



**5. MAJ – MEDNARODNI DAN
BABIC**

Letošnji mednarodni dan babic, ki ga smo ga obeležili 5. maja, poteka pod geslom **Babice, zagovornice pravic žensk**. S tem se želi izpostaviti potreba po spoštovanju pravic žensk tudi preko avtonomnega delovanja babiške stroke.

Babice in porodničarji so pomembni pri zagotavljanju varne nosečnosti in poroda, poskrbijo pa tudi za spoštljivo, ustrezno in kakovostno obravnavo v času prehoda porodnice v materinstvo. Babice so najboljša možna izbira za skrb in obravnavo žensk v času nosečnosti, poroda in poporodnega obdobja, za otroke in celotno družino. Ideja o praznovanju mednarodnega dneva babic se je na pobudo različnih babiških združenj, vključenih v Mednarodno zvezo babic, rodila v poznih osemdesetih letih prejšnjega stoletja, uradno pa mednarodni dan babic praznujejo od leta 1992.

Mednarodni dan babic bomo skupaj z mednarodnim dnevom medicinskih sester obeležili tudi v naši bolnišnici. V ta namen bo v sredo, 8. 5. 2018 dan odprtih vrat Ginekološko-porodniškega oddelka. Znotraj vodenih ogledov bo možno videti in izvedeti vse o babištvu in porodu, pripravljene bodo tudi številne stojnice.

Vsem babicam ob njihovem prazniku čestita vodstvo bolnišnice, se jim zahvaljuje za njihovo pomembno strokovno delo ter želi še mnogo uspehov, izzivov in zadovoljstva ob delu tudi v bodoče.

*Metka Lipič Baligač, mag. zdrav. nege
Pomočnica direktorja za področje ZN*



**5. MAJ 2019 – MEDNARODNI
DAN HIGIENE ROK**

Svetovna zdravstvena organizacija je v skrbi za osveščanje o pomembnosti čistoče rok 5. maj razglasila za dan higiene rok. Na NIJZ poudarjajo, »da letošnji moto poteka predvsem v znamenju kampanje »rešujemo življenja, skrbimo za higieno rok«. Ustrezna higiena rok je ključnega pomena pri preprečevanju prenosa okužb in širjenja nalezljivih bolezni ter je eden izmed najučinkovitejših ukrepov preprečevanja in obvladovanja okužb v boju z odpornostjo bakterij proti antibiotikom. Umivanje rok je povsem osnovni in hkrati najpreprostejši ukrep za preprečevanje prenosa različnih okužb in nalezljivih bolezni v domačem in drugih okoljih. Le v posebnih primerih in po navodilih zdravstvenih delavcev naj se tudi v domačem okolju uporablja razkuževanje rok. *Pomembno je zavedanje, da sami poskrbimo za svoje zdravje in posredno za zdravje ljudi okoli nas tudi s čistočo svojih rok.* Povezava med slabo higieno rok in številom okužb, povezanih z zdravstveno oskrbo, je poznana in podprta s številnimi raziskavami. Varna zdravstvena obravnava temelji na doslednosti upoštevanja higiene rok vseh členov v verigi. Vedno bolj poudarjamo pomen upoštevanja higiene rok za zdravstvene in tudi nezdravstvene delavce, ki so vključeni v proces obravnave. *V zdravstvu je pomembno predvsem razkuževanje rok, tako zdravstvenih delavcev kot tudi samih bolnikov in*

