

BOLJE

Glasilo Splošne bolnišnice Jesenice



Splošna bolnišnica Jesenice

številka **43** december 2025



- + Priznanja zaposlenim
- + Gradnja prizidka za nov aparat magnetne resonance
- + Dogodki v bolnišnici

Vsebina

- 3** Uvodnik
- 4** Predstavitev – nova strokovna direktorica
- 6** Bernarda Poklukar Novak prejela plaketo Državnega sveta Republike Slovenije
- 8** Admir Krupić – prejemnik srebrnega znaka DMSBZT Gorenjske
- 10** Jožica Murnik prejela priznanje na ožjem strokovnem področju Sekcije medicinskih sester v managementu
- 12** Sandi Novak – prejemnik Ažbetove plakete
- 13** Novoletno srečanje zaposlenih 2025
- 18** Dobili bomo novo magnetno resonanco
- 20** Deset let vstavljanja srčnih spodbujevalnikov v SB Jesenice
- 22** Dnevni oddelek internistične službe od maja v novih prostorih
- 24** 26 let s presajeno ledvico
- 27** Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci praznuje 30. rojstni dan
- 30** Veš zdravnik, svoj dolg?
- 34** Pilotni projekti Health Labs4Value prinašajo oprijemljive koristi za paciente, družine in zdravstvene sisteme
- 35** Ob svetovnem dnevu varnosti pacientov
- 37** Ambulanta za paciente s stomo
- 38** Srečanje Ilco društva
- 39** Tradicionalni slovenski zajtrk 2025
- 41** 14. november – svetovni dan sladkorne bolezni
- 43** Kamenčki prijaznosti iz bolnišnične šole – drobna dejanja, veliki nasmehi
- 44** Splošna bolnišnica Jesenice obeležila mednarodni dan radiologije
- 44** Ozaveščanje in znanje rešujeta življenja
- 46** Svetovni dan delovne terapije – 27. oktober
- 47** Svetovni dan nenasilja – 2. oktober
- 48** September in oktober na pediatričnem oddelku v bolnišnični šoli: prijaznost riše nasmehe
- 51** Obeležitev svetovnega dneva Alzheimerjeve bolezni – 18. septembra
- 52** SB Jesenice na letnem srečanju imetnikov certifikata Družini prijazno podjetje 2025
- 55** Spomini ...
- 56** Zakaj moja klimatska naprava ne greje?
- 57** Predavanje – življenje s stomo
- 58** Pleteni izdelki za naše novorojenčke
- 59** Svetovni dan fizioterapije – 8. september
- 60** Naša nova upokojenka
- 60** Tudi to se zgodi
- 61** Pohvale
- 63** Seznam donatorskih sredstev
- 65** Recept
- 66** Križanka
- 67** Šale

Urednica: Sandra Jerebic
 Fotografije: Aleksander Novak, Služba za odnose z javnostmi, avtorji prispevkov
 Lektoriranje: Polona Kus
 Prelom in tisk: Tiskarna Medium d.o.o.

Naslov uredništva: Splošna bolnišnica Jesenice
 Cesta maršala Tita 112
 4270 Jesenice
 E: bolje@sb-je.si

ISSN: C506-4392

Drage sodelavke, dragi sodelavci,

ko se leto bliža koncu, je pravi trenutek, da se ozremo nazaj in ovrednotimo pot, ki smo jo v zadnjih mesecih prehodili skupaj. Naše delo v bolnišnici je zahtevno, odgovorno in pogosto nepredvidljivo, vendar pa ste z vsakodneвно predanostjo znova dokazali, da smo kot kolektiv močni, povezani in usmerjeni k istemu cilju – najboljši možni oskrbi naših pacientov.

Vaša zavzetost ni samoumevna. Vidna je v neštetih trenutkih: v skrbnem strokovnem delu, v prijazni besedi do pacienta, v podpori sodelavcu, v pripravljenosti narediti korak več, kadar okoliščine to zahtevajo. Letošnje leto nam je prineslo številne izzive, a tudi pomembne dosežke, ki so rezultat prav vaše strokovnosti, sodelovanja in energije.

Ponosni smo lahko na izboljšave, ki smo jih skupaj dosegli – od boljše organizacije dela, posodobitev opreme in prostorov, do uspešnih projektov na področju kakovosti in varnosti pacientov. A največji kapital naše ustanove ostajate vi: vaša znanja, vaš odnos in vaša želja po nenehnem napredku.

V novo leto vstopamo z jasnim zavedanjem, da nas čakajo pomembne naloge in odgovornosti, pa tudi nove priložnosti. Naša bolnišnica bo v prihajajočem letu nadaljevala z vlaganji v kakovost, varnost in dostopnost zdravstvenih storitev. Osredotočili se bomo na izboljšanje organizacije dela, skrajševanje čakalnih dob ter še tesnejše sodelovanje med oddelki, saj vemo, da lahko le povezani dosežemo rezultate, ki si jih želimo.

Pred nami so projekti, ki bodo prispevali k sodobnejšemu in bolj učinkovitemu delovnemu okolju: posodobitev medicinske opreme, nadaljevanje digitalizacije procesov,

izboljšanje komunikacijskih poti in uvajanje novih strokovnih standardov. Posebno pozornost bomo namenili tudi podpori zaposlenim – tako pri strokovnem razvoju kot pri krepitvi dobrega počutja na delovnem mestu. Zavzet in zadovoljen kolektiv je temelj kakovostne bolnišnične oskrbe.



Prepričana sem, da bomo tudi v naslednjem letu kot ekipa dokazali svojo moč, znanje in pripravljenost sprejemati izzive. S skupnimi naporami bomo gradili bolnišnico, ki je strokovno odlična, prijazna do pacientov in spodbudno delovno okolje za vse nas.

Zahvaljujem se vam za vse, kar ste storili in kar še boste. Hvala za profesionalnost, toplino in srčnost, ki ju prinašate v našo bolnišnico vsak dan. Naj vam prihajajoči prazniki prinesejo mir, zdravje in čas za ljudi, ki so vam blizu. V novo leto pa vstopimo z optimizmom, povezanostjo in pogumom, da bomo skupaj ustvarjali bolnišnico, na katero smo lahko vsi ponosni.

Želim vam lepe praznike ter uspešno in zdravo novo leto!

**Petra Rutar, dr. med.,
direktorica**

Predstavitev – nova strokovna direktorica

Spoštovane sodelavke in sodelavci.

Ob začetku svojega mandata strokovne direktorice Splošne bolnišnice Jesenice bi z vami rada podelila nekaj misli in se vam zahvalila za izkazano zaupanje. Z veliko mero odgovornosti in spoštovanja stopam v to vlogo, saj se zavedam pomena našega skupnega dela ter vpliva, ki ga imamo na zdravje in dobrobit ljudi, ki nam zaupajo.

V prihodnjih mesecih si želim ustvariti odprt, spodbuden in sodelovalen prostor, v katerem bo vsak izmed vas slišan, cenjen in podprt. Verjamem, da lahko s povezovanjem, strokovnostjo in medsebojnim spoštovanjem dosežemo pomembne premike in še naprej gradimo bolnišnico, na katero smo ponosni.

Vem, da vstopamo v obdobje, ki za zdravstvo predstavlja izjemno zahtevne čase. Še posebej se to kaže na področju kadrov, kjer se soočamo s pomanjkanjem, velikimi obremenitvami obstoječih ekip ter stalnimi organizacijskimi izzivi.

Eden največjih izzivov, s katerimi smo se soočali tudi v letošnjem letu, ostaja pomanjkanje negovalnega kadra. Zaradi dolgotrajnih obremenitev naše medicinske sestre in celoten negovalni tim deluje na robu zmogljivosti. Kljub temu vsak dan znova dokazujejo izjemno strokovnost, srčnost in profesionalni ponos, ki omogočajo, da pacientom še naprej zagotavljamo kakovostno in varno oskrbo.

Podobna kadrovska vrzel vztraja tudi na področju radiologije, kjer že vrsto let intenzivno iščemo rešitve in se vsakodnevno trudimo zagotavljati nemoten potek dela. Kljub kadrovskim izzivom nam z izjemnim naporom zaposlenih, podporo zunanjih sodelavcev, medsebojno pomočjo ter pripravljenostjo vseh, da stopimo skupaj, uspeva ohranjati stabilno in kakovostno delovanje.

Naše delo ni le poklic, temveč poslanstvo – skrb za zdravje ljudi, pomoč tistim, ki nas najbolj potrebujejo. Ponosno lahko opazujemo, kako se v naši hiši prepletata predanost in znanje ter kako vsak posameznik s svojim prispevkom krepi celoto.



Hkrati vam ob zaključku leta želim nameniti iskreno, srčno in spoštljivo čestitko.

Za nami je leto, ki ni bilo preprosto. Prineslo je številne izzive, obremenitve in trenutke, ko je bilo treba pokazati več vztrajnosti, prilagodljivosti in medsebojne podpore, kot bi si želeli. A prav zaradi vaše predanosti, strokovnosti in človeškosti smo skupaj uspešno premagali marsikatero oviro ter ohranili kakovost in varnost oskrbe, na katero smo lahko ponosni.

Naj vam prihajajoči praznični dnevi prinesejo mir, toplino in čas za počitek. Naj bodo namenjeni ljudem, ki vam največ pomenijo, ter stvarem, ki vas napolnijo z energijo in optimizmom. V novo leto vstopimo pogumno, povezani in z željo po nadaljnji rasti – osebni in strokovni.

***Ksenija Šimnovec, dr. med.,
strokovna direktorica***



Bernarda Poklukar Novak prejela plaketo Državnega sveta Republike Slovenije

Diplomirana medicinska sestra s specialnimi znanji s področja mentoriranja študentov zdravstvene nege že vrsto let navdihuje s svojo strokovnostjo, predanostjo in srčnostjo. Kot zgled sodelavcem, študentom in prostovoljcem v skupnosti dokazuje, da lahko s pozitivnim pristopom, ustvarjalnostjo in iskreno željo pomagati ustvarjamo spremembe.

Je neutrudna prostovoljka, ki zna povezati ljudi in spodbuditi solidarnost. Ob poplavih v Mostah in Mengšu je na družbenih omrežjih dvakrat aktivirala približno 30 prostovoljcev ter jih vodila pri pomoči prizadetim. Njeno delovanje prežema želja po širjenju znanja, ohranjanju kulturne

dediščine in ustvarjanju varnega ter spodbudnega okolja za mlade.

Več let je aktivna članica kulturnega društva Gorje, ustanoviteljica in vodja otroškega pevskega zbora *OtAnaBer*, v katerem je vzgojila številne mlade pevce. Na kulturnih dogodkih sodeluje kot pevka, igralka in voditeljica. Prepoznavna je tudi po nastopih v narodnih nošah ter ustvarjanju likovnih podob, med drugim figure svetega Jurija z zmajem. Aktivna je pri postavitvah jaslic, miklavževanjih in drugih ustvarjalnih pobudah, ki bogatijo lokalno skupnost.



Kot članica Rdečega križa Gorje vodi humanitarne akcije ter izvaja delavnice o temeljnih postopkih oživljanja, uporabi AED in negi svojcev. Je tudi članica Godbe na pihala Gorje in idejna vodja nastopov mažoret, sodeluje pri verskem in turističnem življenju v kraju ter pri razstavah ročnih del. Aktivna je v športu in dobrodelnosti – med drugim v kegljaškem klubu ter na koncertih Društva Hospic.

Z mentorstvom in prostovoljstvom mlade spodbuja k odgovornosti, etičnemu ravnanju in aktivnemu sodelovanju v družbi. Ko najde trenutek zase, se rada sprosti z ročnimi deli, saj pravi, da takrat »da možgančke na pašo«.

Zaradi dolgoletnega vpliva, predanosti in ustvarjalnega prispevka k skupnosti je 5. decembra prejela plaketo Državnega sveta Republike Slovenije za leto 2025.

ISKRENE ČESTITKE!



Ko sodelavci rečemo hvala – in čestitamo ob plaketi Državnega sveta RS 2025

Admir Krupić – prejemnik srebrnega znaka DMSBZT Gorenjske



V soboto, 6. decembra 2025, je v Gledališču Toneta Čufarja na Jesenicah potekala svečana podelitev priznanj, ki jih podeljuje Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske. Dogodek je tudi letos potrdil bogastvo strokovnega znanja, predanosti in srčnosti zdravstvenih delavcev gorenjske regije. Priznanje srebrni znak so prejeli: **Breda Grilc, Ria Jagodic, Admir Krupić, Dorica Peternel in Judita Slak**. Najvišje priznanje častnega člana društva je prejela **Zdenka Kramar**. Vsi prejemniki svečanih priznanj so s svojo dolgoletno predanostjo, strokovnostjo in pomembnim prispevkom k razvoju zdravstvene nege ter dobrobiti pacientov pustili pomemben pečat tako v svojih delovnih okoljih kot v širši skupnosti.

Svečano podelitev smo zaključili z izjemno energičnim in sproščujočim nastopom – glasbeno-komičnim šovom La La Lajf, v katerem sta občinstvo navdušila Perica Jerković in Robert Petan. Po predstavi je sledilo prijetno druženje ob pogostitvi, kjer so se obiskovalci lahko sproščeno pogovorili, izmenjali vtise ter skupaj obeležili pomembne dosežke nagradencev. Za dodaten spomin na večer se je bilo mogoče tudi fotografirati, tako da so udeleženci domov odnesli delček te slavnostne izkušnje.

Dogodek je bil čudovita priložnost za krepitev povezanosti med člani društva, sodelavci in prijatelji ter za praznovanje izjemnih dosežkov, ki so pomembno zaznamovali delo zdravstvene stroke na Gorenjskem.

Veseli in počaščeni smo, da je prejemnik srebrnega znaka tudi naš sodelavec Admir Krupić. Admir Krupić je srednješolsko izobraževanje zaključil leta 2000 na Srednji šoli Jesenice – smer Zdravstveni tehnik. Pripravnništvo je opravljal kot prostovoljec šest mesecev. Prvič se je zaposlil

6. aprila 2001 na internističnem oddelku kot tehnik zdravstvene nege. Strokovni izpit je opravil 19. aprila 2001. Po nekaj mesecih ga je profesionalna pot odpeljala v mavčarno. Njegovo delovišče, poleg mavčarne, so bile tudi kirurške specialistične ambulante – urgentne in subspecialistične ter operativna dejavnost malih kirurških posegov. Leta 2015 je opravil nacionalno poklicno kvalifikacijo in pridobil naziv ortopedski tehnolog.



Prejemnik srebrnega znaka - sodelavec Admir Krupić s predsednico društva DMSBZT Gorenjske Jano Lavtižar

Želja po znanju in podajanju znanja ga je spodbudila, da se je leta 2019 priključil Sekciji medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov kot pridružen član skupine mavčarjev. Skupina se v sklopu strokovne sekcije sestaja enkrat letno na strokovnem sestanku, kjer si člani izmenjajo poročila o delovanju. Na tem sestanku se pripravi tudi program strokovnega srečanja Urgentni pacient, kjer imajo mavčarji in ortopedski tehnologi sklope predavanj. S svojim znanjem in delavnostjo je bil prepoznan tudi v strokovni sekciji, ki ga je predlagala za člana komisije za preverjanje nacionalnih poklicnih kvalifikacij, NPK – ortopedski tehnolog.

Kot član delovne skupine mavčarjev/ortopedskih tehnologov v Sekciji MS in ZT pripravlja različne teme izobraževanj in delavnic na strokovnih srečanjih. Delavnice svojega ožjega strokovnega področja mavčenja izvaja tudi za ostale zaposlene v Splošni bolnišnici Jesenice. Leta 2022 je skupaj s sodelavcem pripravil enodnevno delavnico na Debelem rtiču za študente zdravstvene nege v organizaciji Sekcije študentov zdravstven nege.

V Splošno bolnišnico Jesenice prihajajo tudi mavčarji, ki se pripravljajo na pridobitev NPK. Admir je vedno pripravljen svoje znanje podajati, da bodo bodoči kandidati čim bolj uspešno opravili izpit. Aktivno sodeluje tudi pri pripravi kriterijev za javni razpis v Splošni bolnišnici Jesenice. Je vodja sklopa za mavčarno.

V službi pa ne deluje samo kot mentor, ampak je tudi odgovoren za druženje in povezovanje zaposlenih. Vsako leto pripravi prednovoletno srečanje. Aktivno sodeluje in promovira poklic ortopedskega tehnologa na različnih strokovnih srečanjih. Vsako leto svoj poklic kot nekdanji dijak predstavi dijakom zdravstvene nege Srednje šole Jesenice.

ISKRENE ČESTITKE!

Kolegij Službe za zdravstveno nego in oskrbo SB Jesenice



Nagrajenci 2025 z vodstvom DMSBZT Gorenjske

Jožica Murnik prejela priznanje na ožjem strokovnem področju Sekcije medicinskih sester v managementu

Jožica Murnik se je takoj po diplomi na takratni Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani zaposlila v Splošni bolnišnici Jesenice. Najprej je delala v takratni enoti za centralno intenzivno terapijo, v CIT-u, leta 1988 pa jo je pot pripeljala v center za hemodializo, kjer uspešno deluje še danes.

Leta 2007 je z odliko zaključila 3. letnik na Visoki šoli za zdravstvo v Ljubljani in postala diplomirana medicinska sestra.

Jožico kot osebo in medicinsko sestro odlikujejo številne lastnosti: je izredno delovna, dosledna, natančna, vztrajna, strokovna in skrbna. Jožica je medicinska sestra s srcem.

V letih od 2003 do 2018 je bila namestnica vodje zdravstvene nege Centra za hemodializo SB Jesenice, leta 2018 pa je prevzela naloge vodje in v enoti uredila mnogo stvari, tako je danes še bolj prepoznaven in cenjen, ne le v Splošni

bolnišnici Jesenice, ampak tudi navzven.

Svojo osebnost, široko strokovno znanje in moralno etične vrednote je skozi leta vtakala v organizacijsko kulturo dializnega centra in s tem pripomogla k prijetni delovni klimi v kolektivu in dobrim odnosom z vsemi ostalimi, ki vstopajo v zdravstveno obravnavo dializnih pacientov.

Jožica gradi medpoklicno sodelovanje, ki je bistvenega pomena za celostno obravnavo dializnega pacienta. Ima zelo dobre pedagoške ter zdravstveno vzgojne sposobnosti. Svoje znanje z veseljem prenaša na paciente, njihove svojce, pa tudi na novo zaposlene študente in dijake. Ima etičen in human odnos, kar pomembno vpliva na izid zdravstvene obravnave pacientov.

Vedno ima v mislih visoko kakovostno in čim bolj varno zdravstveno nego dializnega pacienta.



Aktivno je vzpostavila covid dializni oddelek, kjer so skrbno nadaljevali zdravljenje in obravnavo dializnih pacientov na Gorenjskem.

Je aktivna članica projektних skupin ter članica skupin javnih naročil. Aktivno se vključuje v proces notranje presoje. Je tudi članica Kolegija zdravstvene nege in oskrbe Splošne bolnišnice Jesenice, kjer tvorno in aktivno sodeluje.

Več kot 30 let skrbno pripravlja dializne paciente za vodenje na čakalni listi za transplantacijo ledvice. Na tem področju dobro sodeluje s Centrom za transplantacijo UKC Ljubljana. V teh letih je bilo kar nekaj njihovih pacientov transplantiranih in življenje uživajo brez vezanosti na dializo.

Pod njenim vodstvom se je prenovila vsa dokumentacija dializnega centra. Vedno se je pripravljena izobraževati in k temu spodbuja tudi vse zaposlene. Je pedagoška medicinska sestra ter mentorica dijakom in študentom.

Vestno spremlja novosti na področju zdravstvene nege dializnega pacienta in jih po najboljših močeh skuša uvesti v delovno okolje.

ISKRENE ČESTITKE!

Kolegij Službe za zdravstveno nego in oskrbo SB Jesenice

Njen uspešno izveden projekt je bila organizacija 40. obletnice Centra za hemodializo Splošne bolnišnice Jesenice, ki jo je v sodelovanju s sodelavci in vodjem centra prim. Igorjem Rusom, dr. med., izpeljala več kot odlično. Obletnica je bila obeležena s pregledom zgodovinskega vpogleda na dializno dejavnost ne samo v bolnišnici, temveč v slovenskem prostoru. Njena aktivna vloga se širi tudi izven bolnišnice. V Zvezi društev ledvičnih bolnikov Slovenije je aktivna s pripravo strokovnih prispevkov ter pomočjo pri organizaciji le-teh.

Kot vodja enote profesionalno skrbi za prepoznavnost strokovnega področja tako v bolnišnici kot tudi v gorenjski regiji in je izvrstna mentorica, ki je v samostojno delo popeljala že veliko rodov medicinskih sester na področju hemodialize. S svojim zgledom ohranja zaposlene motivirane in zavezane strokovnemu področju in razvoju.

***Predlagatelj: člani strokovnega sveta zdravstvene nege
Splošne bolnišnice Jesenice***



Sandi Novak – prejemnik Ažbetove plakete

Aleksander (Sandi) Novak je s srcem in dušo zapisan ljubiteljski kulturni dejavnosti na področju fotografije.

Poleg devetintridesetletnega aktivnega delovanja v Fotografskem društvu Jesenice je Sandijeva največja odlika neumorno prostovoljno mentorsko in izobraževalno delo z mladimi.

