interno

Interni časopis Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana marec 2023 | št. 01

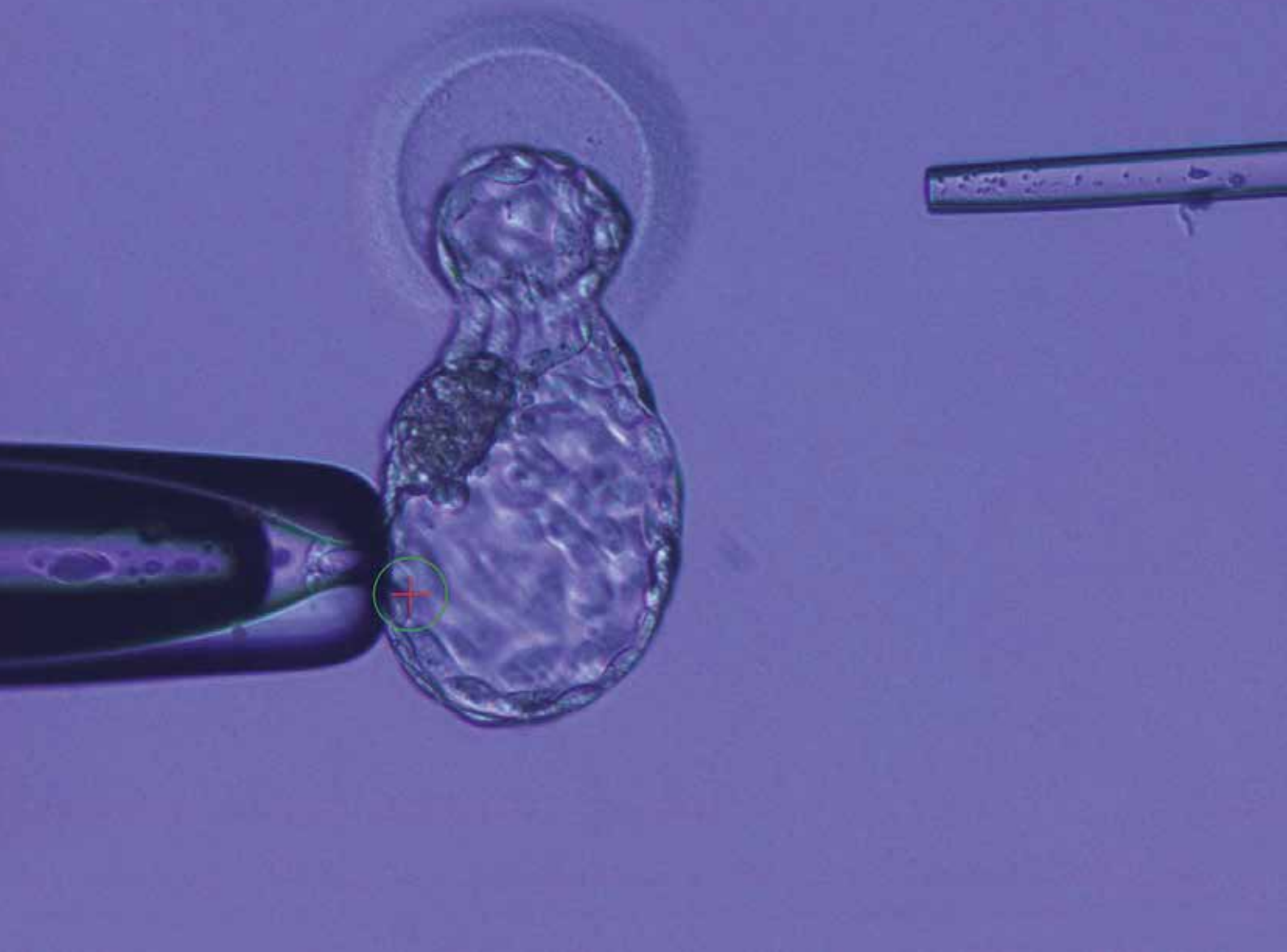
40 let od prve uspešne zanositve po postopku zunajtelesne oploditve

Generalni direktor doc. dr. Marko Jug: » *Sedaj imam priložnost, da pomagam celo več pacientom kot prej, in to me pomirja.*«

Velik mejnik v robotski kirurgiji – 1000 robotsko asistiranih posegov

Dolgoročne posledice covida-19 – DOLGI COVID

Mila Aldo: »*Všeč sem si v vlogi prostovoljke.*«



kazalo

3 UVODNIK
prof. dr. Adolf Lukanović, dr. med., višji svetnik

AKTUALNO

4 *»Sedaj imam priložnost, da pomagam celo več pacientom kot prej, in to me pomirja«*, pogovor z Markom Jugom, generalnim direktorjem UKC Ljubljana

7 270 let babištva na Slovenskem

8 Razstava ob 40. obletnici prve uspešne zanositve po postopku zunajtelesne oploditve

10 MOTNJE SPANJA: ne odlašajmo z obiskom zdravnika, dokler se ne zgodi kaj hudega

STROKOVNO

11 Naša zdravnika in nevroznanstvenika sta pripomogla k lažjemu diagnostificiranju hudih nevrodegenerativnih boleznih

12 V UKC Ljubljana velik mejnik v robotski kirurgiji – 1000 robotsko asistiranih posegov

14 Dolgoročne posledice covida-19 – DOLGI COVID

16 Vid Janša z Ginekološke klinike prejemnik ugledne nagrade International Medis Awards

16 100 uspešnih vstavitev omejevalnika pretoka skozi koronarni sinus

UTRIP UKCL

17 Nagrado za Najboljše prakse v zdravstvu 2023 tudi v UKCL

17 Uspešnih pet let Dispečerske službe zdravstva

17 Prenovljena endoskopirnica na Polikliniki z najsodobnejšo opremo

18 Na Ginekološki kliniki zaživel kolposkopski center

18 Donacija dveh ogrevalnih posteljic naši porodnišnici

19 Planica, Planica ...

19 Vrtec v bolnišnici se predstavlja z zgibanko

20 V SPOMIN
prof. dr. Marija Peča, dr. med.; Zdenka Janičijevič in Ema Šturm

21 KAJ MENIJO O NAS

26 PORTRET: Mila Aldo: *»Všeč sem si v vlogi prostovoljke«*

27 SPONZOR KRIŽANKE
Založba Chiara: Bachove cvetne esence za srečno in uravnoteženo življenje

28 NAGRADNA KRIŽANKA

Zaposleni na Ortopedski kliniki iskreno čestitamo sodelavki ANĐELIJI NASTIĆ za neverjetnih 49 delovnih let. Njena delovna pot pa se še nadaljuje v naslednje desetletje.

