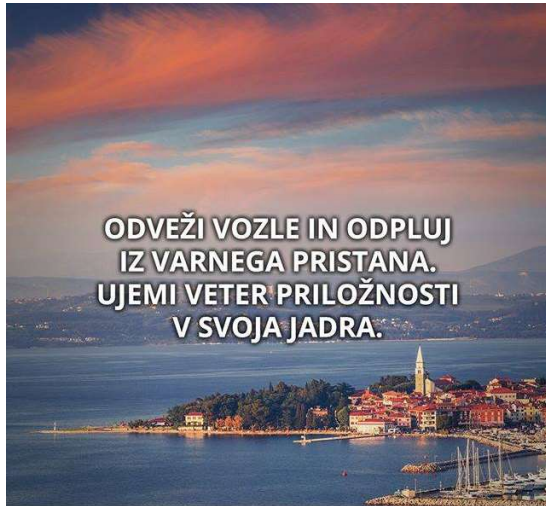


# MOJE ZDRAVJE

## Glasilno Splošne bolnišnice Brežice



Številka 8, letnik 13

### POSLOVANJE V PRVEM POLLETJU 2020

Prva polovica leta 2020 je bila v znamenju epidemije COVID-19. Že od konca februarja dalje je bilo izvajanje programa in s tem tudi finančno poslovanje zelo negotovo. Po razglasitvi epidemije se je izvajanje zdravstvenega programa zelo skrčilo, odpirala pa so se nova delovišča, kot na primer oddelek za izolacijo in triažiranje vseh obiskovalcev bolnišnice. To delo opravljamo tudi po preklicu epidemije v državi in to tako na vhodu v UC, kakor tudi na vhodu v objekt G. Da smo morali od marca dalje nenehno spreminjati in dodelovati organizacijo dela v bolnišnici, je povsem jasno. Ves čas smo iskali in še iščemo najboljše možne rešitve za nemoteno opravljanje zdravstvene dejavnosti in nemoteno zdravstveno oskrbo prebivalcev.

Dodatni stroški so se pojavili tudi zaradi močno povečane porabe osebne varovalne opreme (OVO), ki smo jo kupili, če smo jo le dobili. Preskrba z njo je bila na trgu motena, zato smo iskali vse možne variante, da smo zagotavljali ustrezne količine in kakovost te opreme. V tem delu so nam priskočili na pomoč različni donatorji, med katerimi velja izpostaviti Nuklearno elektrarno Krško, ki nam je zagotovila OVO v vrednosti dobrih 20.000 EUR. Zbirali smo tudi donacije za nakup enega dodatnega ventilatorja. Tudi tu so se nekatera

podjetja nemudoma odzvala, tako da smo uspeli zbrati vseh potrebnih 25.000 EUR za nakup. Med donatorji je potrebno izpostaviti HESS – 5.000 EUR, GEN – 5.000 EUR in KOVIS – 10.000 EUR).

Zaradi močno okrnjenega izvajanja programa, ki je bilo odrejeno z državnimi predpisi, smo se v bolnišnici soočili še s stroškom čakanja na delo, za katerega je morala bolnišnica zagotoviti sredstva sama. V tem delu velja izpostaviti, da so zaposleni najprej koristili lanske letni dopust, šele po izrabi lanskega dopusta, pa smo prešli na plačilo čakanja na domu, saj so bile kadrovske potrebe zaradi zmanjšanja programa manjše.

Že v mesecu maju smo v bolnišnici takoj, ko je bil sprejet ustrezen državni predpis, pričeli z naročanjem v času epidemije odpovedanih pacientov. Nerealiziranega programa je tako največ v drugi polovici marca in aprila, v maju pa je razlika med načrtom in opravljenim programom že bistveno manjša.