Z nalezljivo dobro voljo in pozitivnim odnosom na svoje varovance prenaša zavidanja vredno strokovno znanje in doživljenjsko ljubezen do fotografske dejavnosti. Malo je takšnih na področju tistih kulturnih dejavnosti, ki so v svojem bistvu individualni ustvarjalni proces. Sandi pa brez kančka protekcionizma razdaja svoje znanje in izkušnje ter z veseljem ter ponosom

pove, da njegovi varovanci na razstavah včasih tudi že presežejo svojega mentorja. Kar nekaj se jih namreč lahko pohvali z nagradami na slovenskih in mednarodnih razstavah, tako v mladinski kot tudi v članski konkurenci.

Vrednost Sandijevega dela in delovanja tako ni zgolj in samo v izobraževalnem procesu, ampak predvsem v tem, da pomemben delež njegovih varovancev tudi po končani osnovni šoli še vedno ostaja zapisan fotografiji in fotografiranju. Marsikdo od njih namreč nadaljuje svojo ustvarjalno pot tudi znotraj Fotografskega društva Jesenice, ki se na tak način pomlajuje, ostaja odprt za nove pristope in poglede, predvsem pa ohranja svoje članstvo in kvaliteto tako v slovenskem kot mednarodnem okolju. Brez pretiravanja lahko trdimo, da je Sandi s svojim ljubiteljskim prostovoljnim delom odločilno pripomogel tudi k temu, da bo Fotografsko društvo Jesenice v letu 2025, v dobri kondiciji in kot eno najbolj aktivnih fotografskih društev, praznovalo 100. obletnico kontinuiranega društvenega delovanja.

Dodana vrednost Sandijevega izobraževalnega in kulturno-vzgojnega dela z mladimi se torej odraža tudi v tkanju socialnih in medgeneracijskih vezi, vključevanju mladih v društva in prispevku k obstoju in razvoju organizirane ljubiteljske kulturne dejavnosti na likovnem področju, zato predlagamo, da se Aleksandru (Sandiju) Novaku podeli plaketa Antona Ažbeta.

Iskrene čestitke v imenu vseh sodelavcev.



Novoletno srečanje zaposlenih 2025

27. novembra je v Gledališču Toneta Čufarja Jesenice potekalo tradicionalno novoletno srečanje zaposlenih. V dvorani gledališča so sedeli nasmejani sodelavci in naši upokoјenci. V uvodnem pozdravu je direktorica naše bolnišnice, gospa **Petra Rupar**, pozdravila vse navzoče, se jim zahvalila za opravljeno delo v letu 2025 ter poudarila, da z zavzetostjo, sodelovanjem in medsebojnim spoštovanjem lahko dosežemo veliko.

Kot vsako leto, smo tudi letos na srečanju čestitali sodelavcem, ki so dosegli 35 let delovne dobe v bolnišnici.

V letu 2025 so to:

- **BRANKICA BAŠIĆ NARIĆ**
- **BRIGITA MAVSAR NAJDENOV**
- **ANUŠA TORKAR**
- **TATJANA TUŠAR**

Vsak cilj je dokaz, da srce in vztrajnost zmoreta več, kot si upamo verjeti na začetku poti.

In v letošnjem letu so svoj cilj dosegli sodelavci in sodelavke, ki so uspešno zaključili študij ali opravili specialistični izpit. Na srečanju smo jim z veseljem čestitali.

Študij zdravstvene nege so uspešno zaključile:

- **DANAJA LAVTIŽAR** – diplomirana medicinska sestra
- **ANA MAKORIČ** – diplomirana medicinska sestra
- **LJILJANA BJELANOVIĆ** – diplomirana medicinska sestra
- **JUSMINA TRNJANIN** – diplomirana medicinska sestra
- **TANJA VOZELJ** – diplomirana medicinska sestra

Svoje znanje so z zaključenim magisterijem nadgradile:

- **LENA LAJOVIC** – magistrica supervizije, osebnega in organizacijskega svetovanja
- **URŠA SKUMAVEC** – magistrica promocije zdravja
- **KEMILA TRAKO** – magistrica zdravstvene nege
- **TINA DEBELJAK TRBIČ** – magistrica inovativnega menedžmenta v socialni
- **TJAŠA MEGLIČ** – magistrica kadrovskih in izobraževalnih sistemov

V obdobju od 1. 12. 2024 do 27. 11. 2025 so uspešno opravili specialistični izpit:

- **NADJA KOSIČ** – specialistični izpit iz patologije
- **ŠPELA GRILC** – specialistični izpit iz dermatovenerologije



Prijetno druženje v avli gledališča



- **EVA BOJC ŠMID** – specialistični izpit iz ginekologije in porodništva, pridobila je tudi mednarodno licenco Fetal medicine foundation za presejanje kromosomopatije
- **LARA OSEL** – specialistični izpit iz urgentne medicine
- **ŠPELA OZIMEK** – specialistični izpit iz urgentne medicine
- **JAN KARO** – specialistični izpit iz radiologije

Iskrene čestitke vsem.



Čestitke ob zaključenem magisteriju Leni Lajovic, Kemili Trako in Tini Debeljak Trbič



Čestitke ob zaključenem študiju zdravstvene nege Danaji Lavtižar, Ljiljani Bjelanović in Tanji Vozelj

Ogledali smo si predstavo domačega gledališča Toneta Čufarja z naslovom Ograje. Občudovanja vredno dramsko delo Norma Fosterja »Mending Fences« nas je spravilo v smeh, a v mislih smo se zalotili, da se pravzaprav ne bi smeli smejati. Na pravkar končanih 38. Čufarjevih dnevih je predstava prejela nagrado za najboljšo predstavo po oceni strokovne žirije. In tudi mi smo bili nad predstavo navdušeni.

Po predstavi je sledilo prijetno druženje v avli gledališča, kar potrjujejo tudi fotografije.

Sandra Jerebic, dipl. m. s., univ. dipl. soc., predstavnica vodstva za kakovost in odnose z javnostmi



Čestitke za opravljen specialistični izpit Nadji Kosič, Špeli Grilec in Evi Bojc Šmid



Govor direktorice Petre Rupar



Čestitka Tatjani Tušar za 35 let delovne dobe v bolnišnici



Odlična predstava *Ograje*



Predstava



Urolog Jernej Arh, predstojnik pediatrične službe Peter Najdenov, direktorica Petra Rupar in strokovna direktorica Ksenija Šimnovec



Zdravstvene administratorke



Služba za fizikalno in rehabilitacijsko medicino



Pediatrična služba



Internistična služba



Anestezijsko-reanimacijska služba



Centralna sterilizacija



Dvorana gledališča



Internistična intenzivna terapija

Dobili bomo novo magnetno resonanco

SB Jesenice bo po štirinajstih letih dobila novo magnetno resonanco za skrivnostni pogled v notranjost telesa, aparat z eno najnaprednejših slikovnih metod sodobne medicine.

Da bomo lahko našim pacientom v prihodnje ponudili še natančnejše in sodobnejše preiskave, v bolnišnici gradimo prizidek za novo napravo, s katerim bomo pridobili dobrih 200 m² novih prostorov. Prizidek bo omogočal namestitve sodobne opreme in ponujal prijetnejše okolje za paciente in zaposlene. Vsaka lopata betona pomeni korak bliže boljšim preiskavam in sodobnejšim prostorom.

Strokovno napredni aparat bo omogočal hitrejši pregled, za paciente pa bo prijaznejši, saj bodo imeli zaradi širšega loka manj tesnobnih občutkov.

Ko bomo meseca maja 2026 vstopili v prostor z novo magnetno resonanco, se bomo znašli v svetu, kjer magneti, radijski valovi in računalniki sodelujejo kot orkester. To bo prostor, kjer se združujeta znanost in previdnost.

Za zaposlene v naši bolnišnici pa MR ni le stroj – je okno v nevidno, orodje, ki omogoča zgodnje odkrivanje bolezni in natančno načrtovanje zdravljenja. Radiologi in tehnologi vsak dan razbirajo »zemljevide« telesa, iščejo drobne spremembe, ki razkrivajo zgodbo o zdravju. Obenem pa morajo skrbeti, da v sobo z magnetom ne zaidejo kovinski



predmeti, saj lahko magnet potegne tudi voziček. Novi magnet bo za zdravstveno osebje pomenil kombinacijo strokovnosti, varnosti in natančnosti. Vsak korak naprej v diagnostiki pomeni korak bliže pravočasni pomoči, zdravlju in upanju.

Velik pomen ima MR tudi pri razvoju bolnišnice. Prisotnost sodobnega MR aparata dviguje strokovni ugled zdravstvene ustanove in omogoča, da bolnišnica razvija napredne diagnostične in raziskovalne programe. S tem lahko privabi vrhunske strokovnjake in omogoči dodatno izobraževanje zaposlenih. Za bolnišnico MR ni le diagnostična naprava, temveč orodje, ki povezuje različne oddelke in krepi celostno obravnavo pacientov. Brez njega bi bila številna zdravljenja manj učinkovita, diagnostika počasnejša, napake pogostejše, posegi pa bolj invazivni. MR tako omogoča, da bolnišnica deluje na višji, sodobnejši in varnejši ravni ter pacientom nudi najboljšo možno oskrbo. Zato magnetna resonanca za bolnišnico ni samo aparat – je temeljna investicija v kakovost zdravljenja, razvoj stroke, varnost pacientov in prihodnost medicinske oskrbe.

Za večino pacientov je MR preiskava povezana z občutkom radovednosti, včasih tudi s kančkom nelagodja, ker je prostor v aparatu relativno ozek in ker aparat med delovanjem oddaja glasne zvoke. Vendar preiskava sama ne boli, magnet ne »pikne« ali »zapeče« in pacient ves čas leži pri miru na mizi, ki se počasi premakne v notranjost aparata.

Veliko pacientov MR aparat dojema kot nekaj zelo tehnološkega in zanesljivega, saj vedo, da lahko zdravniku omogoči zelo natančne informacije o tem, kaj se dogaja v njihovem telesu. Ta občutek, da jim tehnologija pomaga razjasniti njihove zdravstvene težave, pogosto prinaša tudi občutek varnosti in zaupanja.

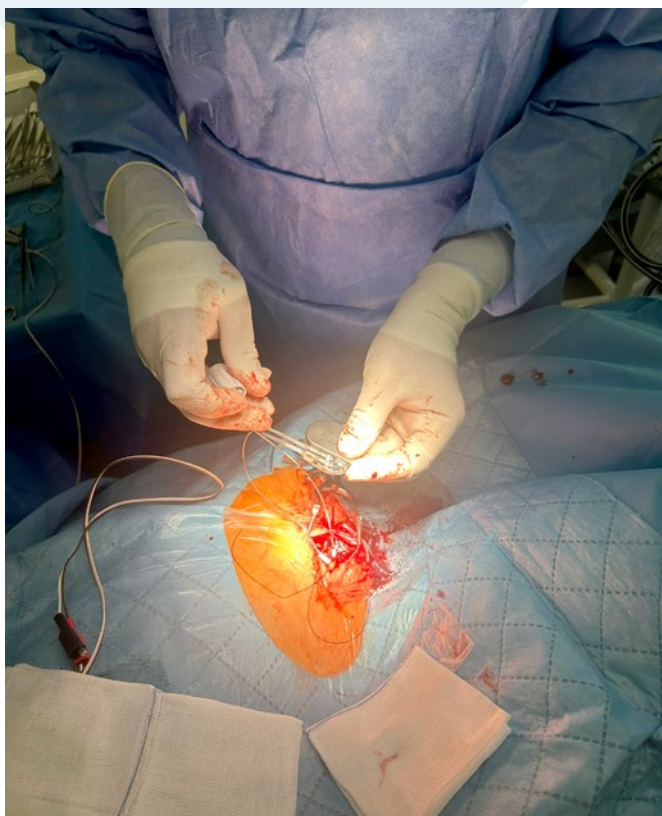


Sredstva, namenjena temu projektu, niso zgolj finančna številkica, predstavljajo naložbo v zdravje, znanje in predvsem v življenje. Ker vrednosti človeškega življenja ne moremo meriti z denarjem, je vsaka taka pridobitev neprecenljiva. Zato smo ponosni, da s skupnimi močmi gradimo prihodnost, v kateri bo vsak pacient deležen najboljše možne oskrbe.

***Mateja Malovrh, univ. dipl. geog. in prof.,
vodja službe za nabavo in javna naročila***

Deset let vstavljanja srčnih spodbujevalnikov v SB Jesenice

Pregled razvoja programa, timskega dela in izboljšane oskrbe bolnikov



Poseg vstavljanja stalnega srčnega spodbujevalnika

Oktobra letos je minilo natanko deset let, odkar smo v Splošni bolnišnici Jesenice, 16. oktobra 2015, uspešno vstavili prva dva srčna spodbujevalnika in s tem uradno začeli izvajati program vstavljanja stalnih srčnih spodbujevalnikov. Začetki so bili povezani z velikim strokovnim entuziazmom in pripravljenostjo na učenje. Pri prvih posegih nas je strokovno vodil priznani kirurg prof. dr. Nikola Lakić in tim tedanjega podjetja SJM, ki so s svojim znanjem postavili temelje današnjemu uspešnemu delovanju programa. Glavni izvajalec posegov vse od začetka ostaja Andrej Kunstelj, dr. med.



Proslavitev vstavitve 1. stalnega srčnega spodbujevalnika v SB Jesenice 16. 10. 2015 (z leve proti desni: asist. Marko Šluga, dr. med., prof. dr. Nikola Lakić, dr. med., Mateja Verdinec, dr. med., prim. Igor Rus, dr. med., Anja Jovanovič Kunstelj, dr. med., Janez Poklukar, dr. med., Karmen Janša, dr. med.)



Prvotni tim vstavljanja srčnih spodbujevalcev internega oddelka 16. 10. 2015 (z leve proti desni: Irena Šenk, dipl. m. s., Anja Novak, dipl. m. s., asist. Marko Šluga, dr. med.)

Rast programa in naraščajoče število vstavitvev

V prvih letih se je število vstavitvev srčnih spodbujevalnikov gibalo do približno 50 posegov letno. S povečevanjem potreb in izkušenejšim timom pa se je program v zadnjih treh letih še dodatno okrepil – letošnje projekcije kažejo, da bomo v SB Jesenice prvič presegli število 80 vstavljenih spodbujevalnikov v enem letu, saj smo do oktobra opravili že 66 posegov (graf spodaj). To predstavlja pomemben mejnik in hkrati priznanje strokovnosti ter predanosti vpletenih ekip.

Timsko delo – ključ do uspeha

Program srčnega spodbujanja je izrazito multidisciplinaren, zato je uspeh mogoč le ob tesnem sodelovanju več oddelkov. Zgledno sodelovanje med internim in kirurškim oddelkom, radiološkimi inženirji, anesteziološkimi tehnikami, diplomiranimi medicinskimi sestrami internega oddelka ter inštrumentarkami je eden najpomembnejših razlogov, da program poteka varno, učinkovito in v korist bolnikov. Sodelovanje se še posebej izkaže pri urgentnih primerih. Pri bolnikih z nujno ogrožujočimi motnjami srčnega ritma se je naš tim večkrat zbral v izjemno kratkem času, tako da je bila vstavitev srčnega spodbujevalnika opravljena že nekaj ur po prihodu bolnika v urgentno internistično ambulantno.

Programske in urgentne vstavitve

Velik delež predstavljajo programske vstavitve, kjer bolnike na sprejem povabimo na podlagi znanih prevodnih motenj, odkritih z ambulantnimi preiskavami (npr. Holter EKG) ali med hospitalizacijo. Poseg praviloma opravimo še isti dan popoldne, bolnik pa je ob nekomplikiranem poteku odpuščen že naslednje jutro.

Pri tem nam je v veliko pomoč dnevni internistični oddelek, kjer ob kroničnem pomanjkanju postelj pogosto poskrbi za bolnike, ki so lahko odpušteni še isti dan.

Manjša potreba po začasnem srčnem spodbujanju

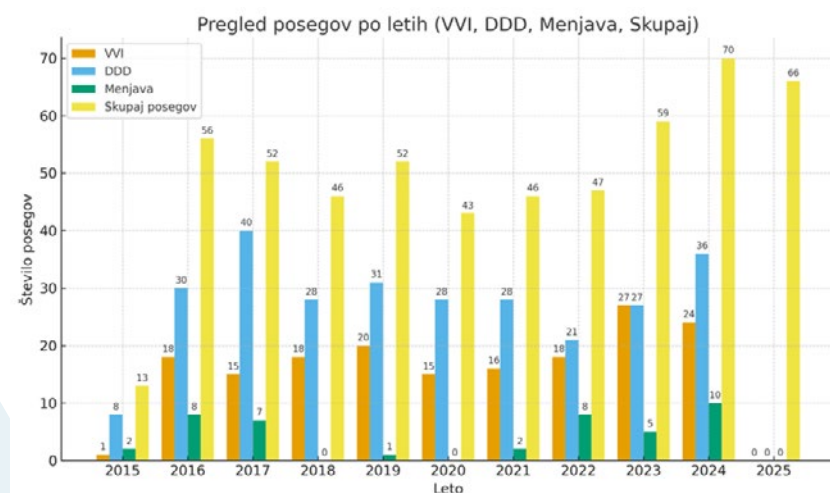
Eden od pomembnih pokazateljev uspešnosti programa je tudi bistveno zmanjšana potreba po vstavitvi začasnih elektrod za srčno spodbujanje. To pomeni, da bolnike obravnavamo hitreje in bolj učinkovito, hkrati pa je zaradi manj akutnih posegov občutno manj stresa in manjša obremenitev za dežurne ekipe. S tem se izboljšujeta tako kakovost oskrbe kot organizacija dela.

Prostorska ureditev in standardizacija postopkov

Če smo prva leta morali posege izvajati v različnih operacijskih dvoranih, se je v zadnjih letih program ustalil v operacijski dvorani urgentnega centra, ki nudi najboljšo logistiko in omogoča hitro odzivnost pri nujnih primerih.

Ob tem uporabljamo ustaljene protokole, ki zagotavljajo varnost in enotno izvedbo vseh korakov posega.

Deset let izvajanja programa vstavitve srčnih spodbujevalnikov v SB Jesenice predstavlja pomembno poglavje v razvoju naše ustanove. Povečan obseg posegov, odlična medoddelčna povezanost, multidisciplinarno sodelovanje ter boljša organizacija dela dokazujejo, da smo na pravi poti. Največ pa šteje dejstvo, da so naši bolniki deležni pravočasne, strokovne in varne oskrbe.



Pregled opravljenih posegov po letih

*Asist. Marko Šluga, dr. med., in
Anja Novak, dipl. m. s.*

Dnevni oddelek internistične službe od maja v novih prostorih

Z večanjem števila starostnikov se je povečalo število kroničnih bolezni. Povečalo se je tudi število mielodisplastičnih sindromov in prehranskih anemij, zato se je povečala potreba po elektivnem nadomeščanju krvnih preparatov in parenteralnega železa. Bolniki, ki so sicer neozdravljivo, a ne akutno bolni, so zasedali postelje v urgentnem centru in na internem oddelku, ki smo jih potrebovali za obravnavo in zdravljenje akutnih bolnikov.

Že leta 2019 smo bili zaradi pomanjkanja medicinskih sester primorani zapreti kardiološki oddelek. Tako so ostale prazne bolniške sobe in na sobi 103 smo odprli dnevni oddelek. Za bolnike so bile na voljo štiri postelje od ponedeljka do petka med 7. in 15. uro. Zanje je in še vedno skrbi medicinska sestra Herta Avsenek, ki je srce dnevnega oddelka od samega začetka. Kmalu smo na dnevnem oddelku pričeli

izvajati tudi elektivne elektrokonverzije, punkcije ascitesov in plevralne punkcije, zaradi česar smo se v delo aktivno vključili tudi trije specialisti interne medicine, Mateja Verdinek, Barbara Zupančič in Tomaž Šavli.

V naslednjih letih se je število bolnikov, ki so bili obravnavani na dnevnem oddelku, močno povečalo, ekipi se je pridružila medicinska sestra Karmen Ravnik, ki je prinesla dodatno energijo.

30. maja 2025 smo se preselili v nove, večje prostore, kar nam je omogočilo povečanje kapacitet na sedem postelj. Posledično se je občutno povečalo tudi število pacientov. Za primerjavo – od 1. 1. do 19. 11. 2024 smo obravnavali 425 pacientov, medtem ko so bili v obdobju od 1. 1. 2025 do 19. 11. 2025 že 803.



Prostor dnevnega oddelka

Delo zdravnika so pod nadzorstvom prej omenjenih specialistov prevzele specializantke interne medicine Julija Tomšič Brozovič, Karin Šteblaj, Maša Grašič in Nika Špes, ki se dnevno izmenjujejo.

Eden ključnih izzivov ob selitvi v nove prostore je bil, da pacienti za sprejem v dnevno obravnavo ne bi več čakali v urgentnem centru, ki je navadno preobremenjen z akutnimi primeri. Z uvedbo novega sistema se pacienti ob prihodu vpišejo v sprejemni pisarni, kar omogoča, da je celotna obravnava, od sprejema do odpusta, izvedena znotraj dnevnega oddelka.