obiskovalcev. Razkuževanje je bolj učinkovito, saj z razkuževanjem uničimo kar 100 krat več mikroorganizmov kot z umivanjem, vzame manj časa, za razkuževanje namreč zadošča 15 do 30 sekund, medtem ko je treba roke umivati minuto ali dve. Pomembno je dosledno upoštevati ustrezna navodila v zdravstveni ustanovi. Pod pojmom higiena rok razumemo tudi uporabo ustreznih rokavic, izvajanje tehnike nedotikanja in vzdrževanje zdrave kože rok ter ustrezno urejene roke zaposlenih v zdravstvu (brez nakita, brez umetnih in lakiranih nohtov). V naši ustanovi smo že v začetku letošnjega leta pričeli intenzivno izvajati različne aktivnosti namenjene dvigu doslednosti higiene rok med vsemi zaposlenimi. Zavedamo se, da smo na nekaterih področjih pričeli nizati boljše rezultate, kar tudi dokazujejo nekateri kazalniki na področju OPZ. Hkrati pa se zavedamo, da imamo še vedno tudi poklicne skupine, ki higiene rok v celoti žal kljub standardom in smernicam ne upoštevajo. V prihodnosti nas čakajo številni izzivi, a verjamemo, da tudi pozitivni rezultati. V krog svojih aktivnosti vedno bolj vključujemo tudi uporabnike zdravstvenih storitev, ki s svojim opazovanjem, dejanji in opozarjanjem prav tako lahko poskrbijo za večjo varnost vseh.

Ob svetovnem dnevu higiene rok smo tudi letos pripravili stojnico za promocijo higiene rok, ki bo potekala prvič v sodelovanju z dijaki SZŠ. Promocija higiene rok bo potekala tudi po kliničnih oddelkih in ambulantah v dopoldanskem času z zbiranjem podatkov o higieni rok med zaposlenimi. Ponovno si želimo, že tretjič zapored v zadnjih

devetih letih, po enaki metodologiji (anonimni anketni vprašalnik) izvesti anketo o higieni rok med bolniki in svojci. V popoldanskem času pa bo potekalo strokovno izobraževanje namenjeno promociji higiene rok in predstavitvi nastalih del akcije »Čista roka je varna roka«, kjer so sodelovali otroci pomurskih šol in vrtcev. Odziv je bil ponovno izjemen, kreativnost pa nas je zelo prijetno presenetila. Nastali so namreč izdelki s presežki. Veseli nas, da smo se ponovno, letos že drugič, na tem področju uspeli povezati z lokalnim okoljem ter, da na tak način gradimo na področju higiene rok dobre temelje že med našimi otroci. Vsi prispeli izdelki bodo razstavljeni v jedilnici SB M. Sobota še nekaj dni po zaključku akcije. Vsem sodelujočim bomo podelili priznanja v zahvalo za sodelovanje, nekaj najbolj izvirnih pa bomo tudi praktično nagradili.

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

TOKSIKOLOGIJA 2019

V petek, 19. 4. 2019 sva bila s sodelavcem Alešom Gombocom na srečanju Toksikologija 2019 z naslovom Nove droge in novi načini uživanja starih drog. Srečanje je potekalo v prostorih Kristalne palače v Ljubljani.

Na sporedu so bile sledeče teme: Sistem odkrivanje novih psihoaktivnih snovi v Sloveniji, 30 let ekstazija, zastrupitve z naravnimi halucinogeni: psilocibe, mušnice, kratom, pejtoll, kat, opojna kadulja, ajavaska, zastrupitve s sintetičnimi halucinogeni in vpliv na razvoj možganov, Zastrupitve s sintetičnimi kanabinoidi, zastrupitve z GBH, GBL in BD v Ljubljani, Zastrupitve s smejalnim plinom, Zastrupitve s popersi, zastrupitve z alkoholom in novi načini zlorabe alkohola, Zloraba zdravil za zadevanje, zabave in

kemseks, Obravnava osebe, posiljene ob zlorabi drog ali zdravil, Zastrupitve s sintetičnimi opioidi – Fentanili, zastrupitve s sredstvi za hujšanje in na koncu je bilo še predavanje S popersi povzročena okvara vida.

Zanimiva je bila tudi tema Zastrupitve z alkoholom in novi način zlorabe alkohola.

Alkohol se uporablja predvsem v prehranske namene in zlorablja kot dovoljena droga, vsebujejo ga farmacevtski, kozmetični pripravki, pa tudi pripravki iz domače lekarne. Etanol v večini primerov zaužijemo, lahko ga uporabimo dermalno, izjemoma intravensko kot antidot.