Kljub temu smo z zaskrbljenostjo čakali na obračun storitev s strani ZZZS konec junija, saj je na račun epidemije prišlo do izpada prihodka v višini več kot 600.000 EUR. Pomembno je, da je resorno ministrstvo v mesecu juliju sprejelo posebni pravilnik, po katerem bo vsem izvajalcem zdravstvene dejavnosti, ki nismo mogli uveljavljati izpada prihodka in dodatnih stroškov iz naslova sprejetih interventnih zakonov, nakazan denar za izračunane nerealizirane storitve. Na podlagi tega pravilnika bo SB Brežice prejela 687.439 EUR. Sredstva predstavljajo 80% vrednosti nerealiziranega programa, ki je določen kot razlika med mesečnim načrtovanim program in dejansko realizacijo v posameznem mesecu v času trajanja epidemije v letu 2020. Sredstva zagotavlja državni proračun.

Rezultat poslovanja v obdobju 1- 6 2020 je zato dober, izkazuje 139.967 EUR presežka prihodkov nad odhodki. Vendar pa nas v mesecu septembru čaka obračun nerealiziranih zdravstvenih storitev s strani ZZZS. Prepričana sem, da bomo kljub temu do konca leta uspeli realizirati načrtovan uravnotežen poslovni izid. To bo možno, če bomo do konca leta uspeli realizirati večji del programa po pogodbi z ZZZS. Res je, da je glede tega veliko neznank, saj ne vemo, kaj se bo dogajalo v jesenskem času z okužbami z

novim korona virusom. Vendar je v zdravstvu vedno dosti neznan, načrtovanje in napovedovanje pa nevhvaležno delo. Kljub temu pa menim, da moramo zreti z optimizmom naprej.

V prvi polovici leta smo izplačali tudi vse dodatke po KPJS in interventni zakonodaji, ki smo jih pridobili iz državnega proračuna. Skupno izplačanih dodatkov za marec, maj in junij je bilo za dobrih 790.000 EUR. To je bruto bruto znesek. Vsled navedenega so se tako prihodki, kakor tudi odhodki v primerjavi z letom 2019 močno povečali.

Rezultat je dober predvsem zato, ker smo v bolnišnici pred epidemijo in takoj po epidemiji pristopili k aktivaciji vseh potrebnih kapacitet za obravnavo pacientov. S tem smo močno skrajševali med epidemijo podaljšane čakalne dobe, kljub temu pa so le-te na nekaterih področjih precej nad dopustno. Realizacija programa je tako ob koncu prvega polletja slabih 93%, cilj pa je, da se do konca leta približamo 100% realizaciji pogodbe z ZZZS. Tudi prihodek iz tržne dejavnosti je v okviru načrtovane vrednosti, in sicer predvsem po zaslugi dela v obdobju januar - marec. Po preklicu epidemije se na področju tržne dejavnosti še nismo uspeli vrniti v stare tire, kljub temu pa ocenjujem, da nam gre dobro.

Tisto, kar še vedno močno obremenjuje bolnišnico je nelikvidnost, ki se vleče iz obdobja izgradnje in delovanja prvega UC v državi (od 2014 dalje). V letu 2019 smo za premoščanje teh težav prejeli od države 380.000 EUR pomoči, vendar to ni zadostovalo za celotno sanacijo na tem področju. Višina neplačanih zapadlih obveznosti se je zaradi večjih izdatkov v prvi polovici leta povzpela na 1,5 mio EUR (konca leta 2019 1 mio EUR). V primeru realizacije pogodbenega programa v pretežnem delu računam, da bi se morala tudi nelikvidnost do konca leta temu primerno zmanjšati. Še vedno pa delamo tudi na tem, da bi ustanovitelj, podobno, kot je pomagal pri premostitvi enakih težav nekaterim drugim bolnišnicam v preteklosti, pri sanaciji pomagal tudi nam.