Draga Anđa, mi vsi ti želimo, da na tej poti prideš srečna in zdrava do cilja, ki si si ga zadala.

Si enkratna in neponovljiva.

TAKIH NE DELAJO VEČ.

Sodelavke in sodelavci iz Ortopedske klinike

Spoštovani pulmo tim,

hvala za veliko srce in močna pljuča, ki so napihnila balone Mihaeli v nasmeh ob njenem 14. rojstnem dnevu, ki si ga vsekakor ni zamišljala praznovati v bolnišnici. Hvala za vaš topel glas, v petju pesmice Vse najboljše za te, ki ji je polepšal dan. To je največji dokaz, da življenja rešuje ne samo vrhunsko znanje, strokovnost, timskost, opremljenost, ampak tudi srčnost in preprosta človečnost v celostnem pristopu k posamezniku.

Urška & Aleš Ojsteršek

uvodnik

100 let Ginekološke klinike

Življenje je minljivo, vendar sledi in spomini ostanejo. So resnice in dejstva, ki so brezčasna in neminljiva. Sem sodi tudi tradicija, ki je neizbrisljiva in je del našega življenja. Pošteno je, da jo sprejemamo in spoštujemo, njeno obletnico pa obeležimo in praznujemo. Če gre za delovanje ustanove, ki je ženskam in rodnosti namenila svoje plemenito poslanstvo, trajajoče celo stoletje, je prav, da se spomnimo njenih začetkov, razvoja in pomena za obstoj in razvoj naše družbe.

Prva porodnišnica v Ljubljani je bila v takratni meščanski bolnišnici v središču mesta. Po potresu se je porodnišnica preselila na Zaloško cesto. Po zaslugi profesorja porodništva na Babiški šoli prof. dr. Alojza Zalokarja je bilo kupljeno posestvo ob sedanji Šlajmerjevi ulici. V treh letih (1908-1910) je bilo zgrajeno za takratne čase moderno poslopje, v katerem je še danes del dejavnosti Ginekološke klinike. 20. marca 1923 je porodnišnico slovesno odprl načelnik ministrstva za narodno zdravje dr. Andrija Štampar in jo poimenoval Bolnišnica za ženske bolezni in porodništvo.

Bolnišnico za ženske bolezni ali – kot jo danes imenujemo Ginekološka klinika – je pesnik Tone Pavček poimenoval mesto čudeža življenja. Največja porodnišnica v državi, v kateri se je v 100 letih rodilo več kot pol milijona otrok, v najbolj plodnih letih preko 8000 otrok na leto, pa je, kot vse ostale porodnišnice v naši državi, danes priča upadanju števila rojstev.

100-letnico delovanja Ginekološke klinike kot vodilne terciarne ustanove v državi, ki je ustvarjala in razvijala ginekološko porodniško dejavnost od zgodnjih let 20. stoletja, bomo v letošnjem letu obeležili z več dogodki.

V vitrini avle Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana je od januarja na ogled razstava, posvečena razvoju babištva kot pomembne podstati porodniške dejavnosti, ki ima v našem prostoru častitljivo tradicijo, saj sega v leto 1753, ko smo v Ljubljani dobili prvo Babiško šolo in nato tudi prvi učbenik za babice v slovenskem jeziku. Hkrati bo 4. maja pred Babiško šolo odkrita spominska plošča ob 270-letnici začetka formalnega izobraževanja babic na Slovenskem.

V prizadevanjih za sodobno obravnavo na področju reproduktivne ginekologije je Ginekološka klinika eden od pionirjev uvedbe postopkov oploditve z biomedicinsko pomočjo, zato smo v marcu pripravili razstavo ob 40-letnici prve uspešne zanositve po postopku IVF.

14. aprila bomo na strokovnem srečanju predstavili novosti na področju ginekologije in porodništva ter sodobnih pristopov v zdravstveni obravnavi ter 26. aprila v parku Lidije Andolšek Jeras, poleg porodnišnice, nasproti Leonišča, odkrili doprsni kip imenovane, in sicer v spomin ter zahvalo za njen prispevek k razvoju in prepoznavnosti reproduktivne ginekologije doma in v svetu.

Celostna predstavitev zgodovinskega razvoja ginekologije in porodništva in pogled naprej bosta del strokovnega simpozija, posvečenega 100-letnici ustanovitve Bolnice za ženske bolezni in porodništvo Ljubljana, ki bo potekala v Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana 17. maja dopoldne. Istega dne zvečer pa bo v Gallusovi dvorani Cankarjevega doma slavnostna akademija pod častnim pokroviteljstvom predsednice Republike Slovenije dr. Nataše Pirc Musar.

Spoštovane kolegice in kolegi, vabimo vas, da se udeležite vsaj enega od naštetih dogodkov. Naj tradicija strahospoštovanja čudeža življenja živi naprej, saj rojstvo kot čudež življenja povezuje partnerje, zakonce, živa bitja , ljudi, krepi narod in gradi človeštvo. Rojstvo brezčasno izraža igro življenja z namenom preseganja samega sebe. Ali kot pravi George Bernard Shaw: Življenje je plamen, ki v lastnem ognju izgoreva, vendar znova vzplamti, ko dete se rodi.

prof. dr. Adolf Lukanović, dr. med., višji svetnik

interno

Interni časopis Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana
marec 2023, številka 01
Univerzitetni klinični center Ljubljana
Zaloška c. 2, 1550 Ljubljana, Slovenija

Glavni urednik: doc. dr. Marko Jug, dr.med., generalni direktor UKCL

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

Lektoriranje: Nina Krajnc

Fotografije: Tina Roš, Adobestock, Vectorstock, Shutterstock

Fotografija na naslovnici: Laboratorij za oploditev z biomedicinsko pomočjo, GK, UKCL

Oblikovanje: Ana Vedlin

Tisk: Grafex d.o.o., naklada: 1.500

univerzitetni klinični center ljubljana

VABIMO VAS, DA TUDI VI SOUSTVARJATE NAŠ ČASOPIS

Želimo si, da zaposleni v UKC Ljubljana tudi v letu 2023 čim bolj sodelujete pri vsebini časopisa. Prispevke, obvestila in fotografije, ki jih želite objaviti v naslednji številki, pošljite v uredništvo najkasneje do 15. maja 2023. 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

Saška Terseglav, Lucija Mak Uhan

»Sedaj imam priložnost, da pomagam celo več pacientom kot prej, in to me pomirja«

Pogovor z Markom Jugom, generalnim direktorjem UKC Ljubljana

Jeseni 2022 ste prevzeli vodenje zavoda kot v. d. direktorja, 25. januarja 2023 pa vas je svet zavoda potrdil za generalnega direktorja UKC Ljubljana. Kakšni so vaši vtisi po nekajmesečnem vodenju naše največje in najpomembnejše zdravstvene ustanove?

