



**Obvestilo o cepljenju za  
sezonsko gripo v obdobju  
2017/2018**

Gripa predstavlja veliko grožnjo za javno zdravje in ima velik vpliv na obolevnost in umrljivost. Bolezen pri mladih bolnikih brez kroničnih bolezni večinoma poteka kot nekaj dnevno vročinsko stanje z respiratorno simptomatiko in bolečinami v mišicah in sklepih. Pri bolnikih s kroničnimi boleznimi, starejših bolnikih, dojenčkah in nosečnicah pa bolezen lahko poteka s težjo klinično sliko s pogostimi zapleti in višjo smrtnostjo.

Najučinkoviteje se pred gripo zavarujemo z vsakoletnim cepljenjem, zato je cepljenje priporočljivo za vse, ki želijo sebe in svoje bližnje zaščititi pred boleznijo, čeprav je pri nekaterih skupinah (starejši, kronični bolniki, imunsko oslabljeni...) uspešnost cepljenja lahko nižja. Cepljenje proti gripi je še zlasti priporočljivo za kronične bolnike, starejše osebe, majhne otroke (od 6 mesecev do 2 let starosti) in nosečnice. Cepljenje je priporočljivo tudi za osebe, ki so pri svojem delu izpostavljene nevarnosti okužbe ali pri delu lahko prenesejo okužbo na druge osebe, še posebno to velja za zdravstvene delavce in sodelavce ter druge nujne službe (NIJZ). Obveščamo vas, da smo prejeli cepivo za cepljenje proti sezonski gripi. Za pridobivanje dodatnih informacij nas lahko kontaktirate (ZOBO, SOBO) ali poiščete več informacije na internetnih strani: NIJZ: <http://www.nijz.si/sl/informacije-o-cepivih-cepiva-in-specificni-imunoglobulini>.

Vodstvo bolnišnice se je tudi letos odločilo, da za zaposlene cepljenje ostane brezplačno. Kronične

bolnike cepimo po ustaljenem protokolu. Cepljenja za zunanje občane ali prodaje cepiva ne izvajamo. Cepljenje za zaposlene bomo izvedli :

v sredo 25.10.2017,

v četrtek 2.11.2017

in v sredo 8.11.2017

v ambulanti za izolacijo na urgentnem centru med 11 in 13. uro. S sabo prosim obvezno imejte cepilno knjižico. V primeru potrebe bomo dodali še dodatne termine.

*Kohek Marija, M.Sc. (Avstrija), dipl. m. s.  
SOBO*

**STROKOVNA  
EKSKURZIJA V BEOGRAD**



V petek v zgodnjih jutranjih urah, smo se člani delovne skupine za kronične rane Splošne bolnišnice Murska Sobota in Splošne bolnišnice dr. Jožeta Potrča iz Ptuja podali na strokovno ekskurzijo v Beograd. Obiskali smo Vojno medicinsko akademijo. To je največja vojna bolnišnica v Srbiji. Je vrhunska medicinska, izobraževalna, raziskovalna bolnišnica z mednarodno priznanim slovesom. S kapaciteto 1.200 ležišč, kompleks VMA stoji na 21 hektarjih, hiša ima okoli 180.000 kvadratnih metrov. VMA ima 27 klinik, 27 operacijskih dvoran, transplantacijski center, 17 institutov, Nacionalni center za zastrupitve, urgentni center. Predstavili smo tudi našo

bolnišnico, Povabili smo jih, da nas obišejo.

Ogledali smo si Beograd, ki ima veliko znamenitosti. To so ulice in trgi, stavbe, cerkve, spomeniki, ter druge kulturne in naravne znamenitosti. Med znamenitejšimi ulicami so Knez Mihailova, ki povezuje Trg republike in Kalamegdan, Nemanjina, znana po NATO bombardiranju in Ulica kralja Petra I. Obiskali smo Dedinje. Doživeli Beograd ponoči in še kaj. V poznih popoldanski urah smo se polni lepih vtisov in doživetij odpravili proti domu. Zahvala gre vsem, ki so kakorkoli prispevali svoj delež, da nam je bila ekskurzija sploh omogočena.

*Brigita Kovačec, dipl. m. s.  
Glavna med. sestra Ortopedskega oddelka*

**IZLET KIRURŠKEGA  
ODEDELKA V DOLINO  
REKE NERETVE –  
OBIRANJE MANDARIN**



Prvi vikend v oktobru smo se zaposleni kirurškega oddelka odpravili na izlet in obiranje mandarin v dolino reke Neretve. Najprej smo se ustavili v mestu Stone in nato nadaljevali pot v Dubrovnik. Čeprav sedaj ni glavna turistična sezona, je bilo