Med investicijskimi vlaganji v prvem polletju je potrebno izpostaviti ureditev preostalih prostorov za potrebe sterilizacije in nakup termodezinfektorja. S to naložbo je sterilizacija v celoti zaključena. Kupili smo tudi nov UZ za RTG oddelek in TEE sondo za UZ srca na Internem oddelku. Prenovljeni so ambulantni prostori na ginekologiji in internistične

ambulante, nadaljujemo pa še z nekaj nujnimi posegi na hodnikih in ostalih prostorih Internega oddelka.

Med investicijami, za katere zagotavlja sredstva država, je zaključeno JN za izvajalca za dokončanje prostorov za CIT in RTG oddelek, postopek za nakup ene RTG naprave pa je v postopku revizije. Računamo, da bosta obe investiciji, za kateri zagotavlja sredstva država, do konca leta poleg lekarne in nove centralne administracije, uspešno pripeljeni do konca.

V bolnišnici z optimizmom zremo v drugo polovico leta in verjamemo, da bomo uspeli uresničiti zastavljen program dela in poslovni izid.

**Anica Hribar, direktorica**

### **ŠE NEKAJ INFORMACIJ O POSLOVANJU BOLNIŠNICE**

**REALIZACIJA PROGRAMA 1 - 6** (akutna bolnišnična obravnava, specialistične ambulante in funkcionalna diagnostika). SKUPAJ izpad prihodka nerealiziranega programa znaša 0,5 mio EUR ali 7,2%. Maja je znašal 726.305 EUR ali 10,5%. Iz primerjave vidimo, da smo v juniju s prizadevnim delom močno znižali nerealiziran program iz časa epidemije in s tem tudi izpad prihodkov.

**Obdobni program ABO** je izpod načrtovanega za 191 primerov in 42 uteži. Izpad prihodka 55.146 EUR

**Prospektivni program** (izpostavljamo tiste, kjer program ni realiziran v načrtovanem obsegu):

- Operacije kil – 90,50% realizacija
- Operacije holecist – 87% realizacija
- Artroskopske operacije – 90% realizacija

**Programi preneseni iz hospitalne v ambulantno dejavnost** (izpostavljamo tiste, kjer program ni realiziran v načrtovanem obsegu):

- Proktoskopija – 92% realizacija
- Izrezanje benigne tvorbe – 78% realizacija

**Neakutna bolnišnična obravnava in podaljšano bolnišnično zdravljenje**

- NBO: Obdobna realizacija je le 62%, izpad 1906 BOD. Vrednostni izpad prihodka 221.687 EUR

- PBZ: Obdobna realizacija je 52%, izpad 420 BOD. Vrednostni izpad prihodka 53.974 EUR

**Specialistična ambulantna dejavnost s funkcionalno diagnostiko** (izpostavljamo tiste, kjer program ni realiziran v načrtovanem obsegu):

- Interna, 87% realizacija, izpad prihodka 10.462 EUR
- Gastro, 82% realizacija, izpad prihodka 21.243 EUR
- Kardiologija, 85% realizacija, izpad prihodka 22.555 EUR
- Ginekološka, 84% realizacija, izpad prihodka 6.672 EUR
- Ambulanta za bolezni dojk, izpad prihodka 13.683 EUR
- Pediatrija, 75% realizacija, izpad prihodka 9.443 EUR
- Ortopedska, 84% realizacija, izpad prihodka 5.130 EUR
- Nevrološka, 94% realizacija, izpad prihodka 3.935 EUR
- RTG, 78% realizacija, izpad prihodka 50.064 EUR
- UZ, 99% realizacija, izpad prihodka 289 EUR
- CT, 98% realizacija, izpad prihodka 3.910 EUR
- Enota za bolezni, 91,5% realizacija, se prelije s presežkom real. Enota za poškodbe
- Ginekologija dispanzer, 88% realizacija, izpad prihodka 6.198 EUR
- Fizioterapija, 88% realizacija, izpad prihodka 10.138 EUR

Vrednostni izpad prihodka SKUPAJ spec. amb. in FD 164.566 EUR

### Tržna dejavnost

Polletna realizacija je za slabih 7.000 EUR nižja od načrtovane. Večji del je bil realiziran v prvih treh mesecih leta.