Dejavnost smo razširili na aplikacijo zdravil (antibiotiki, kortikosteroidi, diuretiki, analgetiki, elektroliti ...), aplikacijo zdravil za nevrološke bolnike in sprejem ter pripravo bolnikov za vstavev stalnega srčnega spodbujevalnika. Ti so po posegu sprejeti v polintenzivno enoto internega oddelka.

Na ta način smo pomembno razbremenili delo urgentnega centra ter izboljšali pretočnost pacientov.



Prostor dnevnega oddelka

Z novim načinom dela je bilo treba oblikovati štiri nove klinične poti, ki sledijo poteku posamezne vrste obravnave in zagotavljajo jasn ter učinkovit proces za osebje in paciente.

Poleg tega smo uvedli možnost, da se pacienti za določene diagnostično-terapevtske posege naročijo sami. Indikacijo seveda postavi izbrani osebni zdravnik ali zdravnik v urgentnem centru, ki izda ustrezno napotnico. Na voljo je telefonska številka, ki je namenjena izključno naročanju v dnevni oddelk in na katero sta medicinski sestre dosegljivi od ponedeljka do petka med 7. in 15. uro.

Naši bolniki so kronični bolniki, pogosto neozdravljivo bolni a v času bivanja na dnevnem oddelku brez akutnih težav. Postopki na dnevnem oddelku trajajo več ur, nemalokrat cel delavnik, bolniki pa potrebujejo našo obravnavo tudi večkrat mesečno, zato se razvijejo prav posebne vezi, kar zagotovo naredi delo na našem dnevnem oddelku izjemno.

Tim dnevnega oddelka Internistične službe SB Jesenice



Tim dnevnega oddelka internistične službe

26 let s presajeno ledvico

Petek, 4. julija 1997

AKTUALNO

3. STRAN

V jeseniški bolnišnici trenutno čaka na novo ledvico dvanajst bolnikov, dva pa čakata na novo srce. Marja Mravinc z Rodin je presaditev ledvice uspešno prestala februarja letos.

Marja Mravinc z Rodin šteje 23 let. Do osemnajstega leta je bila povsem zdravo dekle. Nato pa so na obveznem zdravniškem pregledu pred nastopom službe ugotovili, da je z njenim zdravjem nekaj hudo narobe. Diagnoza: kronično vnetje ledvic. V samo treh letih je doletela zdravo dekle postalo povsem odvisno od dialize. Dvakrat tedensko, po štiri ure dolga "čiščenja" krvi, stroga dieta. Dokler tiste nedelje, drugega februarja letos, ni zazvonil telefon: Imamo darovalca, takoj pridi v Ljubljano, na kliniko.

"Bila sem presenečena, saj nisem verjela, da bodo tako hitro našli darovalca, kajti na čakalni listi nas je bilo veliko. Obenem pa me je stiskal strah, kaj bo," se spominja Marja. Takoj so jo pripravili za poseg, saj so organi že čakali. Mlad, šestnajstletni fant si je v prometni nesreči



Marja Mravinc ima danes tri ledvice; delo dveh njenih obolelih je prevzela nova ledvica, ki so ji jo vstavili v levi spodnji del trebuha.

tako hudo poškodovala glavo, da so zdravniki ugotovili le še možgansko smrt. Operacija je uspela, po samo treh tednih, 25. februarja, pa so Marjo že odpustili domov. Dances se dobro počuti, seveda pa mora hoditi na redne preg-

V jeseniški bolnišnici trenutno čaka na novo ledvico dvanajst bolnikov, dva pa čakata na novo srce.

Sem Darovalec Rad bi pomagal nekemu živeti po moji smrti

Seznajte svoje sorodnike s to željo in imejte to izkaznico vselej pri sebi.

Takole izgleda kartica darovalca. Dobiti jih je mogoče na vseh območnih odborih Rdečega križa Slovenije ter v sprejemnih pisarnah bolnišnic. Toda kot pravi Katjuša Trampuž, sekretarka rdečega križa v Kranju, kakšnega velikega zanimanja ljudi ni, saj se je v Kranju doslej za kartico odločilo le 44 ljudi. Kot pravi Trampuževa, so vsakogar, ki pride po kartico, zelo veseli, saj je število čakajočih na organe veliko večje od darovalcev.

Kdo je lahko darovalec? V primeru možganske smrti (do nje najpogosteje pride v prometnih nesrečah, lahko pa tudi zaradi nenadnega letliva krvi v možgane) darovalec ne sme imeti sladkorne bolezni, visokega tlaka, rakastih obolenj, virusne hepatitisa ali HIV, na respiratorju pa je lahko priključen največ sedem dni. Najmanjša starost darovalca je tri leta, največja še dovoljena pa 65 let. Živi darovalci morajo prav tako biti povsem zdravi. Eden prvih živih darovalcev pri nas je bil nadškof Perko, ki je pred leti daroval levo svojemu bolnemu bratu.

lede in jemati zdravila, saj še vedno obstaja nevarnost, da bi telo novi organ zavrnilo. Marja je začela skoraj tako, kot je živela pred boleznijo. Pravi, da je čas, ko je hodila na dializo, že skorajda pozabila...

Na Gorenjskem presaditev ne opravljajo
Po besedah prim. dr. Janeza Remškarja, direktorja jeseniške bolnišnice, presaditev organov opravljajo le v Ljublj-

jani, saj periferne bolnišnice za kaj takega niso usposobljene. Vse potencialne darovalce, pa tudi bolnike, kjer visoko usposobljeni strokovnjaki opravijo poseg. Na Jesenicah tako pomagajo le potencialnim prejemnikom organov, zlasti ledvic. Kot pravi dr. Igor Rus, vodja centra za dializo v jeseniški bolnišnici, kamor je na dializo štiri leta hodila tudi Marja, v



Dr. Igor Rus, vodja dializnega oddelka v Splošni bolnišnici Jesenice.

dializni center na Jesenice hodi 51 ledvičnih bolnikov. Večinoma so to mladi ljudje, saj je njihova povprečna starost 40 let. Zaradi odpovedi ledvic morajo dvakrat tedensko priti v bolnišnico na tako imenovano hemodializo (obstaja tudi trebušna dializa, ki jo bolniki lahko opravljajo sami doma), kjer jim v štiri do peturnem postopku "prečistijo" kri, saj ledvice ne opravljajo svoje naloge. Dr. Rus poudarja, da je jeseniški dializni center edini na Gorenjskem in je dokaj dobro opremljen, pacienti pa kljub bolezni lahko živijo dokaj normalno življenje. Toda... Dolgoletna dializa ima negativne učinke na organizem - nekateri bolniki na Jesenice hodijo tudi po dvajset let, najstarejša bolnica ima 88 let - nenazadnje pa je tudi stroškovno draga. Letni stroški dialize enega bolnika namreč znašajo kar 70 tisoč mark (brez stroškov hospitalizacije). Zaradi vsega naštetega skušajo čim večim bolnikom pomagati z novimi ledvicami. Žal pa, opozarja dr. Rus, vsi

odstotkov. In ti "srečneži", ki imajo upanje na novo ledvico, čakajo na podoben telefonski klic kot Marja... Če seveda nimajo sorodnikov, ki bi jim darovali organ. Darovalci parnih organov so namreč lahko tudi sorodniki ali znanci in prijatelji. Če njihovi organi niso primerni, pa jih odvzamemo možgansko mrtvemu človeku. V tem primeru gre za tako imenovano kadavrsko ledvico - kakršno je dobila tudi Marja. Toda čakalne vrste so dolge.

Ob tako velikem številu nesreč tako malo darovalcev

Slovenci zelo neradi darujemo organe, ugotavlja prim. dr. Remškar. Zato v bolnišnicah zelo težko prihajajo do organov in je število čakajočih zelo veliko. "Najno je, da začnemo spreminjati miselnost ljudi, tako da bi se vsakdo zavedal, da lahko v samo letu dni tako hudo zbolijo, da bo tudi sam potreboval tuje organe. Zato si želimo, da bi vsi ljudi - še ko zdravi - izrazilo voljo, da v primeru smrti darujejo svoje organe," pravi prim. dr. Remškar. S tem se strinja tudi predstojnik internega oddelka prim. dr. Jernej Markez, ki pravi, da bi ob takem številu prometnih nesreč morali imeti bistveno več darovalcev organov, kot jih je pri nas. V jeseniški bolnišnici so denimo imeli celo serijo ponosrečnih mladih fantov, a starši niso pristali na darovanje organov.

Upanje, veliko kot gora

Zakaj takšna nepriljubljenost svojcev, da bi dovolili darovanje organov možgansko mrtvega sorodnika? "Svojci vedno upajo do zadnjega... Mislijo: saj mogoče bo preživel," pravi dr. Martina Zupančič, predstojnica anesteziološkega oddelka. Čeprav svojim povejo, da je pacient možgansko mrtel, ti upajo na čudež. Zgodilo se je celo, pravi dr. Zupančičeva, da je mož hotel darovati svoje možgane možgansko mrtvi ženi ali da so starši sedemnajstletnega fanta upali na presaditev možganov... Po presaditev organov morajo tudi v jeseniški bolnišnici prijaviti vsakega potencialnega donorja, toda kot pravi dr. Zupančičeva, nikoli ne vztra-

Po letu 1954 so v svetu presadili več kot sto tisoč ledvic, vzdržljive desetih letih redno presajajo trebušno slinavko, v zadnjih petih letih pa so z zelo dobrim uspehom presadili več sto src (tudi pri nas) in jeter. Presajanje kostnega mozga je redna metoda že več kot deset let, možno pa je presaditi tudi kožo, kosti in ročnice.

več pomoči. "Vsakršno nezaupanje v presojo, da je pacient mrtev, je odveč. Strojni parametri so tako zaostreni in primerljivi s svetovnimi, da ni prostora za nikakršno dvom. Vsako klinično smrt mora potrditi tudi neodvisna komisija," pravi dr. Rus, dr. Zupančičeva pa dodaja, da mimo stroke in svojcev ne gredo nikoli. Nikoli tudi ne "odklopijo" možgane mrtvih bolnikov, kot si napačno predstavljajo nekateri svojci, temveč njihove življenjske funkcije vedno ugasnejo same.

Telo trikrat zavrnilo organ

V primerih potencialnih darovalcev odklepanja ne sme biti. Organi morajo biti odstranjeni čim prej po ugotovitvi možganske smrti, toda najpozneje eno uro po prenehanju delovanja srca. Ohlajeni organ je uporabljen za presaditev do 24 ur. Gre za skrajno natančen postopek, v katerega je vključena kopica strokovnjakov. Toda sito, skozi katerega gredo potencialni donorji, je tako gosto, da jih le malo pride skozi. Lahko pride do vnetja, do povišanja temperature, okvare organov... "Pot, da dobimo priven maren organ, je izredno dolga. Tako redki organi ustrezajo, kot bi iskali redko, redko rastlino..." razlaga dr. Zupančičeva. Toda tudi ko dobijo ustrezen organ, pot še ni končana. Telo prejemnika lahko novi organ zavrne in ves trud je zaman. Tako so denimo nekemu bolniku kar trikrat presadili ledvico, pa jih je trikrat vedno zavrnilo. Zato se tisti bolniki, ki so uspešno prestali presaditev, lahko toliko srečnejši. Na Gorenjskem je takih pet, prvi živi s tujo ledvico že deset let.

Ena smrt rešila tri življenja

Kot pravi Marja, bi tudi sama takoj darovala organe, če bi le bila zdrava, saj se zaveda, kaj to pomeni bolnemu človeku. Imena fanta, ki je njej daroval ledvico, ne pozna. Pravi pa, da bi rada spoznala njegove starše, ki so tako tragično izgubili sina, pa so v vsej svoji žalosti zmogli toliko poguma, da so dovolili odvzem organov. Zdravja niso povrnili le Marji, temveč je drugo ledvico dobil tudi Bojan iz Slovenj Gradca, srce ponosrečnega fanta pa bije v prsih nekega dekleta.

U. Petercel

Predstavljamo ganljivo in iskreno izpoved ženske, ki je pri 23 letih prejela presajeno ledvico. Njena zgodba zajema pot od okrevanja po operaciji do trenutka, ko se je morala ponovno soočiti z dializo. Poudarja pomen podpore okolice, dragocenost življenja s presadkom in moč, ki jo najde v upanju na novo priložnost.

1. ŽIVLJENJE PO PRESADITVI

Kako ste doživeli življenje po transplantaciji?

Po operaciji sem občutila neverjetno olajšanje in veselje. Končno sem zadihala s »polnimi pljuči« – brez strogega urnika dializ in omejitev.

Kako dolgo je trajalo okrevanje?

V mesecu in pol sem se že dobro počutila, telesno in duševno. Bila sem mlada, stara 23 let, in pripravljena na nov začetek.

Ste se lahko hitro vrnili v vsakdanje življenje?

Da, brez večjih težav sem se vrnila v službo in k svojim vsakodnevnim dejavnostim. Znova sem uživala v družini, druženju in hobijih.

Kaj se vam je najbolj vtisnilo v spomin?

Občutek svobode. Po dolgem času sem bila spet samostojna – brez stalne odvisnosti od dializnega aparata.

2. SKRB ZA PRESADEK IN PRILAGAJANJE

Kako ste ohranjali zdravje presadka?

Z rednim jemanjem zdravil in doslednim upoštevanjem zdravniških navodil. Nisem si dovolila nepazljivosti.

Ste imeli stranske učinke zaradi zdravil?

Dolgo ne, kasneje pa se je pojavil hud edem obraza – otekanje, zaradi katerega sem bila videti kot »polna luna«.

So vam ti učinki otežili življenje?

V določenem obdobju da. Bilo je naporno predvsem psihično, a sem vedela, da je to del zdravljenja.

Kaj pa psihični vidik – strah pred zavrnitvijo?

Strah je bil vedno prisoten. Po desetih letih še posebej. Bala sem se, da bom morala ponovno na transplantacijo – in tega si nisem želela.

Od objave članka leta 1997 smo kljub majhnosti našega Centra za hemodializo Jesenice na transplantacijo uspešno pripravili 26 bolnikov, zdravljenih s hemodializo. Od teh jih 18 še vedno živi s presajeno ledvico. Priprava na transplantacijo zahteva celostno oceno bolnikovega zdravstvenega stanja, vključno z laboratorijskimi preiskavami, slikovno diagnostiko, kardiološko obravnavo in imunološkimi testi za določitev ujemanja z darovalcem. Vključuje tudi psihološko podporo ter izobraževanje o samem posegu in življenju po transplantaciji. Gre za obsežen in zahteven proces, ki terja veliko usklajevanja, zato je nujno aktivno sodelovanje ter izrecna privolitev pacienta.

3. VPLIV NA ODNOSE IN OKOLICO

Kako je presadek vplival na vaše bližnje?

Moja družina in prijatelji so si oddahnili. Vsi so bili izjemno veseli zame in mi stali ob strani.

Ste se kdaj počutili nerazumljeni ali stigmatizirani?

Ne, nikoli. Okolica me je razumela in me ni obsojala.

Kako pomembna vam je bila podpora bližnjih in zdravstvenega osebja?

Neprecenljiva. Brez njihove podpore bi bilo vse težje. Dali so mi moč, ko sem jo najbolj potrebovala.



Marja Mravinec danes



Prim. Igor Rus, dr. med., predstojnik Centra za hemodializo

4. KO SE PRESADEK ZAČNE IZČRPAVATI

Kdaj ste opazili, da ledvica ne deluje več kot bi morala?

Začelo se je z otekanjem nog, povišanim krvnim tlakom in slabšimi laboratorijskimi izvidi. Znaki so bili jasni.

Kakšni so bili vaši občutki?

Bila sem žalostna, a hkrati tudi hvaležna – 26 let sem živela s presajeno ledvico. To je dragocen čas, ki mi ga nihče ne more vzeti.

Najpogostejši darovalec danes je še vedno umrl darovalec z ugotovljeno možgansko smrtjo, včasih tudi živi sorodnik. Darovalec ne more biti oseba z aktivno okužbo, malignim obolenjem, neobvladano kronično boleznijo ali visokim tveganjem za prenos okužb. Tudi psihiatrične bolezni, ki onemogočajo razumljivo soglasje, so lahko izključitveni dejavniki pri živih darovalcih.

Starost darovalcev ni absolutna omejitev. V preteklosti je bila meja nižja, danes pa se zaradi pomanjkanja organov uporabljajo tudi ledvice starejših darovalcev, če so dobro ohranjene in funkcionalno ustrezne.

5. VRNITEV NA DIALIZO

Kako ste prenesli prehod nazaj?

Presenetljivo dobro. Nisem imela večjih težav – verjetno tudi zato, ker sem vedela, kaj pričakovati.

Je bilo drugače kot prvič?

Da. Tehnologija je močno napredovala, aparati so boljši, zdravstveno osebje še bolj strokovno. Pristop je bil bolj človeški.

Kako dializa vpliva na vaš vsakdanjik in občutek svobode?

Dializa mi danes najbolj omejuje občutek svobode. Težko je načrtovati vsakdan, saj sem večkrat tedensko vezana na aparat, poleg tega so še službene obveznosti. Trikrat tedensko je dializa postala sestavni del mojega urnika, zato sem morala vse druge dejavnosti temu prilagoditi.

Eurotransplant je mreža osmih držav, v katero je vključena tudi Slovenija. Omogoča izmenjavo organov med članicami in s tem poveča možnost za presaditev. S tem je tudi slovenskim bolnikom omogočen hitrejši dostop do ustreznega organa.

6. PONOVI POGLED NAPREJ

Kako doživljate vnovično uvrstitev na čakalno listo?

Z mešanico strahu in upanja. Strah me je, da nova ledvica ne bi delovala, a kljub vsemu verjamem v novo priložnost.

Kaj vam daje največ upanja?

Napredek v medicini – nove tehnologije, boljša zdravila in več možnosti za kakovostno življenje.

7. SPOROČILO DRUGIM

Kaj bi svetovali tistim, ki čakajo na transplantacijo ali se vračajo na dializo?

Bodite pogumni. Možni so zapleti in težki trenutki, a transplantacija je kljub vsemu vredna tveganja.

Kaj bi povedali ljudem, ki razmišljajo o darovanju organov?

To so izjemni ljudje – srčni, nesebični in požrtvovalni. Njihova odločitev lahko reši življenje.

Kaj bi povedali družini svojega prvega darovalca?

»Hvala« ne bo nikoli dovolj. Njihova odločitev mi je podarila življenje in neizmerno sem jim hvaležna.

Zakaj je pomembno, da o tem odkrito govorimo?

Ker lahko z deljenjem informacij, nasvetov in izkušenj – dobrih in slabih – pomagamo drugim. In skupaj ustvarjamo bolj razumevajočo, sočutno družbo.

Čakalna doba: ocena 370 dni temelji na uradnih podatkih države Eurotransplant in nacionalnega statističnega poročila za leto 2023.

Približno polovica pacientov prejme presaditev v prvem letu, okoli 75 % pa v treh letih. Le približno 25 % čaka več kot 3 leta.

Hvaležnost, vztrajnost in upanje prevevajo to izpoved. Naj bo to glas tistih, ki živijo z boleznijo in tistih, ki si upajo znova upati.

Marjina izkušnja je neprecenljiv prispevek k razumevanju pomena darovanja organov.

Iskrena hvala naši Marji, da nam je predala svojo zgodbo. Z vsem srcem upamo in ji želimo, da ji uspe še drugič.

*Jožica Murnik, dipl. m. s.,
vodja zdravstvene nege v Centru za hemodializo*

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci praznuje 30. rojstni dan

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci je bila ustanovljena leta 1995 z jasnim ciljem izboljšati organizacijo urgentne zdravstvene nege, okrepiti strokovno povezovanje ter razviti enotne pristope k obravnavi nujnih pacientov. Nastala je v času, ko urgentna dejavnost v Sloveniji še ni imela urejenih standardov oskrbe pacientov, usklajenih postopkov ali ciljnega izobraževanja, zato je sekcija kmalu postala pomemben nosilec razvoja na tem področju.

Zgodba sekcije se je začela v 90. letih, ko je skupina predanih medicinskih sester (MS) in zdravstvenih tehnikov (ZT) prepoznala, da brez enotnih pristopov, ciljnega izobraževanja in strokovnih priporočil ter smernic, pacientom ni mogoče zagotavljati primerljive, kakovostne in varne obravnave. Ustanovitev sekcije leta 1995 je tako pomenila zgodovinski premik: urgentna zdravstvena nega (ZN) je dobila svoje mesto v strokovnem prostoru, identiteto in razvojno vizijo.

Ustanovitev je sledila intenzivnemu delu iniciativnega odbora, ki je opravil terenske obiske večine urgentnih enot

in pripravil izhodiščni program delovanja. Ta je že takrat zajemal ključna področja, kot so triaža, organizacija sprejema, kompetence, uporaba negovalne dokumentacije ter izobraževanje. Ustanovni občni zbor septembra 1995 je tako postavil temelje sekcije in izvolil prvo vodstvo. Slaviča Klančar, ki je bila pobudnica in prvopodpisana članica iniciativnega odbora za ustanovitev sekcije, je bila soglasno izvoljena za predsednico in Melanija Plančak za podpredsednico. Znotraj sekcije so bile oblikovane strokovne delovne skupine (internistična, kirurška, mavčarji ...).