V zadnjih desetletjih strokovnjaki kot tudi mediji opozarjajo na zlorabo oziroma nevarno uporabo alkoholnih enem (klistirjev) in z alkoholom prepojenih tamponov. Zdravniki, predvsem pa gastroenterologi, proktologi, ginekologi in forenziki, morajo diferencialno diagnostično v primeru poškodbe in vnetja danke, debelega črevesja ali nožnice, ob anamnezi bolečine v spodnjem delu trebuha, slabosti, driske, krvavitev iz danke in nožnice ter motnje zavesti pomisliti tudi na možnost rektalnega ali vaginalnega vnosa etanola.

Vzroki za nov način uporabe alkohola so različni ter bolj ali manj (ne)utemeljeni. Pri tem načinu vnosa ima enaka količina etanola hitrejši in večji učinek v primerjavi z zaužito. Mnogi zmotno menijo, da rektalni vnos etanola ne povzroča slabosti ali bruhanja, zadaha po alkoholu in pozitivnega alkotesta.

Sluznica danke, debelega črevesja in nožnice je bolj občutljiva za dražilni učinek etanola v primerjavi s sluznico zgornje prebavne cevi. Stik etanola s sluznico, odvisno od koncentracije, povzroči kemično vnetje sluznice (proktitis, kolitis ali vaginitis), lokalno bolečino v predelu danke in nožnice ter bolečino v spodnjem delu trebuha. Pri vstavljanju nastavka za anus ali aplikatorja

tamponov pride lahko tudi do mehanske poškodbe sluznice in krvavitve. Poškodovana sluznica nožnice je bolj občutljiva za gljivične in bakterijske infekcije, pogostejša so tudi vnetja sečil.

Pomembno je, da mlade ljudi, ki so sicer nagnjeni h eksperimentiranju, pravočasno in na primeren način poučimo o škodljivih učinkih in potencialno življenjsko nevarnih posledicah tovrstne uporabe etanola.

Vsa predavanja so bila zelo zanimivo predstavljena, tako da nama je čas hitro minil in sva dobila dosti novega znanja. Priporočam tudi ogled spletne strani <http://ktf.si/> in http://ktf.si/strokovna-javnost/#prijava_zastrupitve, kjer se zastrupitve prijavljajo.

Čeprav je dosti drog na tržišču, je pa vseeno potrebno dobro premisliti ali je več vredna nekaj minutna zabava z drogami ali zdravje. Vsaka droga, pa naj je še tako »nedolžna«, ima za zdravje škodljive posledice ali celo smrt.

Ciril Bergles ZT

PODOBNA BIOLOŠKA ZDRAVILA

Dne 13. aprila 2019 je bilo organizirano srečanje slovenskega združenja zdravstvenih so/delavcev v revmatologiji na temo: Podobna biološka zdravila. Na področju podobnih bioloških zdravil je v zadnjem letu velik razmah in razvoj. Iz npr. štirih referenčnih bioloških zdravil je z razvojem podobnih bioloških zdravil danes teh zdravil 18 vrst. Iz tega razloga so pogosta vprašanja pacientov ali je njihovo zdravilo biološko ali biološko podobno zdravilo.

Podobna biološka zdravila morajo imeti pomembne značilnosti. Morajo biti podobna originalom, ni klinično pomembnih razlik z referenčnim zdravilom, variabilnost zelo omejena, enaki strogi standardi kakovosti in

varnosti ter učinkovitosti. Reakcije na podobna biološka zdravila so enaka kot pri bioloških zdravilih. Pojavlja se tudi vprašanje o menjavi zdravila, avtomatski substituciji in menjavi terapije (ang. switch), zamenjavi zdravil s strani zdravnika ob vednosti pacienta, ali pa je zamenjava avtomatska v lekarni. To slednje izvajajo že v tujini, pri nas zaenkrat še ne.

Pacient na bioloških zdravilih rabi dobro podučенost in informiranost o bioloških zdravilih, rabi spodbudo in podporo.