turistov v Dubrovniku ogromno. Pogledali smo si notranjost starega obzidja in jasno nam je bilo, zakaj postaja mesto tudi zanimivo za filmsko industrijo. Drugi dan je bil namenjen obiranju mandarin in vožnji s čolnički ter okusnim kosilom in zabavo v pristni gostilnici. Tretji dan smo šli obiskat Mostar, kjer smo si najprej pogledali bolnišnice, ki jih je v Mostarju kar nekaj. Nato smo šli na znameniti most v Mostarju ter spili pravo bosansko praženo kavo. Seveda ni manjkalo ogromno dobre volje, smeha, zabave in še bi lahko naštevali. Polni odličnih vtisov smo se vrnili v zgodnjih ponedeljskih urah. Rečemo lahko, da neformalna druženja zaposlenih zelo pozitivno vplivajo na medosebne odnose in nadaljnjo motivacijo pri delu. Polni elana tako že pridno izpolnjujemo redni in enkratni dodatni program. Seveda smo mandarine prinesli tudi vsem ostalim zaposlenim, ki se izleta niso mogli udeležiti.

*Bojana Jerebic, mag.zdr.-soc.manag.  
Vodja ZN krg dejavnosti:*

## **URGENTNI PACIENT OD GENERACIJE DO GENERACIJE**

Dne 19. do 20.10.2017 smo se udeležili seminarja Urgentni pacient od generacije do generacije v Termah Čatež.

Poudarek je bil na komunikaciji, urgentnem stanju v ginekologiji, ko boli srce, ter nujna stanja pri otrocih. Drugi del je potekal za ortopedske tehnologe s temo oskrba diabetičnega stopala in proces mavčenja.

Predavanje je bilo poučno in zanimivo.

*Roman Gomboc, ZT  
Tomaž Šadl, ortopedski tehnolog  
Erna Sreš, med. sestra*

## **»OBVLADOVANJE SLADKORNE BOLEZNI Z RAZLIČNIH VIDIKOV«**

Minuli konec tedna smo se medicinske sestre iz ambulante za sladkorne bolnike v Bohinjski Bistrici udeležile sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endokrinologiji pod zgoraj navedenim naslovom.

Sekcija je bila odlično zasnovana in močno strokovno podkrepjena. Uvodoma se je predstavil diabetik tipa ena, ki ima sladkorno bolezen že 27 let, saj nam je iz svojega zornega kota želel diabetes predstaviti kot vzpodbudo našim pacientom "s cukrom se da". Poudarek je bil na vzpodbujanju diabetikov k aktivnostim, k tistemu, kar si v življenju resnično želijo početi in jim sladkorna bolezen pri tem ne sme biti v oviro.

Predstavljene so bile slovenske prehranske navade in kako naj bi se dejansko pravilno prehranjevali. Klasična prehranska piramida ne velja več, v svojo prehrano bi bilo potrebno vnesti več sveže zelenjave in sadja, ter kvalitetnejšega, lahko prebavljivega mesa. Pristop k zdravljenju in prehrani bolnika s sekundarno povzročeno sladkorno boleznijo pomeni, kako z glukokortikoidi pri malignih obolenjih poslabšamo stanje sladkorne bolezni do te stopnje tako, da pride do poslabšanja delovanja beta celic in s tem zmanjšano izločanje inzulina. Pomembno je uvajanje kalorično bogatejše hrane in jesti večkrat po malem, hrane ne omejujemo, če je v ospredju zniževanje telesne teže in inapetenca.

Lipodistrofija pri inzulinskem zdravljenju pomeni, da se zaradi redne uporabe istega mesta vbrizgavanja inzulina in neredna menjava igel, povzročita spremembo maščobnega tkiva, kar ima za posledico slabše vsrkavanje inzulina in s tem slabo urejenost sladkorne bolezni. V

praksi je pomembno, da edukatorji in vsi zdravstveni delavci, ki se srečujemo s sladkornim bolnikom, znamo tovrstno problematiko natančneje prepoznati in še enkrat bi opozorili vse medicinske sestre, ki se srečujejo z aplikacijo inzulina, da se zavedajo pomembnosti redne menjave igel in pravilnega izbora mesta za aplikacijo.

Velik poudarek je bil na sladkornem bolniku in edukatorju kor partnerja pri spremembah! Odločitev za spremembo je zlasti notranji proces vsakega posameznika, nekateri te odločitve nikdar ne sprejmejo in to je njihova pravica, vsaka odločitev je tudi ločitev in opuščanje starega, da bi lahko zaživelo in nastalo novo, če staro ne odide, za novo ni prostora.

Kolegice iz pediatrije so se nam predstavile z čudovitim humanim dejanjem, ko so z mladimi "sladkorčki" osvojili Triglav; ekipa se je temeljito pripravila, otroci so bili stari od deste pa do osemnajst let, večina na inzulinskih črpalkah, tako jih je lahko ekipa spremljala na vsakem koraku tega podviga, saj so si krvni sladkor merili tudi na "steni" na poti proti vrhu in vmes odklapljali črpalke ter ukinjali bazalne inzuline. Izkušnja je bila fantastična, in ni ga bilo v avditoriju prisotnega, ki se mu ob tem ne bi orosilo oko. Nepopisno je bilo navdušenje nad entuziazmom, kar so ga zdravstveni delavci ob tem vložili. Dvodnevno izobraževanje nam je zopet razjasnilo, da sodelovanje vseh vpletenih v proces zdravljenja (zdravstveni delavci, bolniki in svojci) pripeljejo edino do opolnomočenosti bolnika, kar je izključni cilj vseh nas sodelujočih.

