interno

Interni časopis Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana julij 2022 | št. 03

KIMDPŠ z vztrajnostjo do novih delovnih prostorov, ob 50-letnici priredili strokovno srečanje

Čili v UKC Ljubljana: Uspešen 7. Dan za zdravje v UKCL

Darovanje in presaditve organov in tkiv: dobri rezultati tudi v letu 2021

Veliko stanovsko priznanje za fizioterapevtko doc. dr. Darijo Ščepanović

Srčni otroški nevrolog prof. dr. David Neubauer: *»Pomembno je, da se starši zavedajo, da smo ves čas na njihovi strani«*

kazalo

3 UVODNIK

AKTUALNO

4 Infektolog prof. dr. Tomažič o opičjih kozah

6 Darovanje in presaditve organov in tkiv uspešno tudi v letu 2021

9 Predstojnik porodnišnice mag. Kavšek o postopkih umetnih prekinitve nosečnosti

10 Strokovno srečanje ob 50-letnici KIMDPŠ

STROKOVNO

12 Veliko stanovsko priznanje za doc. dr. Darijo Ščepanović, ki jo odlikujeta strokovni potencial in človeška toplina

13 Nagrada na svetovnem kongresu o Parkinsonovi bolezni slovenskemu raziskovalcu Mateju Perovniku

14 Preprečimo nastanek kožnega raka: ključna je dobra zaščita pred soncem

15 Nova biološka zdravila, velik preboj na področju zdravljenja astme

15 Najboljša zaščita pred klopi je cepljenje

UTRIP UKCL

16 KIMDPŠ z vztrajnostjo do novih delovnih prostorov

17 Vaje za aktivni odmor

18 Uspešen 7. Dan za zdravje v UKCL

19 Sindikat zdravstva Slovenije se predstavi

20 Složni za varnost: tudi v UKCL se zavedamo pomena čistih rok

20 Hobotnica MiniMaks: pozornost za male borce in njihove mamice

20 Priznanji za sodelavki Anito Jelen in Janjo Perme Hajdinjak

21 Zaposlitvene možnosti za zdravnike in zobozdravnike

21 Priznanji za prof. Hawlino in prof. Pirtoška

21 Matjaž Tavčar, varnostni menedžer leta

22 Gasilci spoznali novosti na področju gašenja in reševanja; Reševalci motoristi spet na cestah

23 Humanost in solidarnost sta vrlini, ki se še posebej pokažeta v težkih trenutkih

23 Donacija Rotary kluba Ljubljana Kliničnem oddelku za travmatologijo

23 Prenovljeni prostori za prehransko svetovanje ambulantnim bolnikom

24 Herojem v belem in angelom v modrem

24 Utrinki iz bolnišnične šole za njenih 70 let

25 PORTRET: Najbolj srčni zdravnik prof. dr. David Neubauer, dr. med., višji svetnik

26 KAJ MENIJO O NAS

28 NAGRADNA KRIŽANKA

uvodnik

Ob otvoritvi novogradnje Kliničnega inštituta za medicino dela, prometa in športa

Na spomenikih me pritegne napis: Postoj, kdor mimo greš. Ta stavek si prikličem ob dogodkih, vrednih spomina in hvaležnosti. Izgradnja inštituta, ki bo svojemu namenu služil naslednjih 50, mogoče celo več let, je vredna postanka, da se zahvalimo vsem, ki so nam omogočili, da v njej lahko delamo in ustvarjamo ter se ne obremenjujemo z banalnimi vsakodnevnimi težavami bivanja.

Našo selitev iz stare Grumove graščine je zaznamovalo prihajanje epidemije in ravno, ko sta fotograf gospod Stojan Kerbler in skrbnik njegove zbirke gospod Darko Ferlinc razporejala fotografije po hodnikih v 3. nadstropju, smo bili v veliki stiski, kako izdelati oceno tveganja za slabo poznani koronavirus. Kaj neki sta si mislila o nas, ker jima v tistih nejasnih okoliščinah nismo posvečali skoraj nobene pozornosti? Ker sta razumna človeka, sta na koncu postavljanja slik le vprašala: a bo hudo? Takrat nismo vedeli, kako.

Danes smo hišo, ki je bila zgrajena pred dvema letoma, že dodobra udomačili. Arhitektki gospe Poloni Lipičnik gre zasluga, da hiša ni hladno bolniška in da diha, in graditeljem, da skoraj nimamo postgradbenih težav. Iz našega UKC Ljubljana je delo spremljal gospod Kegel. Delo je bilo narejeno v roku! Na koncu smo bili, tako se mi zdi, vsi zadovoljni z izdelkom: uporabniki, izvajalci in investitor.

V stavbi nam je lepo, obdaja nas zelenje, posledico uporabe neradioaktivnega cementa pri gradnji smo izmerili in sevanja v stavbi skoraj ni, nihče tudi po vselitvi ni imel sindroma bolne zgradbe, naša velika okna pa se široko odpirajo, tako pred epidemijo kot med njo.

Velike bele zidove smo želeli zapolniti s slikami, z nečim, kar bi bilo lepo in bi hkrati spominjalo na naše delo. Spomnim se našega obiska v podjetju Talum v Kidričevem, kjer sem na steni videla Kerblerjevega pometača, fotografijo, ki mi oživi drag spomin. Podjetje nam je po zaprtju tamkajšnje razstave podarilo zbirko Kerblerjevih fotografij, za to velikodušno gesto se jim iskreno zahvaljujem.

Dobili smo še zbirko fotografij avtorja, ki ga je gospod Joco Žnidaršič imenoval genialec: Aleša Fevžerja. Če želite videti kaplje znoja tako jasno, kot da bi kaplja ne sledila sili težnosti, si oglejte njegove fotografije na našem Centru za medicino športa.

Joca Žnidaršiča si ne bi nikoli sama upala prositi, naj nam kaj donira. Preko svoje hčere nas je poiskal sam. Njegovi obrazi delavcev nas danes gledajo v predavalnici, na vhodu v stavbo pa nas prijazno pozdravijo imenitne slike narave, kot da pravijo: Vstopate v prijazen prostor. Hvala vam, mojstri fotografije!

Iskrena hvala še enkrat vsem za to, da ste nam omogočili zgraditi to stavbo, jo opremiti in v njej prijetno bivati! Svojim sodelavcem pa se iskreno zahvaljujem, da jo napolnjujejo z življenjem in v njej ustvarjajo. Po obdobju covidnih omejitev si želim, da bi postala tudi pravi prostor druženja in sodelovanja.

prof. dr. Metoda Dodič Fikfak, dr. med., predstojnica KIMDPŠ

interno

Interni časopis Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana
julij 2022, številka 03
Univerzitetni klinični center Ljubljana
Zaloška c. 2, 1550 Ljubljana, Slovenija

Glavni urednik: Jože Golobič, univ. dipl. prav.

Uredniški odbor:
- prof. dr. Jadranka Buturović Ponikvar, dr. med., višja svetnica
- Polona Križnar
- Alenka Klun
- Tina Roš

Lektoriranje: Nina Krajnc

Fotografije: Tina Roš, Adobestock, Istock, Getty images, Vectorstock, Shutterstock

Fotografija na naslovnici: Katja Draksler

Oblikovanje: Ana Vedlin

Tisk: Grafex d.o.o., naklada: 2.000

univerzitetni klinični center Ljubljana

VABIMO VAS, DA TUDI VI SOUSTVARJATE NAŠ ČASOPIS

Želimo si, da zaposleni v UKC Ljubljana tudi v letu 2022 čim bolj sodelujete pri vsebini časopisa. Prispevke, obvestila in fotografije, ki jih želite objaviti v naslednji številki, pošljite v uredništvo najkasneje do 15. avgusta 2022. V uredništvu si pridržujemo pravico do krajšanja poslanih prispevkov in izbora fotografij, primernih za objavo. Prispevke lektoriramo. Prispevke in fotografije pošljite na naslov: soj@kclj.si.

Zaželena je pisava Arial (velikost pike 12) in krajši prispevki, ki naj ne bodo daljši od 1000 besed ali 7000 znakov s presledki vred. Fotografije oddajte posebej (ne v besedilu) v digitalni obliki (jpg,tif), minimalna velikosti datoteke 500 KB in obvezno navedite ime avtorja fotografije.

Glasilo v elektronski obliki na: www.kclj.si

»Možnost izbruha obsežnejše epidemije je majhna«

Infektolog prof. dr. Tomažič o opičjih kozah

V Evropi in Severni Ameriki od začetka maja beležijo več primerov okužb z virusom opičjih koz, ki se sicer pojavlja v tropskih gozdnatih predelih v Centralni in Zahodni Afriki. Primeri okužbe z virusom opičjih koz so bil potrjeni tudi v Sloveniji. Virus, ki povzroča opičje koze, je soroden virusu, ki je povzročal črne koze. Te smo s pomočjo globalne kampanje cepljenja uspeli izkoreniniti. Ob pojavu opičjih koz pri nas je prof. dr. Janez Tomažič, dr. med., s Klinike za infekcijske bolezni in vročinska stanja strnil nekaj podatkov o tej bolezni.

Opičje koze so infekcijska bolezen, ki jo povzroča virus opičjih koz, ki je sorodnik povzročitelja črnih koz, vendar še zdaleč ni tako nevaren. Črne koze smo s pomočjo globalne kampanje cepljenja uspeli izkoreniniti leta 1977, ko je bil diagnosticiran zadnji primer v Somaliji, leta 1980 pa je Svetovna zdravstvena organizacija objavila eradikacijo črnih koz, ki je do zdaj edina infekcijska bolezen, pri kateri nam je to uspelo.

Zoonoza, ki ima izvor v Afriki

Virus se je izvorno najverjetneje prenesel na človeka z glodavcev (miši, podgane, veverice itd.), zdaj pa so izvor tudi druge živali (opice, npr. mangabe). Kot humani patogen je bil prvič identificiran leta 1970 v centralni Afriki in kasneje v zahodni Afriki, kjer je endemičen.

Prenos okužbe

Prenaša se kapljično z dihalnimi izločki bolne živali, s kontaktom kužnih izločkov sprememb na koži/sluznicah, ugrizi, praskami, pripravo »mesa iz grmovja« (bush meat) itd.

> *Do letošnjega izbruha se je ta bolezen redko pojavljala izven Afrike. V zadnjem obdobju pa se je začela pojavljati pri osebah, ki imajo več spolnih partnerjev, predvsem pri moških, ki imajo odnose z moškimi (MSM).*

Verjetna pot okužbe je iz Afrike. Osebe so imele kožne spremembe in pri bližnjih kontaktih, kot so spolni odnosi, se je okužba prenesla s kože okužene osebe na drugo osebo. Ni še povsem jasno, ali je možen prenos s spolnimi odnosi. Pri sedanjem izbruhu okužb je koža glavno vstopno mesto in nato se virus razseje po celem telesu ter se lahko pojavi tudi v izločkih dihal (kapljični prenos). Iz dihalnih izločkov in kožnih sprememb lahko nastane tudi aerosol.

> *Okužba se lahko prenese tudi preko okužene posteljnine, obleke ter drugih okuženih predmetov in površin. Možni so tudi prenosi na hišne ljubljenčke in domače živali, ki so nato potencialno vir novih okužb.*

Trajanje kužnosti

Oseba postane kužna s pojavom simptomov in znakov bolezni (morda en dan prej) in kužnost traja do izginotja izpuščaja, kar je običajno okrog tri tedne. Zaenkrat je mnenje, da brezsimptomnih prenosov ni.

Klinična slika bolezni

Inkubacijska doba, to je obdobje med izpostavitvijo okužbi in pojavom bolezenskih težav, je običajno 6 do 13 dni, z razponom 5 do 21 dni. Sprva so v ospredju splošni (prodromalni) simptomi in znaki z vročino, glavobolom, bolečinami v mišicah ter povečanimi in boleči obodnimi podkožnimi bezgavkami.

> *Po enem do treh dni se pojavi značilni izpuščaj, ki je glavni razpoznavni klinični znak opičjih koz. Pri »klasični bolezni« se pojavi najprej na obrazu (lahko tudi na jeziku, ustni votlini) in se nato širi na okončine, tudi dlani in stopala, manj ga je na trupu. Pri sedanjem izbruhu bolezni pa gre za neznačilni potek, saj se izpuščaj večinoma najprej pojavi ano-genitalno in se nato lahko razširi na druge dele kože ter po krvi v različne organe (npr. pljuča).*

Izpuščaj je podoben tistemu pri noricah, razsejani gonoreji, okužbam, povzročenim z virusom herpesa simpleksa tipa 1 in 2, ali sifilisu. Začne se kot rdečina (makula), premera 2 do 10 mm, ki preide v bunčico (papulo), sledi mehurček (vezikula), gnojni mešiček (pustula) in krasta (crusta). Izpuščaj je pogosto umbiliciran (vboklinica na sredini), je srbeč in boleč. Ne pojavlja se v več zagonih, kot je to primer pri noricah, in je zato monomorfen (vsi izpuščaji so v isti fazi preobrazbe – npr. sami mehurčki). Izrazitejši izpuščaji lahko pustijo tudi grde brazgotine.

> *Klinični potek opičjih koz je večinoma blag, pri večini bolnikov zdravljenje ni potrebno. Gre za samozajezitveno bolezen, ki izzveni v 2 do 4 tednih.*

To velja predvsem za dosedanje obdobje širjenja okužbe, ker se pojavlja pri relativno mladih, večinoma zdravih osebah. Treba je misliti tudi na sočasne okužbe, kot so gonoreja, okužba s klamidijami, reaktivacija virusa herpesa simpleksa, okužba s HIV itd. Tudi pri osebah, ki živijo s HIV, do sedaj ni bilo problemov, ker je šlo predvsem za osebe, ki se zdravijo in so zato dobro odporne. Hujši poteki pa so možni pri otrocih (mlajših od 8 let), nosečnicah, starejših in pri osebah z imunskimi pomanjkljivostmi. Pri teh osebah so možni zapleti, kot so vnetje možganovine (encefalitis), sekundarne bakterijske okužbe kože, hujša dehidracija, vnetje očesne veznice (konjunktivitis) in/ali roženice (keratitis), pljučnica ali bakterijska okužba, ki se po krvi razseje v različne organe in tkiva (sepsa). Pri sedanjem izbruhu bolezni je možno tudi akutno vnetje prostate (prostatitis).

> *Opičje koze v Sloveniji niso definirane kot karantenska bolezen (ni brezsimptomnih prenosov), zato osebam, ki so bile v tesnem stiku z okuženo osebo, ni potrebno ostati v domači karanteni, je pa pomembno, da se opazujejo in ob morebitnem pojavu značilnih simptomov in znakov ostanejo doma ter po telefonu obvestijo zdravstveno službo.*

Smrtnost

V Afriki imajo dve žarišči okužbe, in sicer v centralni Afriki, kjer je smrtnost okrog 10 %, in v zahodni Afriki, kjer je smrtnost okrog 1 % in ta tip virusa se sedaj širi po svetu. Večinoma gre za blago bolezen in bolniki jo prebolevajo doma. Bolezen pa je lahko nevarna za ranljive skupine. Naša dolžnost in naloga je, da z osveščanjem in preventivo preprečimo, da bi okužba prišla do teh skupin prebivalstva.

Izolacija in karantena

Bolna oseba mora biti v izolaciji, dokler je kužna (dokler ne odpadejo kraste), in imeti čim manj stikov z drugimi osebami, hišnimi ljubljenčki in domačimi živalmi. Kužnost ni velika. Bolnik naj ima ločeno sobo, posteljnino, brisače, pribor itd. Izogiba naj se tesnim stikom, kot so objemanje, poljubljanje itd. ter se vzdrži spolnih odnosov, dokler se izpuščaj ne pozdravi (npr. uporaba kondoma ne prepreči prenosa bolezni, ker se bolezen prenaša predvsem preko izpostavljenih kožnih sprememb). Za vse člane gospodinjstva so priporočeni uporaba zaščitne kirurške maske, higiena rok in tudi sicer naj bo higiena na visokem nivoju. Bolnik se mora še posebej izogibati osebam z imunskimi motnjami (rakave in avtoimunske bolezni, transplantacije itd.), nosečnicam, majhnim otrokom in starostnikom.

> *Tesni stiki trenutno prijavljenih primerov opičjih koz vključujejo predvsem spolne partnerje in osebe, ki živijo v istem gospodinjstvu, ali kogar koli, ki si deli posteljnino ali oblačila z okuženo osebo.*

Več ur bivanja v istem prostoru na razdalji enega do dveh metrov, sopotniki pri daljših letih, lahko tudi vožnja z vlakom ali avtobusom v določenih situacijah veljajo za tesen stik, vendar to zahteva oceno od primera do primera. Čeprav so trenutno nekateri prijavljeni primeri epidemiološko povezani, do sedaj ni prišlo do sekundarnega prenosa na tesne stike, ki niso spolni partnerji.

V obdobju 21 dni, kolikor najdlje lahko traja inkubacija, priporočamo, da imajo čim manj stikov z drugimi osebami in živalmi, da vzdržujejo visok nivo osebne higiene, da nimajo spolnih odnosov itd. (podrobnosti so objavljene na spletni strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje, NIJZ).