Predstavljene so bile tudi redke revmatične bolezni zdravljene z biološkimi zdravili. Med temi so najpogostejše Stillova bolezen v odrasli dobi, Lupus – SLE, ANCA vaskulitisi.

Spraševali smo se tudi ali znamo v timu, v družbi nasploh postavljati mostove namesto zidov. Kaj dajemo in prinašamo v tim?

Predavanje se je zaključilo z občnim zborom združenja zdravstvenih so/delavcev v revmatologiji.

Tim internistične enodnevne bolnišnice

ZGODILO SE JE - prejšnji teden

❖ Ponedeljek:

- Gostja radijske oddaje Murskega vala »Za zdravje« je bila doc. dr. Jerneja Farkaš Lainščak dr. med., spec. javnega zdravja, vodja raziskovalne dejavnosti. Tema oddaje: »Evropski dnevi o ozaveščanju o srčnem popuščanju - POOSP«.

ZGODILO SE BO - ta teden

❖ Ponedeljek:

- Osrednji dogodek Programa ozaveščanja in opolnomočenja o srčnem popuščanju v okviru kampanje Nepopustljivo srce

pod naslovom »Skupaj krepimo srce« v mestnem parku Murska Sobota, na zelenici pred gradom.

- Stojnica za promocijo higijene rok ob mednarodnem dnevu higijene rok med 9. in 13. uro (kirurška avla).

- Splošna bolnišnica Murska Sobota skupaj s Strokovnim društvom medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Pomurja organizira strokovno srečanje »Čista roka je varna roka 2019« (jedilnica Službe bolnišnične prehrane in dietoterapije).

- Op. delavnica »TAPP INGUINAL HERNIA REPAIRS« pod vodstvom dr. Radenka Koprivice, dr. med., spec. krg., predstojnika Krg. odd.

❖ Torek:

- Obisk in delovni sestanek sanacijskega odbora s sanacijsko upravo.

- Strokovno pediatrično srečanje na temo: »Kongenitalna displazija kolka«, predaval bo Klemen Žitek, dr. med. (predavalnica na Otroškem odd.).

- Op. delavnica »TAPP INGUINAL HERNIA REPAIRS« pod vodstvom dr. Radenka Koprivice, dr. med., spec. krg., predstojnika Krg. odd.

❖ Sreda:

- Dan odprtih vrat Ginekološko-porodniškega oddelka.

- Interno strokovno izobraževanje za področje ZN, »Paliativna oskrba - Prepoznavanje in ocena simptomov v paliativni oskrbi«, predavala bo: Marija Flisar, mag. zdr. nege (knjižnica, V. nadst. krg. bloka).

❖ Četrtek:

- Predavanje v okviru strokovnih seminarjev Kirurškega odd., z naslovom

»Karcinom želodca«, predavala bosta Aleksander Gönter in dr. Radenko Koprivica, dr. med., spec. krg., predstojnik Krg. odd. (konzilij Krg. odd.).

- Krvodajalska akcija študentov in predavateljev Alma Mater Europaea –ECM ter dijakov in profesorjev Srednje poklicne in tehniške šole Murska Sobota.

- Delovni sestane Delovne skupine za kronične rane (knjižnica, V. nadst. Krg. bloka)

❖ Sobota:

- Strokovno izobraževanje za zdravstvene administratorje in pisarniške referente z naslovom »Komunikacijske odvozanke«, predavala bo Irena Potočar Papež (jedilnica Službe bolnišnične prehrane in dietoterapije).

*Darja Cigut
Tajništvo*

STATISTIČNI PODATKI ZA PREJŠNJI TEDEN

ŠTEVILO SPP (evid. primeri):	280
ŠTEVILO B O D:	1686
LEŽALNA DOBA:	5,27
ŠTEVILO NOVOROJENČKOV:	8
DOJEČE MATERE - BOD:	11

*Sladjana Čerpnjak
Služba ZEPA*

Misel

*Življenje je drzna avantura,
ali popolnoma nič.
(Helen Keller)*

*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>*