### ČAKALNE DOBE IN ŠTEVILO ČAKAJOČIH

Zaradi epidemije so se čakalne dobe na določenih področjih močno podaljšale. Čeprav smo pričeli z rahljanjem ukrepov v maju s ponovnim naročanjem pacientov, ki jim je bila obravnava zaradi epidemije odpovedana, do konca junija na naslednjih področjih nismo uspeli odpraviti nedopustno dolgih čakalnih dob:

- UZ skeleta, UZ abdomna, UZ dojk, UZ ožilja, UZ srca

- Nevrološki pregled in EMG diagnostika
- Internistični,
- Gastro pregled, gastrokopija in kolonoskopija
- holter RR

Za prvo polovico leta je značilno še, da se je bistveno znižalo število napotitev na RTG (velik izpad prihodka – 50.000 EUR), pa tudi CT, kjer je čakajočih za cca 14 dni.

### PORABA SREDSTEV ZA ZDRAVILA IN OSTALI ZDRAVSTVENI MATERIAL

Poraba materiala in višina stroškov je skoraj v okviru načrtovanih sredstev (za 0,5% oz. 6.932 EUR manj). Če upoštevamo, da načrtovan program ni bil realiziran v celoti, smo porabili zdravil in zdravstvenega materiala za 110.000 EUR več od načrtovanega. Od tega cca 20.000 zaradi večje porabe OVO (če ne bi prejeli na tem področju donacij v višini 25.000 EUR), bi bila ta poraba še bistveno večja. Cca **90.000 EUR pa smo torej porabili več za zdravila in ostali zdravstveni material od načrtovanega**. Temu segmentu bi morali v drugi polovici leta posvečati več pozornosti.

### IZ FINANČNEGA POROČILA 1 - 6 2020:

- celotni prihodki – 10.143.439 eur
- celotni odhodki – 10.003.472 eur
- **rezultat: +139.967 eur**
- zaposlenih: 369 (2019 – 359)
- neplačani viški ur: 8.706 (2019 – 17.470, 2017 – 36.000)
- dnevno število uslužbencev na bolniški 23 (2019 – 23)

Iz naslova nerealiziranega programa v obdobju epidemije bomo prejeli **iz državnega proračuna 687.439** (80% vrednosti nerealiziranega programa), čemur gre pripisati rezultat prvega polletja. Upoštevati moramo, da septembra **sledi poračun neizvedenega pogodbenega programa z ZZS**, kar bo sliko poslovanja bistveno spremenilo (poslabšalo).

### IZ FINANČNEGA NAČRTA ZA 2020:

V začetku julija smo od M. za zdravje prejeli končna izhodišča za pripravo finančnih načrtov. Rok za oddajo načrta je 45 dni od prejema navodil, to je 16. 8. Načrt mora obravnavati in ga sprejeti svet zavoda.

Finančni načrt predvideva:

- celotni prihodki – 19.470.545 eur (2019 realizacija 18.540.657 eur)

- celotni odhodki – 19.470.545 eur (2019 realizacija 18.403.718 eur)
- **rezultat: +0 eur (2019 realizacija +542.943 eur)**
- zaposlenih trenutno 369 (2019 – 359), kadrovski načrt 2020 predvideva 368

## ZAPADLE NEPLAČANE OBVEZNOSTI

Še vedno nismo uspeli sanirati plačilne sposobnosti bolnišnice, ki se vleče od izgradnje UC v letu 2014 dalje. Glede na to, da so potrebna nujna vsakoletna vlaganja v prenovo opreme in prostore (na primer v letu 2019 nakup CT in laboratorijskih naprav, letos nakup UZ, termodezinfektorjev, IKT posodobitve,...), bolnišnica ne more ustvariti prihrankov, s katerimi bi lahko sanirala situacijo.