Možnost izbruha obsežnejše epidemije

Čeprav je število primerov podcenjeno, je možnost izbruha obsežnejše epidemije majhna, pandemije ne bo. Potencialna nevarnost je predvsem hitro širjenje pri osebah z več spolnimi partnerji, predvsem med MSM, pri katerih gre za večje, a še vedno zmerno tveganje za prenos okužbe. Pomembna sta sodelovanje z nevladnimi organizacijami in dobra informiranost te skupnosti (pomen sledenja kontaktom, ki mora biti skrbno in izčrpno), pomembna pa je tudi informiranost splošne populacije, ki je malo ogrožena – informacije o tveganju, smernice in njihove posodobitve, opredelitev, kdo je izpostavljen povečanemu tveganju, da se virus med ljudmi ne širi zlahka itd.

Protivirusna zdravila

Večina okuženih preboleva blago obliko bolezni in hospitalizacija ni potrebna. Te bolnike zdravimo samo simptomatsko (zdravila proti vročini, proti bolečinam, hidracija itd.). Za ranljivejše osebe pa so na voljo zdravila (cidofovir, brincidofovir, tekovirimat). Pri nas imamo na voljo zdravilo cidofovir.

Cepivo

Na voljo je cepivo proti črnim kozam, ki deluje tudi proti opičjim kozam. Osebe, ki so bile cepljene proti črnim kozam, so v 85 % zaščitene tudi proti opičjim kozam. Cepivo je namenjeno za zaščito izpostavljenim skupinam prebivalstva. Možna je tudi uporaba »po izpostavitvi« (čim prej po bližnjem stiku z bolnikom, najbolje v štirih dneh, možno do 14 dni), sploh za ranljive osebe. Cepivo v Sloveniji še ni na voljo.

Kaj naj naredi oseba, ki posumi, da ima opičje koze?

Vsakdo, ki opazi izpuščaje ali spremembe na katerem koli delu telesa, zlasti, če je pred kratkim imel novega spolnega partnerja med potovanjem v drugi evropski državi, naj omeji stik z drugimi osebami in se čim prej obrne na osebnega zdravnika, ki bo kontaktiral nas infektologe. Poleg družinskih zdravnikov in infektologov morajo biti še posebno pozorni na opičje koze urgentni zdravniki in dermatovenerologi.

Bolezen je treba obvezno prijaviti epidemiološki službi.

Pri obisku zdravstvene službe morajo tovrstni bolniki obvezno nositi zaščitno kirurško masko in če se le da, naj bodo kožne spremembe pokrite ▪

Dodatni viri informacij:

- https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/risk-assessment-monkeypox-multi-country-outbreak
- https://apps.who.int/iris/handle/10665/354486
- https://www.nijz.si/sl/okuzbe-z-virusom-opicjih-koz-v-sloveniji

Andrej Gadžijev, Danica Avsec, Zavod RS za presaditve organov in tkiv Slovenija-transplant

Darovanje in presaditve organov in tkiv uspešno tudi v letu 2021

Leto 2021 je bilo še eno, ki je preizkušalo našo vzdržljivost in odpornost na krizne okoliščine. Kljub temu, da smo se soočali s kadrovsko podhranjenostjo, izčrpanostjo sodelavcev v donorski mreži, pomanjkanjem prostora na oddelkih intenzivnega zdravljenja in številnimi ovirami v postopkih izmenjave organov med državami Eurotransplanta, smo s kakovostnim pristopom, predanim delom in povezanostjo vseh strokovnjakov na nacionalni transplantacijski mreži uspeli doseči dobre rezultate. Predvsem pa smo v času epidemije ohranili aktivne donorske in transplantacijske programe.

Zahvaljujemo se vsem sodelavcem in sodelavkam v donorsko-transplantacijskem programu (zgolj v donorskem programu je sodelovalo 96 pogodbenih sodelavcev), zlasti pa vodstvu UKC Ljubljana, ki je v najbolj kritičnih trenutkih znalo narediti prave poteze in zagotoviti, da je v naši največji bolnišnici dejavnost potekala nemoteno. Iskreno se zahvaljujemo tudi vsem svojcem umrlih, ki so v čustveno zahtevnih situacijah ohranili humanost, čut za sočloveka in podali soglasje za darovanje. Prav visok delež soglasja (84 %) je pripomogel k temu, da smo leto 2021 zaključili z istim številom darovalcev kot v zelo uspešnem letu 2020.

Leto je bilo prelomno še na področju vodenja. Decembra 2021 se je iztekel mandat prim. Danici Avsec, dr. med., svetnici, dolgoletni direktorici in gonilni sili razvoja zavoda. Z ekipo je dosegla, da imamo v Sloveniji urejen donorski sistem, ki velja za primer dobre prakse v mednarodnem okolju, v številu umrlih darovalcev pa se uvrščamo med najuspešnejše države na svetu. 1. januarja 2022 je funkcijo direktorja prevzel Andrej Gadžijev, dr. med., specialist travmatolog, dolgoletni sodelavec Slovenija-transplanta in eden redkih strokovnjakov s področja donorske medicine pri nas.

Med poudarki preteklega leta izpostavljamo še sledeče:

- Odzivno in neposredno smo komunicirali z javnostmi, objavili več kot 40 poglobljenih časopisnih intervjujev in se več kot 260-krat pojavili v medijih.
- Kot partner v konzorciju pod okriljem Evropskega združenja za transplantacijo organov (ESOT) smo uspeli na evropskem razpisu EU4Health in pridobili sredstva za projekt **BRAVEST** *(Building Resilience Against crisis: a systematic and global approach to adVancE organ Safety and supply in Transplantation)*.
- Na javnem natečaju Najboljše prakse v zdravstvu v letu 2021 smo se uvrstili med 3. finaliste (najboljši s področja terciarne dejavnosti).
- Razvili smo nacionalni transplantacijski informacijski sistem za zagotavljanje sledljivosti darovanih tkiv in celic.
- Z namenom spodbujanja raziskovanja in razvoja smo izpeljali 1. javni nagradni natečaj Slovenija-transplanta za najbolje raziskovalno delo s področja donorske medicine oz. dejavnosti.
- V nacionalni register opredeljenih oseb glede posmrtnega darovanja se je vpisalo 225 več ljudi kot v letu 2020. Kar 80 % od 977 vpisanih je izbralo elektronsko možnost za opredelitev. 31. 12. 2021 je bilo v nacionalnem registru opredeljenih 11.584 oseb (od tega 11.554 za in 30 proti).
- Razširili smo komuniciranje na družbenih omrežjih. Poleg Facebooka in Twitterja smo odprli komunikacijo na kanalu YouTube (@SloTransplant).

Država ET	Število MD/ NMP 2021
Hrvaška	27,7
Belgija	24,2
Avstrija	18,8
Slovenija	18,5
Nizozemska	15,5
Nemčija	10,8
Madžarska	10,4
Luksemburg	3,2

Vir: http://statistics.eurotransplant.org/

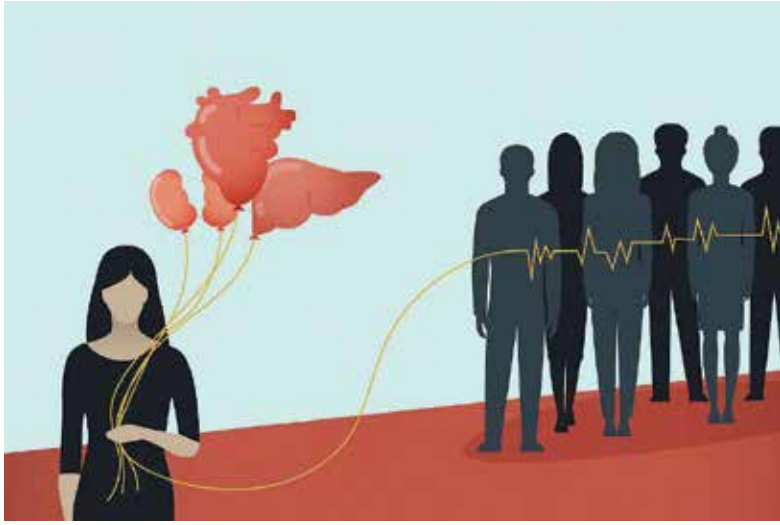
Program darovanja organov in tkiv po možganski smrti

V letu 2021 smo v slovenskih donorskih bolnišnicah pridobili 41 aktivnih umrlih darovalcev, ki so bili medicinsko ustrezni in za katere so svojci podali soglasje za darovanje. Z 18,5 dejanskimi umrlimi darovalci na milijon prebivalcev je Slovenija med državami Eurotransplanta (ponovno) na četrtem mestu.

V letu 2021 je 41 umrlih darovalcev podarilo 135 organov. Število pridobljenih organov je odvisno od števila umrlih darovalcev, pa tudi od njihove starosti in medicinskih kontraindikacij.

Javni zavod Republike Slovenije za presaditve organov in tkiv Slovenija-transplant je od leta 2002 osrednja nacionalna strokovna ustanova, ki povezuje, koordinira, pospešuje ter nadzira donorsko in transplantacijsko dejavnost v Sloveniji. V zavodu Slovenija-transplant je centralna koordinacijska pisarna nacionalne transplantacijske mreže, ki je bila ustanovljena leta 1998. Danes nacionalno mrežo sestavlja enajst donorskih bolnišnic po Sloveniji, Center za transplantacijsko dejavnost v UKC Ljubljana in Center za tipizacijo tkiv, ki deluje v sklopu Zavoda RS za transfuzijsko medicino. Nacionalna mreža omogoča delovanje donorskega in prejemniškega programa ter zagotavlja, da imajo dostop do zdravljenja s presaditvijo vsi, ki ga potrebujejo. Mreža deluje nepretrgoma, strokovne ekipe so v pripravljenosti 24 ur na dan, vse dni v letu. Od leta 2000 je Slovenija tudi vključena v neprofitno organizacijo za izmenjavo organov in tkiv Eurotransplant, sodelovanje koordinira Slovenija-transplant.

Največ darovalcev v Sloveniji pridobijo v UKC Ljubljana, kjer imajo največje število postelj v enotah intenzivne terapije in so v letu 2021 pridobili 20 dejanskih umrlih darovalcev. Rezultati so bili dobri tudi v UKC Maribor, kjer so pridobili 7 dejanskih umrlih darovalcev, ter v SB Celje in SB Murska Sobota s po 5 pridobljenimi dejanskimi umrlimi darovalci. Po enega darovalca so imeli v SB Novo mesto in v SB Ptuj.



Število in delež dejanskih umrlih darovalcev v posameznih donorskih centrih (DC) v letu 2021

DONORSKI CENTER	Število	Delež v %
UKC Ljubljana skupaj	20	51,3 %
Od tega ONIT*	10	
Od tega CIT	8	
Od tega KOIIM	1	
Od tega KOOKIT	1	
UKC Maribor	7	17,9 %
SB Celje	5	12,8 %
SB Murska Sobota	5	12,8 %
SB Novo mesto	1	2,6 %
SB Ptuj	1	2,6 %
SKUPAJ	**39**	**100 %**

* ONIT – oddelek nevrološke intenzivne terapije, CIT – centralna intenzivna terapija, KOIIM – klinični oddelek interne intenzivne medicine, KOOKIT – klinični oddelek za otroško kirurgijo in intenzivno terapijo

Presajeni čvrsti organi umrlih darovalcev v UKC Ljubljana v letu 2021 in primerjava z Eurotransplantom – absolutno število in število na milijon prebivalcev (NMP)

	LEDVICA		SRCE		JETRA		PLJUČA		TREBUŠNA SLINAVKA		SKUPAJ	
	Št.	NMP	Št.	NMP	Št.	NMP	Št.	NMP	Št.	NMP	Št.	NMP
SLO	51	24,2	17	8,1	21	10,0	15	7,1	0	0	104	49,3
ET	2957	21,3	571	4,2	1514	11,0	1231	4,6	111	0,9	6398	40,8

Vir: arhiv Slovenija-transplanta in http://statistics.eurotransplant.org/

Število presajenih čvrstih organov umrlih darovalcev v Sloveniji oz. slovenskim prejemnikom od 1970 do 2021

Leto	Ledvica	Srce	Jetra	Pljuča*	Trebušna slinavka	SKUPAJ
1970–1985	1					1
1986	7					7
1987	18					18
1988	16					16
1989	14					14
1990	17	1			1	19
1991	11					11
1992	20					20
1993	4	1				5
1994	14	2				16
1995	10	3	1			14
1996	6	2				8
1997	19	6		1		26
1998	46	4	4			54
1999	37	7	9	3		56
2000		7	10	1		62
2001		4	9	1		61
2002		3	11			69
2003		3	9	2		57
2004		3	15			73
2005		5	13	2		48
2006		8**	8	2		66
2007		11	10	1		52
2008		6	22	4		84
2009		18	18	2	2	83
2010		19	23	3	1	107
2011		14	20	7	1	**88**
2012		29***	27	2		**120**
2013		30	21	8	4	**123**
2014		33	31	3		**122**
2015		24	24	7	5	**124**
2016		31	27	10	5	**117**
2017		24	23	8		**101**
2018		23	27	7	3	**114**
2019		22	24	11	1	**96**
2020		24	25	16	2	**113**
2021		17	21	15		**104**
SKUPAJ	1312	384	432	116	25	**2269**

Vir: arhiv Slovenija-transplanta

* Večina presaditev pljuč pri slovenskih prejemnikih je bila do vključno leta 2018 opravljena v AKH na Dunaju, z izjemo leta 2003 (1 presaditev v UKC LJ) in 2018 (2 presaditvi v UKC LJ). V letu 2019 je bilo v UKC Ljubljana opravljenih 10 presaditev pljuč in ena pediatrična presaditev v AKH Dunaj, v letih 2020 in 2021 so bile vse presaditve opravljene v UKC Ljubljana.

** Eno srce slovenskega darovalca je bilo presajeno slovenskemu bolniku v Gradcu.

*** Eno srce je bilo skupaj s pljuči presajeno slovenskemu bolniku na Dunaju.

Program presaditev organov za namen zdravljenja

V Sloveniji imamo en transplantacijski center, to je Univerzitetni klinični center v Ljubljani, kjer se izvajajo programi za presaditve čvrstih organov. Sistem razporejanja organov zagotavlja enako dostopnost do zdravljenja s presaditvijo organov vsem državljanom Slovenije. Konec leta 2021 je bilo na čakalnem seznamu za presaditev 177 pacientov (97 za ledvice, 57 za srce, 3 za pljuča, 21 za jetra in 4 za presaditev trebušne slinavke). Center za transplantacijsko dejavnost UKC Ljubljana od leta 2014 vodi kardiovaskularni kirurg, dr. Ivan Kneževič, dr. med.

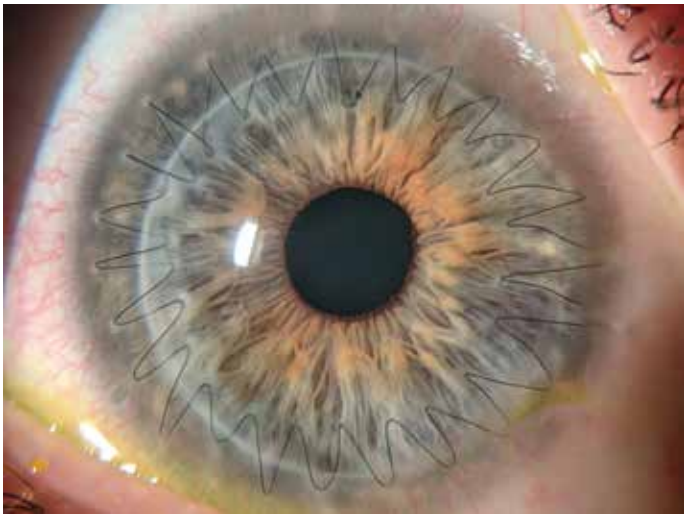
V letu 2021 je bilo opravljenih 105 presaditev organov. 104 so bili pridobljeni od umrlih darovalcev in en organ od živega darovalca. Največ je bilo presajenih ledvic. Po številu presajenih organov od umrlih darovalcev na milijon prebivalcev smo nekoliko nad povprečjem držav Eurotransplanta. Pomembno višje pa je število presaditev src na milijon prebivalcev, kjer smo zadnjih nekaj let v samem svetovnem vrhu. Slovenija se zadnji dve leti uvršča med najuspešnejše države sveta tudi v programu presaditve pljuč.

Pediatrične transplantacije delno opravljajo v UKC Ljubljana, delno pa v bližnjih evropskih transplantacijskih centrih (ledvice v Gradcu, jetra v Bergamu). Za obravnavo in pripravo pred presaditvijo ter za zdravljenje in sledenje bolnika po presaditvi organa poskrbijo na pristojnih oddelkih v UKC Ljubljana.

Program pridobivanja in presaditve roženic

Zdravljenje s presaditvijo roženic je ena najpogostejših in tudi najuspešnejših presaditev tkiv na svetu. Takšen način zdravljenja pogosto predstavlja edini način, s katerim izboljšamo vid zaradi predhodnega obolenja oz. poškodb.