Ko sem jeseni privolil v prevzem vodenja kliničnega centra, sem bil prepričan, da gre zgolj za začasno in tehnično rešitev. Kot zdravnik sem namreč svoj pogled usmerjal predvsem v dobrobit pacienta in nisem bil prepričan, da je takšna perspektiva v menedžmentu tako zapletene in pomembne ustanove, ki predstavlja enega ključnih stebrov družbe, sploh sprejemljiva.

Na UKC Ljubljana namreč gledam z velikim spoštovanjem in hvaležnostjo, da me je sooblikoval v strokovnjaka in človeka.

Zavedal sem se, da bi ta navezanost na ustanovo in predanost medicini lahko predstavljala omejitev pri sprejemanju neprijetnih odločitev. Vendar sem hitro spoznal, da je večina najtežjih odločitev generalnega direktorja posredno ali celo neposredno povezana s stroko in končno vedno odloča o usodi pacienta. S tega vidika poznavanje temeljne dejavnosti in ljudi, ki oblikujejo ustanovo, ni več omejitev, temveč prednost, da lahko v ključnih zadevah prvi med enakimi odloča na osnovi pravih informacij, ob poznavanju vseh nezapisanih zakonitosti tako zapletenega sistema. Spoznal sem, da tudi kot generalni direktor lahko ohranim držo, ki je usmerjena predvsem v dobrobit pacienta, in da je to edina pot ustanove, za katero se kot generalni direktor lahko borim z večjo močjo.

Doc. dr. Marko Jug, dr. med., specialist travmatolog

Marko Jug je na ljubljanskem UKC že dve desetletji zaposlen kot kirurg na Kliničnem oddelku za travmatologijo, od tega 15 let kot specialist travmatolog za splošno travmatologijo in subspecialist za poškodbe hrbtenice in hrbtenjače na oddelku za kirurgijo hrbtenice.

Svoja znanja in ugotovitve lastnih raziskav, kot strokovnjak za diagnosticiranje ter operativno in konservativno zdravljenje poškodb hrbtenice in hrbtenjače predstavlja na mednarodnih kongresih in vabljenih predavanjih.

Kako sicer vidite razvoj te vrhunske osrednje državne zdravstvene ustanove, ki mora skrbeti za razvoj toliko različnih področij?

Univerzitetni klinični center Ljubljana predstavlja glavni steber slovenskega zdravstvenega sistema in je usmerjen v kakovostno zagotavljanje najširšega spektra zdravstvenih storitev za večino prebivalcev Slovenije. Pokriva celoten spekter sekundarnih storitev za pretežni del državljanov Slovenije in terciarne storitve za celotno državo. Ob tem UKC Ljubljana opravlja tudi vse urgentne hospitalne obravnave v Ljubljani. Vloga edine bolnišnice v glavnem mestu tako predstavlja posebnost v svetovnem merilu, saj je zaradi okrnjenega delovanja primarnega zdravstvenega sistema in drugih vzrokov UKC Ljubljana izpostavljen velikemu pritisku urgentnih obravnav tako na primarnem, sekundarnem kot terciarnem nivoju. Ta edinstveni primer prepletanja najrazličnejših zdravstvenih storitev predstavlja na eni strani izziv v zagotavljanju kadra in dostopnosti storitev, po drugi strani pa omogoča celostno obravnavo vseh najrazličnejših zdravstvenih stanj in hitro učenje kadrov ter možnost vzpostavljanja sinergij med posameznimi zdravstvenimi dejavnostmi. Velika razvejanost in vrhunskost posameznih specialnosti omogoča multidisciplinarni pristop k zdravljenju in s tem najvišji možni standard zdravstvene oskrbe.

Govoriva o ustanovi, ki je na določenih področjih v samem svetovnem vrhu, na nekaterih področjih pa so vendarle potrebne dodatne izboljšave.

Prva naloga je ohranitev vrhunskosti zdravstvenih storitev in neprekinjeno dostopnost terciarnih storitev za obravnavo najzahtevnejših pacientov, ki jo že sedaj nudimo. Napačno si namreč predstavljamo, da so storitve, ki jih nudimo sedaj, samoumevne. Družbene spremembe dolgoročno vplivajo tudi na zdravstveni sistem in delovanje UKC Ljubljana.

Družbena idealizacija dobička vodi v egocentrični sistem vrednot, kjer vsak posameznik zase zahteva le najboljše, ob tem pa pozablja na solidarnostni sistem, ki nam je omogočil dosedanji razvoj medicine in dostopnost najbolj vrhunskih storitev vsakemu državljanu.

Tudi medicina ni imuna na družbeni zasuk in potreben bo temeljit premislek, kako ponovno vzpostaviti vrednostni sistem, kjer bomo na temeljih akademske odličnosti in solidarnosti lahko razvijali medicinsko in zdravstveno stroko, skrbno vzgajali bodoče kadre ter omogočili motivirajoč razvoj vsem zaposlenim. Le na ta način bomo lahko nadgradili klinično, znanstveno-raziskovalno, razvojno in pedagoško delo, ki ga zahtevajo naraščajoče in spreminjajoče se potrebe moderne medicine. UKC je zato vedno bil in bo odvisen predvsem od ljudi, ki ga oblikujejo. Zato je skrb za ljudi ključ do uspeha in razvoja. Dodatno pa vidim prihodnost predvsem v tesnejšem sodelovanju in povezovanju med UKC Ljubljana in Medicinsko fakulteto, ustreznem vrednotenju in ločevanju sekundarnih in terciarnih storitev ter izboljšanju infrastrukturnih kapacitet. Vsekakor bosta za tak premik potrebna sodelovanje in razumevanje tako znotraj ustanove kot ključnih deležnikov zdravstvenega sistema in družbe.

Ste deveti direktor na čelu te ustanove v zadnjih 10 letih. Kako komentirate to številko?

Res je, v zelo kratkem času je bilo zelo veliko število menjav na vrhu UKC Ljubljana. Zagotovo to ni dobra popotnica za stabilnost tako kompleksnega sistema ter realizacijo začrtanih ciljev in strategije. Morda pa to ni naključje, saj se ustvarja idealna priložnost, da se nič ne premakne na bolje in da stopicamo na mestu. Zelo verjetno je to tudi odraz politične »nestabilnosti« države, še posebno zdravstvene politike, kjer v zadnjih desetletjih nismo bili sposobni nepristranskega strateškega razmisleka.

