



**OTVORITEV  
HEMATOLOŠKE DNEVNE  
BOLNIŠNICE**



19. 4. 2017 je v novih prostorih dnevne bolnišnice v sklopu Urgentnega centra uradno odprla svoja vrata hematološka dnevna bolnišnica. Uvodoma je vse prisotne pozdravil direktor SB MS, Bojan Korošec, v nadaljevanju pa so vse zbrane nagovorili še predstojnica Internega oddelka, prim. Vlasta Petric, predstojnik Kliničnega oddelka za hematologijo UKC Ljubljana, prof. dr. Peter Černelč in izvršna direktorica Slovenskega združenja bolnikov z limfomom in levkemijo, Kristina Modic. Na otvoritvi so bili poleg naših zaposlenih prisotni tudi številni predstojniki hematoloških oddelkov slovenskih regionalnih bolnišnic in predstavniki naših dobaviteljev, ki so donirali opremo v vrednosti nekaj manj kot 20.000 €.

Novi prostori so pridobitev tako za bolnišnico kot za bolnike, ki so sedaj poleg strokovne oskrbe deležni tudi prostorsko primerne obravnave. Možno bo zdravljenje večjega števila hematoloških bolnikov, pa tudi revmatoloških, onkoloških in nefroloških bolnikov.

Po otvoritvi so zbrani imeli možnost ogleda razstave Slovenskega združenja bolnikov z

limfomom in levkemijo »NAJBOLJŠA NOVICA - 18 zgodb z istim ciljem«. Uradna otvoritev se je zaključila s predavanjem prof. dr. Peter Černelča (ZDRAVLJENJE KLL) in Romane Rotdajč, dr. med., spec. int. (ZDRAVLJENJE MDS DEL 5 Q V SB MURSKA SOBOTA) v knjižnici kirurškega bloka soboške bolnišnice.



*Tjaša Korošec Horvat, univ. dipl.  
komunikologinja  
Odnosi z javnostmi*

**SKRB ZA ZDRAVJE - OD  
TEORIJE K PRAKSI**

V okviru Sekcije medicinskih sester v vzgoji in izobraževanju, je 21. in 22. 4. 2017, v Podčetrtku potekal strokovni seminar z učnimi delavnicami z naslovom **Skrb za zdravje - od teorije k praksi**, ki sva se ga udeležila Boštjan Šebjanič in Tanja Žmauc iz Infekcijskega oddelka.

Pester in zanimiv program so dopolnjevale učne delavnice. V prvem sklopu seminarja so nam predavatelji zdravniki predstavili teme: KOPB in način življenja,

sladkorna bolezen: miti in resnice, pregled urgentnih stanj v kardiologiji in pulmologiji ter ukrepanje ob takšnih dogodkih ter urgentna stanja v diabetologiji. Sklop smo zaključili s predstavitev pripomočkov, ki jih imajo pljučni pacienti na domu.

V popoldanskem delu prvega dne so potekale učne delavnice: vzpostavitev periferne venske poti, praktični vidiki zdravljenja z inzulinom, zdravstvena nega pacienta s traheostomo: menjava kanile in kateterizacija sečnega mehurja. Vsaka delavnica je potekala 50 minut in udeleženci seminarja smo se po določenem urniku udeležili vseh. Organizatorji seminarja so se zelo izkazali z izbiro kompetentnih predavateljev na delavnicah, saj so vsi imeli dolgoletne izkušnje na določenem področju in nam poleg teoretičnega uvoda nanizali veliko praktičnega in uporabnega znanja ter novosti iz posameznih področij. Zanimanje udeležencev na delavnicah je bilo izjemno, saj je na vseh zmanjkalo časa za vsa vprašanja, razpravo in izmenjavo izkušenj ter dobrih praks.

Zadnji dan strokovnega seminarja so zaznamovale teme: ustna higiena in higiena glasu ter etika in komunikacija. Tudi v teh sklopih so bila vsa predavanja izjemno zanimiva in na nivoju. Izpostaviti velja dve temi in sicer: Etika v zdravstveni negi – od teorije k praksi, tudi v izobraževalnih procesih in Komunikacija v času žalovanja. Prvo temo je potrebno izpostaviti zato, ker je profesionalna etika osnova našega delovanja (delati dobro) tudi, če ni v skladu z našo osebno etiko, hkrati pa se izvajalci zdravstvene nege dnevno srečujemo z vse mogočimi etičnimi dilemami. Pomembno je,

da delamo le to za kar smo kompetentni, da delamo v korist pacienta, ščitimo njegovo integriteto (poklicna molčečnost!) ... Pomembno je, da se izvajalci zdravstvene nege zavedamo, da z etičnim in moralnim vedenjem oblikujemo tudi svojo poklicno podobo. Komunikacija s svojci v času izgube in žalovanja je zelo pomembna. Če je napačna, jih lahko zaznamuje za vse življenje. Skozi izjemno predavanje smo spoznali napake, ki jih delamo, ko se pogovarjamo z žalujočimi. Pomembno je, da damo žalujočim možnost, da žalujejo in da izrazijo čustva.