> *V Sloveniji pridobivamo roženice od umrlih darovalcev po dokončni zaustavitvi srca ali po dokazani možganski smrti. Odvzem roženic je možen po predhodni privolitvi umrle osebe v času življenja oz. po soglasju bližnjih.*



Presaditev roženice izvajajo v dveh transplantacijskih centrih: na Očesni kliniki v UKC Ljubljana ter na Oddelku za očesne bolezni v UKC Maribor. V letu 2021 je bilo pridobljenih 98 roženic, presajenih pa 74.

Sklep

Rezultate v letu 2021 glede na ovire zaradi epidemije in obremenjenosti intenzivnih enot s kovidnimi bolniki ocenjujemo kot uspešno, kar potrjujejo tudi naše uvrstitve na mednarodnih lestvicah (po številu darovalcev se redno uvrščamo med 10-15 najuspešnejših držav na svetu). Rezultat je še posebej dober, saj v Sloveniji izvajamo le odvzem organov in tkiv za namen zdravljenja po potrjenih nevroloških merilih oz. možganski smrti. Najuspešnejše države na področju donorskih programov imajo aktiven tudi program darovanja po cirkulatorni smrti (angl. donation after circulatory death - DCD).

V donorski medicini sta področje in raziskovanje darovanja po cirkulatorni smrti izpostavljena že več kot 20 let. Vztrajno tudi narašča število evropskih držav, ki vzpostavljajo programe DCD, ki pa se razlikujejo v pravnih, medicinskih in organizacijskih okvirih. V Sloveniji programa DCD še ne izvajamo, a po letih raziskovanja, spremljanja razvoja in rezultatov v tujini je čas, da govorimo o nadaljnjih razvojnih korakih in širitvi donorskega programa. Stremeti moramo k višji stopnji samozadostnosti, s katero bi zagotavljali zadostno število organov za zdravljenje s presaditvijo ne glede na zunanje krizne in neugodne okoliščine.

Zgoraj objavljene podatke smo povzeli iz letne publikacije **Daj življenju priložnost: donorska in transplantacijska dejavnost v Sloveniji**, ki smo jo na Slovenija-transplantu izdali maja 2022. V letnem poročilu lahko preberete podrobnejše statistične podatke v daljšem časovnem obdobju in primerjalno z mednarodnim okoljem. Analiziramo stanje na čakalnih seznamih, uspešnost in doseganje potenciala posameznih donorskih centrov, rezultate programov presaditve src, jeter, pljuč in ledvic (s podatki o preživetju bolnikov in presadkov), število poročanih biovigilančnih primerov, naše ključne znanstvene in strokovne objave ter druge zanimivosti s področja. Knjižica je prosto dostopna in jo najdete na spletni strani www.slovenija-transplant.si. ▪

»Zloraba strokovnega pojma, kakršen je feticid, za namen dnevne politike je nepotrebna in škodljiva«

Predstojnik porodnišnice mag. Kavšek o postopkih umetnih prekinitve nosečnosti

V maju je veliko vprašanj sprožila zgodba Hrvatice Mirele Čavajda: potem ko ji na Hrvaškem niso želeli opraviti prekinitve nosečnosti kljub hudim napakam ploda, ki so bile ugotovljene v 24. tednu nosečnosti, se je po strokovno pomoč obrnila v Slovenijo.

Zaradi velikega zanimanja tako hrvaških kot slovenskih medijev za primer in z njim povezano tematiko je **mag. Gorazd Kavšek, dr. med.**, predstojnik KO za perinatologijo UKCL in predsednik Združenja za perinatalno medicine pri SZD, v izjavi za javnost strnil nekaj dejstev in odgovorov na vprašanja o postopkih umetne prekinitve nosečnosti.

Glede zakonske pravice do splava

V Sloveniji velja »Zakon o zdravstvenih ukrepih pri uresničevanju pravice do svobodnega odločanja o rojstvu otrok« (zelo podoben zakon velja tudi na Hrvaškem). V njem se med drugim uporablja termin »umetna prekinitev nosečnosti«, ki pa je v zadnjih dneh, predvsem s strani hrvaških kolegov, precej zlorabljen pojem.

Vsekakor namen tega zakona ni urejanje prekinitve nosečnosti v smislu sprožitve (indukcije) poroda kar tako, ampak urejanje prekinitve nosečnosti v smislu dokončanja nosečnosti, ki vodi v prekinitev nosečnosti s smrtjo ploda.

V nasprotnem primeru (če ni namen zagotavljanje pravic iz omenjenega zakona) – kakšna bi bila strokovna upravičenost, da kdor koli v 27. tednu sproži zelo prezgodnji porod? V korist ploda prav gotovo ne.

O postopku

Postopek umetne prekinitve nosečnosti bodisi z namenom nemedicinske (do 10. tedna nosečnosti) ali medicinske (od 10. tedna nosečnosti) indikacije se razlikuje glede na višino nosečnosti. Do 22. tedna se proces rojstva ploda iz maternice imenuje splav (abortus), po 22. tednu pa porod. V obeh primerih pa se zaradi zdravniške intervencije! (medicinskega postopka – kakršen koli je že) rodi mrtev plod. Zato je interpretacija nekaterih hrvaških kolegov zavajajoča in kot taka ustvarja dodatno čustveno obremenitev tako za zdravnike, ki postopke izvajajo, kot tudi in predvsem za nosečnice, ki se s tako situacijo soočajo.

Zloraba strokovnega pojma, kakršen je feticid (tudi v 12. ali 20. tednu nosečnosti po tej logiki opravimo feticid (plod zaradi našega aktivnega postopka umre!)), za namen dnevne politike ali samoopravičevanja zaradi neizpolnjevanja zakonskih pravic žensk je po našem mnenju nepotrebna in škodljiva.

Prav tako sam postopek umetne prekinitve nosečnosti v sodobni medicini že dolgo ne poteka več tako, kot je žal razbrati iz izjav nekaterih hrvaških kolegov:

»To je brutalen postopek, kjer z iglo vstopiš v maternico in ciljaš srce fetusa. Gre za uboj, po katerem se plod po delih odstranjuje,« je bilo moč slišati v oddaji Otvoreno na hrvaški nacionalni televiziji.

A to ne drži.

Do 22. tedna nosečnosti v veliki večini primerov z zdravili sprožimo prekinitve nosečnosti – popadke in iztis ploda (rojstvo) iz maternice, ki tekom postopka tudi umre.

Od 22. tedna nosečnosti pa najprej z injekcijo (največkrat kalijevega klorida) ustavimo plodovo srce (običajno hipoma) in nato z zdravili sprožimo popadke ter iztis ploda (rojstvo) iz maternice.

V obeh primerih gre za porod (ki se nekoliko razlikuje glede na višino nosečnosti in velikost ploda). Tudi pri takem porodu nudimo vse načine rojevanja vključno z lajšanjem obporodne bolečine (epiduralna analgezija, remifentanil, dušikov oksidul ...).

> ***Zato v celoti zavračamo tendenciozne izjave nekaterih posameznikov, ki z neprimernimi besednimi zvezami namerno kriminalizirajo obstoječe zakonske pravice ter postopke, ki potekajo po najvišjih etičnih in strokovnih standardih.*** ▪

LPP
Zapelji se na www.lpp.si

V Ljubljanskem potniškem prometu (LPP) so, da bi olajšali prihod na delo sodelavcem UKCL in OI, lansko poletje uvedli kombinirane linije P+R Barje/Stožice. Uporabnike obveščajo, da bo v počitniškem času (od 27. junija naprej) odhod iz P+R Barje prestavljen na redno linijo ob 5:26 (trenutni veljavni vozni red 5:30).

Tanja Urdih Lazar, vodja Centra za promocijo zdravja, KIMDPŠ

Strokovno srečanje ob 50-letnici KIMDPŠ

Na Kliničnem inštitutu za medicino dela, prometa in športa (KIMDPŠ) so 18. in 19. maja letos organizirali dvodnevno strokovno srečanje, s katerim so obeležili 50-letnico delovanja. Srečanje, ki je potekalo pod sloganom V prihodnost na izkušnjah preteklosti, je bilo posvečeno pregledu strokovnega in raziskovalnega dela v preteklosti ter načrtom za prihodnji razvoj tako inštituta samega kot tudi vseh področij, ki jih inštitut pokriva.

Dogodek, ki so ga morali zaradi omejitvenih ukrepov med epidemijo za eno leto prestaviti, je privabil veliko število udeležencev, med katerimi je bilo največ specialistov medicine dela, prometa in športa, pa tudi strokovnjakov s področja psihologije dela, zdravstvene nege v medicini dela, varnosti in zdravja pri delu in v prometu ter promotorjev zdravja iz različnih delovnih organizacij. Prvi dan srečanja so se zvrstila plenarna predavanja, v katerih so bili izpostavljeni nekatera ključna vprašanja in smeri razvoja na področju zdravja delavcev, voznikov in športnikov, drugi dan pa je bil posvečen predstavitvi številnih raziskovalnih in strokovnih projektov.

Srečanja se je udeležilo veliko število strokovnjakov različnih profilov (Foto: Martina Milošević).

V uvodnem plenarnem predavanju se je predstojnica KIMDPŠ **prof. dr. Metoda Dodič Fikfak** sprehodila skozi zgodovino inštituta in medicine dela, prometa in športa v Sloveniji ter nakazala glavne izzive razvoja v prihodnje. Med glavne prioritetne naloge inštituta v prihodnje je uvrstila ureditev področja odkrivanja in priznavanja poklicnih bolezni ter ustanovitev samostojnega raziskovanega področja pri Agenciji za raziskovalno dejavnost Slovenije, ki bi bilo namenjeno le zdravju in varnosti pri delu. **Prof. David Kriebel** z Univerze Massachusetts Lowell iz Združenih držav Amerike, ki se je oglasil na daljavo, se je v svojem plenarnem prispevku osredotočil na to, kaj smo se naučili iz pandemije covida-19 in kako lahko te izkušnje uporabimo na področju zdravja delavcev. Po njegovem mnenju se je tako na globalni ravni kot tudi v posameznih državah preveč stavilo na znanstvene dokaze o bolezni in načinih širjenja te bolezni, kar je zelo upočasnilo sprejemanje ukrepov, veliko premalo pa se je upoštevalo previdnostno načelo, ki bi omogočalo hitre ukrepe in s tem seveda učinkovitejše preprečevanje širjenja okužb. **Dr. Daniela Pelclova** s Charlesove univerze v Pragi je govorila o izpostavljenosti delavcev nanodelcem ter o tem, kako to izpostavljenost meriti, poudarila pa je predvsem pomanjkanje smernic za biomonitoring posledic izpostavljenosti nanodelcem ter majhno število raziskav na tem področju kljub naraščajočemu številu izpostavljenih delavcev.

KIMDPŠ 50 let
V prihodnost na izkušnjah preteklosti

Prof. Petar Bulat z Medicinske fakultete Univerze v Beogradu je predstavil, kakšno vlogo bi morali imeti specialisti medicine dela, prometa in športa v kriznem upravljanju med pandemijo nalezljive bolezni. Srbske izkušnje so namreč pokazale, da so se na specialiste medicine dela, prometa in športa po pomoč med pandemijo covida-19 obrnila le redka podjetja, čeprav bi morala biti njihova vloga ključna tako zaradi dobrega poznavanja podjetij in delovnih procesov kot tudi zaradi bogatega strokovnega znanja. **Alessia Angelini** z Inštituta za raziskovanje raka, preventivo in klinično mrežo v Firencah pa je v svojem plenarnem prispevku pojasnila, kako so v sosednji Italiji upravljali ukrepe proti koronavirusu v delovnem okolju. Po hitrem širjenju bolezni v začetku epidemije, kjer je bilo med delovnimi okolji najbolj ogroženo zdravstvo, je Italija uvedla stroge ukrepe omejevanja gibanja in javnega prometa, pouka in dela na daljavo, popolne prekinitve dela in obvezno cepljenje za nekatere skupine zaposlenih, vključno z zdravstvenimi delavci.

Strokovnjakinja s področja psihologinje dela na KIMDPŠ **doc. dr. Marija Molan** je govorila o zagotavljanju učinkovitega vedenja delavcev za omogočanje nemotenega delovanja sistemov in preprečevanje nezgod pri delu ter predstavila, kakšne možnosti na tem področju dajeta avtomatizacija in umetna inteligenca. V prispevku na daljavo je **Marco Vetter**, predstavnik znanega avstrijskega podjetja za psihološke teste Schuhfried, spregovoril o razvoju novih pristopov in rešitev na področju psihološkega testiranja s pomočjo digitalne

tehnologije, ki omogoča izboljšanje kakovosti in uporabnosti psiholoških testov. Vodja Centra za medicino športa na KIMDPŠ **Gregor Kavaš** je predstavil pomen interdisciplinarnega pristopa za kakovostno in celovito obravnavo športnikov v skrbi za njihovo zdravje in učinkovito preprečevanje poškodb. Specialist medicine dela, prometa in športa lahko pri preventivnem zdravstvenem varstvu športnikov sodeluje s fizioterapevtom, kineziologom, športnim psihologom, dietetikom in športni trenerjem. Plenarni del strokovnega srečanja sta zaključili **dr. Eva Stergar in Tanja Urdih Lazar**, nekdanja in sedanja vodja Centra za promocijo zdravja na inštitutu, ki sta se osredotočili na izhodišča in dejavnike za oblikovanje učinkovitih programov promocije zdravja pri delu (PZD). Po njunem mnenju bi se morali za večjo učinkovitost PZD v delovnih organizacijah odmakniti od enostransko usmerjenih pristopov spreminjanja z zdravjem povezanega vedenja zaposlenih s pomočjo različnih izobraževalnih aktivnosti in se veliko bolj osredotočiti na oblikovanje podpornega okolja s prilagajanjem fizičnega in socialnega okolja zaposlenim ter na zagotavljanje nujno potrebne podpore vodij.

V drugem dnevu srečanja so sledile predstavitve rezultatov raziskav in projektov. **Metka Teržan** iz Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta Republike Slovenije – Soča je predstavila preliminarno poročilo projekta Zgodnja poklicna in zaposlitvena rehabilitacija v procesu vračanja na delo, **Martin Kurent** s KIMDPŠ pa projekta Premik, v katerem je bila opravljena analiza zdravstvenega stanja delavcev izbranih poklicnih skupin, vključenih v poklicno zavarovanje. **Prof. dr. Alenka Franko**, ki prav tako prihaja s KIMDPŠ, je na primeru azbestnih bolezni pojasnila, kako poteka preučevanje gensko-okoljskih interakcij ter kako te vplivajo na razvoj in napredovanje bolezni ter odgovor na zdravljenje. **Doc. dr. Alenka Škerjanc**, ki na KIMDPŠ raziskuje prezentizem v delovnem okolju, pa je predstavila, kaj med zdravstvenimi delavci invalidi vpliva na to, da prihajajo na delo bolni, čeprav bi lahko bili v bolniškem staležu. Na KIMDPŠ je bilo v zadnjem desetletju veliko raziskav o vplivu prestrukturiranja podjetij in velikih organizacijskih sprememb na zaposlene. Tako je **Katja Draksler** rezultate raziskave o posledicah za zdravje, ki je bila po obsežnem prestrukturiranju opravljena v slovenskem tekstilnem podjetju, **dr. Andrea Margan** pa je spregovorila o tem, kako podatki o zdravju delavcev vplivajo na odločanje delodajalca med procesom kadrovskega prestrukturiranja.

Inštitut je izdal knjigo povzetkov prispevkov, predstavljenih na strokovnem srečanju, in predstavitveno publikacijo o zgodovini in dejavnosti inštituta (Foto: Katja Draksler).

Matej Čeh s KIMDPŠ je v svojem prispevku govoril o tem, kako lahko v medicini dela, prometa športa uporabimo psihodiagnostični inštrument »Vienna Test System«, ki omogoča ocenjevanje senzomotorične funkcije in pozornosti pod različnimi pogoji obremenitev ter širšo oceno funkcije. Glavna sestra inštituta **doc. dr. Nevenka Šestan** pa se je osredotočila na to, kako različne psihofizične omejitve, ki nastanejo zaradi uživanja alkohola in drugih drog ter nekaterih nevroloških, duševnih, kardiovaskularnih in duševnih bolezni, vplivajo na nastanek prometnih incidentov pri voznikih.

V sklopu prispevkov s področja medicine športa je **dr. Martin Zorko**, ki na inštitutu vodi Center za medicino športa, govoril o vzrokih in diagnostiki tendinopatij pri športnikih ter o uveljavljenih metodah zdravljenja teh diagnoz in tudi o možnostih, ki se kažejo z novimi pristopi k zdravljenju. **Dr. Katarina Cunder** iz Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta Republike Slovenije – Soča se je v prispevku z naslovom Okvara rame pri športih z gibi roke nad glavo osredotočila tako na vzroke teh poškodb in njihove glavne oblike kot tudi na možnosti preprečevanja, **dr. Iva Jurov** s KIMDPŠ pa je predstavila zanimiv prispevek o športni prehrani in o tem, kako se je ta skozi čas spreminjala.