Je pa tudi res, da gre za izjemno odgovoren položaj.

In izjemno izpostavljen položaj, kjer človek hitro spozna iracionalno nesorazmerje med odgovornostjo in pooblastili, da o nagradi sploh ne govorim. Vse to so faktorji, ki negativno vplivajo na stabilnost vodstvene strukture in posledično na celotno delovanje.

Upam, da smo vsi dozoreli v spoznanju, da se v zdravstvu stvari ne morejo spremeniti čez noč, saj gre za izjemno občutljiv sistem, kjer se napake merijo v človeških življenjih, in da bomo v prihodnje delovali bolj strateško ter koherentno sledili vrednotam naše družbe.

Le tako bomo stvari premaknili z mrtve točke, brez pretresov in nasilja.

Kaj vse vas je pričakalo na mizi, ko ste nastopili mesto vršilca dolžnosti?

Ko sem nastopil mesto vršilca dolžnosti, me je na mizi čakalo kar nekaj »urgentnih« težav, ki so prav morda zaradi nestabilnosti vodenja že dobile brado. Prvi entuziazem v reševanju zastalih zadev je tako kaj kmalu trčil ob zid vkopanosti v lastne omejitve ljudi in ustanove kot celote, kjer zaradi kompleksnosti žal nemalokrat prevlada razmišljanje, da je bolje, da se nič ne spremeni, saj bi bile sicer težave še večje.

Vi (še) ne sodite mednje?

Ne, saj se s tem razmišljanjem ne strinjam. Neukrepanje ne more biti rešitev, v kolikor le-to predstavlja del problema. Prepričan sem, da bomo s tem, da bomo naredili vse, kar lahko naredimo, počasi stvari premaknili naprej in na koncu naredili tudi tisto, kar se trenutno vsem zdi nemogoče.

Sprejeli ste izziv vodenja v času, ki je menedžerjem zdravstvenih ustanov izrazito nenaklonjen. Tudi v smislu nagrajevanja.

Priznati moram, da mi ta korak predstavlja žrtev s strokovnega in osebnega, nenazadnje pa tudi finančnega vidika. Vendar če živiš v zelo pomembnem sistemu, ga opazuješ in morda celo kritiziraš ter mu želiš iskreno pomagati, se v trenutku, ko te sistem potrebuje, ne obrneš stran. Sam nisem nikoli izbiral lahkih poti. V življenju sem zmeraj izbiral najtežje poti in morda sem prav zato zdaj na tem mestu, ko se zdi vse najtežje in na robu prepada. Obenem pa sem tudi spoznal, da UKC Ljubljana ni ena oseba, temveč družina, v kateri lahko samo skupaj premikamo meje mogočega na način, da se poslušamo, podpiramo in drug drugemu dajemo najboljše, kar je v nas, s skupnim ciljem ustvariti boljšo prihodnost naše ustanove. Ta zaveza je ključna in spoznal sem, da krasi večino mojih sodelavcev. Da smo se kot ekipa morda zbudili ravno v času, ko vsi v družbi nemo opazujemo stopnjevanje otopelosti in resigniranosti med ljudmi, kar je zelo slab znak trenutnih razmer. Upam, da bomo z zavedanjem, da delamo pošteno in dobro, skupaj ponovno spoznali, da je delo v UKC Ljubljana življenjska priložnost in ne obsodba, kot nekateri to morda dojemajo. To ni osebni izziv, pač pa izziv za vse nas, zaposlene v UKC Ljubljana.

Kaj za vas pomeni vodenje in kakšen način vodenja vam je blizu? V čem ste v tem smislu drugačni od vaših predhodnikov na čelu te ustanove?

Sam sem pristaš t. i. »družinskega« vodenja, ki temelji na zaupanju, sodelovanju, pravičnosti in iskrenih odnosih. Prepričan sem, da je uspešnost tudi tako velike, a obenem občutljive in razvejane strukture na koncu odvisna od vsakega posameznika in medosebnih odnosov. Možna je le ob usklajenem delovanju in solidarnem ter pravičnem razporejanju obremenitev in nagrad med kadri in kliničnimi oddelki. Predpogoj za vzpostavitev takšnega delovanja pa je poznavanje strukture celotnega UKC Ljubljana, njegovih šibkih točk in vrlin, zato menim, da imam od svojih predhodnikov prednost, saj poglobljeno poznavanje UKC Ljubljana predstavlja temelj vodenja tako razvejane, močne, a obenem krhke strukture. Upal bi si trditi, da je bil model delovanja UKC Ljubljana v preteklosti verjetno precej izpostavljen različnim interesom in je bil zato bolj podoben »džungli«, kjer se stalno bijejo boji za prevlado in na koncu prevlada argument moči in ne moč argumenta. Na ta način ustanova zagotovo ne bo mogla nadaljevati in prosperirati. Treba bo zgraditi zaupanje in sodelovanje, ki temeljita na nepristranskem in odgovornem odločanju vodstva na osnovi jasnih podatkov in sodil. Seveda pa je UKC Ljubljana tako močno družbeno vpet, da si tovrstnega videnja želimo tudi na strani ostalih odločevalcev in družbe kot celote. Osebno ocenjujem, da je trenutek pravi in je pred nami izvrstna priložnost, ki je ne smemo zamuditi.

Kako torej komentirate prihajajočo zdravstveno reformo, ki jo je napovedala vlada? Kaj bi po vašem mnenju morali biti bistveni koraki te reforme?

V zadnjih nekaj desetletjih se je v zdravstvu nabralo veliko težav, ki potrebujejo sistemske rešitve, predvsem v modelu financiranja ter na kadrovskem in infrastrukturnem področju. Zaenkrat je sicer po moji oceni sama zdravstvena storitev na zelo visoki ravni, vendar ji brez strukturnih sprememb grozi degradacija, težave pa imamo trenutno predvsem pri dostopnosti. Čeprav še ne razpolagamo z natančnejšimi napovedmi prihajajoče reforme, podpiram namero vlade, da se pacienta uvrsti v središče reforme in ustvari transparenten javni zdravstveni sistem, ki bo nevtraliziral parcialne interese ter omogočil nadaljnji razvoj stroke in solidarno dostopnost zdravstvene storitve. Verjetno ni bilo še nikoli v zgodovini Slovenije toliko energije vložene v zdravstveno reformo, s katero se ob Ministrstvu za zdravje ukvarja tudi Strateški svet in konec koncev tudi celotna družba. In prav je tako, saj reforma lahko uspe le, če bomo zanjo dosegli družbeni konsenz.