Strokovni seminar smo zaključili v Minoritskem samostanu Olimje in tako dodali piko na i dvodnevnu družbenju, ki ga je zaznamovalo prijetno vzdušje, zanimive teme, uporabna praktična znanja, kompetentni predavatelji ter dobra organizacija.

*Tanja Žmauc, mag. zdr. - soc. manag.  
Glavna sestra Infekcijskega oddelka*

## »SUPER ŽIVILA« ZA ALI PROTI

Dne 20. 4. 2017 sva se s pripravnico Petro Vogrinčič udeležili seminarja in okrogle mize na temo »Super živila« za ali proti, v organizaciji Strokovnega združenja nutricionistov in dietetikov Slovenije. Strnila bom nekaj misli srečanja, ob katerih se lahko vsak za trenutek ustavi.

Kaj so super živila, zakaj so dobila takšno ime, zakaj so tako super? Ali super vplivajo na naše zdravje, počutje, ali pa imajo super učinek na naše žepe? Kar se evropske in slovenske zakonodaje tiče, tega termina namreč v zakonodaji ni in nima prave definicije. Gre torej za marketinško skovanko, ki potrošniku namiguje, da gre za super hrano, eliksir zdravja. Ne ve pa se ali se super nanaša na senzorične lastnosti živila ali na

sestavo izdelka ali na super vpliv na zdravje.

Kot super živila se na tržišču v zadnjih letih pojavlja veliko različnih živil, ki so bolj ali manj aktualna določeno obdobje, nato pa njihova opevanost počasi zamre. Super živila so navadno iz eksotičnih dežel ali tretjega sveta in so super že zaradi imen, ki jih imajo. V percepciji potrošnika pa je še vedno, da kar je od drugod, je tudi boljše. Kot super živila se pojavljajo recimo noni sok, goji jagode, alge klorela, indijski ginseng, maca, chia semena ....

Vprašajmo se raje ali vemo koliko jih lahko uživamo, da ne vnesemo v telo preveč alkaloidov in težkih kovin, ki jih vsebujejo? Ali vemo kako se bodo določene snovi iz teh rastlin absorbirale v našem telesu? Ali so res čudežna? Ali imajo dokazane zdravstvene oziroma terapevtske učinke na naše zdravje? Ali imajo te zdravstvene trditve natančno navedene na deklaracijah?

Živila pripeljana iz daljnih dežel, pobrana v nefiziološki zrelosti niso uspela skoncentrirati vseh bioaktivnih oziroma hranilnih snovi in so prepotovala kilometre daleč pod različnimi pogoji in bila izpostavljena različnim makro in mikro tveganjem. Ali so torej po sestavi bogatejša kot naša domača živila, ki jih lahko utrgamo in jih zaužijemo v najboljši fiziološki zrelosti?

Super živila imamo doma, imamo jih na svojih vrtovih, svojih njivah in v svojih sadovnjakih. Zrasla so na naših tleh in do polne zrelosti črpala hranilne snovi v svoje sadove. Dokazano imajo lokalna živila 30% bogatejšo bioaktivno sestavo, kot živila pripeljana od drugod.

Pomembno sporočilo vsega pa je, da nima vpliva na zdravje hrana ampak prehrana človeka. Ne eno živilo ampak način prehranjevanja in način življenja. Živimo in prehranjujemo se razumno. Uživajmo pestro hrano, hrano veliko kombinirajmo, uživajmo pogoste in manjše obroke,

izbirajmo nepredelana lokalna živila in se izogibajmo vsem skrajnostim, predvsem pa agresivni propagandi vsega obljublajoče hrane, ki je sploh ne poznamo.

Če hrano začinjimo še z dobro mislijo in prijetno družbo, bo to lahko imelo na nas večji pozitivni vpliv kot katerokoli super živilo.