Eden od temeljnih ciljev sekcije je bilo izobraževanje, spremljanje novosti na področju urgentne dejavnosti in njihova aplikacija v prakso. Letno so bili organizirani dobro obiskani dvodnevni strokovni seminarji, trikrat pa tudi kongres. Na izobraževalnih dogodkih so bile predstavljene aktualne teme z različnih področij obravnave urgentnega pacienta, pri čemer je bila priprava strokovnih vsebin vodena z analizo stanja na urgentnih oddelkih slovenskih zdravstvenih zavodov, novostmi na posameznih področjih ter potrebami članov, ki so jih sproti izpostavljali. Vsebine so bile objavljene v zbornikih predavanj, izdanih ob vsakem strokovnem



Udeleženci 13. tečaja MTS, Otočec 2016



Udeleženci ATCN tečaja, november 2019

srečanju. Seminar »Prepoznavna življenjsko ogroženega pacienta in reanimacija«, ki je del obveznih vsebin stalnega strokovnega izpopolnjevanja v licenčnem obdobju s področja temeljnih postopkov oživljanja, je sekcija izvajala enkrat ali večkrat letno, vključujoč tako obvezne kot tudi dodatne strokovne vsebine. Sekcija je vse od začetkov aktivno sodelovala na Mednarodnem simpoziju urgentne medicine Slovenije.

Mavčarji, ki so vse od nastanka delovali v okviru sekcije, so zaradi specifičnosti njihovega dela in zahtevanih znanj, ki jih ni mogoče pridobiti v okviru formalnega izobraževanja, že leta 1998 pristopili k iniciativi za ureditev njihovega poklica. Strokovno področje so aktivno zastopali Miha Okrožnik, Boštjan Gluhar in Julijan Špes skupaj z drugimi mavčarji in pripravili »Poklicni standard ortopedski tehnolog/ortopedska tehnologinja« in »Katalog standardov strokovnih znanj in spretnosti«. Leta 2005 je bila uvedena nacionalna poklicna kvalifikacija za ortopedskega tehnologa.

Eden večjih dosežkov sekcije je uvajanje Manchestrskega triažnega sistema (MTS) v urgentne centre in ambulate. Sekcija je opravila pionirsko delo pri raziskavah, izobraževanju in usposabljanju triažnih medicinskih sester/zdravstvenikov ter postala aktivna članica mednarodne referenčne skupine za Manchestrsko triažo (ALSG/IRG). Od leta 2011 do danes je sekcija izvedla 27 tečajev »Triaža v sistemu nujne medicinske pomoči v Republiki Sloveniji – Tečaj triaže po načelih MTS«. Vodja tečajev je od vsega začetka Majda Cotič Anderle.

Med pomembnejše projekte zadnjih let sodi razvoj mednarodnega tečaja »Advanced Trauma Care for Nurses (ATCN)«, ki ga sekcija izvaja skupaj s tečaji ATLS enkrat ali dvakrat letno, prvi je bil izveden leta 2016. Namenjen je vsem diplomiranim medicinskim sestram/zdravstvenikom, ki želijo nadgraditi svoje znanje in praktične veščine na področju oskrbe poškodovancev. Nada Macura Višić, vodja tečaja ATCN v Sloveniji in članica evropskega odbora ATCN, redno sodeluje kot nadzornica oz. svetovalka na tečajih v drugih državah.

Sekcija je ves čas tudi močno vpeta v mednarodni prostor. Leta 1999 je postala članica Evropskega združenja življenjsko ogroženega pacienta (EfCCNa), dve leti kasneje še Svetovnega združenja (WFCCN) in je članica Evropskega združenja urgentnih medicinskih sester (EuSEN). V vseh združenjih člani aktivno sodelujejo v različnih delovnih skupinah, izvršnih odborih ter se vključujejo v pripravo standardov, priporočil in kongresov ter sodelujejo v raziskavah. Sekcija je v Sloveniji že trikrat organizirala in gostila sestanek predstavnikov EfCCNa ter leta 2019 sodelovala pri organizaciji 8. kongresa EfCCNa v Ljubljani, s čimer je dokazala svojo organizacijsko moč in mednarodno prepoznavnost.

Z vzpostavitvijo mreže urgentnih centrov po Sloveniji (2015) se je odprlo novo poglavje in veliko izzivov. Sekcija je začela organizirati srečanja strokovnih vodij urgentnih centrov ter sodelovati pri oblikovanju kazalnikov kakovosti in enotnih pristopov k triaži. V času epidemije covid-19 se je hitro odzvala na novo nastale razmere, uvedla izobraževanja na daljavo, nudila podporo urgentnim timom in s tem pripomogla k ohranjanju in nadgradnji strokovnih standardov.

V zadnjih letih izstopa okrepljeno sodelovanje ter utrjevanje strokovnih povezav in razvoj skupnih projektov na domačih tleh - novo izobraževanje »Utrip urgence« je vsako leto pripravljeno v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu. Eden ključnih dosežkov je uvedba specializacije iz urgentnih stanj (2025), pri kateri je sekcija aktivno sodelovala in s tem prispevala k pomembni strokovni nadgradnji urgentne zdravstvene nege tudi na sistemski ravni.

V tridesetih letih je sekcija oblikovala temelje sodobne urgentne zdravstvene nege, zgradila močno strokovno skupnost ter postala nepogrešljiv del razvoja stroke doma in v mednarodnem prostoru. Njeni dosežki so rezultat predanega, večinoma prostovoljnega dela številnih posameznikov, ki so pomembno prispevali k napredku stroke urgentne zdravstvene nege in s tem k večji varnosti in kakovosti oskrbe urgentnih pacientov v Sloveniji. Veliko zaslug za uspešno

delo sekcije imajo predsednice, ki so jo vodile v vseh teh letih: Slavica Klančar (1995–2003), Draga Štromajer (2003–2007), Majda Cotič Anderle (2007–2011), Vida Bračko (2011–2019) in Nada Macura Višić (2019–).

Zgodba sekcije je predvsem zgodba vztrajnosti, strokovne radovednosti in prepričanja, da si vsak urgentni pacient zasluži najboljšo možno obravnavo – ne glede na čas, kraj in okoliščine.

***Nada Macura Višić, dipl. m. s.,
glavna med. sestra urgentnega centra, specialističnih kirurških
ambulant in enote za naročanje,
predsednica Sekcije MS IN ZT v urgenci***



Zborniki predavanj strokovnih seminarjev sekcije

Veš zdravnik, svoj dolg?

Ob vlogi paliativne oskrbe v procesu zavračanja Zakona o pomoči pri prostovoljnem končanju življenja

Zadnji mesec je Slovenijo zaposlovalo prepričevanje državljanov, da se na referendumu 23. novembra odločijo za ali proti v poletnem času sprejetemu Zakonu o pomoči pri prostovoljnem končanju življenja. Nemogoče je spregledati, da je bila referendumsko kampanja močna z obeh strani, nabita s čustvi, zgodbami, primeri in strahom, kaj se bo zgodilo ne glede na to, kakšna bo odločitev. Zanimivo se zdi, da kampanja pred sprejetjem zakona niti približno ni bila tako organizirana in je bil zakon brez večjih ovir sprejet, preстал veto in ponovno izglasovan. Kaj bi bilo torej sedaj tako drugače, da je spodbudilo referendum za opustitev zakona in tako intenzivno argumentacijo?

Tisto, kar bode v oči in šumi v ušesih je silno, a na žalost neutemeljeno argumentiranje nasprotnikov zakona glede vloge paliativne oskrbe kot tolažilnega obliža na rano trpečega človeka, ki naj bi trpljenje omilila do te mere, da bi si ne želel predčasno končati življenja. Sočasno pa seveda močno poudarjanje, da zdravniki ne bi sodelovali v procesu bolnikovega zaključevanja življenja.

V razpravah so sodelovali številni strokovnjaki, a malo njih v resnici pozna načela paliativne oskrbe, še manj pa jih aktivno deluje na tem področju. Čeprav so mogoče mislili, da s poudarjanjem njene vloge, delajo razvoju paliativne oskrbe uslugo in ji dajejo podporo, se vsi, ki aktivno delamo na tem področju in poznamo meje svoje dejavnosti, zavedamo, da so bile argumentacije pretirane.

Splošna bolnišnica Jesenice je ena redkih bolnišnic, ki se lahko pohvali z dobrim in učinkovitim paliativnim delom. V vseh letih razvoja dejavnosti, ki ga je vodil Center za interdisciplinarno zdravljenje bolečine in paliativno oskrbo, so način dela prevzeli tudi bolnišnični oddelki in razen

nekaterih izjem, večina zdravstvenega kadra razume razsežnosti te dejavnosti in dobrobiti, ki jih prinaša.

V Splošni bolnišnici Jesenice smo ves čas v ospredje našega dela postavljali bolnika in zagovarjali celostni pristop v njegovi obravnavi. Razvoj paliativne dejavnosti, ki tak pristop izrazito poudarja, je bil logična posledica takega razmišljanja. Naša bolnišnica je zagotovo motor razvoja vse paliativne dejavnosti na Gorenjskem.

Leta 2004 je začela z delom v okviru Oddelka za anesteziologijo SB Jesenice protibolečinska ambulanta. Skromni prostori in pogoste selitve so zaznamovali čas do leta 2010, ko je ambulanta prerasla v Center za interdisciplinarno zdravljenje bolečine in paliativno oskrbo (CIZBPO) in se leta 2011 preselila v nove prostore Dnevnega oddelka Splošne bolnišnice Jesenice.

Število bolnikov z neozdravljivo boleznijo se je povečevalo in v centru so se odzvali na želje bolnikov, da bi lahko ostali v domačem okolju z organizacijo prve mobilne enote v Sloveniji. Zavedali so se, da je treba za uspešno oskrbo bolnikov v domačem okolju ustrezno izobraziti tudi vse ostale sodelavce izven bolnišnice.

Projekt razvoja paliativne oskrbe v bolnišnici se je začel že leta 2005 v okviru negovalnega oddelka, ki ga je vodila diplomirana medicinska sestra Darja Noč. Projekt je bil predstavljen tudi na Ministrstvu za zdravje, vendar preuranjeno, saj je bilo treba počakati na odobritev državnega razvoja paliativne oskrbe.

Leta 2007 je bil razvoju paliativne oskrbe na Gorenjskem in v Splošni bolnišnici Jesenice posvečen del 1. strokovnega seminarja Angele Boškin.

V sodelovanju z Razvojno agencijo Zgornje Gorenjske (RAGOR), ki jo je takrat vodil g. Stevo Ščavničar, je tim Splošne bolnišnice Jesenice pristopil k organizaciji prvega podiplomskega šolanja iz veččin paliativne oskrbe, ki je imelo možnost zaključnega izpita, s katerim so si lahko zdravniki pridobili diplomu dodatnih znanj – SZD. Izobraževanje je bilo za vse udeležence brezplačno. Poimenovali so ga Auda Sapere – drznite si vedeti. Odzvali so se vsi zdravstveni domovi z zdravniki in patronažno medicinsko službo, Gorenjske lekarne, domovi za starejše občane, centri za socialno delo, društvo Hospic in drugi prostovoljci. Vsi predavatelji so se odpovedali honorarju. Izobraževanje je bilo namenjeno poleg pridobivanja strokovnega znanja tudi oblikovanju paliativne mreže. Stebri paliativne mreže so bili v tistem času že znani. V okviru izobraževanja se je oblikovala zaveza, da se strokovnjaki povežejo med seboj v paliativni podpori bolnikom in njihovim svojcem v domačem okolju.

7. aprila 2011 je bilo ustanovljeno društvo Palias za podporo razvoja paliativne mreže na Gorenjskem in delovanja mobilne paliativne enote. Večpoklicni paliativni tim namreč vključuje tudi pridružene sodelavce, za katere ni predvidena možnost plačila iz zdravstvenih virov. Društvo Palias je skrbelo tudi za razvoj negovalne mreže in zagotavljajo to-

vrstno oskrbo, kadar druge oblike pomoči niso bile možne.

Mobilna paliativna enota je začela z delom leta 2011. Prvi začetki so bili res zahtevni, saj ni bilo osnovnih pogojev za delo. V ekipi so bile zdravnica in dve diplomirani medicinski sestre, Irena Pergarec Žansky in Nataša Selan, ki jo je kasneje zamenjala Metka Frelih, njo pa Ana Bassanesse. Po upokojitvi ge. Žansky je delo vodilne medicinske sestre v timu prevzela Darja Noč. Po njenem odhodu je bila ekipa dolgo brez medicinske sestre, pomagat je prišla nazaj Irena Pergarec Žansky, ki je uvajala diplomirano medicinsko sestro Barbaro Mavrar. Vodja enote, Mateja Lopuh, dr. med., je opravila izobraževanje v Nemčiji, na Christophorus Akademie v Münchnu, in praktično usposabljanje na kliniki v Aachnu. V okviru dobrih povezav so izobraževanje v tujini opravili še Anže Habjan za področje duhovne podpore in Silva Smolej za področje paliativne farmacije.

Za obiske v domačem okolju so sprva uporabljale svoje avtomobile in javni prevoz. Šele kasneje je vodstvo bolnišnice za uporabo odobrilo službeno vozilo, ki pa je bilo že dotrajano in je kmalu odpovedalo poslušnost.

Bolnike so vključevali v mrežni način dela že v bolnišnici. Navezali so stik s splošnim zdravnikom in patronažno služ-



bo in določili cilje obravnave. Glede na želje in možnosti bolnika in njegovih svojcev so načrtovali, ali bo bolnik lahko bival v domačem okolju in kaj potrebuje, da se to zgodi. Mobilna enota zagotavlja podporo 24/7 tako družini kakor tudi izbranemu zdravniku, dežurni službi in patronažnim medicinskim sestram. Če je bilo sprva čutiti negotovost in nezaupanje, da bi bil bolnik lahko doma, je bilo kasneje ravno obratno. Svojci so si želeli oskrbe na domu ob stalni pomoči. Dostopnost zdravlil tudi v najzahtevnejših oblikah na Gorenjskem ni bila nikoli problem predvsem zaradi odlične podpore Gorenjskih lekarn in tudi zasebnih lekarn.

Nov način oskrbe bolnike je prepoznala tudi širša skupnost. Na sestankih koordinacije županov, ki jo je vodil RAGOR, so bile predstavljene usmeritve in cilji razvoja paliativne mreže. Župani zgornje Gorenjske so enovito zagotovili podporo njenemu razvoju.

Vsi člani mobilne paliativne enote so ves čas skrbeli za izobraževanja, ki so bila organizirana v bolnišnici in za laično javnost, in sodelovali na vseh izobraževalnih dogodkih, povezanih s paliativno oskrbo.

Dejavnost specializirane mobilne paliativne enote SB Jesenice obsega:

- zagotavljanje podpore 24 ur 7 dni v tednu bolniku, svojcem in zdravstvenemu osebju,
- lajšanje težje obvladljivih simptomov napredovale bolezni v domačem okolju,
- izvajanje invazivnih posegov v domačem okolju: punkcij telesnih votlin, infiltracij živcev ali živčnih pletežev,
- lajšanje kompleksnih psiholoških stisk, pomoč pri težkem soočanju s pričakovanim potekom bolezni,
- aktivno vključevanje bolnika in njegovih bližnjih v načrtovan potek oskrbe, zdravljenja in pojasnitev morebitnih neutemeljenih oblik zdravljenja,
- vodenje pogovorov v težjih okoliščinah soočanja z neozdravljivo boleznijo,
- izvajanje programa žalovanja za svojce,
- konziliarno dejavnost,

- ambulantno dejavnost,
- povezovanje s partnerji v okviru paliativne mreže,
- izobraževanje,
- raziskovalno dejavnost.

Leta 2016 je CIZBPO prejel donacijo, s katero je bil možen nakup novega avtomobila, ki je močno olajšal delo in dostopnost. Z donacijskimi sredstvi so tudi na novo opremili bolniški sobi za dnevno oskrbo bolnikov s paliativnimi boleznimi, kjer je možna tudi prisotnost svojcem. Sledil je nakup drugega avtomobila, ultrazvoka in potrebne opreme za delo na terenu.

Leta 2017 smo vse dejavnosti združili v okviru Službe za neakutno bolnišnično obravnavo, paliativno oskrbo in zdravljenje kronične bolečine SB Jesenice, ki ima svoje stroškovno mesto in je opredeljena v organigramu bolnišnične dejavnosti. Širjenje dejavnosti bolnišnice je bilo odobreno tudi na svetu zavoda. Vso dejavnost je ves čas financirala bolnišnica iz lastnih sredstev.

Leta 2018 je bil program dejavnosti mobilnega tima uvrščen tudi v splošni dogovor kot dejavnost Splošne bolnišnice Jesenice. Leta 2023 pa smo pridobili sredstva iz projekta Krepitev mobilnih paliativnih timov, ki so vključevala vso opremo za delo na terenu, električni avtomobil in polnilnico. Sedaj smo v ekipi štirje zdravniki in koordinatorica oskrbe.

Ob razvoju paliativne dejavnosti smo ves čas spremljali, ali ta dejavnost učinkovito naslovi bolnikove potrebe in pomaga tudi svojcem. V desetletju spremljanja dela ugotovljamo, da se odnosi močno spreminjajo. Še pet let nazaj je bila vrednota, da bolnik biva v domačem okolju in svojci so želeli aktivno sodelovati v oskrbi. Neverjetno je, česa vsega so se priučili. Delati v takih okoljih je bilo užitek. Ne glede nato, da je bilo treba vstati sredi noči, je zadovoljstvo bolnika in družine, da jim je uspelo ostati skupaj, vedno odtehtalo napore.

Kasneje pa so se razmerja začela spreminjati. Delež bolnikov, ki ima zadostno podporno mrežo, je vedno manjši. Vse več ljudi živi tudi samih. Bolniki so bili vedno pogostejše vključeni v našo mrežo prepozno, ko je že zmanjkovalo časa za urejanje socialne mreže, in so že čutili breme odvečnosti. Vedno več je bilo bolnikov, ki so bili vključeni s strani bolnišničnih specialistov, potem ko so že bogve katerič pripotovali na urgenco. Osebni zdravniki so vedno manj obiskovali svoje bolnike. Mnogo bolnikov ni bilo možno odpustiti, ker njihovi svojci iz različnih razlogov niso zmogli prevzeti oskrbe.

Medicinski del lajšanja simptomov je postajal vedno lažji, saj smo se mojstrili v razumevanju in obvladovanju simptomov, vedno težji pa je postajal socialni del. Socialne službe, ki bi morale pomagati so počasi odzivne. Vprašanje, koliko časa še, ki je svojčas pomenilo upanje, se je spremenilo v breme. Čutil se je pritisk s strani svojcev, da se čas njihove pripravljenosti za oskrbo izteka. Razmišljati, kako se ob tem počuti bolnik, si pogosto nismo upali.

Še več naporov smo vložili v pojasnjevanje paliativne oskrbe v projektu z društvom Palias »Preprosto o paliativni oskrbi«.

Razvijali smo razne oblike pomoči za razbremenitev svojcev, vendar bolezen zaznamuje vse. Zareže se v način razmišljanja, dolge ure, ki jih prebedijo, in iskanje smisla življenja. Malo je bolnikov, ki bi kar obupali in se prepustili usodi. Njihovo upanje nas je vedno spodbujalo in nam dajalo moči. Težko pa se je boriti za to, da njihov trud vidijo tudi drugi.

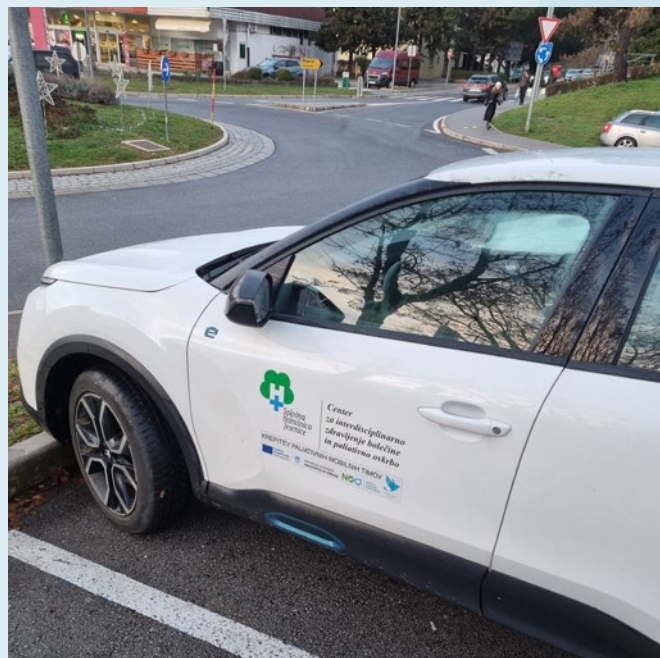
Stigmatizacija in dolgoletno napačno povezovanje paliativne oskrbe s smrtjo je botrovalo tudi pogostemu zavračanju te podpore bolniku. Na žalost tudi veliko strokovne javnosti še danes, po vseh letih učenja, v tej medicinski disciplini ne vidi nič drugega kot pripravo na smrt.