Kako komentirate izjavo predsednika vlade, da 880 zdravnikov iz vaše ustanove dela pri zasebnikih?

Številka je okrog 550. Soglasja imajo zdravniki in zobozdravniki, medicinske sestre, zdravstveni tehniki, radiološki inženirji, klinični psihologi ipd. Res pa je, da v tej številki prevladujejo zdravniki in zobozdravniki.

Menite, da na ta način lahko gradite pripadnost zaposlenih, ki delajo v najbolj elitni zdravstveni ustanovi v državi?

Osebno se bom zavzemal, da bi imeli vsi, ki sedaj delajo drugje, možnost za primerljivo plačilo delati v UKC Ljubljana.

Zagotovo si naši zaposleni želijo delati dodatne programe v lastni ustanovi, tudi z vidika lastne varnosti, vendar JZZ zaradi vseh davčnih in drugih obremenitev, ki jih nosi (dopust, bolniška, izobraževanja itd.), ne more biti konkurenčen drugim ponudnikom, ki plačujejo le efektivno delovno uro ali poseg že izdelanega specialista. Odgovornost JZZ pa je tudi sicer bistveno širša in zdravstveno ustanovo ne smemo degradirati v surovo proizvodnjo zdravstvenih storitev, saj je medicina vse drugo kot to. S tega vidika smo v zelo občutljivem trenutku, ko zdravstvena storitev pridobiva tržno vrednost in s tem postaja zanimiva tržna panoga, ki stopnjuje družbeni pritisk na odločevalce. S tem se pojavlja tveganje, da se razvoj medicine usmeri v ustvarjanje dobička, ki pa je možen le v določenih segmentih medicine, ki ne nujno prinašajo največ zdravja ljudem, ostale, finančno manj atraktivne storitve, ki so za zdravje prebivalstva bolj pomembne, pa s tem lahko izgubljajo vrednost, zanimanje strokovne javnosti ter končno tudi kvaliteto in dostopnost. Pomembno vlogo na tem področju pa igra tudi industrija. Ne glede na razvoj dogodkov bo cilj UKC Ljubljana vedno zagotavljanje vrhunskih zdravstvenih storitev, tudi najdražjih in najmanj donosnih. Za to pa bo v prihodnje treba vzpostaviti primerljive pogoje delovanja, ki bodo omogočali konkurenčno poslovanje JZZ in drugih ponudnikov zdravstvenih storitev, da bodo tudi JZZ lahko motivirali in pravično nagrajevali kader, sicer bo vsaj delna kadrovska erozija neizogibna. Pripadnost UKC Ljubljana sicer zagotovo ni vezana na zaslužek, temveč predvsem na vrhunskost terciarnih storitev, raziskovanje in razvoj, ki navadno niso del bolj tržno usmerjenih segmentov medicine, zato se za predanost strokovnjakov ni bati, treba pa jih je ustrezno nagraditi.

Kako nameravate usklajevati izzive vodenja UKC s strokovnimi izzivi vašega dosedanjega zdravniškega dela, ki je vidno tudi v strokovni javnosti?

To je velik izziv. Trudim se ohranjati stik s pacienti in stroko. Če je le mogoče, grem v ambulanto, operacijsko dvorano, svetujem mlajšim kolegom in tudi dežuram. Biti zdravnik pomeni, da se moraš nenehno učiti, kar je sedaj seveda težje, vendar še vedno je in bo moje prvo poslanstvo. Svoj položaj poskušam gledati na način, da imam sedaj morda priložnost, da pomagam celo več pacientom kot prej, in to me pomirja.

Prav od ljudi, pacientov, ki sem jih zdravil, sem se namreč naučil, da ne smemo nikoli obupati. Da je življenje polno izzivov in se v vsakem trenutku lahko obrne na glavo, vendar tu je, da ga živimo in se borimo naprej ter ne objokujemo zamujenih priložnosti.

Na oddelku, kjer se ukvarjamo s poškodbami hrbtenice in hrbtenjače, namreč srečujemo težke zgodbe ljudi, ki nas zaznamujejo in povezujejo hkrati. Kjer nas pacienti učijo, da moramo narediti vse, pa čeprav uspeh ni zagotovljen ali takoj viden. Le tako lahko živimo mirne vesti in prav zato sem tudi sam svojo strokovno pot ter energijo vložil v reševanje enega najzahtevnejših izzivov v medicini, reševanje poškodbe hrbtenjače. Skupaj s sodelavci smo vzpostavili zavidljiv oddelek, ki je po svoji učinkovitosti in znanstvenih dosežkih poznan v Evropi in svetu. Nikoli se ne bom oddaljil od tega izziva, saj zgodba tu še ni zaključena. Prepričan pa sem, da bomo s sodelavci nadaljevali zastavljeno pot in postopno izboljševali oskrbo. Korak za korakom, vztrajno, kakor naši pacienti.

Ali boste po imenovanju še vedno imeli funkcijo na Zdravniški zbornici Slovenije kot predsednik skupščine?

S predsednico ZZS prof. dr. Beović sva ugotovila, da sta funkciji združljivi. Tudi kolega doc. dr. Završnik je kot direktor ZD Maribor uspešno vodil skupščino. Morda bi celo lahko rekel, da je dodatna širina, ki jo daje vodenje družbeno in politično tako pomembne ustanove, prednost, saj omogoča pogled na trenutno zdravstvo z različnih zornih kotov, obenem pa zaenkrat v opravljanju obeh funkcij še nisem naletel na morebiten konflikt interesov. Interes je namreč skupen – kakovosten zdravstveni sistem. ▪

Gordana Njenjić, mag. zdr. neg., dipl. m. s., babica

270 let babištva na Slovenskem

Začetek formalnega babiškega izobraževanja v Ljubljani se je zgodil leta 1753 po naročilu cesarice Marije Terezije za Kranjsko deželo. Babiška šola sodi med najstarejše tovrstne v Evropi, ki je neprekinjeno izobraževala do leta 1984, ko je bila ob šolski reformi ukinjena.