*Renata Pleh, univ. dipl. inž. živ. teh.*

## STROKOVNA KONFERENCA »OKOLJE in ODPADKI«

20. aprila je na Bledu že osmo leto zapored potekala strokovna konferenca z naslovom »Okolje in Odpadki«. Slovenski in tuji strokovnjaki ter predstavniki podjetij so predstavili učinkovite prakse izrabe, predelave in sploh ravnanja z odpadki, prav tako pa tudi nujnost načrtovanja izdelka in storitve na način, da je po preteku njegove življenjske dobe zagotovljena reciklabilnost. Vrhunec konference je bila okrogla miza na temo *Krožno gospodarstvo v Sloveniji – priložnost za nove poslovne modele*. Koncept krožnega gospodarstva, ki je obravnavan kot nujen, prinaša spremembe za nas in v poslovanje podjetij. Strokovnih vsebin in pozitivne energije zagotovo ni zmanjkalo, za kar je odlično poskrbela komunikacijska trenerka, svetovalka in mediatorica Saša Einsiedler. Ravnanje z odpadki postaja vedno večji izziv. Odpadki so pomemben snovni in energetski potencial, ki je lahko odlična poslovna priložnost, kjer svojo vlogo glede na količino odpadkov, ki nam nastaja, lahko odigramo tudi mi. Izziv za gospodarstvo je kako nastale odpadke ponovno uporabiti kot vir, hkrati pa spremeniti poslovni model na način, da že pri snovanju proizvodov in storitev upoštevamo dolgo življenjsko dobo materialov in njihovo visoko reciklabilnost.

Prepričanje strokovne javnosti je, da teh sprememb poslovnih modelov ni brez medsektorskega povezovanja ter sprememb potrošniškega obnašanja oziroma sprememb nakupovalnih navad. Ker se v naši stroki vedno več uporabljajo izdelki za enkratno uporabo, je posledica tega vedno večja količina odpadkov, ki za sabo pušča velike stroške. Odpadki, ki nastajajo v zdravstveni dejavnosti, zaradi načina nastajanja, lastnosti in količin zahtevajo poseben način ravnanja. Glede na svoje lastnosti so lahko odpadki, ki nastajajo pri opravljanju zdravstvene dejavnosti ob neprimernem ravnanju vir okužbe na mestu nastanka, pri transportu, začasnem skladiščenju in v zunanjem okolju. Zavedanje tega dejstva narekuje skrbno vodenje procesov dela od mesta nastanka do končnega postopanja z odpadki. Sistem ločevanja v naši ustanovi je vzpostavljen; s ponosom sem odgovorila na vprašanje, da smo pri ločeno zbranih frakcijah dosegli visok nivo, saj pri plastični embalaži upoštevamo sistem ločevanja »trda in mehka plastika«. Deleži posameznih skupin odpadkov se med bolnišnicami zelo razlikujejo kar kaže na neenotno politiko ločenega zbiranja odpadkov. Med mešanimi komunalnimi odpadki je še vedno preveč odpadkov, ki bi jih bilo mogoče reciklirati (odpadna embalaža, odpadki iz zdravstva). Za povečanje učinkovitosti sistema je potrebno upoštevati zakonodajo in navodila, ki se pripravijo na podlagi le-te ter aktivno sodelovati in si izmenjevati informacije s pooblaščenici za ravnanje z odpadki iz drugih bolnišnic.

*Bojana Vodeb Mesarič, dipl.sanit.inž.*

## IZLET INTERNEGA ODDELKA



V petek, 21. 4. 2017 smo se odpravili na enodnevni izlet v smeri Ljubljane, še naprej do turističnih krajev. Pot nas je vodila po najatraktivnejši cesti v Sloveniji. Peljali smo se čez Italijo, se ustavili v kraju Tarvisio, kjer imajo znano pokrito tržnico. V nadaljevanju nas je pot vodila po Italiji čez rudarsko vasico, nato po znani jantarjevi poti, ki je nekoč povezovala trgovsko pot od Baltika do Sredozemskega morja. Daljši postanek smo imeli v Sloveniji, kjer smo v enournem sprehodu uživali v prekrasni naravi in v svežem zraku in prišli do slapa Kozjak. V Kobaridu smo se okrepčali s kosilom. Ustavili smo se še v Kostnici italijanskih vojakov, kjer je na poti iz Kobarida do cerkve sv. Antona postavljeno štirinajst postaj križevega pota. S kostnico in križevim potom upravlja italijanska država. Ogledali smo si trdnjavo Kluže, ki je bila zgrajena v času Avstro-ogrškega cesarstva, večkrat so jo napadali italijanski ali francoski vojaki, vendar je zmeraj ostala cela. Trdnjavo Herman, ki je v bližini, pa so uspeli uničiti italijanski vojaki. Na obrobju Bovške kotline v Bovcu smo se še dodatno okrepčali. Počitek smo imeli še ob Predilskem jezeru, ki ima svojo znano legendo. Videli smo veliko novega in lepega in preživeli zelo lep dan.