Ponujati paliativno oskrbo trpečim kot edino rešitev za iskanje spodbud v življenju, je zelo nesmotrno. Povečuje

izjemen pritisk na ljudi, ki aktivno delujemo na tem področju. Sočasno še vedno prisotno podcenjevanje učinkovitosti te dejavnosti v domačem okolju in ponovno povečevanje bolnišnične oskrbe, bo verjetno vodilo v povečevanje hospitalizacij, kar za večje bolnišnice ne bo tak problem, manjše pa bodo izjemno preobremenjene. Odmikanje bolnikov iz domačega okolja bo pomenilo vedno manj možnosti, da se svojce opolnomoči za izvajanje oskrbe in vrnili se bomo nazaj v 80. leta, ko je bil bolnik v bolnišnici večino svoje bolezni in so bolnišnice tradicionalno reševale tudi vse socialne stiske. Kaj to pomeni za motivacijo bolnika, si lahko razlaga vsak po svoje.

Referendum je uspel in življenje je obvarovano. Ostaja velika obljuba in zaveza bolnikom in njihovim družinam, da ne bodo trpeli in da bodo lahko kljub bolezni ohranjali kvaliteto življenja. Upam in želim, da bi se vsi, ki podpiramo to odločitev, zavedali svoje vloge v življenju bolnikov in zares poskrbeli, da bo njihovo življenje vredno do zadnjega diha.

*Asist. mag. Mateja Lopuh, dr. med. spec. anest.,
vodja Centra za interdisciplinarno zdravljenje bolečine
in paliativno oskrbo*



Pilotni projekti Health Labs4Value prinašajo oprijemljive koristi za paciente, družine in zdravstvene sisteme

Od bolnišničnih oddelkov do domov pacientov: digitalne inovacije na področju zdravstva so zdaj preizkušene in pripravljene za širitev

Po dveh letih intenzivnega sodelovanja v šestih državah je projekt Health Labs4Value, ki ga financira EU, uspešno zaključil svoje pilotne projekte Living Lab, s čimer je digitalne rešitve na področju zdravstva, usmerjene v paciente, prenesel iz koncepta v realnost. S pilotnimi projekti na Madžarskem, v Sloveniji, Nemčiji, na Češkem in Poljskem je pobuda pokazala, kako lahko soustvarjanje in inovacije preoblikujejo potek zdravljenja, okrepijo vlogo pacientov in razbremenijo preobremenjene zdravstvene sisteme.

Vsaka od sodelujočih držav je razvijala in testirala svoje digitalno orodje, s katerim je poskušala nasloviti potrebe pacientov z določenimi poškodbami ali zdravstvenimi omejitvami.

V Sloveniji smo testiranje izvedli v Splošni bolnišnici Jesenice. Z aplikacijo Gospodar zdravja je omogočen dostop do rehabilitacijskih vaj v obliki preprostih videoposnetkov. Pilotni projekt se je osredotočil na pomoč ljudem pri okrevanju po poškodbah in operacijah v bolnišnici, ki vsak dan obravnava skoraj 100 primerov poškodb in kjer pomanjkanje osebja predstavlja vsakodnevni izziv.

Tradicionalno so pacienti odhajali domov s tiskanimi brošurami, v katerih so bile opisane rehabilitacijske vaje. Te so bile pogosto težko sledljive, mnoge podrobnosti pa so se hitro pozabile. Da bi rešili ta problem, je bolnišnična ekipa pilotno uvedla aplikacijo Gospodar zdravja, ki v obliki videoposnetkov prikazuje vaje. Pacienti imajo zdaj dostop do jasnih navodil s preprostim skeniranjem QR kode, brez da bi morali opraviti postopek registracije.

Interreg
CENTRAL EUROPE



Co-funded by
the European Union

Health Labs4Value

»Po operaciji roke sem imel težave, da sem se spomnil vsega, kar mi je pokazal zdravnik. Z aplikacijo sem si lahko kadarkoli ogledal videoposnetke z vajami. To mi je dalo zagotovilo, da jih opravljam pravilno,« je povedal 70-letni pacient. Tudi zdravniki so opazili razliko. »Pacienti so nam povedali, da vadijo vaje za okrevanje pogosteje, ker se lahko zanašajo na aplikacijo. To je pozitiven korak pri spodbujanju aktivne udeležbe v rehabilitaciji,« je povedala dr. Anja Jovanović Kunstelj, kirurginja v pilotni bolnišnici.

Pilotni projekt je potrdil, da je enostaven dostop brez registracije ključnega pomena v prvih dneh po poškodbi. Bolnikom, ki želijo dodatno podporo, se lahko kasneje dodajo naprednejše funkcije, kot so osebni rehabilitacijski načrti ali posvetovanja na daljavo.

Vsebine se v aplikacijo dodajajo postopoma, kot dopušča čas strokovnih delavcev pri njihovi pripravi. Pomembno pa je, da orodje obstaja, da deluje in omogoča stalne nadgradnje, ki jih bomo delali predvsem na podlagi povratnih informacij uporabnikov.

Pridobljena spoznanja

V vseh pilotnih projektih sta se izpostavili dve ugotovitvi:

1. Zgodnje in neprekinjeno vključevanje pacientov je zagotovilo uporabnost, zaupanje in resničen klinični učinek.
2. Sodelovanje z različnimi zainteresiranimi stranmi – od negovalcev do razvijalcev programske opreme – je pospešilo sprejetje, kljub izzivom, kot so časovne omejitve osebja ali različne ravni digitalne pismenosti.

Kaj sledi?

Rešitve se ne končajo s pilotnimi projekti. Želimo si, da bi aplikacijo uporabljali vsi, ki potrebujejo tovrstne oblike pomoči, ne glede na to v kateri zdravstveni organizaciji je potekala ali poteka njihova obravnava.

Gradnja trajnostne prihodnosti

Da bi zagotovili dolgoročni vpliv, partnerji Health Labs4Value sledijo različnim potem trajnosti: komercializaciji, institucionalni integraciji in čezmejnemu partnerstvu. Skupaj si prizadevajo za vključitev modela Living Lab v vsakdanjo zdravstveno prakso po vsej Srednji Evropi.

»Health Labs4Value kaže, kaj je mogoče doseči, ko pacienti, zdravniki in inovatorji resnično sodelujejo pri ustvarjanju,« je dejala dr. Anne Postler iz Univerzitetne bolnišnice Dresden. »Te rešitve so praktične, prilagodljive in že zdaj prinašajo spremembe.«

Za več informacij:

www.interreg-central.eu/projects/health-labs4value

www.facebook.com/HealthLabs4Value

www.linkedin.com/groups/9346332/

*Mag. Maja Valjavec,
svetovalka za odnose z javnostmi*

Ob svetovnem dnevu varnosti pacientov

Dan odprtih vrat v porodnišnici Jesenice

17. septembra smo v porodnišnici Jesenice pripravili dan odprtih vrat s sloganom »Varni od začetka«. Dogodek je potekal v prijetnem in sproščenem vzdušju, udeleženci pa so v bogatem programu spoznali številne vidike varne nosečnosti, poroda in skrbi za novorojenčka. Pri izpeljavi programa je sodeloval celoten medicinski tim, od zdravnikov, medicinskih sester, babic fizioterapevtov in dietetikov.

Program smo začeli s strokovnimi predavanji, ki so zajela ključna področja spremljanja nosečnosti in priprave na novorojenčka. Predstavljene so bile laboratorijske preiskave v nosečnosti in njihov pomen, kar je udeležencem pomagalo bolje razumeti, katere preiskave se izvajajo, zakaj so po-

membne in kaj posamezni izvidi pomenijo za zdravje nosečnice in otroka. Sledilo je predavanje o prehrani v nosečnosti, ki je bodočim mamam podalo praktične nasvete o uravnoteženi, varni in raznoliki prehrani ter o živilih, ki jih je priporočljivo omejiti ali se jim izogniti. Posebno pozornost smo namenili tudi svetovanju za cepljenje nosečnic in tako pojasnili pomen cepljenja proti oslovskemu kašlju in RSV ter kakšno tveganje predstavljajo okužbe v nosečnosti in tudi po porodu. Predavanje o varnem spanju novorojenčka je udeležencem približalo najnovejša priporočila za zmanjšanje tveganja SIDS ter varno vsakodnevno ravnanje doma.

V drugem delu programa smo za udeležence pripravili

praktične delavnice. Na delavnici varne vožnje in pravilnega nameščanja dojenčka v lupinico smo bodoče starše seznanili s pravilno uporabo avto sedežev in najpogostejšimi napakami, ki se jim je mogoče izogniti. Veliko zanimanja je bilo tudi na delavnici prve pomoči pri zadužitvah ter pri oskrbi popka pri novorojenčku, kjer so udeleženci pod vodstvom medicinskih sester in zdravnika preizkusili ključne postopke. Dan smo zaključili z delavnico nasvetov za uspešno dojenje, ki je mnogim bodočim mamam ponudila dragocene informacije in spodbudo.

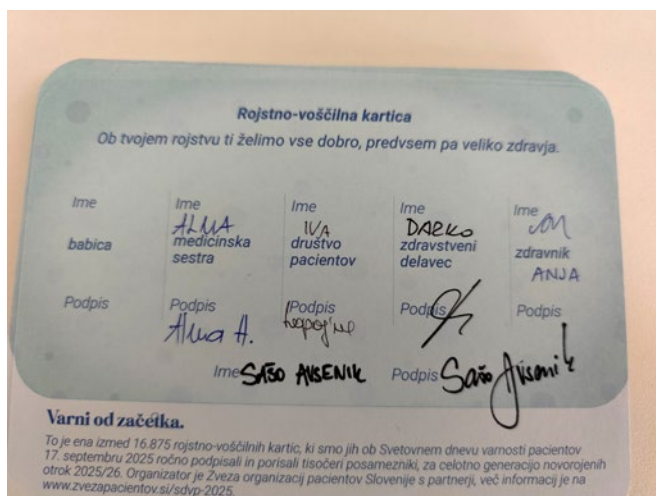
Udeleženci so bili po zaključku nadvse zadovoljni. Ob prijetnem druženju so prejeli številne dragocene nasvete, da bo njihov vstop v starševstvo čimbolj varen in samozavesten. Kot pove naš slogan, želimo, da je varnost na prvem mestu že vse od začetka.

Ob svetovnem dnevu varnosti pacientov je Zveza pacientov pripravila rojstnodnevno voščilo, ki ga bo vsak novorojenec prejel ob rojstvu. Prve kartice ja za našo bolnišnico podpisal tudi vrhunski alpinist Viki Grošelj.

Barbara Sfiligoj, dipl. babica



Predavanje v sejni sobi



Podpisana rojstno-voščilna kartica



Podpis rojstno-voščilnih kartic. Predstojnik Pediatrične službe Peter Najdenov in vrhunski alpinist Viki Grošelj

Ambulanta za paciente s stomo

Pacienti s stomo so posamezniki, ki imajo kirurško narejeno odprtino (stomo) na trebušni steni, skozi katero se iz telesa izločajo blato, urin ali plini, ker naravna pot izločanja ne deluje več normalno ali je bila odstranjena.

Obstajajo tri glavne vrste stom:

- kolostoma (izpeljava debelega črevesja),
- ileostoma (izpeljava tankega črevesja),
- urostoma (izpeljava sečnega sistema).

Pacienti stomo pridobijo po operacijah zaradi raka debelega črevesja, danke ali mehurja, pri vnetni črevesni bolezni (ulcerosni kolitis ali chronova bolezen), lahko pa tudi po poškodbah črevesja ali mehurja. Stoma je lahko začasna ali trajna in naravna pot izločanja ni več mogoča. Pacienti s stomo živijo polno življenje (delajo, potujejo in imajo družine). Ker pa je njihovo življenje spremenjeno, potrebujejo ustrezno nego, izobraževanje in psihološko podporo, zlasti v začetnih mesecih.

V Splošni bolnišnici Jesenice delujejo enterostomalne terapijske, ki paciente pripravijo na življenje s stomo in jih v domačem okolju tudi spremljajo. Ker se v domačem okolju pojavijo vprašanja in tudi zapleti, smo za lažjo obravnavo odpuščenih pacientov septembra po dolgih letih truda in dela vzpostavili delovanje ambulante pacientov s stomo. Ambulanta za paciente s stomo je specializirana ambulanta, v kateri enterostomalna terapijska pacienta uči in spremlja. Njena glavna naloga je celostna obravnava pacienta, ki zajema medicinsko in pa tudi psihološko podporo. Ambulanta za paciente s stomo omogoča svetovanje in edukacijo (učenje pravilne nege stome, učenje uporabe pripomočkov, svetovanje glede prehrane in pomoč pri prilagajanju življenjskega sloga). Enterostomalna terapijska pacientu nudi podporo pri sprejemanju telesne podobe in premagovanju strahu, sramu ali stiske po operaciji.

Cilji ambulante so učenje pacienta samostojne ter varne oskrbe stome ter omogočanje stika pacienta z bolnišnico, tudi ko je odpuščen v domače okolje. Ambulanta za paciente s stomo poteka mesečno po predhodnem naročilu. V primeru težav se lahko pacienti in pa tudi zaposleni obrnejo na enterostomalno terapijsko, ki je dosegljiva na telefonski številki 030 750 127.

Ob tej priložnosti se iskreno zahvaljujem glavni medicinski sestri kirurgije Zorici Panić, dipl. m. s, ki nam je omogočila odprtje ambulante in nam pomagala pri realizaciji ideje, ki bo v pomoč uporabnikom in tudi zaposlenim. V državah, kjer ambulante za paciente s stomo delujejo, se je, dokazano s študijami, zmanjšalo število sprejemov v bolnišnico, kar je primer dobre prakse. Zahvaljujem se Andreju Kunstlju, dr. med., za zaupanje ter pomoč pri pregledu pacientov ter Anji Jovanovič Kunstelj, dr. med., za realizacijo odprtja ambulante.

***Odgovorna medicinska sestra ambulante
za paciente s stomo Anita Rošić, dipl. m. s., ET***

Srečanje Ilco društva

V Splošni bolnišnici Jesenice smo organizirali popoldansko srečanje z Ilco društvom Gorenjske. Ilco društvo je društvo za osebe s stomo. Gre za prostovoljno organizacijo, ki združuje ljudi, ki so zaradi bolezni ali poškodbe dobili stomo.

Ilco društvo skupaj s Splošno bolnišnico Jesenice vsako leto omogoči uporabnikom predavanja, ki si jih izberejo sami. Letos smo vključili Sonjo Vidic, dr. med., ki je govorila o najpogostejših boleznih zgornjih prebavil. Poudarila je pomen sodelovanja med pacienti in zdravstvenim osebjem ter rednega spremljanja kroničnih bolezni prebavil. Predavanje je nadaljevala Nika Černe, klinična dietetičarka, ki je govorila o pomenu prehrane. Izpostavila je načela uravnotežene

prehrane, živila, ki blagodejno vplivajo na prebavila, ter pomen hidracije pri pacientih. Posebno pozornost je namenila tudi individualnim potrebam in prilagajanju prehrane glede na zdravstveno stanje pacienta. Zaključek predavanja je izvedla Mojca Mori, predstavnica podjetja Convatec, ki je uporabnikom pripomočkov za stome predstavila novosti.

Ob tej priložnosti se iskreno zahvaljujem vsem predavateljem ter Ireni Kalan, predstavnici društva Ilco, s katero vsako leto predavanja organizirava in jih tudi uspešno realizirava.

Anita Rošić, dipl. m. s., ET



Tradicionalni slovenski zajtrk 2025

Skupina za promocijo zdravja

V naši bolnišnici smo tudi letos s prijetnim in povezovalnim dogodkom obeležili Tradicionalni slovenski zajtrk – vseslovensko pobudo, ki spodbuja uživanje lokalno pridelane hrane ter krepi zavedanje o pomembni vlogi slovenskih pridelovalcev, čebelarjev in predelovalcev. Slogan letošnjega leta, »**Moja izbira je slovenska hrana**«, nas je še dodatno spomnil, kako pomembne so kratke prehranske verige in kakšen vpliv ima kakovostna, domača hrana na naše zdravje in počutje.

Zaposleni smo se 21. novembra 2025 med 7. in 9. uro zbrali v bolnišnični restavraciji, kjer nas je pričakala skrbno pripravljena miza domačih slovenskih dobrot. Ob tradicionalnih sestavinah – mleku, medu, maslu, jabolkah in kruhu – smo se spomnili, kako preprosta, a bogata je lahko jutranja rutina, ko jo oblikujejo pristni okusi iz lokalnega okolja. Letošnje dobrote so nam prijazno zagotovili slovenski pridelovalci in proizvajalci, med drugim Bio dobrote, d.o.o., Medena rosa, Mlekarnе Krepko, KGZ Sava in Žito, d.o.o.



Pacientka se je razveslila slovenskega zajtrka



Polna bolnišnična restavracija zaposlenih

Slovenski zajtrk so prejeli tudi pacienti, ki so se ga zelo razveselili.

Dogodek je ponovno poudaril, kako pomembno je, da si kljub hitremu tempu dela vzamemo trenutek zase in drug za drugega. Skupni zajtrk ni bil le prehranski, temveč tudi družabni trenutek – priložnost za pogovor, nasmeh in občutek pripadnosti. Tradicionalni slovenski zajtrk tako ostaja

lepa priložnost, da s preprostostjo in domačnostjo začnemo dan ter skupaj utrjujemo kulturo zdravja in dobrega počutja v našem delovnem okolju.

***Adrijana Ilievski, dipl. m. s., dipl. upr. ved,
strokovna sodelavka, vodja skupine za
promocijo zdravja na delovnem mestu***



Tudi najmlajši pacienti so se razveselili slovenskega zajtrka.



Tradicionalni slovenski zajtrk



Ustvarjalnost otrok v sklopu bolnišnične šole

14. november – svetovni dan sladkorne bolezni

14. novembra, ob svetovnem dnevu sladkorne bolezni, smo v avli Splošne bolnišnice Jesenice pripravili informativno stojnico, namenjeno ozaveščanju o pomenu preprečevanja, zgodnjega odkrivanja in obvladovanja sladkorne bolezni.

Obiskovalcem smo ponudili brezplačne meritve krvnega sladkorja, krvnega tlaka, holesterola in meritve telesne sestave. Meritve smo izvajali zaposleni iz diabetološke ambu-

lante ter bolnišnični dietetičarki s pomočjo dijakov Srednje zdravstvene šole Jesenice.



Velik obisk stojnice



Merjenje telesne sestave

V dopoldanskem času smo izmerili več kot 150 meritev, kar dokazuje velik interes in skrb obiskovalcev za svoje zdravje. Ob merjenju smo se z obiskovalci pogovorili tudi o zdravem življenjskem slogu, pravilni prehrani, gibanju in drugih dejavnikih tveganja, ki pomembno vplivajo na razvoj sladkorne bolezni. Za vse udeležence smo imeli pripravljeno tudi zdravo pogostitev, ki so nam jo pripravili v bolnišnični kuhinji in sodelovanje v nagradni igri z možnostjo nagrade.

Zahvaljujemo se vsem, ki so se ustavili pri naši stojnici. Upamo, da smo prispevali k večji ozaveščenosti in spodbujanju zdravih navad v lokalni skupnosti.

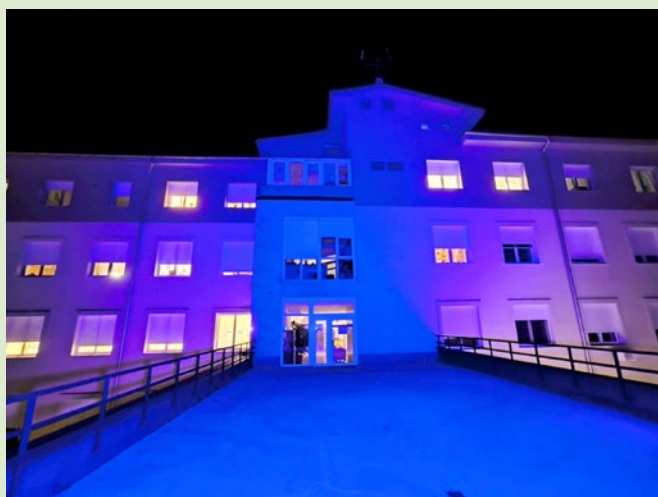
Hvala tudi DM-u, Gorenjskim lekarnam ter predstavnikom podjetij VIvis, d.o.o, Moj Cukr, Roche, VPD, Abbott in Wellion za donacijske izdelke za nagradno igro.



Pomoč dijakov Srednje zdravstvene šole Jesenice



Tim diabetološke ambulante in dietetičarki



Osvetlitev bolnišnice z modro barvo

Kamenčki prijaznosti iz bolnišnične šole – drobna dejanja, veliki nasmehi

V bolnišnični šoli na pediatričnem oddelku že dobro leto skupaj z otroki – pacienti ustvarjamo posebne, barvite kamenčke. Nastajajo v toplini učilnice, ob pogovorih, smehu in včasih tudi pesmi. Vsak kamenček nosi svojo edinstveno zgodbo, predvsem pa veliko pozitivne energije.

Ko je kamenček dokončan, mu dodamo še spodbudno besedo: *mir, zdravje, sreča, ljubezen* ... Skupaj z učiteljicama, otroki ali njihovimi starši kamenček ob odhodu iz bolnišnice postavimo nekam v bolnišnico ali njeno okolico. Tam počaka novega lastnika – nekoga, ki mu bo morda ravno ta drobna pozornost narisala nasmeh na obraz.