Babice v porodni sobi, 1971

Lokacija porodnišnic in najdišnic v Ljubljani se je veliko spreminjala, posledično tudi lokacija babiške šole, ker sta vedno hodili z roko v roki. V letu 1789 je bil odprt prvi oddelek porodnišnice in najdišnice (Lavrič). V meščanski bolnišnici, ki je stala na mestu današnje vile Kresije nasproti Filipovega dvorca čez cesto. Med drugim je zapisano, da je to prva porodnišnica na slovenskem ozemlju. V tej porodnišnici so bodoče babice pridobivale svoje znanje. V letu 1809 se je porodnišnica in najdišnica preselila v stavbo, ki je stala v Marxovem parku. V tej porodnišnici je bilo veliko več porodnih postelj in postelj za otročnice. Zraven sta bili še dve manjši sobi za 1. in 2. letnik učenk babiške šole (Gradišek). Takrat so potekali tako imenovani tečaji za babice, ki so trajali leto in pol do dve leti. Med potresom 1895 se je stavba porušila, zato se je čez eno leto ginekološki in porodniški oddelek preseli v 3. paviljon deželne bolnišnice, kasneje splošne bolnišnice na Zaloški cesti. Ob večjem številu porodov in vse več ginekoloških bolnic so prostori postali premajhni. Profesor Alojz Zalokar je problematiko z argumenti predložil na ljudsko zdravstvo v Beograd s prošnjo za nakup večjih prostorov. Kraljevina Srbov, Hrvatov in Slovencev je 16. oktobra 1921 sklenila pogodbo in kupila posest ob Stari poti 3, sedanji Šlajmerjevi ulici 3. Prve porodnice in ginekološke bolnice je začela Porodniška klinika sprejemati 23. januarja leta 1923. Sočasno se je v to stavbo preselila tudi babiška šola z internatom.

Prof. dr. Lunaček je vso svojo skrb posvetil razvoju porodništva za vso Slovenijo. Porode na domu je preusmerjal v porodnišnice, ker je menil, da je to za ženske varnejše. Število porodov, ki jih je bilo v letu 1945 v porodnišnici 1644 ali 4 porodi dnevno, se je čez 10 let, leta 1954, dvignilo na 5327 ali 14 porodov dnevno. Na njegovo pobudo se je začelo tudi z zdravstveno vzgojo pri ženskah (Jarnovič). Ponovno je začelo prihajati do prostorske stiske.

Prof. dr. Lunaček je predlagal gradnjo babiške šole z internatom na vrtu porodnišnice. Želel je pridobiti več kadra. Pri gradnji so pomagali vsi zaposleni, gojenke, ki so že hodile v šolo in novo vpisane v šolo, pa tudi sam ravnatelj, prof. dr. Lunaček. V letu 1950 je bila zgrajena Babiška šola z internatom, ki še danes stoji na Šlajmerjevi ulici 3A. Prostori v prvem nadstropju so bili namenjeni bivanju in spanju učenk, spodaj so bile učilnice, imeli pa so tudi kuhinjo in jedilnico, pri čemer so dežurne učenke prinašale hrano iz Leonišča in jo samo razdeljevale v šoli. Režim v šoli in internatu je bil strog, določen z mnogimi pravili. Ob večjih posegih in dogajanjih ponoči so bile gojenke celo zbujene, da bi opazovale določene posege.

V letu 1984 so zadnje gojenke končale štiriletno babiško šolo. Po tem času je družba postala deljena. Izkazali so se različni predlogi glede potreb in načina izobraževanja babic. S tem je bilo tudi prekinjeno izobraževanje, ki je trajalo od leta 1753. Z napori in podporo tedanje politike se je babiško izobraževanje nadaljevalo v letu 1996/97 in to na visoki strokovni stopnji izobraževanja. Fenomen tega izobraževanja je, da je bilo na naših tleh prvič v zgodovini dovoljeno, da se na tem področju izobražujejo tudi moški. Diplomanti so dobili strokovni naziv diplomirana babico/diplomirani babičar. ▪

Babica Anka Grm pri porodu z gojenkami

Jutranja nega novorojenčkov na oddelku otročnic

Pisanje kontrolke pri babici Kristini

Razstava ob 40. obletnici prve uspešne zanositve po postopku zunajtelesne oploditve

Slovenija je v svetu vodilna po zunajtelesnih oploditvah. Pri nas je tako spočetih 5 odstotkov otrok ali skoraj tisoč letno. Trenutno je v vsakem razredu vsaj en otrok spočet s postopkom zunajtelesne oploditve. Mi jih s ponosom imenujemo »naši otroci.«

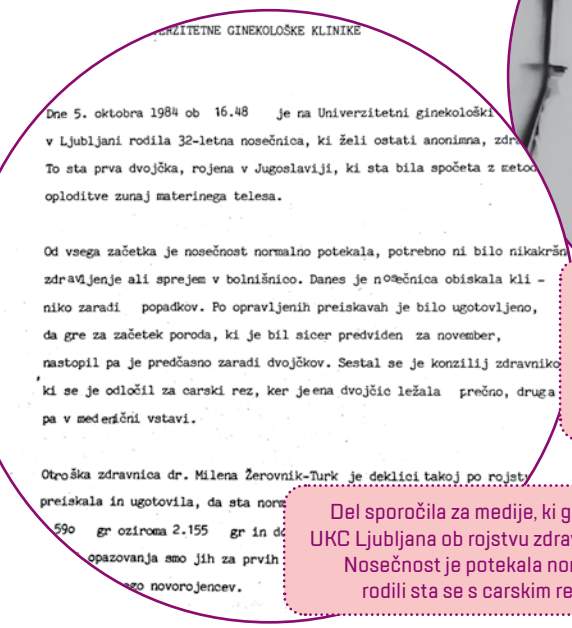
Ob 40. obletnici prve uspešne tovrstne zanositve pri nas je avli glavne stavbe ljubljanskega UKC na ogled priložnostna razstava. Ustvariti novo življenje, vzgojiti prave pogoje za rast in razvoj zarodka, sprejemati in poroditi otroka na ta svet je neprecenljivo.

Danes izvajamo vse postopke sodobne reproduktivne medicine. Tako pri ženskah kot tudi pri moških. Z uvedbo metode neposrednega vnosa semenčice v citoplazmo jajčne celice lahko do svojih bioloških otrok pridejo tudi moški, ki imajo močno zmanjšano kakovost semena, in celo tisti, ki v semenskem izlivu nimajo semenčic in le te dobimo z biopsijo mod.

Leta 1983 smo na Ginekološki kliniki opravili prvo zunajtelesno oploditev in tako postavili nov mejnik v reproduktivni medicini. Do prve nosečnosti je prišlo že v prvem letu delovanja, do prvega poroda dvojčic pa v letu 1984.

Uspešen projekt se je začel leta 1982, ko je akad. Lidija Andolšek Jeras ustanovila skupino za zunajtelesno oploditev, ki je sodelovala s sodelavci Inštituta za mikrobiologijo (MF v Ljubljani) pod vodstvom **Mihe Likarja**, in s sodelavci Inštituta za nuklearno medicino KC pod vodstvom **Bojana Varla**. V njej so delovali (z leve) **Helena Hren Vencelj**, **Martina Ribič Pucelj**, **Tomaž Tomaževič**, **Helena Meden Vrtovec**† in **Marija Pompe Tanšek** (ni na sliki).