Obveznosti	30.6. 2020	30.6. 2019	30.6. 2018	30.6. 2017
zapadle do 30 dni	330.685	328.742	310.916	368.683
zapadle od 30 do 60 dni	291.030	100.552	306.771	365.137
zapadle od 60 do 120 dni	324.469	174.953	512.913	405.310
zapadle nad 120 dni	571.964	250.427	422.302	486.518
<b>Skupaj</b>	<b>1.518.149</b>	<b>854.674</b>	<b>1.552.902</b>	<b>1.625.648</b>

## INVESTICIJE:

- V zaključni fazi je prenova lekarne in ureditev centralne administracije. Nov vhod za uporabnike specialističnih ambulant, funkcionalno diagnostiko, sprejem v dnevno bolnišnico,... bo v stavbi D (bivši glavni vhod v bolnišnico). Sredstva v višini 850.000 EUR je zagotovilo ministrstvo.
- Podpisana je pogodba za dokončanje prostorov CIT in RTG z izbranim izvajalcem del. Z deli pričnemo konec avgusta, dokončanje investicije pa je predvideno do konca tega leta. Sredstva v višini 1,5 mio EUR bo zagotovilo ministrstvo.
- Izvedeno je JN za nakup ene RTG naprave. Trenutno je naročilo v fazi revizije JN (zahteval jo je neizbran ponudnik). Sredstva za nakup v višini 280.000 EUR bo zagotovilo ministrstvo.

- Manjša investicijsko vzdrževalna dela na Internem oddelku, hodnikih med RTG in Interno 1, ginekološke ambulante, internistične ambulante, ureditev prostorov sterilizacije,... 190.000 EUR, vzdrževanje medicinske opreme 160.000 EUR, vzdrževanje komunikacijske opreme 160.000 EUR, vzdrževanje druge opreme 70.000 EUR. Sredstva zagotovi bolnišnica iz postavke investicijsko vzdrževalna dela.
- nakup termodezinfektorja, TEE sonde, obnova endoskopov, defibrilator, respirator, UZ za RTG oddelek, druga medicinska oprema 330.000 EUR. Sredstva zagotovi bolnišnica iz sredstev amortizacije.
- Uvedba brezpapirnega poslovanja (DMS, e-hramba gradiva, elektronsko naročanje materiala, vodenje zalog, program Kadris) in računalniška oprema 160.000 EUR. Sredstva zagotovi bolnišnica iz sredstev amortizacije
- Ministrstvu za zdravje moramo za obdobje, ko poteka investicija iz državnih sredstev, nakazati 20% prejete amortizacije, kar v letu 2020 znaša 141.800 EUR.
- Za drobni inventar, kot so zdravstveno varstvena obleka, perilni material za paciente, medicinski drobni inventar in splošni drobni inventar je zagotovljenih 54.000 EUR.

## DELOVNA USPEŠNOST

Od 1. 7. 2020 dalje se ponovno obračunava delovna uspešnost, za katero se zagotavlja v stroških za plače 2% sredstev od mase plač za obdobje 7-12 2020. Za ugotavljanje delovne uspešnosti so možne 3 variante – mesečno, na 3 mesece ali na 6 mesecev. Na strokovnem svetu SB Brežice, ki je bil 5. 8. 2020 smo določili, da se v SB Brežice delovna uspešnost zaposlenih ugotavlja na 6 mesecev. Prvo ugotavljanje delovne uspešnosti bo tako januarja, 2021 in izplačilo pri februarški plači 2021. Za delovno uspešnost mora bolnišnica zagotoviti letno 100.000 EUR. Trenutno ta strošek ni zajet v cenah zdravstvenih storitev, kakor tudi ne lanske uskladitve na podlagi kolektivnih pogodb.