V zaključnem delu srečanja sta sledila prispevka o pandemiji covida-19, in sicer je **Ada Hočevar Grom** z Nacionalnega inštituta za javno zdravje predstavila izsledke raziskave SI-PANDA o vplivu pandemije na življenje v Sloveniji, v nadaljevanju pa je **dr. Nataša Dernovšček Hafner** s KIMDPŠ spregovorila o tem, kako je bilo v tem času, polnem izzivov, poskrbljeno za duševno zdravje delavcev v zdravstvu. Indeks delovne zmožnosti je ena izmed najpogosteje uporabljenih metod za zgodnje odkrivanje rizičnih skupin delavcev in predstavlja osnovo za načrtovanje ukrepov na delovnih mestih. Kaj je indeks pokazal pri steklopihalcih, je predstavila **Sabina Mataln** iz Zdravstvenega doma Sevnica, **Jernej Hren** iz Zdravstvenega doma Slovenska Bistrica pa je osvetlil rezultate meritev indeksa med zaposlenimi v petih domovih za starejše občane. Zaposlene v domovih za starejše občane je obravnaval tudi prispevek **Davorja Romiha** iz Medicinskega centra Krka, ki je med bolničarji izvedel meritve neudobja v gibalih.

V zaključnih besedah se je predstojnica inštituta prof. dr. Metoda Dodič Fikfak zahvalila vsem sodelujočim za zanimive in kakovostne prispevke ter pohvalila organizacijo in izvedbo dogodka, poleg tega pa se je spomnila na izjemnega človeka in predanega zdravnika Aleksandra Dopliharja, ki je v visoki starosti preminil nekaj dni pred srečanjem. Širša javnost ga je poznala predvsem kot ustanovitelja in dolgoletnega vodjo ambulante Pro Bono v Ljubljani ter sodelavca pri številnih drugih humanitarnih projektih, s katerimi se je ukvarjal po upokojitvi. Večino svoje delovne dobe je dr. Doplihar deloval kot specialist medicine dela, med drugim je pozorno spremljal tudi ustanavljanje Inštituta za medicino dela in ves poznejši razvoj stroke, na katero je zadnji dve desetletji zaradi tržne usmerjenosti gledal precej kritično.

Povzetki prispevkov so objavljeni v knjigi, ki je izšla pred srečanjem, na spletu pa si bo mogoče ogledati tudi posnetke posameznih predavanj. Poleg tega je inštitut 50. obletnico obeležil tudi s predstavitveno publikacijo o nastanku in razvoju inštituta ter o njegovi razvejani znanstvenoraziskovalni, strokovni in pedagoški dejavnosti.▪

Veliko stanovsko priznanje za doc. dr. Darijo Ščepanović, ki jo odlikujeta strokovni potencial in človeška toplina

Nova častna članica Zbornice - Zveze

Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije je na 35. skupščini, ki je potekala 28. marca 2022, doc. dr. Dariji Šćepanović podelila častno članstvo v Zbornici – Zvezi za njen prispevek k razvoju zdravstvene nege in babištva v Sloveniji. Sodelavki ob tem velikem priznanju iskreno čestitamo in objavljamo utemeljitev nagrade izpod peresa Darinke Klemenc, predsednice Zbornice – Zveze.

Če kdo, je doc. dr. Darija Šćepanović, viš. fiziot. (v nadaljevanju dr. Šćepanović) kot vodilna strokovnjakinja s področja fizioterapije zagotovo zaznamovala in s svojim dolgoletnim sodelovanjem obogatila zdravstveno in babiško nego v Sloveniji. Še več, v prizadevanjih za celostno obravnavo pacientov, še posebej pacientk, je pogosto združila tri samostojna strokovna področja v sistematično, holistično celoto. Tako so dolga leta sodelovanja zdravstvene nege, babiške nege in fizioterapije obrodila veliko skupnih sadov na številnih strokovnih področjih vseh treh strok.

Dr. Šćepanović je po zaključenem študiju fizioterapije na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljana nadaljevala z magistrskim študijem na University of East London v Angliji. Svojo poklicno pot je začela na tedanjem Inštitutu RS za rehabilitacijo – Soča, jo nadaljevala na sedanji Zdravstveni fakulteti UL na Oddelku za fizioterapijo. Od leta 2011 je zaposlena na Ginekološki kliniki UKC Ljubljana in trenutno opravlja vlogo vodje fizioterapije. Leta 2020 je na Fakulteti za organizacijske študije pridobila doktorat znanosti s področja Menedžmenta kakovosti, za katerega ji je fakulteta podelila priznanje odličnosti za najboljše doktorsko delo v študijskem letu 2019/2020.

Aktivna je v pedagoških procesih; tako je na Fakulteti za zdravstvo Angele Boškin na Jesenicah in na Zdravstveni fakulteti UL nosilka pri predmetih na študijskem programu prve stopnje Fizioterapija, Fizioterapija za zdravje ženske in Fizioterapija pri motnjah funkcije medeničnega dna.

Prav tako ji ni tuje raziskovalno delo. V obdobju 2006 do 2008 je bila članica raziskovalne skupine v evropskem projektu Asia-Link EU Programme – URO Projekt. Je članica raziskovalne skupine v terciarnih razvojnih projektih UKC Ljubljana in članica delovne skupine Standardni postopki oskrbe akutne in kronične rane, Oskrba pacienta z izločalno stomo in Inkontinenca ter članica delovne skupine za pripravo programa Kontinenčni terapevt. Je raziskovalka pri projektih in programih Javne agencija za raziskovalno dejavnost RS. Področje njenega strokovnega in raziskovalnega dela je zdravje žensk, predvsem urinska in fekalna inkontinenca, ter zdravljenje mišično skeletnih težav v nosečnosti in po porodu.

Od leta 1999 je članica uredniškega odbora Fizioterapije - strokovne revije Združenja fizioterapevtov Slovenije. Je recenzentka za ameriško revijo Journal of Women's Health Physical Therapy (od 2009) in članica Združenja fizioterapevtov Slovenije, dve mandatni obdobji je bila predsednica Sekcije fizioterapevtov za zdravje žensk, ki deluje v okviru združenja in podpredsednica Mednarodnega združenja fizioterapevtov za zdravje žensk. Združenje fizioterapevtov Slovenije ji je leta 2019 podelilo zlato plaketo za strokovno organizacijske dosežke na področju fizioterapije.

Leta 2000 je v Angliji uspešno opravila specializacijo s področja Kontinence. V tem obdobju se je začelo njeno sodelovanje z Zbornico zdravstvene in babiške nege Slovenije - Zvezo strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije. Kot vabljena predavateljica je sodelovala na številnih strokovnih srečanjih, ki so jih organizirale različne strokovne sekcije in regijska strokovna društva, bila je sourednica in članica uredniških odborov zbornikov strokovnih srečanj v organizaciji različnih strokovnih sekcij Zbornice – Zveze. Neprecenljiv je njen prispevek v vlogi članice znanstvenega odbora 17. bienalnega kongresa WCET - Svetovnega združenja enterostomalnih terapevtov, ki je v organizaciji Zbornice - Zveze leta 2008 potekal v Ljubljani in je bil prvi svetovni kongres medicinskih sester v naši državi, s preko 1500 udeleženci. Vrsto let je predavateljica v Šoli enterostomalne terapije UKC Ljubljana, vključena je tudi v program strokovnih izpopolnjevanj za pridobitev specialnega znanja s področja Zdravstvene nege pacienta z motnjami v uriniranju. Večkrat je kot vabljena predavateljica predavala na simpozijih ali kongresih Zbornice – Zveze, dve leti je pisala tudi za bilten Utrip v rubriko »Živimo zdravo«, kar prispeva h krepitvi oz. ohranjanju zdravja izvajalcev zdravstvene in babiške nege ter oskrbe po vsej državi.

> *„Dr. Šćepanović smo že zdavnaj sprejeli za »svojo kolegico«. Njen odlični strokovni potencial, nesebično posredovanje znanj in izkušenj tako študentom kot medicinskim sestram in babicam v kliničnih okoljih, sodelovanje na številnih strokovnih dogodkih Zbornice - Zveze, sprejemanje druge zdravstvene stroke in njenih izvajalcev kot enakovredne in cenjene partnerice v zdravstvenih timih je le nekaj argumentov, da smo dr. Šćepanović najmanj hvaležni za njen velik prispevek.*

Strokoven in topel človeški pogled z druge, sorodne strokovne plati predstavlja zdravo sožitje dveh strok, da o njenih prijaznih kolegialnih potezah, nikoli vzvišenih zaradi obilice znanj in vedenj, tudi zaradi izkušenj in sodelovanja v domačih in mednarodnih strokovnih vodah, ne govorimo. Našteto zagotovo ne pomeni vseh odlik, še mnogo jih je, ki kar kličejo, da dr. Šćepanović podelimo naziv »častne članice« naše organizacije. Dobrodošla in hvala, spoštovana Darija. ▪

izr. prof. dr. Maja Trošt, dr. med., vodja Centra za ekstrapiramidalne bolezni, Nevrološka klinika

Nagrada slovenskemu raziskovalcu na svetovnem kongresu o Parkinsonovi bolezni

Med 1. in 4. majem 2022 je v Pragi potekal 27. *World Congress on Parkinson's Disease and related disorders*, ki ga organizira *International Association of Parkinsonism and Related Disorders* (IAPRD). Kongres z dolgoletno tradicijo je ponudil bogat program simpozijev in delavnic ter predstavitev originalnih raziskovalnih prispevkov in plenarnih predavanj.

Zajeten del programa je bil posvečen vplivu genetike na pojavnost različnih motenj gibanja in uporabi genetskih informacij za tipiziranje bolezni. Polega tega so bile predstavljene različne metode zdravljenja Parkinsonove bolezni (PB), od novih kontinuiranih terapij do globoke možganske stimulacije in novih terapevtskih agensov, ki posegajo v bolezenski proces in so še vedno v razvoju. Del konference je bil posvečen tudi izobraževanju specializantov preko predavanj in video primerov na temo drugih motenj gibanja (atipični parkinsonizmi, diskinezije, ataksije) ter uporabi genetskih informacij pri diagnostiki in zdravljenju. Pro et contra debata pa je bila posvečena uporabnosti slikanja z magnetno resonanco (MRI) in pozitronsko izsevno tomografijo (PET) za določanje podtipov PB, spremljanju napredovanja bolezni in individualno prilagojenemu zdravljenju. Občinstvo je močno podprlo predavatelja, ki je zagovarjal uporabnost slikovnih metod.

> *Konferenca se je zaključila s podelitvijo nagrad za najboljše posterje in najboljše raziskovalne prispevke. Prvo mesto in nagrado Melvina Yahra za najboljši raziskovalni prispevek je prejel mladi raziskovalec Matej Perovnik, dr. med. s Kliničnega oddelka za bolezni živčevja Nevrološke klinike UKC Ljubljana.*

The International Association of Parkinsonism and Related Disorders acknowledges with appreciation

Matej Perovnik (Slovenia)

as first prize winner of the

Melvin Yahr Young Investigator Award

at the XXVII World Congress on Parkinson's Disease and Related Disorders, May 1 – 4, 2022 in Prague/Czech Republic.

IAPRD
@IPRDAssociation

#IAPRD congratulates the winners of our oral poster tours #IAPRD2022 and our Young Investigator Award winners: @MatejPerovnik (Slovenia), first place; Haoting Wu (China), second place; Ayla Gharbi (Tunisia), third place.

IAPRD 2022 award winners with Congress leaders

1:29 · 14/05/2022 · Twitter Web App

Nagrado je prejel za prispevek z naslovom Presnovne spremembe pri demenci z Lewyjevimi telesci in Parkinsonovi bolezni, ki je del doktorske naloge pod mentorstvom izr. prof. dr. **Maje Trošt**, dr. med. in somentorstvom prof. dr. **Roberta Jerja**, univ. dipl. fiz. V raziskovalnem projektu je dr. Perovnik s sodelavci s Klinike za nuklearno medicino UKC Ljubljana in s Centra za Nevroznanost, Feinstein Inštitut za medicinske raziskave, New York, ZDA analiziral 121 slik presnovne možganske aktivnosti bolnikov, z demenco z Lewyjevimi telesci (DLT), demenco pri Parkinsonovi bolezni (PB) in zdravih preiskovancev. Uporabljena slikovna metoda je bila pozitronska emisijska tomografija (PET) in radiofarmak [^{18}F] fluorodeoksiglukoza (FDG). DLT in demenca pri PB imata namreč veliko kliničnih in tudi patoloških podobnosti, v znanstveni literaturi pa še poteka razprava, ali gre za različna obraza ene bolezni ali za dva ločena sindroma. S pomočjo naprednih statističnih metod so raziskovalci najprej identificirali presnovni možganski vzorec, značilen za DLT, ki je povezan s stopnjo kognitivnega upada. V naslednjem koraku pa so preučevali odnos tega vzorca do sprememb možganske aktivnosti, ki jih vidimo pri PB. Dokazali so tudi, da presnovni vzorec DLT ni povezan s tistim, ki korelira s kognitivnim upadom pri PB. Rezultati te študije tako podpirajo hipotezo, da sta mehanizma kognitivnega upada pri DLT in PB različna. ▪

Preprečimo nastanek kožnega raka: ključna je dobra zaščita pred soncem

V maju, mesecu osveščanja o pomembnosti zgodnjega odkritja melanoma oz. kožnega raka, pri preventivni akciji redno sodeluje tudi UKCL.

Ob tem je predstojnica naše dermatološke klinike prim. doc. dr. **Tanja Planinšek Ručigaj** spregovorila o tem, na kakšne kožne spremembe moramo biti pozorni, in o tem, kaj lahko sami naredimo, da preprečimo nastanek kožnega raka.

Pri pregledu kožnih znamenj je treba biti predvsem pozoren na nenavadne in nenadne spremembe, saj se v eni tretjini primerov melanom lahko razvije iz kožnega znamenja, v dveh tretjinah pa nastane na novo. Spremembe so lahko takšne, da se znamenje na enem mestu dviguje, raste navzven, spreminja barvo – pri vsem, kar je asimetrično ali nepravilno, nas lahko zaskrbi, da bi nastal kožni rak, pojasnjuje dermatologinja.

Dokazano je, da tako nemelanomski kot melanomski raki nastanejo na soncu izpostavljenih predelih oziroma na mestih, kjer smo bili opečeni, največkrat v otroštvu, je še dodala in posvarila, da se je treba izogibati UV-sevanju, ne samo naravnemu, ampak tudi umetnemu, saj tudi uporaba solarijev lahko poveča možnost za nastanek kožnega raka.

Predvsem v tistih najbolj vročih urah dneva oz. kadar je naša senca manjša od naše višine, se je treba dobro zaščititi pred soncem. Če nimamo možnosti biti v zaprtih prostorih, uporabimo oblačila, pri

katerih so rokavi do komolcev in hlačnice do kolen.
Na glavo pa klobuk, ki nam pokriva tudi uhlje in vrat, ter očala z zaščito pred UV-sevanjem. V primerih, ko smo brez oblačil, denimo na plaži, pa uporabimo kreme za zaščito pred soncem s faktorjem nad 30, še svetuje strokovnjakinja. ▪

Nova biološka zdravila, velik preboj na področju zdravljenja astme

Prvi torek v maju je svetovni dan astme, zaradi katere po oceni Svetovne zdravstvene organizacije trpi 235 milijonov ljudi. Gre za eno najpogostejših kroničnih pljučnih bolezni, jo je pa večinoma mogoče uspešno zdraviti.

Doc. dr. **Sabina Škrgat**, dr. med., specialistka pnevmologije in interne medicine s Kliničnega oddelka za pljučne bolezni UKCL je ob tem povedala, da je zdravljenje astme v zadnjih letih doživelo velik preboj predvsem po zaslugi razvoja novih bioloških zdravil, ki delujejo ciljno na točno določene vnetne poti in so posameznikom s težkimi oblikami astme močno olajšala življenje.

Ko gre za zdravljenje astme, v Sloveniji ne po rezultatih ne po dostopnosti zdravil bolnikom ne zaostajamo za svetom, je dodala strokovnjakinja. Poleg t. i. personaliziranega zdravljenja astme je poudarila še pomen multidisciplinarne obravnave bolnikov, ki se je uveljavila v zadnjem času. ▪

Najboljša zaščita pred klopi je cepljenje

Ob novi »sezoni klopov« – spomladi in poleti velja biti v naravi še posebej previden, ko gre za te male prenašalce bolezni – sta nekaj odgovorov na najpogostejša novinarska vprašanja pripravila akademik prof. dr. Franc Strle, dr. med., višji svetnik in dr. Petra Bogovič, dr. med. s Klinike za infekcijske bolezni in vročinska stanja.

1. Koliko je bilo v zadnjih petih letih hospitaliziranih bolnikov z boreliozo in KME?

Velika večina bolnikov s klopnim meningoencefalitisom (KME) potrebuje sprejem v bolnišnico (hospitalizacijo), večino bolnikov z lymsko boreliozo (LB) pa v Sloveniji v zadnjih 10 letih obravnavamo ambulantno.