5. 10. 1984 sta se rodili prvi dvojčici v Sloveniji, ki sta bili spočeti po postopku zunajtelesne oploditve. Ginekološka klinika Ljubljana je postala ena izmed prvih klinik na svetu, ki je uspešno opravljala tovrstne postopke.



ZERZITETNE GINEKOLOŠKE KLINIKE

Dne 5. oktobra 1984 ob 16.48 je na Univerzitetni ginekološki
v Ljubljani rodila 32-letna nosečnica, ki želi ostati anonimna, zdr
To sta prva dvojčka, rojena v Jugoslaviji, ki sta bila spočeta z meto
oploditve zunaj materinega telesa.

Od vsega začetka je nosečnost normalno potekala, potrebno ni bilo nikakršn
zdravljenje ali sprejem v bolnišnico. Danes je nosečnica obiskala kli -
niko zaradi popadkov. Po opravljenih preiskavah je bilo ugotovljeno,
da gre za začetek poroda, ki je bil sicer predviden za november,
nastopil pa je predčasno zaradi dvojčkov. Sestal se je konzilij zdravniko
ki se je odločil za carski rez, ker je ena dvojčic ležala prečno, druga
pa v medenični vstavi.

Otroška zdravnica dr. Milena Žerovnik-Turk je deklici takoj po rojstv
preiskala in ugotovila, da sta norm
590 gr oziroma 2.155 gr in d
opazovanja amo jih za prvih
azo novorojencev.

Del sporočila za medije, ki ga je izdal UKC Ljubljana ob rojstvu zdravih dvojčic. Nosečnost je potekala normalno, rodili sta se s carskim rezom.

Darovanih spolnih celic v Sloveniji ni dovolj. Darovalke in darovalci so lahko ženske, stare 18–35 let, in moški, stari 18–55 let, ki želijo darovati svoje spolne celice neplodnim parom. Darovanje poteka na Ginekološki kliniki Ljubljana, na Kliničnem oddelku za reprodukcijo, informacije pa so dostopne tudi na www.reprodukcija.si.

ZANIMIVOST

» Slovenija je tako majhna, da zakon dovoljuje uporabo darovanih celic iste darovalke ali semena istega darovalca za spočetje in rojstvo otrok v največ dveh različnih slovenskih družinah.

1976	ustanovitev Semenske banke
1977	zamrzovanje semena
1982	ustanovitev Skupine za zunajtelesno oploditev (ZO)
1983	izvajanje klasičnih postopkov ZO
1983	1. zanositev po klasične postopku ZO
1984	rojstvo prvih dvojčic po postopkih ZO
1994	uvedba metode ICSI
1994	gojenje zarodkov do blastociste
1994	zamrzovanje in odmrzovanje zarodkov
2001	darovalski postopki z darovanimi jajčnimi celicami in semenom
2002	zamrzovanje in odmrzovanje jajčnih celic in tkiva jajčnika
2003	predimplantacijsko genetsko testiranje
2008	selekcija semenčec za ICSI z IMSI
2011	hitro zamrzovanje (vitrifikacija) zarodkov in jajčnih celic
2012	Konzilij za hranjenje genetskega materiala
2015	dozorevanje jajčnih celic
2016	zanositev po prenosu zarodka pri bolnici po onkološkem zdravljenju
2018	rojstvo po zamrzovanju zarodkov pred onkološkim zdravljenjem
2022	rojstvo po zamrzovanju jajčnih celic zaradi nizke ovarijske rezerve

Izjemen razvoj dejavnosti je temeljil na napredku tehnologije, strokovnih dognanjih in nenehnem trudu zaposlenih. Delo zdravnikov, embriologov in medicinskih sester na področju reproduktivne medicine ni enostavno. Njihova roka mora biti natančna, znanje obsežno in beseda sočutna.

Še vedno hranimo prvi mikroskop iz leta 1956, s katerim se je pregledovalo seme neplodnih moških.

Vezni člen med zdravniki, bolnicami in embriologi so visoko usposobljene in predane sestre, brez katerih si Kliničnega oddelka za reprodukcijo ne moremo predstavljati. Enake kot pred 10 leti (z leve): **Renata Serajnik**, **Nina Pogačnik**, **Lijana Šardi**, **Andreja Peterlin** (glavna sestra KOR), **Sonja Dobrovc** (glavna sestra Oddelka za OBMP), **Cveta Pangrc**, **Maja Šorli**.

Daljnega leta 2000 so embriologe še imenovali biologi. Z leve sedijo **Brigita Valentinčič Grudent**, **Jerneja Kmecl**, Lili Bačer Kermavner, Jožica Mivšek in takratna vodja **Irma Virant Klun**.

Razlika v opremi, ki jo potrebujemo v današnjih časih, je očitna. Zmogljiv mikroskop z natančnim hidravličnim sistemov za mikromanipulacijo spolnih celic in laserjem za biopsijo zarodkov.

ZANIMIVOST

» Za namen znanosti smo bili sposobni narediti marsikaj. Tako so embriologinje nekoč epruvete z vzorci iz jajčnih mešičkov med laboratoriji prenašale s priročnimi grelci (beri: v nedrjih).

Embriologi, ki s svojimi natančnimi rokami sodelujejo v tem čudežu nastanka življenja. Z leve: **Martin Štimpfel** (vodja Laboratorija za OBMP), **Lili Bačer-Kermavner**, **Patricia Petrič**, **Jožica Mivšek**, **Sanja Ozimič**. Na sliki manjkata **Julija Benko Miler** in **Gregor Golob**.

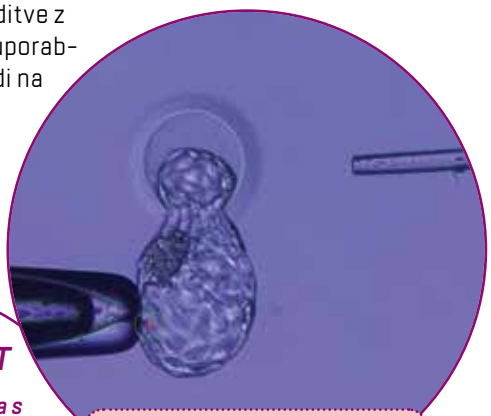
Osnovna načela postopkov zunajtelesne oploditve uporabljamo tudi za hranjenje genetskega materiala pri bolnicah z rakom in pri znižani rezervi jajčnih celic.