## DODATKI PO KPJS IN INTERVENTNI ZAKONODAJI ZA NEVARNOST IN VEČJO OBREMENJENOST

Izplačani so bili vsi dodatki po KPJS in interventnem zakonu za čas razglašene epidemije. Za marec in april je MZ bolnišnici odobrilo izplačilo dodatkov po KPJS in

interventnem zakonu, za maj pa le po KPJS. Izplačali smo dodatke v naslednji višini:

1. Marec bruto bruto 153.347,26 EUR
2. April bruto bruto 257.822,08 EUR
3. Maj bruto bruto 379.306,65 EUR

**SKUPAJ torej 790.475,99 EUR.**

Direktorica je prejela dodatek po interventnem zakonu za meseca marec in april in sicer za 4 ure dnevno po 35% dodatka po interventnem zakonu skladno s sklepom sveta zavoda. Po KPJS do dodatka ni bila upravičena. Ker bolnišnica v maju ni bila upravičena do izplačila dodatka za nevarnost in povečano obremenitev po interventnem zakonu, dodatek za maj direktorici ni bil dodeljen.

Konec julija pa smo prejeli obvestilo MZ, da lahko izplačamo tudi dodatek za nevarnosti in povečano obremenitev po interventnem zakonu in sicer v višini polovice izplačanega dodatka v mesecu marcu. To znaša za mesec maj 9.400 EUR. Na podlagi tako pridobljenih sredstev, bo izplačan dodatek vsem zaposlenim, ki so v mesecu maju delali neposredno s pacienti s sumom na okužbo, kar je evidentirano v programu KADRIS. Za te ure dela bodo prejeli še 15% dodatka. Dodatek za povečano obremenjenost pa bodo prejeli člani poveljniške skupine in direktorica in sicer v višini 35% dodatka.

**Anica Hribar, direktorica**

#### **NOVA UREDITEV**

Vse uslužbenke SB Brežice obveščamo, da bo s 1. 9. 2020 pričela delovati **skupna administracija** (naročanje, sprejemni pult, centralna administracija) v prenovljenih prostorih v stavbi D in **nov vhod za paciente**, preko vhodnega podesta pri stavbi D s Černelčeve ceste, ki prihajajo na radiološke in laboratorijske preiskave, v kirurške in internistične ambulante V prostoru naročanja bo poslovala tudi notranja pošta.

Za kontrolo pristopa uslužbencev je nameščen čitalec na steni ob sprejemnem pultu proti vratom, ki vodijo na stopnišče iz kirurške čakalnice.

Vhod skozi urgentni center se bo od 1. 9. 2020 naprej uporabljal le za paciente, ki prihajajo na urgenco ter za gibalno ovirane osebe, ki prihajajo na radiološke in laboratorijske preiskave ter v kirurške in internistične ambulante in ob sobotah, nedeljah in

praznikih, ko ambulante delujejo. Ta vhod se uporablja tudi za pediatrično in alergološko pediatrično ambulanto v času, ko veljajo omejitve zaradi koronavirusa.

Bolnišnična lekarna bo pričela delovati v prenovljenih prostorih 15. 9. 2020.

V septembru se bodo pričela izvajati gradbeno obrtniška dela v stavbi K (II. in III. etaža nad urgentnim centrom), ki bodo trajala do konca leta 2020. Izvajalci bodo za izvajanje del uporabljali požarno stopnišče na stavbi in prostor med stavbami C, E in K, za dostop na gradbišče pa pot preko parkirišča, zato bo občasno moten dostop do parkirišč s Kajuhove ulice.

**Jožef Piltaver**

#### **PREHOD NA ELEKTRONSKO POSLOVANJE**

Ponovno vas obveščamo, da je Splošna bolnišnica Brežice 1. 7. 2020 v okviru bolnišničnega informacijskega sistema uvedla elektronsko poslovanje v specialističnih ambulantah in postopoma uvaja brezpapirno poslovanje oziroma pošiljanje ambulantnih izvidov pacientom v elektronski obliki preko aplikacije **doZdravnika.si**.

Vsi pacienti, ki prihajajo k nam na specialistične ambulantne preglede in diagnostiko, imajo možnost prejemanja izvidov v e-obliki. V aplikacijo doZdravnika.si se registrirajo na sprejemnem pultu v UC. Registracija je brezplačna.