Tako za KME kot za LB je v Sloveniji potrebna obvezna prijava. Podatki so dosegljivi na spletni strani NIJZ; zbrani so tudi v spodnji tabeli.

	2017	2018	2019	2020	2021*	SKUPAJ
KME	101	145	87	187	52	525
LB	4.534	7.543	3.893	7.470	2.862*	26.302

*Preliminarni podatki

Podobno kot v prejšnjih obdobjih smo v zadnjih 5 letih na Kliniki za infekcijske bolezni in vročinska stanja UKCL zdravili 70 % vseh bolnikov s KME v Sloveniji.

2. Ali se je v dveh koronavirusnih letih število primerov okužb z obema boleznima povečalo? Če da, ali to pripisujete dejstvu, da so se ljudje več zadrževali v naravi?

Na pojavnost bolezni, ki jih prenašajo klopi, vplivajo številni dejavniki, kar se kaže v precejšnjih nihanjih med posameznimi leti; izpostavljenost ljudi klopom, ki je bila najbrž zaradi covida-19 v letu 2020 še toliko večja, je le eden od dejavnikov.

3. Kako učinkovito je cepivo proti KME?

14 dni po drugem odmerku osnovnega cepljenja je zaščitenih približno 85 % oseb, po 3 ali več odmerkih, danih v skladu s priporočili, pa je zaščitenih več kot 98 % oseb z normalno imunostjo.

4. Ali se (je) na številu okužb pozna(lo), da nekaj časa cepljenje proti KME ni bilo možno?

To se v kratkem času praviloma ne pokaže.

5. Kakšne so bile posledice na pacientih, ki so bili hospitalizirani zaradi KME in borelioze?

Zaradi KME umre pri nas manj kot 1 % obolelih, pri približno 5 % ostanejo trajne ohromitve, pri najmanj eni tretjini oseb pa neprijetne težave, kot so motnje zaznavanja, nevropsihiatrične težave (apatija, razdražljivost, težave s spominom, zbranostjo in spanjem), glavoboli, težave s sluhom in/ali šumenje v ušesih, motnje koordinacije, ... Te težave, ki jih označujemo z izrazom postenecefalitični sindrom, lahko pomembno zmanjšajo kakovost življenja.

Zaradi LB, ki je prepoznana in ustrezno zdravljena z antibiotiki, bolniki ne umirajo, lahko pa posledice bolezni, ki se največkrat kažejo z glavoboli, utrujenostjo, bolečinami v mišicah in sklepih, težavami z zbranostjo, razmišljanjem in pomnjenjem, zelo zagrenijo življenje. Dolgotrajne težave ima približno 5 % bolnikov po kožni spremembi (potujoči eritem, erythema migrans) in približno 20 % tistih, pri katerih je bilo v sklopu LB prizadeto živčevje.

6. So bili hospitalizirani tudi tisti, ki so se cepili proti KME?

Ker cepljenje ne nudi 100 % zaščite, lahko zbolijo tudi cepljene osebe, vendar se to zgodi redko. ▪

Tanja Urdih Lazar, vodja Centra za promocijo zdravja, KIMDPŠ

KIMDPŠ z vztrajnostjo do novih delovnih prostorov

Po dobrih dveh letih v novih prostorih je Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa 18. maja letos tudi uradno obeležil otvoritev stavbe na Grablovičevi ulici 42.

„Inštitut je bil ustanovljen septembra 1971 in od takrat deluje kot samostojna enota UKC Ljubljana. Kot doktrinarna inštitucija se ukvarja s specialistično zdravstveno stroko in znanstveno disciplino, ki obsega predvsem preventivno dejavnost na sekundarni in terciarni ravni na področju zdravja delavcev, voznikov in športnikov.

Slovesnosti sta se poleg generalnega direktorja in strokovne direktorice UKC Ljubljana **Jožeta Golobiča** in prof. dr. **Jadranke Buturović Ponikvar** udeležila tudi minister za zdravje **Janez Poklukar** in generalna direktorica Direktorata za delovna razmerja in pravice iz dela na Ministrstvu za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti mag. **Katja Rihar Bajuk**.

„Nova stavba je plod je velike vztrajnosti in prizadevanj zaposlenih na inštitutu, saj je bilo treba nanjo čakati kar 17 let. Inštitut je bil namreč leta 2003 zaradi rušitve objekta na Korytkovi ulici, kjer zdaj stoji nova Pediatrična klinika, preseljen na začasno lokacijo na Poljanskem nasipu.

V vsem tem času so potekale intenzivne aktivnosti za pridobitev novih prostorov, vendar se je vselej kaj zataknilo, da do novogradnje ni prišlo. Gradnja objekta je bila potrjena šele leta 2019 in s sredstvi Ministrstva za zdravje zgrajena v rekordnem času, saj je selitev potekala že v začetku marca 2020, tik pred razglasitvijo epidemije covida-19.

Hkrati z otvoritvijo je inštitut obeležil tudi lani dopolnjeno 50-letnico delovanja in prvič v zgodovini je to praznovanje potekalo ob združitvi vseh dejavnosti na eni lokaciji, saj je bil Center za medicino športa od vsega začetka dislociran – najprej v Hali Tivoli, nato pa v kletnih prostorih zdravstvenega doma na Metelkovi ulici.

Poleg razvoja stroke medicine dela, prometa in športa na državni ravni je pomemben del inštitutske dejavnosti vselej bilo tudi preventivno zdravstveno varstvo zaposlenih v UKC Ljubljana, najprej v obliki obratne ambulante, ki je združevala tudi splošno medicino, nato v obliki dispanzerja, ki deluje še danes. Nova stavba daje zagon za nadaljnji razvoj inštituta v funkcionalno in tehnološko ustreznejših razmerah ter zaradi združitve vseh dejavnosti na eni lokaciji tudi boljšo izrabo obstoječe medicinske opreme in kadrovskih virov ter večjo racionalizacijo dela.

Ob otvoritvi stavbe je potekala tudi otvoritev treh stalnih razstav odličnih slovenskih fotografov: v tretjem nadstropju so izobešene črno-bele fotografije prejemnika Prešernove nagrade za življenjsko delo leta 2020 **Stojana Kerblerja**, ki jih je inštitutu doniralo podjetje Talum iz Kidričevega, barvne fotografije športnega fotografa **Aleša Fevžerja**, ki je med drugim fotografiral vse največje uspehe slovenskega športa na 17 zimskih in poletnih olimpijskih igrah, visijo na hodnikih Centra za medicino športa v prvem nadstropju, avlo v pritličju in predavalnico v 3. nadstropju pa krasijo fotografije **Joca Žnidaršiča**, zagotovo enega najbolj prepoznavnih slovenskih mojstrov reportažne in umetniške fotografije. Vsi trije fotografi so se predstavili tudi na otvoritveni slovesnosti. ▪

ČILI V UKC LJUBLJANA

ZA ZDRAV DELOVNI UTRIP

VAJE ZA AKTIVNI ODMOR

Vaje lahko med seboj različno kombiniramo, priporočljivo pa je, da jih izvajamo za celotno telo s poudarkom na najbolj obremenjenih delih telesa.

1. OSNOVNI POLOŽAJ

Je temeljna vaja, s katero začnemo in končamo vsak sklop. Stojimo, vzravnamo trup, sprostimo rami, nogi oz. stopali postavimo v širino bokov. Vdihnemo in pri tem iztegnemo roki nad glavo, z izdihom spustimo roki ob telo. Ponovitve: 3-krat.

2. KORAKANJE IN KROŽENJE ROK

Korakamo na mestu in z iztegnjenima rokama stran od telesa krožimo naprej (15-krat) in nato še nazaj (15-krat). Pazimo na držo, rami stisnemo nazaj, popek noter.

3. OBIRANJE JABOLK

Stojimo s stopaloma v širini bokov. Roki sta v položaju predaje. Ritmično najprej z eno roko izvajamo potege od zgoraj navzdol (kot pri obiranju jabolk). Druga roka je medtem v začetnem položaju. Z eno roko naredimo 10 potegov, na koncu še 5 hitrih, ponovimo z drugo roko. Vajo ponovimo 2-krat.

4. DVIG NA PRSTE IN RAZTEZANJE ZAPESTJA

Stojimo s stopaloma v širini bokov. Roki iztegnemo pred sabo, dlani potisnemo navzdol, rami sta sproščeni. Dvignemo se na prste, stisnemo zadnjico in hkrati dlani pritegnemo k sebi (navzgor) ter zadržimo 5 sekund. Vajo ponovimo 10-krat.

5. PREVCANJE

Osnovni položaj je skakalna preža (zadnjico stisnemo, hrbet je raven, roki sta ob trupu, dlani navznoter), zadržimo 5 sekund, z dvigom rok nad glavo gremo v stojo na prstih, zadržimo 5 sekund, vrnemo se v osnovni položaj in vajo ponovimo od 8- do 10-krat.

6. KAZAČOK

Stojimo s stopaloma v širini bokov. Roki imamo v višini prsi, konice prstov leve in desne roke se stikajo, dlani sta obrnjeni navzdol. Zavrtimo trup 4-krat (L,D,L,D), petemu vrtenju (L) dodamo dvig levega kolena in vajo ponovimo v drugo stran (D,L,D,L), petemu vrtenju (D) dodamo dvig desnega kolena. Vajo ponovimo 4-krat.

7. KRIŽNI PREDKLON S POČEPOM

Stojimo. Roki imamo odročeni. Vajo izvedemo tako, da naredimo korak vstran in gremo v počep, ob tem pa se z rokama diagonalno dotaknemo prstov noge. Vajo ponovimo 10-krat.

8. HITROSTNI DRSALEC

Stojimo široko. Izmenično se z levo in desno nogo križno dotaknemo tal za nami. Vaji pridružimo še roki. Začnemo z rokama, dvignjenima nad glavo, ki ju diagonalno spustimo v smeri gibanja noge. Vajo ponovimo 10-krat.

9. BOKSAR

Stojimo s stopaloma v širini bokov. Roki imamo v položaju boksarja, z nogama izmenično brcamo naprej. Vajo ponovimo 16-krat.

univerzitetni klinični center Ljubljana

Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa

Katja Draksler, univ. dipl. soc., asist. dr. Nataša Dernovšček Hafner, univ. dipl. psih.

Čili v UKC Ljubljana

Uspešen 7. Dan za zdravje v UKCL

Zadnji četrtek v mesecu maju smo ponovno organizirali že 7. dan za zdravje v UKC Ljubljana. Tudi letošnji dogodek smo v celoti izpeljali na prostem. Vse dopoldanske aktivnosti so potekale na ploščadi pred glavno stavbo, v zgodnjih popoldanskih urah pa smo krenili na naš že tradicionalni tek in pohod na Ljubljanski grad.

Glavna tema dneva za zdravje ostajajo kostno-mišične bolezni, ki so še vedno vodilni razlog za bolniško odsotnost delavcev v naši organizaciji, letošnje aktivnosti pa so bile namenjene spodbujanju telesne aktivnosti ter krepitvi mišic in ravnotežja.

Dan za zdravje je otvorila predstojnica KIMDPŠ, izr. prof. dr. Metoda Dodič Fikfak, dr. med., spec. MDPŠ, nato pa sta udeležencem nekaj spodbudnih besed namenila generalni direktor UKC Ljubljana Jože Golobič, univ. dipl. prav., in glavna medicinska sestra UKC Ljubljana, mag. Zdenke Mrak, prof. zdr. vzg.

Otvoritvi dneva za zdravje je sledila vodena jutranja telovadba, kjer je na ploščadi telovadilo okoli 50 zaposlenih. V nekoliko manjšem obsegu smo z zaposlenimi telovadili tudi na vodenem aktivnem odmoru ob 12. uri, v vmesnem času pa so zaposleni ob vodstvu fizioterapevtov na štirih postajah izvajali različne vaje za krepitev mišic in ravnotežja. Dan za zdravje smo uspešno zaključili s tekom in pohodom na Ljubljanski grad, ki se ga je udeležilo približno 75 zaposlenih. Sodelujoče je na gradu pričakalo manjše presenečenje/pogostitev.

Za vse tiste, ki se aktivnosti niso mogli udeležiti v živo, smo pripravili plakate in zloženke s predlogi vaj za aktivni odmor, štiri kombinacije vaj za aktivni odmor v obliki petminutnih filmov pa so objavljene tudi na intranetni strani UKC Ljubljana.

Dan za zdravje je bil preživet v dobri družbi in je bil koristen za zdravje! Hvala vsem udeležencem in sodelujočim, ki ste pripomogli k uspešnemu 7. dnevu za zdravje v UKC Ljubljana! Upamo, da se prihodnje leto ponovno zberemo v čim večjem številu.

Dneva za zdravje se udeležujejo zaposleni iz različnih služb UKC Ljubljana. Kaj menijo o dnevu za zdravje, smo ob zaključku dogodka povprašali nekaj udeležencev pohoda in teka na Ljubljanski grad. Med njimi prevladujejo zaposleni iz Oskrbovalnih služb, ki se nam z veseljem pridružijo na pohodu, nekateri že več let zapored.

Mnenja udeležencev dneva za zdravje:

»Odkar pomnim, sem bil rekreativni športnik. Zato vsako leto komaj čakam dan, ko se lahko rekreiram tudi v službi. Že navsezgodaj zjutraj smo s sodelavci pred glavnim platojem UKC Ljubljana postavili ozvočenje za govore in vse dogodke, ki so se vrstili čez dan. Ta dan je bil resnično drugačen od vsakdanjika.

Hvala inštitutu za vso organizacijo, da smo tudi letos imeli tako prijetno druženje. Imeli smo tudi lepo vreme in za nagrado odlične prigrizke na Ljubljanskem gradu. Vsem tistim, ki niso šli z nami, je lahko žal. Imel sem se lepo in v čast mi je biti v vaši družbi.«

Roman Vahčič, Služba za telekomunikacije

»Dan za zdravje v UKCL letos poteka že sedmo leto in se ga redno udeležujem. Zaposleni ga z velikim veseljem pričakujemo, saj je ta dan namenjen skupnemu druženju in predvsem rekreaciji. Tudi letos se je začel z jutranjo telovadbo in drugimi aktivnostmi ter zaključil z že tradicionalnim pohodom in tekom na Ljubljanski grad. Sama sem se udeležila pohoda, kjer je bilo vzdušje zelo sproščeno in veselo, še posebej na cilju, ko smo se vsi zbrali in naredili skupno fotografijo ter dobili še hladen prigrizek (tokrat presenečenje iz Jezerškovih dobrot). Vsem zaposlenim, ki se dneva za zdravje še niso udeležili, priporočam, da to storijo naslednje leto! Ne bo vam žal!«

doc. dr. Nevenka Šestan, vms., univ. dipl. org.,
glavna sestra KIMDPŠ

> *Zdravje je naša osnovna dobrina. Je podlaga za dobro počutje in uspešno življenje in delo.*

V Oskrbovalnih službah (OS) se problema zdravja delavca še kako zavedamo. Zaposleni v OS si želimo, da bi bili uporabniki naših storitev zadovoljni, kar posledično vodi tudi do našega zadovoljstva. V letu 2010 smo začeli s projektom promocije zdravja na delovnem mestu pod nazivom »Čili za delo v OS«, sestavili smo tudi Skupino za zdravje. Menim, da smo s programom uspešni in bomo z aktivnostmi nadaljevali. Verjamem, da lahko nekaj dosežemo. Tudi novo vodstvo nas pri tem podpira in si želi, da bi s Skupino za zdravje nadaljevali.

Dan za zdravje pa je kot pika na i. Zaposleni vsako leto z nestrpnostjo pričakujejo ta dan. Zelo radi sodelujejo pri vseh aktivnostih in se med seboj spodbujajo ter primerjajo rezultate, ki so jih dosegli na delavnicah. Z velikim veseljem se odpravijo tudi na grad. To jim daje občutek pripadnosti. Na poti med seboj tudi poklepetajo in pridobijo nova poznanstva. Pohvaliti moram vso organizacijo in ves trud, ki ga strokovnjaki z različnih področij vlagate. Da delate z občutkom za ljudi, priča vrsta uspehov, ki ste jih dosegli v dolgoletnem delovanju.«

Katja Malik, dipl. san. inž., Oskrbovalne službe (OS), Služba za higieno prostorov in opreme

---

»Jutranja telovadba, ki smo jo imeli na ploščadi UKC, ter pohod na Ljubljanski grad sta nam izboljšala počutje in kakovost našega dela. Na gradu smo se imeli odlično. Družili smo se, izmenjali kakšno besedo z mimoidočimi turisti … Na koncu smo dobili še slasten prigrizek in veseli odšli nazaj domov.«

Snježana Karan, OS, Služba za spremstvo bolnikov

»Bilo je lepo, hoja je bila kar malo težja, vendar OK. Tudi malica in družba je bila super. Lepo je bilo, da so se pohoda udeležile tudi šefice.«

Anđa Nastić, OS

»Vse je bilo super, vzdušje, hoja, druženje. Veselim se takih dogodkov.«

Sejdo Silahić, OS

> *Bilo je odlično pripravljeno, fantastično druženje. Večkrat naj bi nas na tak način spodbudili, da bi si tako vzeli čas zase.«*

Saja Djukić, OS

»Zelo sem bila zadovoljna s hojo, malico in druženjem. Na koncu sem se razveselila skupinskega slikanja. Bilo je zelo lepo.«

Besima Šabić, OS

»Bila sem zelo navdušena nad pohodom. Udeležila sem se ga drugič. Takih srečanj bi si želela več.«

Karmen Perme, OS ▪

Mateja Klep Breskvar, dipl. ekon.,
predsednica sindikata SPUKEC

S-olidarni P-rodorni U-darni K-onkretni C-eloviti

Sindikat zdravstva Slovenije se predstavi

Sindikat zdravstva Slovenije – SPUKC je sindikat, ki deluje v večini slovenskih bolnišnic. Naša baza pa je še vedno UKC Ljubljana. Naša vizija je nov model sindikalizma, ki bi se približal mladim zaposlenim in prepričal tudi starejše delavce, da je čas, da sindikat dela izključno in samo za ljudi. S simbolično članarino 1 EUR smo naredili prvi korak k svoji zamisli in člani so prepoznali našo drugačnost.