*Zdenka Tratnjek, d.m.s.  
Petra Hegeduš, z.t.  
Angela Ambrož, d. m. s.*

## ZAHVALA GINEKOLOŠKO-PORODNIŠKEMU ODDELKU

Iskreno in neizmerno se zahvaljujemo vsemu osebju Ginekološko - porodniškega oddelka, ki je spet poskrbelo, da je bilo rojstvo otroka čudežno, prvi dnevi z novorojencem v porodnišnici pa čim lažji in lepši. Se posebej se zahvaljujemo predstojniku Ginekološko-porodniškega oddelka Petru Janku, babici Heleni Berič, anesteziologu Goranu Larnsaku in glavni sestri Oddelka za perioperativno medicino, Marjetki Nemeš.

*Družina Horvat Korošec*

## IZVEDBA NADSTREŠKA PRED GLAVNIM VHODOM V KRG. BLOK

V času od 23. 10. do 1. 11. 2017 se bodo pred glavnim vhodom v KRG. blok izvajala gradbena dela preko izvajalca Blisk montaža in naše Tehnično vzdrževalne službe.

V tem času ne bo možno dostopati v objekt s tega vhoda, ampak bo vhod v KRG. stavbo možen s strani Internega kletnega vhoda oz. vhoda na fizioterapijo ali preko Urgentnega centra.

Prosimo za razumevanje.

*Peter Brenčič, dipl.inž.el.  
VODJA TVS*

## ZGODILO SE JE - prejšnji teden

- ❖ **Ponedeljek:**
  - Redni nadzor SPP-jev s strani Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije
  - Gost radijske oddaje Murskega vala »Za zdravje« je bil Nejc Jelenko, dr. med., specializant kirurgije, Krg.

odd., tema oddaje »Poškodbe gležnja«

- ❖ **Torek:**
  - 4. seja Odbora bolnišnične dejavnosti Skupščine Združenja zdravstvenih zavodov Slovenije, direktor Bojan Korošec, dr. med., spec. int.
  - Strokovno pediatrično srečanje na temo: »Sladkorna bolezen tip I« predavala je Nataša Krajnc, dr. med.
  - Delavnica - Higiena rok
- ❖ **Sreda:**
  - Interno strokovno izobraževanje za področje ZN, »Obvladovanje okužb povezanih z zdravstvom«, predavala sta mag. Emil Pal, dr. med., spec. inf. – ZOBO in Marija Kohek, M. Sc. (Austrija), dipl. m. s. – SOBO
- ❖ **Četrtek:**
  - Strokovno srečanje Raziskovalna injekcija na temo predstavitve brezplačnega raziskovalnega orodja, ki pomaga pri citiranju ter zbiranju in organizaciji referenc. S pomočjo orodja lahko lažje organiziramo svoje raziskovalno delo, preko spleta sodelujemo z drugimi raziskovalci ter poizvedujemo po najnovejših virih. Teoretični uvod in praktični prikaz uporabe orodja bo izvedel Daniel Omersa, dr. med..

## ZGODILO SE BO - ta teden

- ❖ **Ponedeljek:**
  - Varstvo pri delu in požarna varnost (knjižnica V. nadst. Krg. bloka)
- ❖ **Torek:**
  - Strokovno pediatrično srečanje na temo: »Debelost pri otrocih« predaval bo Nejc Halas, dr. med.

(predavalnica na Otroškem odd.)

-Varstvo pri delu in požarna varnost (knjižnica V. nadst. Krg. bloka)

- ❖ **Sreda:**
  - 2. seja sveta zavoda Javnega zdravstvenega zavoda Splošna bolnišnica Murska Sobota (knjižnica V. nadst. Krg. bloka)
- ❖ **Petek:**
  - Splošna bolnišnica Murska Sobota - Delovna skupina za oskrbo kronične rane v Splošni bolnišnici Murska Sobota in Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja bosta organizirala »8. Pomurski simpozij o kronični rani in 4. mednarodni« z naslovom: »Kronična rana in izzivi prihodnosti«

*Darja Cigut  
Tajništvo*

## STATISTIČNI PODATKI ZA PREJŠNJI TEDEEN

	Plan	Realiz.
ŠT.SPP	359	441
ŠTEV. BOD:	1.900	1907
LEŽALNA DOBA	5,30	3,89
ŠT. NOVOROJ:		24
DOJ. MATERE:		11

*Sladjana Čerpnjak  
Splošna služba*

## Misel

*Usmeri svoje oči proti zvezdam,  
ampak ohrani svoje noge  
trdno na tleh.  
(Theodore Roosevelt)*

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