Kamenčki skozi leto: rožnati oktober in november prijaznosti

V oktobru smo kamenčke obarvali rožnato in vijolično in tako podprli ozaveščanje o raku roditelj in dojk. Novembra smo z njimi obeležili **13. november – mednarodni dan prijaznosti**, ki ga obeležujemo od leta 1998, ko je bila podpisana deklaracija o prijaznosti. Med prvimi so se mu pridružile Kanada, ZDA in Singapur, danes pa njegova

sporočila nosijo ljudje po vsem svetu, tudi mi.

Misli, ki svetlobo nosijo v srcih

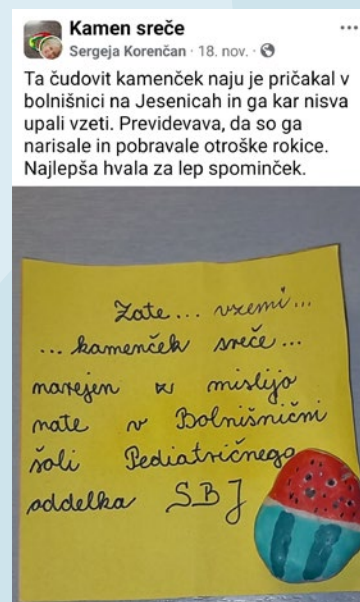
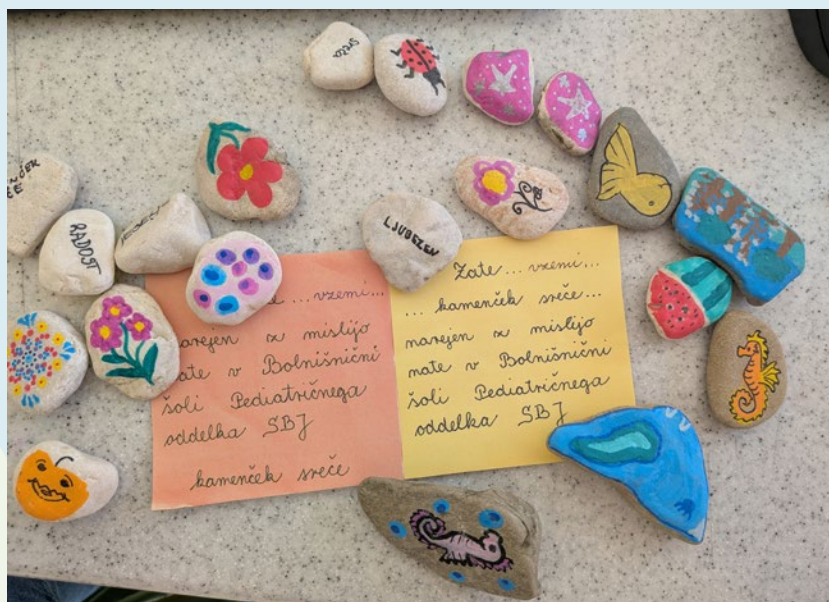
Ob ustvarjanju so nastale misli, ki nas spomnijo, da je prijaznost resnično doma v majhnih dejanjih:

- Prijaznost je kot mavrica – ogreje vsak dan!
- Z nasmehom zdravimo svet!
- Majhna dejanja, veliki nasmehi!
- Ko si prijazen, zasije sonce – tudi v sobi!
- Prijaznost skače od srca do srca kot žogica!
- V bolnišnični šoli se učimo z glavami in smejemo s srcem!
- Ena prijazna misel na dan prežene vse oblake stran!

Ti kamenčki niso le predmeti, so opomnik, da toplina, ki jo delimo, vedno najde pot nazaj.

Morda ga nekega dne najdete tudi vi ... In če ga boste, naj vam pričara lep dan.

Alenka Mirtič Dolenec, bolnišnična šola



Splošna bolnišnica Jesenice obeležila mednarodni dan radiologije

Ob 8. novembru, mednarodnem dnevu radiologije, smo v avli Splošne bolnišnice Jesenice pripravili stojnico, namenjeno predstavitvi dela radiološkega oddelka. Obiskovalci so lahko spoznali pomen radiološke diagnostike pri sodobnem zdravljenju in se seznanili z različnimi preiskavami, ki jih izvajajo v bolnišnici.

Zaposleni na radiološkem oddelku so obiskovalcem predstavili delovanje naprav, kot so rentgen, ultrazvok in magnetna resonanca, ter pojasnili, kako pomembno vlogo imajo radiološki posnetki pri postavljanju natančnih diagnoz.

Mednarodni dan radiologije poudarja pomen zgodnjega odkrivanja bolezni in varne uporabe medicinskega sevanja. Z dogodkom smo v bolnišnici želeli približati svoje delo širši javnosti ter izraziti zahvalo zaposlenim v radiologiji za njihovo strokovnost in predanost bolnikom.

Sandra Milijaš, dipl. rad. inž.



Ozaveščanje in znanje rešujeta življenja

Ob svetovnem dnevu oživljanja in svetovnem dnevu anestezije, 16. oktobru, smo v naši bolnišnici organizirali dve poučni delavnici, namenjeni tako zaposlenim kot obiskovalcem. S tem smo želeli povečati prepoznavnost pomena hitrega ukrepanja ob srčnem zastoju ter prikazati, kako poteka skrb za pacienta med splošno anestezijo.

Delavnica o temeljnih postopkih oživljanja (TPO)

Udeleženci so se lahko preizkusili v pravilnem izvajanju temeljnih postopkov oživljanja, pri čemer smo sledili smernicam ERC (**European Resuscitation Council**). Ključni

koraki, ki jih mora vsak laik upoštevati ob srčnem zastoju, so:

- 1. Prepoznav srčni zastoj** – oseba se ne odziva in ne diha normalno.
- 2. Pokliči pomoč (112)** – omogoči prostoročno telefoniranje, da lahko reševalec vodi postopek po telefonu.
- 3. Začni s stisi prsnega koša** – izvajaj stise v ritmu 100–120/min, globine približno 5–6 cm.

4. Priskrbi AED (avtomatski zunanji defibrilator) – nekdo naj čim prej prinese napravo, če je na voljo.

5. Nadaljuj do prihoda reševalcev – oživljanja ne prekinjamo, razen če oseba začne normalno dihati ali pride pomoč.

Obiskovalci so lahko sami preizkusili uporabo AED in pravilno tehniko masaže srca na lutki. Vsakdo je lahko reševalec – ključno je hitro ukrepanje.

Kako izgleda pacient med splošno anestezijo?

Na drugi delavnici smo prikazali, kako je videti monitoriziran pacient med splošno narkozo. Obiskovalci so si lahko ogledali:

- kako spremljamo vitalne funkcije (EKG, kisik v krvi, krvni tlak),
- kako deluje anestezijski aparat
- ter kako anesteziološka ekipa skrbi, da je pacient varno uspavan in nadzorovan skozi celoten operativni poseg.

Na ta način smo predstavili pomembno, a pogosto »nevidno« vlogo anesteziologa in anestezijske ekipe v bolnišničnem okolju.

*Alisa Lika, dipl. m. s.,
vodja zdravstvene nege
AN-RE službe*



Anesteziološko-reanimacijska služba z učiteljicami in dijaki Srednje zdravstvene šole



Trening oživljanja – saj znanje oživljanja rešuje življenje.



Svetovni dan delovne terapije – 27. oktober

Vsako leto 27. oktobra obeležujemo svetovni dan delovnih terapevtov, ki je priložnost za ozaveščanje javnosti o pomenu naše stroke. Delovni terapevti smo most med zdravstveno oskrbo, socialno vključenostjo in vsakodnevnimi aktivnostmi, ki posameznikom omogočamo, da se ponovno vključijo v družbo in delo. Letošnji slogan, ki ga je določila Svetovna zveza delovnih terapevtov (WFOT), je: **»Delovna terapija v akciji za kakovost življenja«**.

Slogan poudarja akcijo na raznorazne načine. Delovnoterapevtska obravnava je torej vedno aktivna. Namreč, pacienta spodbujamo k treningu vsakodnevnih aktivnosti, kot so hranjenje, oblačenje, skrb zase ..., s pomočjo specifičnih pripravljanih ali namenskih aktivnosti, ki predstavljajo terapevtsko sredstvo. Na ta način želimo vplivati na večjo varnost, samostojnost in učinkovitost ter na boljše splošno funkcioniranje pacienta.

Slogan povzema tudi kakovost življenja. Četudi se le-ta z boleznijo ali poškodbo spremeni, lahko s prilagoditvami in pripomočki poskrbimo, da je življenje še naprej polno in smiselno. Prizadevamo si, da se pacient varno vrne v domače oz. njemu znano okolje in nadaljuje z aktivnostmi, ki so mu pomembne (hobiji, delo, druženje), s čimer mu povrnemo občutek vrednosti in nadzora ter ga na ta način opolnomočimo.

Pri nas se delovna terapija v hospitalnem delu bolnišnice osredotoča na zgodnjo rehabilitacijo in preprečevanje sekundarnih zapletov po poškodbah glave, možganski kapi, zlomu kolka, ipd., s čimer poskrbimo za hitrejši prehod v nadaljnje oblike rehabilitacije ali nazaj v domače okolje. Znotraj ambulantnega dela bolnišnice pa želimo pri pacientih po poškodbah ali posegih na prstih, dlaneh in zapestjih v največjem obsegu zmanjšati bolečino in prisotnost drugih neprijetnih simptomov ter jim povrniti gibljivost, mišično

moč in kar se da izboljšati splošno funkcijo rok za uspešno vračanje nazaj v delovno okolje ali funkcioniranje znotraj domačega okolja. Z delovno terapijo se torej aktivno borimo za to, da bolezen oz. poškodba ne vzame posameznikove samostojnosti in dostojanstva, ampak mu ponudimo pot k čim bolj kakovostnemu življenju.

Benjamin Bešić, dipl. del. ter.

Anja Bolte, dipl. del. ter.

Katarina Brišar, dipl. del. ter.



Svetovni dan nenasilja – 2. oktober

Na svetovni dan nenasilja, ki ga obeležujemo 2. oktobra, smo tudi letos pripravili stojnico, s katero smo želeli opozoriti na pomen miru, strpnosti in spoštovanja. Obiskovalci so se lahko na zabaven, a hkrati poučen način preizkusili v različnih aktivnostih, ki so spodbujale razmišljanje o tem, kaj nasilje sploh je, kako ga prepoznati in kako ga preprečevati.

Na stojnici smo pripravili več iger in dejavnosti.

Semafor: udeleženci so morali presoditi, ali napisano besedilo predstavlja nevzdržno nasilje, nevarno območje ali varno počutje.

Ugibanje: obiskovalci so iz kartic ugotavljali, ali določeno vedenje pomeni nasilje ali ne.

Škatla z lepimi mislimi: vsak je lahko vzel spodbudno misel in jo delil naprej.

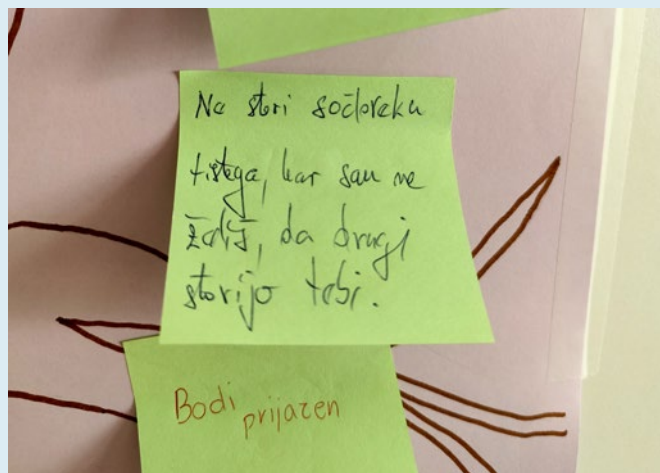
Drevo dobrih misli: obiskovalci so na listič zapisali svojo lepo misel in jo obesili na simbolično drevo.

Dogajanje smo popestrili s photo boothom, kjer so se obiskovalci lahko fotografirali. Imeli smo tudi posebne nalepke s slogani proti nasilju, ki so jih z veseljem odnesli s sabo.

Na dogodku je bil prisoten policist Policijske postaje Jesenice, ki je z obiskovalci delil pomembne informacije o preprečevanju nasilja in vlogi policije pri zagotavljanju varnosti.

Dogodek je bil topla in spodbudna priložnost, da se skupaj spomnimo, kako pomembno je, da v vsakdanjem življenju gradimo odnose, ki temeljijo na spoštovanju, razumevanju in nenasilju.

*Melina Burnič,
dijakinja Srednje zdravstvene šole Jesenice*



September in oktober na pediatričnem oddelku v bolnišnični šoli: prijaznost riše nasmehe

Otroci so pogosto v sobah, zato letos gledališke predstave prihajajo kar k njim. Med 16. in 22. septembrom je potekal Evropski teden mobilnosti, vodilna kampanja Evropske komisije za ozaveščanje o trajnostni mobilnosti v mestih. Namen kampanje je bil spodbujati spremembe vedenja v prid aktivni mobilnosti, javnemu prevozu in drugim pametnim, okolju prijaznim prometnim rešitvam.

Na našem pediatričnem oddelku sta za dobro voljo otrok vsak dan skupaj z učiteljico poskrbeli maskoti Marko in Anja AMZS KRANJ, ki sta s svojimi obiski polepšali bivanje mladih pacientov. V sredo se jima je pridružil še Kuža Pazi ZAVAROVALNICE TRIGLAV ter policisti Policijske postaje Jesenice–Kranj. V družbi učiteljice so se z otroki pogovarjali o pomembnih temah:

- kako poskrbeti za varnost v prometu,
- kje morajo biti kot pešci še posebej previdni,
- kako pravilno in varno uporabljati kolo, skiro in druga prevozna sredstva,
- zakaj je uporaba javnega prevoza – avtobusov in vlakov – pomembna tudi na poti v šolo.

Na igriv in prijeten način so otroke spodbudili k razmišljanju o varni, zdravi in trajnostni mobilnosti. Ob zaključku srečanja so prejeli tudi drobna presenečenja – tatuže z motivi maskot Marka in Anje, pobarvanko Kuža Pazi ter odsevni trak, ki jim bo prišel prav za vsakodnevno varnost v prometu. Da so maskote zaživele, so nam na pomoč priskočili animator Grega, dijaki Gimnazije Jesenice in Zdravstvene šole Jesenice.



Zaposleni internistične službe



Razveselili so se jih tudi na ginekološko-porodniškem oddelku.



Teta Pehta in Kekec razveselila paciente pred ambulantami.



Zaposleni kirurške ambulate



Zaposleni kirurške službe



Obisk policistov in maskote KUŽA PAZI v bolniški sobi

Med 6. in 12. oktobrom smo obeležili **Teden otroka**, ki je potekal pod geslom »*Prijaznost ti bo krila dala – vedno reci prosim in hvala*«. In res je – prijaznost je kot nevidna krila, ki nas dvignejo nad vsakdan in nas povežejo med seboj.

Ob tej priložnosti se je učiteljica preoblekla v **Teto Pehto** in skupaj z maskoto **Kekcem** razveseljevala otroke. Teta Pehta je otroke seznanila z različnimi zdravilnimi rožicami, ki jih nabira, in skupaj so zapeli Kekčevo pesem. Teta Pehta je zapela tudi svojo pesem in predstavila lik pogumnega in prijaznega Kekca, ki prihaja iz naših krajev pod Triglavom.

Nekateri otroci so si v igralnici ali kar v postelji ogledali različne filme o Kekcu. Prav vsi – od najmlajših do najstarejših pacientov ter tudi zaposleni – smo se razveselili obiska, se nasmejali in za trenutek pozabili na skrbi.

Iskrena hvala podjetju Hit Alpineja Kranjska Gora ter Turizmu Kranjska Gora, ki sta omogočila ta čudovit obisk in obdarila otroke s knjižico.

Hvala, ker skupaj s prijaznostjo rišemo nasmeh!

Alenka Mirtič Dolenc, bolnišnična šola



Pacientu so polepšali dan.



Maskote pred bolnišnico



Ekipo internistične službe

Obeležitev svetovnega dneva Alzheimerjeve bolezni – 18. septembra

Demenca je kronični, napredujoč sindrom, ki prizadene spomin, razmišljanje, vedenje ter zmožnost opravljanja vsakodnevnih aktivnosti. Najpogostejša oblika je Alzheimerjeva bolezen, ki predstavlja več kot 60 % vseh primerov. Z naraščanjem števila starejših v populaciji postaja demenca vse večji javnozdravstveni izziv, zato je ozaveščanje o tej bolezni izrednega pomena.

Ob svetovnem dnevu Alzheimerjeve bolezni, ki ga obeležujemo 18. septembra, smo se pred vhodom v bolnišnico pridružili prizadevanjem za osveščanje javnosti. Dogodek je bil organiziran v obliki stojnice, na kateri smo delili informativne materiale, se pogovarjali z mimoidočimi in odgovarjali na njihova vprašanja o demenci, zgodnjem prepoznavanju znakov ter možnostih podpore bolnikom in njihovim svojcem. K sodelovanju smo povabili tudi delovno terapevko z dolgoletnimi izkušnjami na področju demence, ki je s svojimi strokovnimi vpogledi in primeri iz prakse dodatno obogatila dogajanje.

Poleg informativnega dela smo pripravili tudi preproste vaje in igre, primerne za osebe z demenco. Obiskovalcem smo prikazali, kako lahko s kognitivnimi vajami, spodbujanjem spomina in ohranjanjem socialnih stikov na preprost način vplivamo na upočasnitev napredovanja bolezni ter prispevamo k izboljšanju kakovosti življenja oseb z demenco.

Vzdušje na dogodku je bilo pozitivno in spodbudno. Številni mimoidoči, zaposleni in obiskovalci bolnišnice so se ustavili, postavljali vprašanja in izrazili iskreno zanimanje za tematiko. Takšni dogodki dokazujejo, da lahko tudi z manjšimi, lokalnimi akcijami pomembno prispevamo k zmanjševanju stigme ter povečanju razumevanja bolezni, ki prizadene ne le posameznika, temveč tudi njegovo družino in širšo skupnost.

Zavedamo se, da so prvi koraki k spremembam pogosto ravno v izobraževanju in odprtem pogovoru. Zato si želimo, da bi v prihodnje organizirali še več podobnih aktivnosti, ki povezujejo zdravstvene delavce, strokovnjake in skupnost.

Gordana Sivec in Sara Podparič Pangos



SB Jesenice na letnem srečanju imetnikov certifikata Družini prijazno podjetje 2025

V mesecu septembru smo se udeležili letnega srečanja imetnikov certifikata Družini prijazno podjetje in Družbeno odgovoren delodajalec, ki je potekalo v kongresnem centru Thermane Parka Laško v organizaciji Ekvilib inštituta. SB Jesenice je imetnik certifikata Družini prijazno podjetje od leta 2011.

V nacionalni raziskavi o usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja v Sloveniji, ki so jo v letošnjem letu izvedli v okviru Ekvilib inštituta, in h kateri smo vas skozi anonimno anketo na naši intranetni strani povabili tudi v SB Jesenice, se je več kot 50 % sodelujočih opredelilo, da se psihično počuti občutno boljše, če ima usklajeno zasebno in poklicno življenje.

Osrednji del letošnjega srečanja je bil posvečen medgeneracijskemu sodelovanju in izzivom vodenja.

Doc. dr. Otto Gerdina s Fakultete za družbene vede, ki se ukvarja s sociologijo staranja, nam je najprej predstavil vpogled v starizem, mite in resnice o starosti z osredotočanjem na obravnavo starizma na trgu dela.

WHO je leta 2021 podala definicijo starizma kot stereotipa, predsodkov in diskriminacije do drugih ali sebe na podlagi starosti. Kaže se v več oblikah: individualni in institucionalni, namerni in nenamerni, pozitivni in negativni.



Prisotnost starizma na trgu dela na institucionalni ravni se kaže v nizkem izkoristku človeškega kapitala in manjši učinkovitosti, na individualni ravni pa pri starih delavcih v manjšem občutku pripadnosti, manjši motivaciji za delo, večji verjetnosti zgodnje upokojitve, večjih zdravstvenih tveganjih, na drugi strani pri mladih delavcih v občutku necenjenosti, manjšem zadovoljstvu z delom, manjšem zadovoljstvu s sodelavci in manjši pripadnosti organizaciji. Po raziskavah se diskriminacija razlikuje po panogah in sektorjih, tako za področje zdravstva na primer velja, da so starejši delavci bolj cenjeni.



Med najpogostejše mite in resnice o starih delavcih sodijo naslednji:

- Stari delavci običajno potrebujejo več časa kot mlajši, da se naučijo česa novega. DRŽI.
- Mladi delavci so običajno bolj učinkoviti kot stari delavci. NE DRŽI.
- Stari ljudje se pri delu redkeje poškodujejo kot mladi. DRŽI.
- Mladi delavci se običajno hitreje odzivajo na dražljaje kot stari delavci. DRŽI.
- Stari delavci se niso zmožni vključevati v kreativne podvige. NE DRŽI.

Dragi sodelavci in sodelavke, če se osredotočite na svoje delovno okolje, kako bi vi odgovorili na te mite? Zelo pomembno je, kako vidite oz. obravnavate svoje starejše ali mlajše kolege/kolegice, saj je od tega odvisno, kako močni smo v medgeneracijskem sodelovanju, ki je v družbi staranja neizogibno.