Sindikati so pomembni soustvarjalci zdravega in učinkovitega delovnega okolja. Naša prisotnost in delovanje morata temeljiti izključno in samo na dobrobiti delavca. SPUKC je pokazal in dokazal, da se z aktivnim pristopom, poznavanjem dela in delovnega okolja članov, spoštovanjem ter argumenti lahko doseže pomembne spremembe.

Naš kratkoročni cilj je skupaj z ostalimi sindikati doseči odpravo anomalij, storjenih v letu 2021, pokazati in dokazati vrednost slovenskega zdravstvenega sistema, ki ga soustvarjajo vsi naši člani, ter stremeti k boljšemu delovnemu okolju za vse zaposlene, ki nam zaupajo.

Dolgoročno pa želimo pokazati, da se bodo ključne spremembe lahko zgodile samo z novim pristopom v sindikalnem gibanju.

Naj naši rezultati govorijo za nas. Članom in članicam se zahvaljujemo za zaupanje. ▪

Složni za varnost: tudi v UKCL se zavedamo pomena čistih rok

Ustrezna higiena rok zdravstvenega osebja je temeljni, najenostavnejši, najcenejši in najučinkovitejši način za preprečevanje prenosa mikroorganizmov.

Povezava med slabo higieno rok in številom okužb, povezanih z zdravstveno oskrbo, je poznana in podprta s številnimi raziskavami.

Ob svetovnem dnevu čistih rok World Health Organization (WHO) – letošnji slogan je Složni za varnost – smo tudi v UKC Ljubljana pripravili niz dogodkov, s katerimi želimo opomniti:

»Preprosta mala dejanja imajo lahko velik pomen!« ▪

Priznanji za sodelavki

Ob mednarodnem dnevu medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov smo se 12. maja poklonili vsem tistim, ki zavzeto in predano opravljajo ta poklic in so nepogrešljiv del zdravstvenih timov. Iz dneva v dan prevzemajo odgovornost za strokovno, kakovostno in varno zdravstveno nego ter obravnavo pacientov.

Na praznični dan sta najvišji stanovski priznanji na slavnostni akademiji na Brdu pri Kranju prejeli **Anita Jelen** (slika zgoraj), glavna medicinska sestra Dermatovenerološke klinike, in **Janja Perme Hajdinjak** (slika spodaj), oddelčna sestra na Enoti za intenzivno terapijo Klinike za infekcijske bolezni in vročinska stanja UKCL.

Iskrene čestitke in uspešno delo še naprej! ▪

Hobotnica MiniMaks: pozornost za male borce in njihove mamice

Prezgodnji porod je za vsako mamico ranljivo in čustveno obdobje, kar je lani izkusila tudi Mihela Vajda Ščap iz Lendave. S svojim prezgodaj rojenim sinčkom Maksom je v ljubljanski porodnišnici preživela kar tri mesece.

V času bivanja nedonošenčkov in mamic na Oddelku za intenzivno nego in terapijo novorojencev zanje skrbi izjemno osebje, mamice pa razveselijo z majhnimi pozornostmi za otroke. Izhajajoč iz lastne izkušnje je Mihela dobila zamisel o darilu za mamice in nedonošenčke, ki bivajo v porodnišnici: obdariti jih z unikatnimi kompleti tunike za mamico in pajaca za otroka, ki s prepoznavno kvačkano hobotnico ponazarja vez med mamo in otrokom.

Ob prevzemu kompletov je v imenu srčnega osebja projekt pozdravila vodja in predsednica Društva za pomoč prezgodaj rojenim otrokom dr. Lilijana Kornhauser Cerar, Maks, zdaj igrivi enoletnik, pa je v družbi babic in sester pozdravil male borce, ki te dni bivajo na oddelku, in njihove mamice.

Skupaj z mamico Mihelo sta v okviru dobrodelnega projekta Hobotnica MiniMaks predala prvi set tridesetih kompletov za mamice in nedonošenčke. Sredstva za izvedbo so v celoti zbrana z donacijami, projekt pa poganja prostovoljno delo številnih.

Vsem vpletenim se iskreno zahvaljujemo za prijazno obdaritev, malemu Maksu pa želimo vse dobro! ▪

Zaposlitvene možnosti za zdravnike in zobozdravnike

Sredi maja smo sodelovali na kariernem kongresu obeh slovenskih medicinskih fakultet, na katerem so bodoči zdravniki in zobozdravniki pobliže spoznali svoje zaposlitvene možnosti.

Na dogodku, ki ga gosti Pravna fakulteta v Ljubljani, so bile študentom in diplomantom predstavljene vse medicinske specializacije in vse specializacije dentalne medicine. ▪

Priznanji za prof. Hawlino in prof. Pirtoška

Med prejemniki spominskih priznanj vlade ob 30-letnici osamosvojitve Slovenije za prispevek k aktivnosti Slovencev v Londonu v času osamosvajanja sta tudi oftalmolog prof. dr. Marko Hawlina in nevrolog prof. dr. Zvezdan Pirtošek.

Ugledna strokovnjaka (na fotografiji v prvi vrsti levo) sta bila v tistem obdobju na Otoku na opravljanju doktorata in sta vodila aktivnosti, ki so pripomogle k osveščanju britanske politike in javnosti, da ima Slovenija pravico do samoodločbe.

Dolgoletnima sodelavcema UKCL in drugim dobitnikom priznanj, ki so jim jih izročili maja v Vili Podrožnik, iskreno čestitamo!

Usposabljanje zdravstvenih delavcev za reševanje v nesreči z nevarnimi snovmi

Reševanje v nesreči z nevarnimi snovmi zahteva od zdravstvenega osebja dodatna znanja, saj obstaja veliko tveganje, da postanejo žrtve tudi sami reševalci.

Da bi se v primeru takšne nesreče kar najučinkoviteje odzvali, so se te dni zdravstveni delavci, ki opravljajo službo nujne medicinske pomoči, na usposabljanju v organizaciji Slovenskega zdravniškega društva (sekcija UZVN/MRMI) seznanili z varnim pristopom na mesto nesreče z nevarno snovjo, uporabo osebne varovalne opreme, s posebnostmi obravnave ponesrečencev, ki so bili izpostavljeni nevarnim snovem, in z načinom organizacije reševanja velikih nesreč.

Na usposabljanju, ki je potekalo v novomeški vojašnici, so poleg predstavitve teoretičnih osnov ionizirajočega sevanja začeli tudi z delavnicami meritve radiološke kontaminacije, hitrosti doze in predstavili načela optimizacije v radioloških oziroma jedrskih nesrečah.

Oglejte si nekaj utrinkov iz urjenja, ki je v luči nedavnega tragičnega dogodka v Kočevju še kako aktualno, hkrati pa nam nudi vpogled v zahtevnost dela tistih, ki se prvi odzovejo na klice na pomoč – v nesreči ni časa za paniko, temveč je nujno premišljeno, a hitro delovanje, s katerim je mogoče rešiti kar največ življenj. ▪

Matjaž Tavčar, varnostni menedžer leta

ICS Ljubljana – Inštitut za korporativne varnostne študije v sodelovanju s Slovenskim združenjem korporativne varnosti vsako leto podeljuje nagrade za dosežke s področja korporativne varnosti.

Slovenska velika nagrada varnosti je največja nagrada s področja varnosti v Republiki Sloveniji, ki se podeljuje izbranim ustanovam in posameznikom za njihov inovativni prispevek na področju razvoja in uveljavljanja varnosti.

Stanovsko priznanje za varnostnega menedžerja leta je tokrat prejel Matjaž Tavčar, vodja Službe za korporativno varnost v UKCL. Iskrene čestitke in uspešno delo še naprej! ▪

Sebastjan Šenk, vodja GE UKCL

Gasilci spoznali novosti na področju gašenja in reševanja

V ponedeljek, 30. maja 2022, so Gasilci UKCL v Gasilski brigadi Ljubljana (GBL) nadgrajevali svoje znanje s področja gašenja notranjih požarov in reševanja ponesrečencev. Usposabljanje je zajemalo teoretični del, kjer je bil poudarek na osnovah gorenja in tudi nekaterih novostih gašenja.

Sledilo je praktično delo na poligonu. Po navodilu inštruktorja GBL so Gasilci UKCL preigravali scenarije različnih vrst reševanj, praktično izvajali iskanje in iznos ponesrečenca iz zadimljenega prostora, prezračevanje prostorov ter različne tehnike in načine gašenja požarov v objektu.

Gasilci UKCL si želimo čim več takšnih praktičnih usposabljanj v skoraj povsem realnih razmerah (zadimljen prostor, visoke temperature, uporaba dihalnih aparatov, popolna tema), saj tovrstna znanja, izkušnje in uvežbanost izboljšajo učinkovitost posredovanja gasilcev UKCL... ▪

Reševalci motoristi spet na cestah

Prvega maja se je začela motoristična sezona reševalcev motoristov Reševalne postaje UKC Ljubljana. Njihovo področje dela obsega površino okoli 1.700 km² in zajema kar 16 občin (400.000 prebivalcev).

Želimo jim varno vožnjo in čim manj intervencij, obenem pa pozivamo k dodatni pozornosti, kadar se srečujete z vsemi urgentnimi vozili, predvsem pa z reševalci motoristi.

Za večjo varnost v cestnem prometu prilagodite hitrost vožnje in varnostno razdaljo, upoštevajte pravila o prednosti intervencijskih vozil in tako zagotovite hiter prihod intervencijskega vozila na kraj dogodka.▪

mag. Liljana Zwittnig Čop, mag. farm, spec., vodja Lekarne UKC

Humanost in solidarnost sta vrlini, ki se še posebej pokažeta v težkih trenutkih

Na začetku epidemije smo se soočali predvsem s pomanjkanjem zaščitne opreme, ko pa smo dobili cepivo, zaradi posebnih pogojev njegovega shranjevanja nismo imeli primerne opreme. Praktično nikjer v Sloveniji v času božiča 2020 ni bilo zamrzovalnika, kamor bi lahko shranili prvo pošiljko težko pričakovanega cepiva. Cepiva je bilo nato vedno več in več, zaradi česar nas je v začetku leta 2021 NIJZ zaprosil za pomoč pri shranjevanju. Ker smo imeli prostora dovolj, opreme pa ne, smo le-to najeli. Kasneje so se sočasno z upadanjem zanimanja za cepljenje naše proste kapacitete shranjevanja zmanjševale in jih kmalu ni bilo več. Kot naročeno je tedaj prispel telefonski klic gospe **Nataše Fras Vodušek** iz Taluma, ki je iskala nekoga, komur bi lahko njeno podjetje podarilo profesionalno ULT zamrzovalno omaro, primerno za shranjevanje zdravil.

> *Z odprtimi rokami smo sprejeli donacijo v vrednosti več kot 8.000 evrov. V rekordnem času so nam nato opremo tudi dostavili, usposobili in nas poučili glede njene uporabe.*

Od tedaj je omara neprekinjeno v uporabi. Zaradi idealne razporeditve polic trenutno v njej na – 80 °C shranjujemo 90.000 odmerkov cepiva Comirnaty, primernega za otroke od 5 do 12 let.

Ob tej priložnosti bi se zahvalili podjetju Talum iz Kidričevega in vsem njihovim zaposlenim, ki so s svojim znanjem, ustvarjalnostjo in podjetnostjo doprinesli k izdelavi tako visoko profesionalne opreme iz njihovega aluminija ter kot prejemnika njihove radodarnosti izbrali nas v UKC Ljubljana. ▪

Donacija Rotary kluba Ljubljana Kliničnem oddelku za travmatologijo

Marca 2022 je KO za travmatologijo prejel v uporabo Vernacare Vortex, ki ga je v sodelovanju s podjetjem Biro kebsi, d.o.o. doniral Rotary Club Ljubljana.

Vernacare je globalno podjetje na področju upravljanja s človeškimi odpadki v bolnišnicah in ekskluzivni dobavitelj britanski NHS mreži, ki skupno pokriva cca 95 % britanskih javnih bolnišnic. KO za travmatologijo je tako pridobil že drugo napravo Vernacare.

Omenjena tehnologija je v primerjavi s klasičnimi termodezinfektorji (blateksi) bolj ekološka (95 % manj elektrike in 60 % manj vode), s tem je manj stroškov, olajša pa tudi delo osebju, saj odpadejo čiste – nečiste poti in zmanjša se čas, namenjen čiščenju zasušenih posod. Bistvena prednost pa je preventiva pred okužbami (daleč največji prihranek), saj vse nočne posode in umivalniki gredo na oddelke vedno »sveži« in neoporečni – prekine se krog prenosa okužbe.

Donacijo je predal predstojniku KO za travmatologijo prof. dr. **Mateju Cimermanu** in strokovnemu vodji zdravstvene nege **Bojanu Juvanu**, dipl. zn., mag. manag., predsednik Rotary Kluba Ljubljana, asist. **David Lukanović**, dr. med., sicer tudi specializant ginekologije in porodništva, zaposlen na Ginekološki kliniki UKC Ljubljana.

Rotary Club Ljubljana s tem nadaljuje svoje poslanstvo, ki traja že vse od njegove ustanovitve leta 1931, ter pomeni spodbujati in krepiti ideale nudenja pomoči kot temelja dragocenih podvigov. Ideale nudenja pomoči rotarijci krepijo z razvojem poznanstev kot priložnosti za dobrodelne dejavnosti, torej s promocijo visokih etičnih meril v poslu in poklicu, prek nudenja pomoči v osebnem, poslovnem in skupnostnem življenju. ▪

Prenovljeni prostori za prehransko svetovanje ambulantnim bolnikom

V prenovljenih prostorih je dne 14.6.2022 pričela z delom Prehranska posvetovalnica Službe bolniške prehrane in dietoterapije, namenjena vsem ambulantnim bolnikom UKCL, za katere zdravniki presodijo, da potrebujejo prehransko svetovanje. Napotitev v posvetovalnico poteka tako, da se delovni nalogi pošljejo v tajništvo Službe, klinični dietetiki pa bolnika kontaktirajo in se dogovorijo za termin obravnave.

Novi prostori, locirani v prvi kleti UKCL, omogočajo kliničnemu dietetiku še kakovostnejšo prehransko obravnavo bolnikov, urejeni pa so tako, da lahko v njih, po potrebi, hkrati delata zdravnik in klinični dietetik.

Dostop do novih prostorov bo bolnikom olajšan in dostopen tudi invalidom. ▪

Herojem v belem in angelom v modrem

Ko vam tole pišem, mineva točno pet mesecev, odkar se vsako jutro zbudim, pogledam sliko svojega otroka, jo primem ali pobožam in ozavestim – znova in znova – Matica ni več. Matic je umrl. Mlad. Premlad. Prehitro. Pred mano. Kruta resnica udari vame kot cunami in me vsake toliko časa izvrže, da sploh lahko zadiham. Ampak diham. Vsak dan posebej. Trudim se. In na to tako hudičevo ostro bolečino, ki me od časa do časa od znotraj tako silovito zareže in prereže, sem se navadila. Ne bojim se je več. Večkrat pomislim, kakšna žival je človek, da to sploh zmore. Soočiti se z izgubo otroka. Ker smo v tem tako zelo goli, bosi, popolnoma neopremljeni … In nihče od nas ne ve, kako se bomo s smrtjo otroka sploh spopadli. Kako bomo (sploh) živeli naprej. Ker ni priročnika. In ker nihče ne ve, kaj nosi v sebi, kakšna je dejansko njegova bit, dokler ni tu, na tem mestu, kot sem zdaj jaz ali kot so druge mame in očetje, ki so izgubili otroke.

“ Smrt otroka je nesprejemljiva …

Že pet mesecev zato sprejemam nesprejemljivo. Vsak dan. Učim se živeti brez Matica. Še več, učim se ljubiti življenje brez njega. Trudim se – vsak dan. In slavim ga – vsak dan.

