaže tudi na vašem telesnem položaju. Prav tako trenuten je tudi učinek na raven vaše samozavesti in splošno počutje. Ko ste polni energije, se vaše telo vzravna. Vaši možgani dobijo sporočilo: »Vse obvladujem,« in samozavestno odgovorijo: »To zmorem.« Vsako majhno dejanje je zmaga. Samozavest raste z dejanji.

Samozavest ni nekaj stalnega. Ob določenem času je lahko imate več, drugič manj. Bolj, ko se posvečate pridobivanju samozavesti – na katerem koli področju – več možnosti imate, da si jo boste lahko zagotovili, ko jo boste potrebovali.

Vsakič, ko vam spodleti, se lahko iz tega nekaj naučite in naredite korak k uspehu.

»Uspeh je sposobnost, da greste od poraza do poraza, ne da bi izgubili navdušenje.« (Winston Churchill)

V drugih ljudeh iščite pozitivno. Pogosto lahko obrnete situacijo in v ljudeh, ki vam povzročajo težave, poiščete pozitivno stran. To je mogoče celo z najtežavnejšimi ljudmi. Ljudem povejte, kaj pri njih občudujete. Druge obravnavajte tako, kot bi si želeli, da bi drugi vas obravnavali.

Sprejmite, česar ne morete spremeniti.

Svoje življenje lahko spremenite, če najprej spremenite svoj način razmišljanja. Spremenite prepričanja, ki vas omejujejo in izberite nova prepričanja.

Povzeto iz knjige: Bližnjice do samozavesti (Sarah Litvinoff)

SMEH JE POL ZDRAVJA

Žabe kot primer

Nekoč je skupina žab želela tekmovati. Želele so se povzpeti na visok stolp. Prišlo je veliko gledalcev. Tekma se je začela. Ampak nihče od prisotnih gledalcev ni verjel, da bo kateri od žabic uspelo osvojiti vrh stolpa. Govorili so: „Joj, to je zelo naporno! Nikoli ji ne bo uspelo!“

Vse žabice so začele zastajati, razen ene, ki se je hitro vzpenjala vse višje in višje.

Gledalci so kričali: „To je zelo naporno! Nihče se ne more povzpeti tako visoko!“

Vse žabice so odnehale, razen ene, ki se je vztrajno vzpenjala višje in višje, dokler ni osvojila vrha stolpa!

Vsi so želeli izvedeti njeno zgodbo o uspehu, saj so bili prepričani, da ji je uspelo nemogoče.

Eden od gledalcev je pristopil k žabici in jo vprašal, kje je črpala moč, da je vzdržala do samega vrha.

Takrat se je izkazalo, da je zmagovalna žabica **GLUHA!!!**

Nauk zgodbe: „Nikoli ne poslušajte negativnih in pesimističnih ljudi, ker vam kradejo vaše najboljše želje in sanje, ki jih imate v svoji duši! Vedno pomislite na moč besed, ker vse, kar slišite, vpliva na vaša dejanja!“ Torej: Vedno bodite **OPTIMISTI!** Bodite **GLUHI**, če vam kdo reče, da ne morete uresničiti svojih sanj!

Vedno lahko uspete, če si to resnično želite!

Vir: Spletna pošta

KADROVSKE SPREMEMBE

Prenehanje delovnega razmerja:

- SOTLER Robert (pomočnik direktorja za področje zdravstvene nege in oskrbe),
- ZAKRAJŠEK Bernarda (vodja kuhinje),
- FRITZ Nina (zdravnik brez specializacije),
- NOVAČIĆ Eleonora (SMS) - upokojitev,
- ŽGALIN Monika (javna dela).

Število delavcev na dan 30.6.2015 je bilo **324**, od tega 7 na javnih delih, 3 pripravniki zdravniki, 1 pripravnik inž. lab. biomed., 1 pripravnik farmacevtski tehnik in 2 pripravnika tehnika zdravstvene nege.

Število delavcev iz ur za mesec maj 2015 je znašalo **316,18**, od tega iz rednega dela **303,23, 5,95** iz pripravnikov in **7** iz javnih del.

*****Delovni jubilej*****

V mesecu juniju je 30 – letni delovni jubilej dosegel

**MARKO HAUPTFELD, dr.med., spec.
anesteziologije z reanimatologijo**

ČESTITAMO!

ZDRAVSTVENI KOLEDARČEK

- počitniški mesec,
- 28. julij – Svetovni dan hepatitisa.

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. Še naprej vljudno vabljeni k sodelovanju! ☺