Ozavestimo, da se ljudje staramo individualno, ozaveščajmo o starostnih stereotipih in predsodkih, krepimo medgeneracijsko sodelovanje in ustvarjamo pozitivno delovno vzdušje za vse starostne skupine.

Delovna okolja, ki sprejemajo starostno raznolikost, jo spodbujajo in so prosta starostne diskriminacije, imajo bolj zavzete in motivirane zaposlene. Motivirani in zavzeti zaposleni pa so bolj produktivni, donosni in varni, ustvarjajo boljše odnose s strankami in so bolj lojalni do organizacije. Tako je sklenjen krog uspešne organizacije, zadovoljnih zaposlenih in zadovoljnih strank.

V sklopu glavne teme je bila s strani organizatorja predstavljena tudi pobuda »Podjetje vseh generacij« in nagovor vsem udeleženi k podpisu družbeno odgovorne zaveze medgeneracijskemu sodelovanju.

Z vsemi udeleženi smo izvedli delavnico, v kateri smo se razdelili po starostnih skupinah in debatirali in nato

predstavili izzive vodenja v sklopu medgeneracijskih razlik med zaposlenimi. Zelo zanimivo je bilo videti, kako razmišljajo mlade, kako srednje in starejše generacije, kje vidijo izzive in kako dojemajo svoje sodelavce in sodelavke različnih starosti. Predstavljene so bile zelo različne izkušnje.

Letošnja okrogla miza na srečanju je potekala na temo »Dejavniki uspeha pri dobro delujočih internih timih«. Udeleženske okrogle mize – predstavnice skrbnikov certifikatov – so nam zaupale, kaj je ključ do uspešnih timov, kakšna je vloga skrbnikov certifikata pri implementaciji ukrepov, organizacijski kulturi in spremembah, kako so organizirali time, ali nagrajujejo člane tima glede na uspešno izvedene ukrepe, kako komunicirajo z zaposlenimi in kako pomembno je, da so člani tima komunikatorji ukrepov v relaciji do zaposlenih. Predstavljene so bile uspešne prakse, pri katerih se nam vedno postavijo izzivi, kaj bi lahko izboljšali v praksi naše organizacije.

Na srečanju je bila poudarjena tudi promocija zdravja na delovnem mestu. Doc. dr. Evgen Benedika, klinični dietetik, je predaval o vplivu hrane na delo in mitih ter resnicah o prehrani.

Predavanje je postreglo z zanimivostmi in dejstvi, ki smo jih slišali že večkrat, pa nas ritem življenja še vedno sili v kršenje pravil zdravega prehranjevanja.



Ker je hrana glavno gorivo našega telesa, nikoli ni odveč, da ponovimo zlata pravila, ki naj bodo naša vsakodnevna navada/stalnica in jih povzemam s predavanj:

Pomembno je, da imamo dober ritem prehranjevanja, kar pomeni:

- 5–6 manjših, polnovrednih in enakomerno porazdeljenih obrokov/dan – zajtrk, kosilo, večerja, 2–3 vmesna obroka, enakomerno oskrbo s hranili, izogibanje pretiranemu občutku sitosti, zadnji obrok naj bo 2 uri pred spanjem.

Ni nam treba uživati le večjih količin hrane, potrebujemo hranilno bogata živila. Bolj kot omejujemo nabor živil, večje je tveganje za pomanjkanje hranil – kar vodi v bolezen. Naše telo ima potrebo po tekočini, to je vsaj 1,5 l na dan, ob intenzivnem potenju ali vročini pa še več. Posegajmo po vodi, negazirani mineralni vodi, nesladkanem čaju.

Kakšen pa je hitri povzetek nasvetov za prehrano na delovnem mestu?

- Obroke si pripravimo sami.
- Obroke načrtujemo vnaprej.
- Bodimo pozorni na ustrezno razmerje med hranili.
- Poskrbimo za ustrezen ritem prehranjevanja.
- Zdrava izbira naj bo vedno na dosegu roke.
- Ne pozabimo na ustrezen vnos tekočine.
- Zdrava izbira pri dostavi hrane, v menzi.

V dnevu, polnem predavanj in »sedečih aktivnosti« ☺, smo imeli udeleženci na voljo aktivne odmore. Gibit, d.o.o., – na srečanju je med drugim predstavil tudi, kako pripraviti atraktivne aktivnosti znotraj promocije zdravja na delovnem mestu in kako pomembna je vloga marketinga in podpora vodstva pri implementiranju ukrepov – nas je med aktivnimi odmori usmerjal v pravilno razgibavanje, letos z elastičnimi trakovi za vadbo. Med delovnim časom je pomembno, da si vzamemo čas za aktiven odmor oziroma izkoristimo vsak odmor, čeprav je to samo uporaba stopnic namesto dvigala, nekaj razteznih, krepilnih vaj in razbremenilnih položajev. Dokazano deluje pozitivno na počutje in produktivnost.

Srečanje je kot vsako leto ponudilo možnost, da se na enem mestu hkrati srečamo predstavniki podjetij in organizacij, ki si prizadevamo za izboljšanje ravnotežja med delom in družinskim življenjem svojih zaposlenih, si izmenjamo izkušnje, najdemo nove izzive, ki bi jih lahko vpeljali v svoja delovna okolja. Hkrati predstavlja nagrado za uspešno opravljeno delo. Organizator na drugi strani ni razočaral z izborom tem in predavateljev.

*Maja Fajfar,
Služba za organizacijo in kadre SB Jesenice*

Spomini ...

»Kam le čas beži, kam se mu mudi?« se sprašujem, ko listam po arhivu našega sindikata. Nikakor ne morem verjeti, da je letos minilo kar 30 let, odkar sem začel delati v SB Jesenice. Minilo je precej burnih let, od tistih lepih trenutkov, do nekaj takih, ki bi jih rad hitro pozabil. Ampak čas gre hitro naprej in vse to gre počasi v pozabo. Danes so novi časi, drugi cilji in različni interesi.

Pa naj bo dovolj nakladanja za uvod. Našel sem zanimiv članek, za katerega menim, da bi bilo prav, da ga objavimo, ker velikokrat pozabljamo, da so med nami, zaposlenimi, prisotni tudi zunanji izvajalci. Na njih se največkrat spom-

nimo, ko je treba počistiti, pobrisati mokra tla, odpeljati pacienta na ultrazvok, poklicati transport in še bi lahko našteval. Priznati je treba, da so tudi oni člani »našega kolektiva« in pomemben člen našega delokroga.

Spodaj si lahko preberete zanimiv članek, ki je bil objavljen v Gorenjskem glasu leta 1995.

Pa prijetno branje.

Danilo Dvoršak

GORENJSKI GLAS • 6. STRAN

AKTUALNO, ZANIMIVOSTI

Petek, 21. julija 1995

Mednarodni koncern ISS prevzema petindvajset jeseniških čistilk

Slovenske čistilke s tujo metlo

Ministrstvo za zdravstvo kot plačnik storitev priporoča slovenskim bolnišnicam, da čiščenje bolnišnic prevzame tuja firma ISS, ki ima sedež tudi v Mariboru in ki je prevzela dela tudi na Slovenskih železnica. Na Jesenicah bodo prevzeli 25 čistilk, ki bodo poslej le čistile prostore, v nobenem primeru pa ne bodo več strežnice na oddelkih.

Jesenice, 20. julija - V jeseniški bolnišnici so se v okviru reorganizacije odločili, da 24 strežnic poslej ne bo več zaposlenih v okviru bolnišnice, ampak jih bo prevzelo zunanje podjetje. Po novi zdravstveni usmeritvi strežnice ne opravljajo več dela, kot je denimo nega ali strežba, ampak prostore le čistijo. Strežnice so odločitev sprejele z nezaupanjem in odporom in so se po prejemu prve odločbe o svojem nadaljnjem statusu in pravicah pozanimale na sindikatu. Bodo ohranile vse pravice iz dosedanjega delovnega razmerja? Mi pa smo iz njihovih odločb o prenehanju delovnega razmerja v bolnišnici z začudenjem razbrali, da jeseniške strežnice prevzema podjetje ISS Servissystem Maribor. Zakaj mariborsko podjetje, kakšno podjetje je to? Glavna sestra jeseniške bolnišnice **Oliga Blažič** pojasnjuje:

»Jeseniška bolnišnica je ena zadnjih slovenskih bolnišnic, ki se je za drugimi slovenskimi bolnišnicami, kot je mariborska, celjska, izobška, novogoriška na tak način lotila nujne reorganizacije. Gre za to, da je medicinska sestra zelo obremenjena, tako rekoč deklica za vse, zato smo se že lani začeli pogovarjati, da se delo na oddelku loči. Ni tudi umestno, da strežnice, ki čistijo prostore, denimo, nato s hrano postrežejo bolniku, saj mora s pacientom ravnati strokovno usposobljena bolniška sestra.

Na razpis o oddaji del se nam je javila množica interesentov od blizu in daleč, nato pa smo med sedmimi ponudniki zaradi konkurenčne cene in kvalitete izbrali mednarodno podjetje ISS Servissystem Maribor. To je veliko specializirano mednarodno podjetje, ki ima svoje podruž-

nice po vsej Evropi, sedež v Mariboru in samo v Sloveniji zaposlenih že okoli tisoč delavcev. Zanj so se odločili na Onkološkem inštitutu, bolnišnicah Maribor, Celje, Nova Gorica, Izola, prevzela je del zdravišča in ne nazadnje čistijo tudi na železnici od Maribora do Zidnega mosta... Zdela se nam je tudi najbolj zanesljiva, izbiro pa je potrdilo tudi Ministrstvo za zdravstvo, ki je navsezadnje plačnik teh storitev.

Strežnice, ki prehajajo v to podjetje, ne bodo izgubile ničesar, kar smo jim tudi nedvoumno povedali. Vse bodo zaposlene za nedoločen čas, ne gre za prekinjeno delovno razmerje, ostajajo jim pravice do regresa, do povračila vožnje na delo, osnovna plača bo najmanj taka, kot jo imajo zdaj. Če bi bila pogodba prekinjena po krivdi bolnišnice, jih mora bolnišnica vzeti

nazaj. V svojo novo delovno dolžnost sprejemajo med drugim tudi centralni transport hrane in prav s tem bodo medicinske sestre najbolj razbremenjene, sicer pa strežnice ostajajo na dosedanjih delovnih mestih. Novi delodajalci bodo pripeljali opremo in druge pripomočke, jih podučili, vodil in nadzoroval pa jih bo domačin iz Lesc, ki bo v bolnišnici stalno prisoten.

V tem obdobju smo jim za vsa vprašanja in morebitne dileme vedno na voljo, kot smo bili na voljo 19 delavkam, ki delajo v pralnici in ki jih je že pred časom prevzel podjetnik z Jesenic. V pralnici je vse v redu, res pa je, da so minili časi - ne le za strežnice, ampak za vse - ko se je večsah dalo kakšno delo tudi odložiti ali malomarno opraviti.

Tudi v jeseniško bolnišnico torej

prihajajo novi časi. Morebitni začudenji dvomi, zakaj so se odločili za mednarodni koncern ISS in ne za kakšnega slovenskega ali celo jeseniškega podjetnika, v nobenem primeru ni stvar jeseniške bolnišnice, saj so kot dobri gospodarji zanesljivo izbrali najbolj specializiranega, najboljšega ponudnika.

Če pa se kdo ne more znebiti sitnega občutka in nelagodja ob dejavnosti po vsch bolnišnicah, na železnici in še kje prevzema tuje podjetje ISS, ki tako dobro služi in ne kakšen enako specializiran domači podjetnik, potem je pravi naslov za pojasnila naše ministrstvo za zdravstvo, ki slovenskim bolnišnicam tega mednarodnega podjetja resda ne vsiljuje, jo pa - priporoča!

Ministrstvo za zdravstvo pa je plačnik teh storitev! • **D. Sedej**

Zakaj moja klimatska naprava ne greje?

Kurilna sezona se običajno začne, ko temperatura ob 21. uri tri dni zapored zdrsne pod 12 stopinj Celzija, zato si v teh mrzlih dneh za ogrevanje lahko pomagamo s klimatsko napravo, ki je v resnici majhna toplotna črpalka. Včasih pri tem naletimo na težavo, saj klima piha hladen zrak. Zakaj je temu tako in kaj lahko storimo, da rešimo problem, si preberite v nadaljevanju.

V Sloveniji se je že ohladilo in po prihodu hladne fronte si je marsikdo iz omare potegnil zimska oblačila. Številni se sprašujejo, ali je že prišel čas za začetek kurilne sezone, da jih v jesenskih dneh/večerih ne bo zeblo. Z začetkom kurilne sezone v lastnem stanovanju začnemo kadarkoli, sicer pa po dogovoru z upravniki. V pisarnah pa si v prehodnem obdobju mnogi pomagamo s klimatskimi napravami, ki imajo tudi sposobnost gretja. Pri tem nismo edini, če smo klimo nastavili na način za ogrevanje (simbol sonček), a je naprava prostor še vedno hladila. Kaj je torej lahko vzrok?

Najprej je treba na daljinskem upravljalniku preveriti tipko »mode« (način delovanja). Vedeti moramo, da se morajo pri menjavi režima tlaki izenačiti, kar traja približno pet minut. Potrebni je od 2 do 10 minut, da klima začne ogrevati, kar je odvisno od zunanje temperature. Bolj ko je zunaj hladno, dlje traja. Naj nas torej ne skrbi, če ne bo takoj začel pihati topel zrak, saj je zrak v prostoru hladen in se mora segreti. Prav tako še preden klimo vklopimo, spremenimo način

delovanja. Strokovnjaki pogosto odsvetujejo, da menjamo način, ko klima že deluje. Ko nastavimo želeno temperaturo, jo najprej nastavimo dve stopinji Celzija višje od želene. Zakaj? Notranja enota meri temperaturo in je dve stopinji višja kot v prostoru, ki ga greje.

Obstaja pa tudi možnost, da klima ne deluje pravilno ali deluje slabo. To je lahko posledica napačnega delovanja kompresorja in ventilatorja pri zunanji enoti. Če ta deluje pravilno, je možno da v sistemu primanjkuje plina. Vzrok za nedelovanje klimatske naprave so lahko tudi zamašeni filtri, ki so posledica slabega vzdrževanja. Priporočljivo je, da jih očistimo vsaj enkrat letno. Pri tem se lahko pojavijo še neprijetne vonjave. Takrat preverimo, kaj ovira vstop in izstop zraka pri notranji in zunanji enoti, in ali sta hitrost in smer toka zraka primerno nastavljena.

Kljub temu da morda vse deluje pravilno, se lahko zgodi, da naprava ne greje, ko jo iz načina za hlajenje preklapimo na način za gretje. V tem primeru poskusimo še »stari« trik, ki vedno deluje – klimo izklopimo iz električnega omrežja, počakamo nekaj minut in jo nato vklopimo nazaj. Na ta način se bo klimatska naprava ponastavila, pozabila prejšnje nastavitve in bo delovala v zelenem programu.

Danilo Dvoršak



Predavanje – življenje s stomo

V Splošni bolnišnici Jesenice smo organizirali strokovno predavanje za dijake Srednje šole Jesenice, namenjeno spoznavanju življenja s stomo ter vlogi zdravstvenih delavcev pri obravnavi stomistov.

Dijaki so spoznali:

- kaj je stoma,
- vrste stom,
- osnovne zdravstvene in negovalne postopke,
- najpogostejše težave in zaplete,
- pomen pravilne prehrane,
- psihosocialne vidike življenja s stomo.

Predavanje je potekalo v sodelovanju z Ilco društvom. Njihova predstavnik gospa Rabija je dijakom predstavila, kako s stomo živi in zakaj jo je dobila.

Dogodek je bil dobro sprejet, dijaki so aktivno sodelovali in zastavljali vprašanja. Bilo je razvidno, da jih tematika zanima in je pomembna za njihovo bodočo poklicno pot.

Anita Rošić, dipl. m. s., ET



Pleteni izdelki za naše novorojenčke

V porodnišnici Jesenice že več kot 20 let vsakemu novorojenčku podarimo copatke, v zadnjem letu tudi kapice, za kar poskrbijo pridne pletilje. V juniju nas je razveselila gospa Brigita Mrak, ki je v imenu Društva upokojenk Žirovnica dostavila več kot 150 čudovitih kapic za naše najmlajše.

Avgusta nas je obiskala gospa Yuliie Kucher in nam podarila 260 pletenih kapic, ki sta jih ustvarili skupaj z gospo Drago Hercog. V septembru sta nas obiskali sestre – ena »štrika« copatke, druga kvačka hobotnice. Gospa Silva Šimnic je naš oddelek s copatki obdarila že večkrat, tokrat je spletla 60 parov. Gospa Cveta Kordež pa sicer živi v Italiji in se je z vlakom pripeljala do Jesenic in nas obdarila z nekaj »poskusnimi« hobotnicami, saj je pri izdelovanju le-teh šele začetnica. Pri kvačkanju se je izkazala, zato je na našem

oddelku dobila zeleno luč za še več hobotnic. Podarimo jih našim novorojenčkom v inkubatorjih ali med fototerapijo.

Oktober smo bili ponovno priča res čudovitemu, srčnemu dejanju. Gospa Frančiška Burnik z Jesenic je na oddelek prinesla ročno izdelane copatke za novorojenčke – majhne, mehke in narejene z ogromno ljubezni. Vsak par, ki ga je ustvarila, nosi njen iskren namen: da bi naši najmlajši začeli življenje z nekaj topline več.

V imenu osebja in vseh staršev se vsem pletiljam iz srca zahvaljujemo za njihov čas, trud in velikodušnost.

Zaposleni ginekološko-porodniškega oddelka



Donacija Društva upokojenec Žirovnica - gospa Brigita Mrak



Donacija sester gospe Silve Šimnic in gospe Cvete Kordež



Gospa Frančiška Burnik



Gospa Yuliie Kucher in kapice

Svetovni dan fizioterapije – 8. september

Sporočilo letošnjega svetovnega dneva fizioterapije je »Zdravo staranje z gibanjem«, ki poudarja ključno vlogo fizioterapije in telesne dejavnosti pri ohranjanju zdravja v poznejših življenjskih obdobjih, s posebnim poudarkom na preprečevanju krhkosti (frailty) in padcev.

Svetovna populacija se stara hitreje kot kadarkoli prej – leta 2019 je bila na svetu že 1 milijarda ljudi, starejših od 60 let, do leta 2030 jih bo 1,4 milijarde, leta 2050 pa kar 2,1 milijarde, od tega 426 milijonov starejših od 80 let.

Staranje pa ne pomeni odpoved dejavnostim, ki nas veselijo – nasprotno, zdravo staranje pomeni, da ostanemo aktivni, neodvisni in povezani. Fizioterapevti smo strokovnjaki za gibanje skozi vsa življenjska obdobja in vemo, da nikoli ni prepozno začeti z vadbo. Vadba za krepitev mišic, ravnotežje, gibljivost in koordinacijo lahko zmanjša tveganje za krhkost za 41 % ter bistveno zmanjša možnost padcev, ki so eden vodilnih vzrokov poškodb v starosti. Padci niso neizogibni – s strokovno prilagojenimi vajami in svetovanjem glede varnega domačega okolja, primerne obutve ter vsakodnevnih aktivnosti lahko tveganje zmanjšamo ali padce celo preprečimo. Fizioterapevti pri tem ne krepimo le telesne pripravljenosti, temveč tudi samozavest in občutek varnosti pri vsakodnevnih opravilih.

Čestitke vsem fizioterapevtom za strokovno, predano in sočutno delo pri izboljšanju kakovosti življenja ljudi vseh starostnih skupin, tudi starejših odraslih. Ostanite aktivni

ambasadorji gibanja in zdravega, aktivnega in produktivnega staranja – tako pri svojem delu kot v vsakdanjem življenju.

(Povzeto po: ZFS.)

**Polona Vidmar Beravs, dipl. fiziot., vodja fizioterapevtov
in delovnih terapevtov, Služba za fizikalno in
rehabilitacijsko medicino SB Jesenice**



Naša nova upokojenka

Senada Draganović

Senada je zaključila srednjo zdravstveno šolo leta 1984 in pridobila poklic srednja medicinska sestra, strokovni izpit je opravila 19. novembra 1984. Ljubezen jo je peljala v sosednjo Hrvaško, kjer se je zaposlila v Kliničko bolnišničnem centru Rijeka. Na Reki je živela in delala celih devet let. Nato se je z družino vrnila na Jesenice in se 1. oktobra 1994 zaposlila v Splošni bolnišnici Jesenice. Njeno prvo delovišče je bil kirurški oddelek. Želja po še bolj dinamičnem delu jo je kasneje vodila v urgentno ambulantno, kjer je delala do svoje upokojitve.

Skratka, njeno zadnje delovno mesto je bilo v enoti za nujno medicinsko pomoč oziroma v urgentnem centru, kjer je delala kot srednja medicinska sestra v urgentni dejavnosti. Zelo rada pa se je vključevala tudi v ambulantno delo, in sicer največ v travmatološke subspecialistične ambulante. Senada nas je s svojo prikupnostjo velikokrat

nasmejala. Do pacientov je bila spoštljiva in empatična. Vsa leta je bila izredna mentorica novozaposlenim, pripravnikom in dijakom kot tudi diplomiranim medicinskim sestram, ki so svojo pot začele v urgentnem centru.