Hkrati vas obveščamo, da je izvid, ki si ga pacient po želji natisne sam, kakor tudi tisti, ki ga natisnemo v bolnišnici, s strani zdravnika, pri katerem je pregled opravil, od 1. 7. 2020 dalje podpisan elektronsko.

Namesto ročnega podpisa in žiga se po novem pod imenom in priimkom zdravnika elektronsko izpiše naslednje:

Podpisnik: Ime in priimek zdravnika  
Izdajatelj: SIGEN-CA  
Podpisano: datum, ura

Izvid se ne podpisuje več ročno, saj je digitalni podpis enakovreden lastnemu podpisu.

**Anica Hribar, direktorica**

## POHVALE IN ZAHVALE

### POHVALA KIRURŠKEMU ODELKU

Spoštovana gospa direktorica.

Z vsem srcem bi javno pohvalila kirurga dr. Primoža Povheta!!!

10. 6. 2020 mi je zamenjal koleno. Izredno sem mu hvaležna za tako lepo opravljeno storitev. Rešil me je dolgoletnih bolečin. Ostala mu bom večna dolžnica do smrti, ker sem prej zelo trpela s kolonom. Sicer me čaka še ena zamenjava, katero zelo težko pričakujem.

Vsa pohvala velja tudi sestram na kirurškem oddelku, ki so izredno prijazne.

Hvala tudi vam, gospa direktorica, ki ste izredno korektna in vas prosim, da pohvalo prenesete na kirurški oddelk sestram in dr. Povhetu!

Hvaležna.

**Marjana Valek**



### POHVALA KIRURŠKEMU ODELKU

Spoštovani.

Rad bi pohvalil g. dr. Matica Županiča in njegovo medicinsko osebje.

Imel sem operacijo na modih in vsi so bili od začetnega pregleda, do izvedbe operacije zelo profesionalni.

Želim vam vsem še naprej vse dobro.

Lep pozdrav.

**Sašo Mastikosa**



### POHVALA UC IN INTERNEMU ODELKU

V nedeljo 19. 7. 2020 sem bila pripeljana z reševalnim vozilom v bolnišnico. Takoj sem bila sprejeta. Zdravnica je opravila razgovor – vprašala, kakšne so težave in ukrepala dalje – vsa pohvala. Res je, da sem čakala za na

oddelek od 14.30 do 22.30 ure, saj so imeli zelo težki nujni primer. Med tem časom so me še testirali na COVID-19. Prvi večer sva bili še z eno gospo v izolaciji. Naslednji dan pa so nas namestili na oddelek v sobo 11.

Dr. Zlatanović je vzela mojo zadevo zelo resno. Skrbno me je spremljala, saj zadeva ni bila tako nedolžna.

Sestre na oddelku so zelo pozorne, potrpežljive – kapo dol. Vsa čast.

Še enkrat vsem iskrena hvala za vse. Bodite še naprej takšni.

Hvaležna pacientka.

**Jožica Stunković**

## PREHRANA STAREJŠIH V IN PO ČASU COVID19

Priporočila v zvezi s prehrano starejših v času epidemije se ne razlikujejo bistveno od splošnih priporočil. Vsekakor je pomembno, da je hrana najprej varna. Trenutno ni dokazov, da bi hrana predstavljala verjeten vir ali možno pot prenosa virusa COVID-19. Pri rokovanju z živili je potrebno upoštevati splošne higienske ukrepe za rokovanje s hrano. Prehrana naj bo uravnotežena, pestra in prilagojena posameznikovim prehranskim potrebam in zdravstvenemu stanju. V času COVID-19 se je potrebno izogniti neuravnoteženem prehranjevanju, saj hranilno neuravnotežena prehrana posledično omogoči, da imunski sistem oslabi in je dovzetnejši za okužbe.