*Tanja Kukovec, dipl. m.s.  
Vodja ZN za področje internističnih  
dejavnosti*

## JAVNA NAROČILA

Na portalu javnih naročil je bilo 21. aprila 2017 objavljeno javno naročilo po odprtem postoku katerega predmet so **Pralna sredstva za pralnico in sredstva za higieno v velikih kuhinjah po sklopih:**

1. sklop: **Pralna sredstva za pralnico**
2. sklop: **Sredstva za higieno v velikih kuhinjah.**

Številka razpisa je JN003819/2017-W01, rok za oddajo ponudb pa najpozneje do 25. maja 2017 do 10. ure.

*mag. Andreja Stepanovič, univ. dipl. ekon.  
Strokovna sodelavka za JN*

## ZGODILO SE JE - prejšnji teden

### ❖ Ponedeljek:

- Gost radijske oddaje Murskega vala »Za zdravje« je bil Kristjan Vozlič, dr. med., specializant gin. – porod. odd., tema oddaje: »Menopavza«

### ❖ Torek:

- Strokovno pediatrično srečanje na temo: »Motnje spanja pri otrocih« predavala je Katja Zemljarič, dr. med.

- Redni letni nadzor SPP-jev s strani Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije

- Izobraževanje »Aplikacija terapije«, predavala je dr. asist. Alenka Premuš Marušič, mag. farm.

- Delovni sestanek skupine za raziskovanje

### ❖ Sreda:

- Otvoritev hematološke dnevne bolnišnice – v prostorih Urgentnega centra in predavanje na temo Zdravljenje KLL, predavatelj prof. dr. Peter Černelč, dr.

med., spec. in Zdravljenje  
MDS DEL 5 q v SB MS,  
predavateljica Romana  
Rotdajč, dr. med., spec. int.

## **Misel**

*Ne zadržujte stvari zase ali v sebi, delite  
jih z drugimi in bodite vzor sodelovanja in  
odpovedovanja stvarim, ki vas od tega  
oddaljujejo. Ko ste vzor drugim, vas to  
notranje osrečuje in napolni z lepimi  
občutki  
»internet«*

### **ZGODILO SE BO - ta teden**

#### ❖ **Torek:**

- Izobraževanje »Aplikacija  
terapije«, predavala bo dr.  
asist. Alenka Premuš  
Marušič, mag. farm.  
(knjižnica., V. nadst. Krg.  
bloka)

#### ❖ **Sreda:**

- Sestanek na ZZZS  
Ljubljana, direktor Bojan  
Korošec, dr. med., spec. int.  
in pomočnik direktorja za  
poslovne zadeve Marjan  
Maček, univ. dipl. ekon.  
- 88. seja Stalne delovne  
skupine bolnišnične  
zdravstvene nege,  
pomočnica direktorja za  
področje zdravstvene nege  
Metka Lipič Baligač, mag.  
zdr. nege  
- Interno strokovno  
izobraževanje za področje  
ZN, »Predaja službe na  
oddelku za NBO«,  
predavali bosta Marija  
Flisar, dipl. m. s. in Branka  
Bojnec, ZT (knjižnica, V.  
nadst. Krg. bloka)

*Darja Čigut  
Tajništvo*

*Ureja : Jožica Viher  
Lektorira: Tjaša Korošec Horvat  
Naklada 140 izvodov  
Prispevki in delo niso honorirani !  
Modri dirkač vam je tedensko  
dosegljiv na naslovu:  
<http://www.sb-ms.si>*

### **STATISTIČNI PODATKI ZA PREJŠNJI TEDEN**

	<i>Plan</i>	<i>Realiz.</i>
<i>ŠT.SPP</i>	359	445
<i>ŠTEV. BOD:</i>	1.900	2875
<i>LEŽALNA DOBA</i>	5,30	3,74
<i>ŠT. NOVOROJ:</i>		22
<i>DOJ. MATERE:</i>		14

*Sladjana Čerpnjak  
Splošna služba*