Senada je mama dveh fantov in babica dveh deklic. Velikokrat se je s kolektivom udeležila tudi raznih izletov in piknikov, na novoletnih večerjih prav tako ni manjkala. Rada je imela dobro glasbo in velikokrat poplesala s sodelavkami. V našem okolju je pustila veliko praznino in prav vsi jo bomo izredno pogrešali. Celoten kolektiv UC-ja ji želi veliko zdravja in lepih trenutkov v zasluženem pokoju.



Tudi to se zgodi

- Pacientu povedo, da bo moral priti nazaj teščaj, da bo zaspal in mu bodo ognojek operirali. Teščaj je prišel nazaj v pižami.
- Dgn: Fractura ossis sigmoidei dex.!
- Ste že pomislili, kaj se dogaja v glavah pacientov, ko nas poslušajo ...
 - »grem z bost pacienta za kanal«
 - »pljuča so že prišla ven, čakam še glavo« (na rentgenu)
 - »bila je urgenca, pa sem morala dati glavo ven, da sem lahko slikala pljuča«
 - »gre mo delat otroka«
- Svetujemo odvzem krvi za hemostatske bakterije (kriterije).
- Th: Naj še razgibava kontrolo, kontrola, kot je spodaj navedeno.
- Anm: Domači pes jo je s čekanom zadel v zgornjo veko desnega česa.
- Boleče predele naj hladi z levom.

Boštjan Gluhar

Pohvale

Že ob prvem stiku na informacijah je zelo pomirjujoče. Izrazito prijazni ste prav vsi, ki sem imel stik z vami. Zelo ustrezljivi, a ne narejeni. Sproščeni, spoštljivi na vsakem koraku. Najlepše se zahvaljujem za izredno toplo skrb. Kljub neprijetnim opravkom pri vas je bilo zelo zelo prijetno. Še enkrat se zahvaljujem osebju v operacijski dvorani, še posebej dr. Andreju Ruplu in sestram. Vidi se, da vam je pomemben pacient in njegovo počutje. Naj tako ostane in se kot virus razširi še drugod po Sloveniji.

Zahvaljujem se za zelo prijazno in zelo dobro »sestro« Laro na odvzemu krvi. Nimam besed, kako je sposobna za svoje delo.

Nevrološka ambulantna – točnost, ura preiskave, prijaznost s pojasnili.

Pohvala radiološkemu oddelku za strokovno izvedbo MRI in spoštljiv odnos. Hvala tudi za topel napitek po preiskavi. Pohvala osebju.

Iskrena hvala celotni ekipi porodnišnice za vašo oskrbo, prijaznost in toplino, ki ste jo izkazali v teh posebnih trenutkih našega življenja. Počutila sem se varno, predvsem pa slišano.

Pohvalila bi babico Majo, ki je bila zraven pri porodu, za srčnost in prijaznost. In seveda tudi druge vpletene. Na porodniškem oddelku pa vse pohvale za sprejetje, skrb in prijaznost. Posebna zahvala gre dipl. sestri Neži.

Hvaležna sem za tako lepo porodno izkušnjo.

Zelo sem zadovoljen z delom vaših fizioterapevtov ter nasveti. Ostalih pripomb nimam. Samo tako naprej in bodo vaši uporabniki zelo zadovoljni.

Nisem nagnjena h kritiziranju, pohvale pa mi tudi ne gredo zlahka iz ust. Ko pa si večkrat zapored tako prijetno presenečen pa je čas, da si človek vzame nekaj minut in napiše nekaj prijaznih besed pohvale. Zadnje leto sem z najstniško hčerko kar redna obiskovalka različnih specialističnih ambulant tako vaših kot drugih bolnišnic. Ne vem sicer, kje je skrivnost, da v času, ko so drugje čakalne dobe nehumano dolge in obravnave pacientov bliskovito hitre, vaša bolnišnica prav pri vseh specialističnih ambulantah poskrbi, da so čakalne dobe, vsaj v mojih primerih, izjemno kratke, če ne to, pa razumne. Ko prideš na obravnavo, si na vrsti prav takrat, ko imaš določeno uro, osebje je prijazno, potrpežljivo in vedno dobre volje, vaši zaposleni pa zelo, zelo izstopajo v obravnavah pacientov, ki so ne samo strokovne in temeljite, ampak tudi razložene tako, da so razumljive. Tako da najprej zahvala prav vsem, da nam vsaj kdo da malo upanja, da v zdravstvu ni vse tako slabo, kot se piše. Če lahko vi, bi verjetno lahko tudi drugi. Mogoče ste vi le eni redkih, ki imate voljo, da najdete pot. Iz srca hvala.

Vodstvu oziroma odgovornim za dobro organizacijo dela pohvala, lahko bi vas uporabili kot primer dobre prakse v marsikateri zdravstveni ustanovi. Vašim zaposlenim pa še večja pohvala za trud, srčnost in izvrstno delo.

Danes je imela mami prvi pregled v ambulanti za kronične kirurške rane. Želim pohvaliti celotno osebje v ambulanti, saj so zelo strokovni, prijazni, razumevajoči, lepo pojasnijo zadeve. Ne samo, da so strokovni, so tudi zelo topli in človeško dostopni. Obravnava je bila res na vrhunskem nivoju.

Hvala za vse dragi sestri Karmen in Herti na dnevnem oddelku. Vsak teden sem en dan tukaj, ker hodim na kalij, in kosilo je vedno odlično. Sestra Herta z enim klicem poskrbi, da je vse kot mora biti.

Pred dobrim tednom sem bil pri dermatologinji dr. Špeli Grilc. Z njenim posegom in pregledom sem bil zelo zadovoljen.

Vaša ortopedska ambulanta ima sestre, ki si zaslužijo najvišjo oceno. Prijaznost je na višku, kljub napornemu delu imajo nasmešek do ušes. Hvala za trud in še naprej naj ostane tako.

Seznam donatorskih sredstev

PREJETE DONACIJE FIZIČNIH OSEB

Datum:	Donator:	Znesek v EUR:
06/03/2025	Brajnik Vidic Suzana, Kamna gorica 6, Kamna gorica	100,00
06/03/2025	Alagić Belkisa, Čavkići 36, Bihać	100,00
07/03/2025	Kabashi Aldenisa, Ul. Viktorja Kejžarja 37, Jesenice	100,00
10/03/2025	Kozjek Manica, Ljubno 113, Podnart	110,00
10/03/2025	Elshani Amir, Brezje 11, Brezje	100,00
10/03/2025	Suljanović Hodžić Majda, Jesenice	100,00
04/06/2025	Čavlović Metka, Luznarjeva ulica 28, Kranj	320,00
04/06/2025	Ažman Metka, Miklošičeva 16, Ljubljana	120,00
05/06/2025	Jakša Mojca, Škofljica	50,00
14/07/2025	Beravs Uroš, Selska ulica 10, Bled	350,00
05/08/2025	Turk Bernardka, Šranga 3a, Mirna peč	500,00
SKUPAJ		1.950,00

PREJETE DONACIJE PRAVNIH OSEB

Datum:	Donator:	Znesek v EUR:
06/03/2025	Veton Ukaj s.p., Za žago 12a; Bled	100,00
06/03/2025	MDM-elmex d.o.o., Dobje 5, Bled	100,00
07/03/2025	Miha Potočnik s.p., Breg 18, Žirovnica	100,00
07/03/2025	Conditus, d.o.o., Jermanka 14, Bled	100,00
07/03/2025	DKC d.o.o., Rakuševa ulica 6, Ljubljana	300,00
07/03/2025	Prochrom-comp d.o.o., Šobčeva cesta 12B, Lesce	100,00
07/03/2025	PRS d.o.o., Cesta maršala Tita 41, Jesenice	100,00
07/03/2025	Blaž Stroj, s.p., Beginje na Gorenjskem 36A, Begunje	100,00
07/03/2025	Souvenir, d.o.o., Linhartov trg 17, Radovljica	100,00
10/03/2025	LUR, Kranjska cesta 4, Radovljica	100,00
10/03/2025	Future of the 6th, d.o.o., Murska ulica 115, Murska Sobota	100,00
10/03/2025	Aleš Arh s.p., Savska cesta 6, Bled	100,00
10/03/2025	Rajh com d.o.o., Savska cesta 6, Bled	100,00
21/03/2025	Mediasi d.o.o., Leskoškova cesta 9C, Ljubljana	600,00
26/03/2025	MERCK d.o.o., Letališka cesta 29 c, Ljubljana	4.900,00
07/04/2025	Medis, farmacevtska družba, d.o.o., Brnčičeva 1, Ljubljana-Črnuče	640,00
17/04/2025	Mediasi d.o.o., Leskoškova cesta 9C, Ljubljana	2.200,00
24/04/2025	ROCHE farmacevtska družba d.o.o., Stegne 13g, Ljubljana	4.930,00
07/05/2025	Novartis Pharma Services Inc., Podružnica v Sloveniji, Verovškova 57, Ljubljana	204,00
09/05/2025	Pharmamed-mado, d.o.o., Leskoškova cesta 9E; Ljubljana	1.200,00
21/05/2025	VI Vis d.o.o., Tomažičeva ulica 4, Slovenska Bistrica	600,00
21/05/2025	Valencia Stoma-medical d.o.o., Gregorčičeva ulica 9, Ljubljana	450,00

28/05/2025	Mark Medical d.o.o., Partizanska cesta 109, Sežana	900,00
03/06/2025	Metalka Media, d.o.o., cesta v Gorice 34c, Ljubljana	4.500,00
11/06/2025	Novartis Pharma Services Inc., Podružnica v Sloveniji, Verovškova 57, Ljubljana	2.925,00
23/06/2025	KRKA, tovarna zdravil, d.d., Šmarješka cesta 6, Novo mesto	3.400,00
04/07/2025	Zaloker & Zaloker d.o.o., Kajuhova ulica 9, Ljubljana	500,00
31/07/2025	ROCHE farmacevtska družba d.o.o., Stegne 13g, Ljubljana	700,00
05/08/2025	Mark Medical d.o.o., Partizanska cesta 109, Sežana	2.278,43
05/08/2025	Meditrade d.o.o., Brnčičeva ulica 17b, Ljubljana-Črnuče	200,00
02/09/2025	VI Vis d.o.o., Tomažičeva ulica 4, Slovenska Bistrica	300,00
08/09/2025	Medis, farmacevtska družba, d.o.o., Brnčičeva 1, Ljubljana-Črnuče	400,00
08/09/2025	Limacorporate SPA., Via nazionale 52, 33038 Villanova di San Daniele del Friuli, Udine-Italija	5.832,00
09/09/2025	Sanolabor, d.d., Leskoškova 4, Ljubljana	600,00
09/09/2025	Mikrocop informacijski inženiring in storitve d.o.o., Ul. Ambrožiča Novljana 7, Ljubljana	150,00
11/09/2025	Neuroth slušni aparati d.o.o., Tbilisijska 59, Ljubljana	450,00
15/09/2025	MEDIS-M d.o.o., Limbuška c. 78 b, Maribor	342,00
23/09/2025	Anmedic d.o.o., Šmartinska cesta 53, Ljubljana	300,00
29/09/2025	Medis, farmacevtska družba, d.o.o., Brnčičeva 1, Ljubljana-Črnuče	500,00
30/09/2025	KARL STORZ Endoskopja d.o.o., Cesta v Gorice 34b, Ljubljana	1.500,00
17/10/2025	Anmedic d.o.o., Šmartinska cesta 53, Ljubljana	500,00
17/10/2025	Axon Lab d.o.o., Rimska ulica 4, Slovenska Bistrica	1.000,00
17/10/2025	STADA d.o.o., Dunajska cesta 156, Ljubljana	550,00
17/10/2025	Zaloker & Zaloker d.o.o., Kajuhova ulica 9, Ljubljana	684,00
28/10/2025	Kolektor Koling inženiring, instalacije, proizvodnja d.o.o., Arkova ulica 43, Idrija	1.000,00
12/11/2025	Sauter automatika d.o.o., Ljubljana, Italijanska ulica 8, Ljubljana	500,00
14/11/2025	PD Medical d.o.o., Poslovna cona A 10, Šenčur	200,00
25/11/2025	SZSV SBJ, cesta maršala Tita 112, Jesenice	100,00
25/11/2025	Metalka Media, d.o.o., cesta v Gorice 34c, Ljubljana	2.260,00
SKUPAJ		49.795,43

PODARJENO BLAGO

Datum:	Donator:	Donacija:	Kol.:
jan-nov 2025	Tosama d.o.o., Vir, Šaranovičeva cesta 35, Domžale	darilni paketi ob rojstvu	768

RECEPT

Losos v listnatem testu s špinačnim nadevom

Pred nami je praznični čas, ki ga želimo čim več preživeti v krogu najbližjih. Nič ne poveže ljudi hitreje kot dobra hrana, ki pričara občutek toplote in domačnosti. Danes predstavljam jed, ki ni zahtevna in bo lepo dopolnila praznični čas: losos v listnatem testu s špinačnim nadevom.

Losos je morska riba, ki je na slovenskem trgu med bolj dostopnimi. Odlikuje jo nežna tekstura, ki ima bogat, maslen okus. Losos spada med modre ribe, ki imajo višjo vsebnost maščob, predvsem varovalnih omega 3 maščobnih kislin (3,6 g omega 3 maščobnih kislin/100 g ribe). Te maščobe pomembno prispevajo k zdravju srca in ožilja.

V kombinaciji s hrustljavim listnatim testom in špinačnim nadevom nastane jed, ki na mizo prinese tako eleganco kot občutek domačnosti.

Sestavine:

- 2 lososova fileja
- 1 zavitek zvaljanega listnatega testa
- 1/3 čajne žličke soli
- črni poper po okusu
- 1 jajce

Sestavine za špinačni nadev:

- 5 polnih pesti sveže špinache
- 1 zavrtna žlica kisle smetane mileram
- 2 žlici mascarpone sira
- 1 strok česna
- 1 žlica oljčnega olja
- limonina lupinica ene bio limone
- 1/3 čajne žličke soli



Postopek priprave:

1. Lososovemu fileju odstranimo kožo. Posolimo in popramo. Pustimo, da se segreje na sobno temperaturo, vmes pa pripravimo ostalo.
2. Ponev segrejemo. Dodamo olje in nariban česen. Tako ko zadiši, dodamo špinacho. Pokuhamo le toliko, da se spusti. Odstranimo in ohladimo. Dodamo naribano limonino lupinico, mascarpone sir in mileram kislo smetano ter sol. Premešamo.
3. Jajce stepemo. Pečico segrejemo na 220 stopinj C.
4. Listnato testo še izdatno zvaljamo, da ga malce povečamo. Premažemo ga s stepenim jajcem. Razpolovimo ga in na vsako polovico dodamo lososov file. Nadevamo s špinačnim nadevom. Testo najprej zavijamo z obeh strani, nato premažemo s stepenim jajcem in združimo še vrhnji in spodnji rob.
5. Obrnemo okrog in odložimo na papir za peko. Površinsko zarežemo vzorec. Premažemo s stepenim jajcem in položimo v segreto pečico na zgornjo tretjino za 25 minut.

Nika Černe, dipl. dietetik

								BOLJE 43	LESENO, PIŠČALI PODOBNO PIHALO	BOLEZEN OKOSTJA PRI OTROCIH	ANTIČNA RAČUNSKA TABLICA	SIJAJ, LESK	KRAJ POD ŠMARNO GORO	DEKLICA V ČUDEŽNI DEŽELI
								STRJENA KRI NA RANI						
								USTNIČNI SOGLASNIK						
								STARO-GRŠKI NAROD V TESALSKI AHAJI						
								BIKOV GLAS				EMILIJAN CEVC KOLONAT (REDKO)		
								IVAN TAVČAR			ORIENT. BARVILO ZA LASE ZILE DO-VODNICE			
								RAVEN, GLADINA PRAZNA VERA					NRAVO-SLOVJE	AVTOR: MARKO DREŠČEK
														VELE-MESTNI ROPAR
BOLJE	PSIHO-LOŠKI TEST	GRAFIČNA TEHNIKA, JEDKANICA	OVITEK, ZAVOJ	FILMSKI IGRALEC FARRELL	ERIK TUL	JUNAK DIVJEGA ZAKONA HOLLIDAY	PREGRI-NJALO RUMENO-CVET. GRM			GLASBE-NO ZNA-MENJE MAJDA ARH				
DOLGO-TRAJNA OBRAV-NAVA									GRŠKI PESNIK IN FILOZOF SL. POLITIK (MIHAEL)					
TOLAŽBA SAMEGA SEBE											JAMAJSKA GLASBA SIRNA TROPSKA RAVAN			
VZORNIK MLADIH					NASLOV RIM. VLA-DARJEV INTERNET (ŽARG.)					REZISER POTOČNIK ČESKA OP. PEVKA (ZDENKA)				
OSNOVNA SESTA-VINA OGRODJA RAKOV						KIM NOVAK NEK. FIN. TEKAČ (LASSE)			JAKOBOV BRAT DVOJČEK HRUŠČ, TRUŠČ				AMER. PEVEC (BOB)	KRILO POSLOPJA
OLGA REMS			ZADRŽA-NOST OŽINA V SEVERNEM MORJU											
FILMSKI IGRALEC HUNTER				JAZ, ?, ON			GEOME-TRIJSKO TELO KRAVICA, TELICA					EDVARD RUSJAN DALJŠE ČASOVNO OBDOBJE		
PISATELJ IN UMETNIK KIŠEVIČ					ST. LETALIŠČE V MUNCHNU PAULA ABDUL				REKA V SZ. RUSIJI DANILO LOKAR					
ZELEZNA PAST S ČEL-JUSTMI, SKOPEC							OPAREK, POPAREK							
MIKROBI-OLOGINJA AVŠIČ ZUPANC							POVRŠINA NASPROTI PLAFONU				PISATELJ BUCH-WALD			

NAGRADNA KRIŽANKA

Geslo pravilno rešene križanke pošljite do 10. 1. 2026 v zaprti kuverti na naslov:

Uredniški odbor Bolje, Splošna bolnišnica Jesenice, 4270 Jesenice.

Nagrade so zagotovljene.

Šale

Izpoved mladoporočenca

Komaj poročeni doktor se izpove svoji nevesti: „Pred poroko sem ti nekaj zamolčal, pa me preveč stiska pri srcu in ti moram priznati: Imam išias, gastritis, hepatitis, dermatitis, angino pektoris...“

„Ali je sploh kaj, česar nimaš?“ ga vpraša nevesta.

„Zob nimam!“ odgovori ženin.

Mesar v porodnišnici

Mesar čaka v porodnišnici. Pride ginekolog in mu čestita: „Čudovitega naslednika imate. Štiri kile in pol!“

„A s kostmi ali brez?“ vpraša mesar.

Barva zob

„Rumene zobe imam. Kaj naj storim?“

„Nosite kravato zelene barve z rdečimi pikami.“

Gnezdo

V ordinacijo prižvižga pacient in reče psihiatru:

„Doktor, jaz mislim, da sem ptič!“

„Kar odletite nazaj v čakalnico, jaz pa bom poklical v bolnico, da vam pripravijo gnezdo.“

Pogrešana

Člani sindikata so bili na sindikalnem izletu. Voznik avtobusa ustavi na postajališču ob restavraciji. Pove da imajo 15 minut postanka. Ko se potniki vrnejo na avtobus, vpraša:

„Ali še koga pogrešamo?“

Nihče se ne oglasi in odpelje. Čez nekaj časa pa k vozniku pride moški:

„Gospod šofer, mojo ženo smo pozabili.“

„Pa saj sem vprašal, če koga pogrešamo,“ ježno reče voznik.

„Saj je ne pogrešam. Samo povem, da je ni.“

Šok terapija

„Kolega, slišal sem, da na pacientih izvajate nove šok terapije!“

„Ja, vnaprej jim pošiljam račune!“

Bolezen

„Doktor, pomagajte! Moja žena je hudo bolna.“

„Ja, kaj pa je?“

„Ima vneto grlo in ne more govoriti ...“

„Uživajte, uživajte!“

Na urgenci

Pripeljejo moškega na urgenco z nožem, zabodenim v trebuh.

Zdravnik sočutno reče: »Vas boli?«

Moški odgovori: »Samo, kadar se smejem.«

Brisalci

„Zakaj si pa snel brisalce za steklo?“ se je začudil Tone, ko je zagledal prijatelja Marka, ki je parkiral na pločniku pred bolnišnico in brisalce za steklo pospravil v avto.

„Zato, da mi za brisalce ne morejo zatakniti listka zaradi napačnega parkiranja.“

Operacija

Kirurg pravi: „Pomiri se Marko, saj gre za lahko in enostavno operacijo. Vse bo v redu. Res ni nobenega razloga za paniko!“

Pacient odgovori: „Gospod doktor, jaz nisem Marko.“

Kirurg odgovori: „Jaz sem Marko.“

Govornik

V SBJ imajo popoldan sejo sveta zavoda, pa vpraša zunanji član: „Gospod predsednik, koliko časa lahko govorim?“

„Kolikor hočete. Ob 7h zvečer gremo ostali domov.“

Dopust

Žena me je dneve in dneve nagovarjala, da si za danes vzamem v službi dopust, ker je tudi ona prosta in bi skupaj preživela prijeten dan. In res, v službi sem se dogovoril da imam prosti dan. Zdaj sem doma. Sesam stanovanje ...

Danilo Dvoršak



Praznična okrasitev avle pediatrije – hvala MERKUR d.d.