Z ustreznim načrtovanjem dnevnih obrokov, izborom ustreznih živil, zdravimi ter varnimi postopki priprave lahko zagotovimo vse potrebne hranilne snovi in zadostno količino energije za delovanje in obnovo telesa. Pri načrtovanju jedilnikov za starejše, naj največji delež zavzemajo žita in žitni izdelki, sledijo sadje in zelenjava, meso in zamenjave za meso, mleko in mlečni izdelki ter malo maščob in sladkorja. Pomembno je tudi vedeti, da je višji beljakovinski vnos ključen za ohranjanje mišične mase, še posebej pri zelo neaktivnih (sedečih) ali nepokretnih posameznikih. Pri tem je potrebno upoštevati tudi ustrezen ritem prehranjevanja, razporeditev in število obrokov preko dneva.

## Starejši na delovnem mestu

Ker se starejša populacija ves čas povečuje in je hkrati tudi najbolj izpostavljena COVID-19 okužbi, ima pri tem pomembno vlogo tudi zdrava prehrana.

Vsak obrok se prične z zdravim zajtrkom. Če ga ne uspemo pojesti doma, ga zaužijemo na delovnem mestu. Vplivi rednih zajtrkov se kažejo na količini glukoze v krvi, kontroli apetita, delovanju inzulina in prispevajo k manjši utrujenosti. Tveganji za debelost in sladkorno bolezen tipa 2 se zato posledično zmanjšata.

Za zajtrk so priporočena naslednja živila: posneti navadni jogurt ali drugi mlečni izdelki, posneto mleko, sadje, polnozrnat kruh in pekovski izdelki, osnovni kosmiči, brez dodatkov (npr. ovseni, koruzni ali ječmenovi kosmiči) in kaše (proseni ali ajdova kaša), mlečni in skutni namazi ali zelenjavni namazi.

Naslednji pomemben obrok v službi je malica. Uravnotežena in zdrava malica vam bo izboljšala koncentracijo med delom, aktivnost, produktivnost in sposobnost reševanja težav.

## Pomen lokalno pridelane hrane

V sodobni zdravi prehrani dajemo prednost lokalno pridelani hrani, saj sveže pridelana prehrana v lokalnem okolju od njive do krožnika potuje najkrajši čas. Prednosti so tako predvsem v večji svežosti, manj transporta in odpadkov. Hkrati je lokalno pridelana hrana pomemben del lokalne trajnostne oskrbe.

Vir: NIJZ

## SMEH JE POL ZDRAVJA



Vir: Spletna pošta

## KADROVSKE SPREMEMBE

### Sklenitev delovnega razmerja:

- PRAH Nina (1. 7. 2020),
- HOSTA Renata (13. 7. 2020),
- GLOJNARIČ Teja (13. 7. 2020),
- MAGUŠA Irena (23. 7. 2020).

### Prenehanje delovnega razmerja:

- CERJAK Lili (19. 7. 2020),
- PRESKAR Simona (19. 7. 2020),
- LINDIČ Tatjana (19. 7. 2020),
- JANKOVIČ Maja (27. 7. 2020),
- KRAMAR Sara (31. 7. 2020),
- JANKOVIČ Barbara - upokojitev (31. 7. 2020),
- JALOVEC Mateja (31. 7. 2020),
- SEMBER Nevena (31. 7. 2020).

Stanje kadra na dan 31. 7. 2020: **368** zaposlenih.

Število zaposlenih iz ur na dan 30. 6. 2020 je znašalo **346,08**, od tega **336,08** rednega dela, **7** pripravnikov in **3** javna dela.

## ZDRAVSTVENI KOLEDARČEK

- Počitniški mesec,
- Od 1. do 7. avgusta – Svetovni teden dojenja (Evropske države obeležujejo Svetovni teden dojenja prvi teden v oktobru),
- 2. avgust – Mednarodni dan dojenja,
- 19. avgust – Svetovni humanitarni dan.

## VABILO K SODELOVANJU

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