To pismo zato ni pismo žalosti, temveč je pismo hvaležnosti. Vam, dragi heroji v belem in angeli v modrem, ki ste vse od 5. februarja 2021 pa do 7. oktobra 2022 bedeli, skrbeli, zdravili in se borili za Matica. Z ljubeznijo, s sočutjem, predano, pogumno …

Zaradi vas sem bila ves čas zdravljenja pogumna tudi jaz. Zaradi vas sem bila lahko svojemu otroku opora in ne breme. Zaradi vas je Matic dajal vse od sebe, premikal meje in se boril. Levje se je boril. Oh, kako se je ta fant boril … Tako zelo rad je imel življenje … Gibanje, šport, prijatelje, šolo …

“ Ni mu bilo dano. Kljub njegovi volji, potrpežljivosti, notranji moči …

Ko mi je »polzel iz rok«, ko sem kot mama dokončno začutila, da ga jaz ne morem rešiti, da ničesar nimam, ničesar ne znam, da preprosto nič ni v mojih rokah, ko sem čutila, da v meni celice norijo, tako kot norijo mami, ki je ravnokar rodila otroka, ste bili vi tisti, ki ste me dvignili, čeprav morda tega sploh ne veste … Pa ste – vi in Matic ste tisti, ki ste mi ves čas dajali moč, da sem obstala in ostala zbrana. Vi in Matic ste tisti, ki ste mi dali tudi moč, da sem ga lahko izpustila … Izpustiti otroka, da odide … za vedno … Tega se z besedami ne da opisati … Boli me, če samo pomislim, kolikokrat morate zreti v oči staršem, ko se jim dokončno poruši svet … Ko se raztrešči na milijone ostrih skal … kako vam morajo pokati srca …

Neskončno sem vam hvaležna. In za vedno vam bom. Da ste. Takšni kot ste. Da ste se tako pogumno in srčno borili za mojega sina. Z znanjem in naklonjenostjo. Z ljubeznijo. S toplino in vedrino. Hvaležna sem vsakemu izmed vas. Ne morem vas vseh našteti, ker vseh imen niti ne poznam. A vas čutim. Verjemite mi, da vas. Čutim vas in vas z dna srca občudujem. Da zmorete. Da se ne predate. Da premikate gore. Za naše otroke.

Vem, da vam je tudi Matic hvaležen za vse, kar ste storili zanj. Ko je izvedel, da ima raka, je rekel: »To moram dat' čez.« In je – pogumno se je boril, vse dokler telo preprosto ni zmoglo več.

Tisto noč, ko mu je srce nehalo biti, sem mu obljubila, da me žalost ne bo zlomila.

Jutri bi imel 19 let … Ko bom izjokala solze, ga bom slavila. In ob tem bom mislila tudi na vas.

Z ljubeznijo,

Doris Kukovičič, mami Matica Lakiča ▪

Utrinki iz bolnišnične šole za njenih 70 let

Letošnjo 70-letnico delovanja bolnišničnih šolskih oddelkov v Ljubljani so praznovali s prireditvijo v obliki videa in bogatim naborom prispevkov, zbranih v šolskem časopisu Utrinki. Na ta način učenci in dijaki dobijo priložnost, da širnemu svetu predstavijo svojo bogato literarno, likovno, glasbeno, plesno in športno nadarjenost.

»Zahvaljujemo se vam, da z nami soustvarjate bolnišnični šolski vsakdan ter nam s svojo srčnostjo in naklonjenostjo podarjate priložnost, da je bolnišnična šola majhna hiša, katere okna zvedavo pogledujejo na velik, prostran, širni svet. Hvala vam, da z nami bogatite in plemenitite svet naših otrok in mladostnikov,« je v imenu kolektiva bolnišničnih šolskih oddelkov OŠ Ledina zapisala učiteljica Tina Žvab, prof. lik. umet. ▪

Vabljeni k ogledu:

»Pomembno je, da se starši zavedajo, da smo ves čas na njihovi strani«

Malim bolnikom in predvsem njihovim staršem, ki so včasih v hudih stiskah zaradi bolezenskih stanj svojih otrok, je otroški nevrolog **prof. dr. David Neubauer, dr. med.**, višji svetnik tako rekoč vedno na razpolago z nasveti in dobrimi mislimi za naprej. Prav to je zanj definicija srčnosti – lastnosti, ki jo je lažje čutiti kot ubesediti, in lastnosti, ki mu je pred kratkim prinesla priznanje za najsrčnejšega zdravnika po izboru staršev otrok z redkimi boleznimi.

»Mislim, da gre za to, da nekdo podaja stvari bolj iz srca in duše ter manj iz možganov. Gre bolj za prirojeno lastnost, ki je morda nekateri nimajo, se je pa moč do neke mere tega naučiti, vendar ne brez veliko truda in pripravljenosti za to,« razmišlja sogovornik, ki se je v mladosti bolj kot nad medicino navduševal nad humanističnimi vedami, čeprav sta bila zdravnika že njegov oče in stari oče.

Ko je prišel čas za vpis na fakulteto, pa je začutil klic zdravniškega poklica in skupaj s prijateljem sta uspešno opravila sprejemne izpite. *»In potem, ko si enkrat 'notri', moraš plavati in tako sem kar hitro končal z izpiti in diplomiral ter v zadnjih treh letih, zlasti med absolventskim stažem, še izkoristil poletja za delo v Franciji, Grčiji, Indiji in na Šri Lanki. Zlasti slednje me je zaznamovalo, da sem kasneje vedno znova rad zahajal in delal v bolj eksotičnih deželah.«*

Specializacija iz pediatrije in kasneje otroške nevrologije sta prišli bolj po spletu naključij: kljub ne ravno bleščeči oceni iz pediatrije je po zaslugi člana komisije za sprejem, ki je v njem videl potencial, sekundariat smel opravljati na Oddelku za neonatologijo in se navdušil nad »nevrologijo novorojenčkov«, kasneje pa je razširil starostni razpon zanimanja in tako pristal na Oddelku otroške nevrologije, kjer dela še danes in ga je dolga leta vodil kot predstojnik.

Kljub občasnim težkim trenutkom na poklicni poti, še zlasti ob delu v tujini, ko se je zaradi jezikovnih ali administrativnih preprek občasno počutil tesnobno in osamljeno, ni niti za hip pomislil, da bi svoj poklic obesil na klin. *»Tudi strah, da bi naredil nekaj hudo narobe, zlasti ob številnih urgentnih stanjih, kjer si moral hitro misliti in ukrepati, je minil ob naklonjenosti staršev in otrok ter ob dobri volji in razpoloženju pri mojem vsakodnevnem delu z njimi v bolnišnicah.«*

Kot pravi, je zgodb s presenetljivim razpletom na področju otroške nevrologije bolj malo, saj ima za razliko od nevrologije odraslih odlične možnosti diagnostike in hitre prepoznave bolezenskih stanj, na žalost pa je terapija zelo skromna in omejena ter večkrat neučinkovita za popolno ozdravitev. Poudarja, da je za dober izid pomembna čim prejšnja ugotovitev diagnoze, da lahko potem pristopijo z vsemi razpoložljivimi načini zdravljenja, usmerjenimi v preprečevanje nadaljnjih hudih poslabšanj stanja in namenjenimi izboljšanju kakovosti življenja otrok in njihovih družin.

Znan je po tem, da se pri svojem delu ne ustraši novih prijemov, denimo zdaj že dobro uveljavljene uporabe medicinske konoplje pri zdravljenju otrok s trdovratno epilepsijo.

> ***„Včasih si moramo priznati, da nimamo v rokah nobenega pravega instrumenta za zdravljenje in pomoč in je zato edina možna pot poskusiti tudi z manj uveljavljenimi metodami, kar je lahko včasih zelo uspešno, zlasti za zmanjšanje trpljenja in izboljšanje kakovosti življenja, ko gre ta proti koncu. Ponavadi so tisti, ki nikdar niso poskusili s takim zdravljenjem in z njim nimajo izkušenj, največji nasprotniki teh metod.***

Ko gre za zahtevne usode malih bolnikov in njihovih družin, pa se spet znajdemo pri srčnosti in empatiji, ki jo začutijo starši hudo bolnih otrok. *»To je zelo pogosto bistven prispevek na kazalcu tehtnice, ki prevesi tudi zelo hude zgodbe v bolj znosno prenašanje trpljenja, še zlasti, če se starši zavedajo, da smo ves čas na njihovi strani, da razumemo njihovo trpljenje ter da vedo, da smo naredili vse, kar je v naših močeh.«*

Izobraževanje in delo na različnih koncih sveta sta mu dala širino in možnosti primerjave med domovino in tujino: *»Vedno s ponosom rečem, da je naš zdravstveni sistem še vedno dober in povsem primerljiv s tujino ter v nekaterih pogledih še boljši – kadar menimo, da otrok potrebuje zdravljenje in/ali drugo mnenje iz tujine, se mu to vedno odobri, če je le strokovna utemeljitev ustrezna. To tudi staršem in družinam hudo bolnih otrok veliko pomeni. V mnogih državah to žal ni dosegljivo oziroma je možno le z visokim finančnim vložkom družine same.«*

Prof. Neubauer poučuje na Medicinski fakulteti in vsak dan dela z mlajšimi kolegi. Kot pove, med njimi že vidi svoje naslednike, najbolj srčne zdravnike prihodnjih generacij.

> ***„Veliko je študentk in študentov in specializantk in specializantov, ki take kvalitete vsekakor imajo in jih razvijajo, še zlasti pa to velja za moje mlajše kolegice in kolege na področju otroške nevrologije,***

v spodbudnem duhu sklene srčni zdravnik, ki se od napornih delovnih dni najraje umakne z dobro knjigo. ▪

UKB

Spoštovani,

dne 27. 05. 2022 ob 10.32 je bil sin sprejet v urgentno travmatološko ambulanto in nato oskrbljen v mali operacijski dvorani.

Na tem mestu se vam želim zahvaliti in pohvaliti celotno ekipo na sprejemu, ekipo v ambulanti in ekipo v operacijski sobi zaradi prijaznosti, hitrega odziva in strokovnosti.

Kljub poškodbi sina mi je bilo toplo pri srcu, zato vsakemu izmed njih rečem »ČLOVEK Z VELIKIM SRCEM«. HVALA.

Z lepimi pozdravi,

Jožica in Matic

❊

V sredo, 25. 5., smo prišli okrog 17.00 popoldne na vašo urgenco. Sin je v vrtcu padel in imel manjšo rano na veki.

Pohvalila bi prijaznost osebja, zdravnice dr. Kristine Grebenc in njene sestre, posebej pa še gospoda, ki je delal v triažni ambulanti številka 1. Vsi so znali pristopiti k malemu pacientu in ga pomiriti.

Hkrati se mi ne zdi pošteno do vas in nas pacientov, da se take manjše rane ne oskrbijo na primarni ravni v zdravstvenih domovih. Konkretno so nas v našem zdravstvenem domu napotili neposredno k vam, čeprav sem od pediatrinje poskušala pridobiti mnenje, ali je rana sploh taka, da bi jo kazalo šivati. V dobro vseh upam, da se ta praksa ne bo nadaljevala in se boste na urgenci lahko ukvarjali samo s primeri, ki tja res sodijo. Vam pa hkrati gredo še večje pohvale, ker ste sina lepo sprejeli kljub temu, da je šlo za minorno zadevo.

Vse dobro,

Marjana

KO ZA OTROŠKO KIRURGIJO

Pozdravljeni,

v petek, 20. 5., sem bila s sinom cel dan na oddelku za otroško kirurgijo v 1. nadstropju pediatrične klinike, ker je bil operiran.

Rada bi pohvalila vse sestre, ki so bile tisti dan na oddelku, za lep sprejem, za trud in prijaznost tekom celega dneva.

Prav tako pohvale dr. Takahashiju za korekten odnos in prijaznost.

Lep pozdrav,

Marija

ORTOPEDSKA KLINIKA

Sem stara znanka na oddelku C : poškodbe pri športu, artroskopija in endoprotetika.

V zadnjih letih sem bila zaradi težav z desnim gležnjem velikokrat pregledana in hospitalizirana na Ortopedski kliniki Ljubljani.

Od leta 2020 so se začele težave z levim kolenom, zdaj pa še z desnim kolenom.

Rada bi pohvalila ortopeda prof. dr. Mateja Drobniča, ker se zelo zavzame za moje težave z desnim gležnjem.

Zaradi hude poškodbe (trimalleolarnega zloma) mnogo let nazaj sem imela že veliko posegov (zadnji poseg je bil leta 2020 – odstranitev 3 vijakov z gležnja – zatrditev), opravljenih s strani dr. Drobniča. Ker pa bolečine v mojem gležnju nikakor nočejo popustiti, sva se ponovno odločila za zdravljenje mojega bolečega gležnja, in sicer od februarja leta 2022. Leta 2020 mi je napravil prav tako artroskopijo levega kolena. Odstranil je notranji meniskus, kolikor ga je še ostalo, ker je bilo koleno že močno obrabljeno, in me podal naprej na pregled k ortopedu za zamenjavo kolena.

Pohvalila bi tudi ortopeda dr. Pompe Boruta. 07. 03. 2022 sem imela operacijo zaradi hude obrabe v levem kolenu – delna zamenjava levega kolena. Uredil je, da sem zelo hitro prišla na operacijo.

Zdaj sva pa zaradi močne bolečine začela tudi že z zdravljenjem desnega kolena, na katerem je tudi že prisotna obraba. Blokado sem tudi že prejela.

Dr. Drobniču in dr. Pompetu sem zelo hvaležna,da se zavzameta za moje težave ter mi pomagata. Sta človeka, ki se jima vidi, da opravljata poklic s srcem. Zanju pacient ni samo številka, ampak se res potrudita, da rešita težave. Dajeta občutek, da jima lahko zaupaš.

Zahvala in pohvala pa gre tudi medicinskim sestram in ostalemu osebju v 3 izmenah na C oddelku.

S spoštovanjem vas lepo pozdravljam ter želim še veliko uspehov pri vašem nadaljnjem delu.

Alenka

KO ZA UROLOGIJO

Spoštovani,

pred kratkim sem bila drugič transplantirana (ledvica).

Rada bi se zahvalila čudovitemu osebju intenzivne terapije KO za Urologijo, kirurgu dr. Fekonji in transplantacijski kirurški ekipi.

Prav tako bi se zahvalila čudovitemu osebju sester in zdravnikov na KO za Nefrologijo ter odličnemu osebju Centra za transplantacijo ledvic.

So vrhunski, strokovni, prijazni, skratka nepozabni.

Vaša Alenka

KO ZA TRAVMATOLOGIJO

Spoštovani,

pred kratkim sem bil v UKC operiran zaradi poškodbe zapestja in na oddelku travme preživel 3 dni. Bivanje v bolnišnici ni nikoli prijetno, pred operacijo je človek živčen, po njej pa v okrevanju z omejenim gibanjem. Zelo zoprno.

Kljub vsemu pa moram pohvaliti osebje na oddelku. Zdravniki na viziti, kirurg, oba anesteziologa, medicinske sestre (oz. tehniki?), gospa, ki je pomila tla v sobi – absolutno vsi, s katerimi sem imel stik, so bili izredno prijazni in strokovni.

Delo, ki ga opravljajo, je zelo zahtevno, vseeno pa so vsi vedno dobre volje in potrpežljivi. Kdor koli je odgovoren za izbiro kadra na tem oddelku, je vsakokrat izbral zelo dobro.

Vsaj en pacient je njihovo delo in trud zelo cenil.

Vso srečo vsem v prihodnosti,

Jernej

❊

Dne 23. 5. 2022 ob 10.45 je bila moja mama naročena na Polikliniki – travmatologija na kontrolni pregled zaradi zloma sramne kosti. Mama je stara 87 let in zmerno dementna. Prišla je v slabem stanju, zaradi uroinfekta oslabljena in v rešilnem avtomobilu je bruhala, zato sem bila zelo nervozna, koliko časa bo pregled trajal in kako bo vse skupaj mučno zanjo. Moje skrbi so bile odveč, kajti celotno osebje, od sprejemne pisarne, medicinske sestre, rentgonologa in zdravnika je bilo izredno prijazno, na mojo informacijo, da je mami slabo, so vsi reagirali razumevajoče in sočutno. Hvala celotnemu osebju na oddelku travmatologije, pomagali ste meni in moji mami.

Lepo vas pozdravljam in želim vam vse dobro,

Milena

NEVROLOŠKA KLINIKA

Pozdravljeni,

rad bi pohvalil A2 oddelek nevrološke klinike. Zares so dobro skrbeli zame,

večina medicinskih sester res dela s srcem in nas že zgodaj zjutraj lepo in živahno pozdravijo.

Ravno tako bi rad pohvalil obe fizioterapevtki, ki svoje delo opravljata zelo srčno in v prizadevanju, da se stanje izboljša. Odprti sta tudi za sproščen pogovor.

Lep pozdrav in veliko zdravja,

Boris

❊

Spoštovani,

v soboto, 7.5., sem bila v urgentni ambulanti obravnavana zaradi neznosnih bolečin v vratu in glavi. Tako prijazne kompletne ekipe (žal ne poznam imen vseh dežurnih tistega dne) in tako človeških zdravstvenih delavcev (zdravnikov in medicinskih bratov) nisem bila deležna še nikoli in nikjer, sploh pa ne v UKC Ljubljana.

Sicer grozna zadeva je v mojem spominu ostala pozitivna izkušnja ravno zaradi osebja in njihovega odnosa do pacientov, ki so lahko vzor ostalim oddelkom UKC Ljubljana.

Še posebej bi se zahvalila zdravnici dr. Maji Klanderić za pomoč in razumevanje. Vesela sem, da sem bila v soboto njena pacientka. Zahvala gre tudi 4 medicinskim bratom, ki so mi poleg vsega pomagali še z odstranjevanjem pirsingov pred MRI slikanjem.

Upam, da je pohvala poslana na pravi naslov.

Lepo pozdrav,

Katarina

GINEKOLOŠKA KLINIKA

Pozdravljeni.

za vso prijaznost, korektnost in potrpežljivost bi posebej pohvalila zdravnico Katjo Jakopič Maček, dr. med. in sestro Dunjo Marn, VMS.

Še enkrat hvala.

Pacientka Breda

❊

Pozdravljeni,

ne glede na to, da zdravnica verjetno ne bi želela nobene publicitete, menim, da je prav, da se pohvali uslužbence, ki pri svojem delu s trudom, prizadevnostjo ter hitrostjo pravilnega postopanja veliko doprinesejo k ugledu vaše institucije, torej UKC Ljubljana (urgenca Ginekologije). Zdravnica je bila ob pregledu v petek, 6. 5. 2022, hitra, odzivna in pripravljena pomagati v zakonskih okvirih kljub časovni stiski. Menim, da je oseba, ki pravzaprav »izstopa« v pozitivnem visoko nad povprečjem.

Opaziti je, da svoje delo opravlja s srcem.

Lep pozdrav,

pacientka Polona

KO ZA UROLOGIJO

Spoštovani,

septembra so mi po obisku Urgence odkrili raka na mehurju. Sledili sta dve operaciji in šesttedenski tečaj imunoterapije.

Dr. Bizjak in celotna ekipa medicinskih sester in tehnikov so bili izjemno profesionalni. To je še toliko bolj izjemno glede na to, da so delali pod bremenom pandemije.

Ta teden sem prejel dobro novico, da ni več znakov raka.

Resnično sem hvaležen, da živim v Sloveniji, državi z odličnim zdravstvenim sistemom.

KO ZA MAKSILOFACIALNO KIRURGIJO

Spoštovani,

pohvalil bi ekipo g. Davida Vozliča, dr. med., dr. dent. med., specialista maksilofacialne kirurgije, predvsem gospodično (modre oči ima), ki je izvedla celoten poseg. Hvaležen sem za hiter in strokoven poseg, ki sem ga bil deležen ta ponedeljek, 16. 5. 2022.

Vse dobro jim želim tudi naprej.

Obenem jim lahko še sporočite, da je z mano vse v redu – da se rana lepo celi.

Hvala in lep pozdrav,

Matej

PORODNIŠNICA

Pozdravljeni,

iz srca bi rada pohvalila gospo Veroniko – babico v Porodnišnici, ki je 10. 5. vodila moj porod. Kljub temu, da sem bila covid pozitivna, je gospa Veronika poskrbela, da mi bo ostal v lepem spominu. Zaupala sem vsem njenim predlogom, a hkrati je bila dovolj odločna, da je porod potekal gladko in da sva dobila najlepše darilo na svetu.

Najlepša hvala,

Petra

KO ZA ŽILNE BOLEZNI

Spoštovani,

včeraj sva bila z očetom na pregledu na Polikliniki v ambulanti za žilne bolezni pri dr. Matiji Kozaku.

Oba z očetom bi zdravnika zelo, zelo pohvalila. Poleg strokovnosti ima izreden čut tako za pacienta kot za svojce. Vzame si čas in obravnava pacienta celostno.

Ne vem, kako poteka ta sistem pohval in pritožbe, a res bi želela, da pohvala »pride« do zdravnika.

Hvala in prijazen pozdrav,

Mirjana

KO ZA ABDOMINALNO KIRURGIJO

Spoštovani,

v začetku aprila, natančneje 09. 04., sem bil sprejet na Oddelek abdominalne kirurgije zaradi operacije ingvinalne hernije. Rad bi pohvalil VSE zaposlene od sprejemne ambulante na UKB (sestro Tino Gros in celoten tim tistega dne, zdravnika specializanta Benjamina Hadžialjevića), na oddelku ABD KRG 3. nadstropja, sestro Vesna in celoten sestrski tim v 24 urah mojega »bivanja« na oddelku, dr. Đokića, doc. dr. Tadejo Pintar, anestezijski tim (dipl. zn. Aleksandra Šibarevića in kompleten tim v OP).

Glede na to, da kot zaposleni v UKCL tudi sam večkrat slišim kakšno pikro besedo čez sistem, zaposlene in UKCL, je prav, da napišem in demantiram takšne govorice in komentarje. Kot rečeno, vsi po vrsti od prvega do zadnjega zaposlenega, s katerimi sem imel stik, niso niti enkrat pokazali najmanjše slabe volje, ene izrečene slabe besede do nikogar, ne samo do mene. Na oddelku je bil odnos do pacientov več kot spoštljiv in prijazen. Upam, da bodo vsi zaposleni to znali prenesti na mlajše generacije, čeprav me malo skrbi – zaradi mlajših, ne teh, ki vedo, zakaj so tam v službi. Upam, želim in verjamem, da tako tudi ostane.

Lep pozdrav,

Boštjan

❄

Pozdravljeni,

izrekam pohvalo in zahvalo dr. Alešu Tomažiču in dr. Juriju Janežu ter nadvse srčni in prijazni medicinski sestri. Žal ne vem imena, je pa malo močnejša. Pojavile so se mi zdravstvene težave in sem se obrnil na dr. Aleša Tomažiča, ki me je nazadnje operiral s svojo ekipo sodelavcev in me povrnil nazaj v življenje. Poskrbel je, da me je dr. Juri Janeš strokovno pregledal ter napotil na preiskave in postavil diagnozo mojih zdravstvenih težav. Zahvaljujem se vsem od srca!

Njim in vsem v UKC želim še naprej uspešno delo,

Peter

UKB, STOMATOLOŠKA KLINIKA, REŠEVALNA POSTAJA

Spoštovane in spoštovani!

Sin je v soboto popoldne doživel hud padec pri vožnji s kolesom. Kljub temu, da je nosil čelado, le-ta ni preprečila hude poškodbe zob in pretresa možganov. Dogodka se ne spominja (sama sem bila nekaj metrov stran, ampak nisem mogla čisto nič narediti). Bilo je pa grozno!!!!

Na kolesu mu je prvo kolo začelo nihati, trčil je v visok robnik ceste, ob katerem je bil velik zelen kovinski kontejner – kontejner za velike odpadke (ob domu za Starejše občane Kolezija), v enosmerni ulici za avtomobile. Zaletel se je s kolesom v rob pločnika in takoj v rob tega železnega kontejnerja, tako kot v tistih starih risankah, ko se je volk prilepil na steno.

Po padcu je bil še zverižen med kolesom. Vse je bilo krvavo, takoj se je videlo – kri povsod, huda poškodba stalnih zob 1 in 2 levo, dretje, … Pri DSO sta bili dve delavki Doma za starejše občane Kolezija, ki sta zelo pomagali, poklicali 112 in tudi iskali oba zobka. Prinesli sta tudi papirnate brisače za ustavljanje krvi in res pomagali umirjati situacijo. Rešilec ni mogel priti, ker so bili vsi zasedeni, smo pa dobili dovoljenje s strani 112, da sina s svojim avtom peljemo na Urgenco.

Po obravnavi na Urgenci, ki je bila prvovrstna in odlična, je bil Naj Godec poslan še na Maksiofacialno kliniko, kjer je dobil kar nekaj šivov v ustni votlini, zaščitili so mu ostanke zob 1 in 2 levo zgoraj (zlomljene zobe je po vsej verjetnosti pojedel, ker jih nismo našli). Vse skupaj ni bilo lahko, ker je sina zelo bolelo. Vseeno je bila obravnava pacienta (z velikimi bolečinami) kot si lahko samo želiš!!!!!

Tu moram posebej pohvaliti poleg reševalca na vhodu v urgenco tudi sodelavko na rentgenu in sestro – sodelavko z roza dolgimi lasmi na urgenci, ker je res našla jezik tako z Najem kot tudi s starši in seveda zdravniki.

Zdravnika Martin Lap, dr. med. na Urgenci in kasnejši zdravnik na Maksiofacialni Anže Birk, dr. med. sta mlada, AMPAK ZNATA!!!!

Na Maksiofacialni je dobil napotnico za ponovno obravnavo v ponedeljek (glede na težo poškodb smo dobili napotnico za dodatno obravnavo na Maksiofacialni kliniki). Tu gre za problem zelo hitre napotnice, ki velja samo 24-ur, ne vemo pa, če velja za vikende.

Na Maksiofacialni so sina spet sprejeli (16. 05. 2022).

Pod svoje okrilje ga ne bi vzeli, če ne bi starši malo zatežili, naj kontaktirajo zobozdravnico v ZD Vič (glede na resnost poškodb) tokom vikenda, in si izborili uro za pregled.

Glede na napotnico in videz otroka so ga 16. 05. 2022 takoj vzeli v obravnavo.

Stanje: sina so vzeli za obravnavo do 18. leta za enko in dvojko zgoraj, na katerih bodo morali narediti posege oziroma jih opazovati, ne pa tudi za vse ostale zobe, kar je škoda.

Sin še zmeraj težko govori, težko jé in ima še zmeraj bolečine, čeprav dobiva protibolečinsko terapijo (včasih jo zavrne) in antibiotike. Gre pa na bolje.

Zahvalila bi se čisto vsem, ki so pripomogli, da je bil Naj tako odlično obravnavan. Poleg zdravnikov so nam pomagali še: reševalci, žal ne vem imen, ampak takoj, ko smo ga z osebnim vozilom pripeljali na Urgenco, je bil sin dan na posteljo, sodelavke v triaži in na rentgenu so ravnale več kot odlično.

Za nameček si je pa še naš muc Šapko rep nekam priprl in zlomil. Zjutraj pred sinovim škodnim dogodkom smo bili pri veterinarju. Naj je jokal, ko je izvedel, da bodo Šapkotu delno odrezali rep (razloženo mu je bilo ponovno še s strani veterinarke (sepsa, gangrena, … smrt). Danes so mu pod narkozo odstranili večji del repa.

Zdaj imamo dva bolnika. Oba imata enako terapijo (protibolečinska terapija in antibiotiki) in cartanje.

Kljub temu da se sin dogodka ne spomni in ne ve, kaj se mu je zgodilo, pa je na Urgenci in vožnji do nje vsaj 150x vprašal, kaj se je zgodilo, kje smo bili, kje je on, kaj se dogaja, kje so moji zobki … in je prav tako 200x vprašal, kaj pa moja šola (TJA, UBE,MAT, GUM) – to so bila napovedana spraševanja za ta teden za pridobitve ocen. Vmes med zmedenimi vprašanji je zaspal … grozljivo za mamo in očija.

Zdaj se zadeve nekako urejajo.

Šoli sem sporočila, da bo do konca tedna (20. 5. 2022) še zagotovo doma, za naprej pa ne vem. Poskusili bomo, da bo čim prej v šoli, samo ne na račun zdravja ali ocen.

Najlepša hvala za vašo strokovnost in osebni pristop, predvsem pa za občutek, da je naš sin kot pacient najbolj pomemben.

Najbrž jih je bilo na Urgenci še kaj v večji smrtni nevarnosti. Moja družina tega ni čutila in menim, da ste v samem vrhu glede obravnavanja pacientov. Mogoče ni narobe, da v času urgenc delajo mladi zdravniki, ker res znajo s pacienti, ampak lepo bi bilo, da jim je na voljo tudi kašen senior. Zelo dobro je, če se lahko s kom posvetuješ.

Vsekakor podpiram zvišanje plač v medicini na vseh nivojih, predvsem pri mladih zdravnikih in sestrah ter drugim (kuharice, čistilke, …).

Rečem lahko samo HVALA in v upanju, da boste vsi v zdravstvenem sistemu primerno plačani.

Katja

DTS

Pozdravljeni,

v imenu moje mame Irene Kavka, ki je bila hospitalizirana na covidnem oddelku od torka 3. 5. do 8. 5., želimo izjemno pohvaliti celoten kolektiv oddelka. Še posebej pa bi želela izpostaviti g. Jana Schweigerja, ki je z izjemnim pristopom, pozitivnostjo in strokovnostjo mami polepšal in olajšal bivanje ter zagotovo pripomogel k hitremu okrevanju.

Prosim, da omenjene pohvale posredujete tudi kolektivu.

Lep pozdrav,

Irena in Alen

nagradna križanka

3K

univerzitetni klinični center ljubljana

CINKU PODOBNA KOVINA
TOVARNA V SLOVENSKI BISTRICI
SMER V SLIKARSTVU
KENNY ROGERS
AMERIŠKI IGRALEC DOUGLAS
EVAPORACIJA
PREBIVALCI ŠVEDSKE
GLAVNO MESTO JUŽNE JE SEUL
STROKOVNJAK ZA EKOLOGIJO
NAREJENE V ZDA
NEMŠKA TISKOVNA AGENCIJA
ZAZNAVA SE S SLUHOM
MESTNA OBČINA LJUBLJANA
PRIPOMOČEK ZA RISANJE
LESEN ZAMAŠEK
... PREDIN: ČAKAJ ME

KRIŽANKE & UGANKE
FIGA
DOMAČI ŽIVALI
CEVASTI DEL PREBAVIL
POKRAJINA V JUŽNI AFRIKI
ALAN TURING
I. MLAKAR: EN GLAŽ VINA MI ...
KOVANJE
B. JURCA: KO ... JAGODE
ITALIJANSKI SKLADATELJ PUCCINI
MIOKARDNI INFARKT
AMERIŠKI IGRALEC (RICHARD)
NEMŠKA DELNIŠKA DRUŽBA
LETALO
TEKAŠKA DISCIPLINA
TEKSTOPISKA BUDAU
POSEDUJEVA ČEZ SEDEM ... VSE PRAV PRIDE
MALTNA ZIDNA OBLOGA
PREPROST PLUG
KIS (STAR.)
ČUK SE JE OŽENIL, TRALALA, SOVA GA JE ..., HOPSASA
STARO IME JE VRTILNI MOMENT
POŽIVILNA PIJAČA
DELOVNA SKUPINA
ANGLEŠKI IGRALEC GUINNESS
OLJNATA, VNETLJIVA TEKOČINA
FANTEK ... KAPICE, KAPICA IMA FANTIČKA
ŠTIRISTRUNSKO GODALO
AMERIŠKA GLASBENA SKUPINA
OLIVER ANTAUER
AMERIŠKI PEVEC (BILLY)
RADE IMAJO KROFE
ANGLEŠKI NEDOLOČNI ČLEN
SMREKOVE ALI BUKOVE
ČRTNA, PIN
THOMAS ALVA ...
FILM CHRISTOPHERJA NOLANA
IZDELUJE KOŠARE, KOŠE
LINDSEY VONN JE BLESTELA V ...
TV-VODITELJICA ŠIRCA ROŠ
NAJDALJŠA FRANCOSKA REKA
ALFI NIPIČ: ... BOM MUZIKANT
STRAH JE ... VOTEL, OKROG GA PA NIČ NI
ANGLEŠKA TV-SERIJA: ALO ...
RADIO ŠTUDENT
ITALIJANSKI PEVEC CUTUGNO
VEČJA SKLENJENA SKUPINA GOR
RUSKO VESOLJSKO PLOVILO
AVSTR. TISK. AGENCIJA
ZALJUBLJEN JE DO ...
ISLAMSKI TEOLOG
VSE V REDU (ANG.)
V KINU PREDVAJA FILME
OSNOVNOŠOLKA
AGAVI PODOBNE RASTLINE

Vozite 60 let star avto?

Ne?
Zakaj bi torej reševali križanke, ki so take, kot pred 60 leti?

Križanke po meri reševalcev.
Ker si zaslužite najboljše.

3K
www.trik.si

Rešitev nagradne križanke pošljite v pisemski ovojnici (ali na dopisnici) najpozneje do 15. avgusta 2022 na naslov: UKCL, Služba za odnose z javnostmi, Zaloška 2, 1000 Ljubljana, ali na e-naslov: **nagradne.igre@kclj.si**, s pripisom ZA NAGRADNO KRIŽANKO.

Pripišite tudi svoje ime in naslov, kamor vam pošljemo nagrado (praktično darilo).

NAGRAJENKE NAGRADNE KRIŽANKE IZ JANUARSKE ŠTEVILKE, ki prejmejo **knjigo Najboljše z vrha**:

Alenka Kozar
Damjana Nemanič
Barbka Grčar