Jajčne celice, semenčice in zarodke hranimo veliko let v slamicah v tekočem dušiku pri zelo nizkih temperaturah (-196 °C).

ZANIMIVOST

» Naš trud shranjevanja genetskega materiala je leta 2018 obrodil sadove. Bolnici, ki je uspešno premagala rakavo bolezen, se je rodil zdrav otrok. Njene jajčne celice smo shranili pred onkološkim zdravljenjem.

Principe postopkov oploditve z biomedicinsko pomočjo uporabljamo in nadgrajujemo tudi na drugih področjih. Eno od takih je pri odkrivanju in preprečevanju prenosa težkih genetskih bolezni na potomstvo.



Blastocista, ki je pripravljena za biopsijo celic za predimplantacijsko genetsko testiranje (PGT).

ZANIMIVOST

» Biopsija zarodka s pridobitvijo nekaj celic zarodka za genetsko testiranje je prva diagnostična »operacija«, ki sta jo znanost in medicina trenutno sposobni izvesti v življenju zarodka.

Oglejte si video, ki smo ga posneli ob 40-letnici prve uspešne zanositve z IVF:

Avtorji razstave: Vesna Šalamun, Martin Štimpfel, Lili Bačer-Kermavner,Sara Korošec, Helena Ban Frangež

Enota za odnose z javnostmi

MOTNJE SPANJA: ne odlašajmo z obiskom zdravnika, dokler se ne zgodi kaj hudega

Poznamo 90 različnih oblik motenj spanja, najpogostejša med njimi je kronična nespečnost, s katero se po nekaterih ocenah spopada celo 30 odstotkov splošne populacije in je najpogostejša motnja spanja v odraslem obdobju, pojasnjuje prof. dr. **Leja Dolenc Grošelj**, dr. med., specialistka nevrologije in klinična nevrofiziologinja, vodja Centra za motnje spanja (CMS) na Inštitutu za klinično nevrofiziologijo Nevrološke klinike UKCL.

Center za motnje spanja v UKC Ljubljana je edini terciarni center v Sloveniji, kamor so napoteni bolniki z najrazličnejšimi motnjami spanja v Sloveniji. Podoben Center za otroke in mladostnike obstaja še v SB Celje in ga vodi doc. dr. Barbara Gnidovec Stražišar, dr. med. Nevrologi se ukvarjajo npr. s centralnimi motnjami dihanja v spanju v povezavi z možgansko kapjo in motnjami dihanja v spanju pri živčno-mišičnih bolnikih. Veliko skupino motenj spanja predstavljajo različne motnje spanja, ki se odražajo kot huda prekomerna dnevna zaspanost. Gre denimo za ljudi, ki delajo napake na delovnem mestu, povzročajo prometne nesreče, iz nenadnega razloga zavijejo na drugo stran ceste …

Tu so še motorični dogodki ponoči, denimo sindrom nemirnih nog, periodični gibi udov v spanju in različne parasomnije, kot so hoja v spanju, prebujanje ali kričanje ponoči. Vedenjska motnja REM-faze spanja se lahko pojavi že leta, preden se razvije Parkinsonova bolezen ali demenca. Motnje spanja v smislu cirkadianih motenj srečujemo pri ljudeh, ki opravljajo nočno in izmensko delo.

Motenj je veliko, tisti z najhujšimi težavami pa pridejo v terciarni center, povzame prof. Dolenc Grošelj, ki nam je ob dnevu spanja v sklopu letošnjega tedna možganov odgovorila na nekaj vprašanj.

KDAJ JE SMISELNO BOLNIKA NAPOTITI V VAŠ CENTER?

Pri težavah ponoči, ki so tako hude, da zaradi tega oseba ne more delovati podnevi, ima težave v šoli, pri delu, je zaspana v avtu, da skoraj ali celo povzroči prometno nesrečo, sta nujni nadaljnja diagnostika ali obravnava.

Pogosto pa bolniki pridejo k nam šele po tem, ko se zgodi kaj hudega: ko nekdo v parasomniji skoči skozi okno, poškoduje sebe ali partnerja, povzroči prometno nesrečo, ko ne more funkcionirati v službi, zaspi na delovnem mestu.

GRE TOREJ ZA ŽIVLJENJE OGROŽAJOČA STANJA …

Tako je. Letošnji slogan svetovnega dneva spanja je »Spanje za dobro zdravje«, saj se premalo zavedamo, da je spanje pomembno tudi zato, da ne razvijemo kroničnih bolezni.

Možgansko kap zaradi motnje dihanja v spanju bi lahko preprečili, če bi težave prepoznali pravočasno: če nekdo smrči, neha dihati za več kot 10 sekund, se zbuja utrujen, z glavoboli, je potrebno obiskati osebnega zdravnika.

KAKO POTEKAJO PREISKAVE?

Najprej pogledamo napotno diagnozo in stopnjo nujnosti: če dobimo bolnika, o katerem ne vemo pravzaprav nič, zdravnik pa ga je napotil na nočno snemanje, najprej naredimo ambulantni pregled: z njim se pogovorimo, pogosto tudi s partnerjem, da izvemo, kaj se dogaja ponoči, kakšni so ti dogodki, šele nato se odločimo za snemanje v laboratoriju.

Glede na to, kaj pričakujemo od snemanja, bomo s polisomnografijo snemali različne parametre: možgansko aktivnost, gibe zrkel, mišično aktivnost, dihanje na različni nivojih, saturacijo, EKG … gibe nog, z infrardečo kamero spremljali gibe telesa, z mikrofonom snemali smrčanje. PSG lahko izvajamo v laboratoriju za motnje spanje, na drugih oddelkih Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana ali na bolnikovem domu. Če imajo bolniki težave s prekomerno dnevno zaspanostjo, denimo pri osebah z narkolepsijo, po prespani noči v laboratoriju vedno opravimo tudi teste zaspanosti.

KAJ PA NARKOLEPSIJA OZIROMA PATOLOŠKA ZASPANOST?

Narkolepsijo je prvič opisal leta 1880 Gelineau in nato leta 1887 še Westphal. Je huda redka nevrološka bolezen, pri kateri gre za pomanjkanje hipokretina. Trenutno pri nas vodimo 150 takšnih bolnikov, je pa doba od prvega simptoma do potrditve bolezni zelo dolga: pred desetimi leti je bilo to v Sloveniji 17 let – ljudje so občutili hude posledice, izgubljali službe, ker so bili ocenjeni kot leni in nezainteresirani, bili pa so patološko zaspani.

Pred petimi leti pa je naša študija pokazala, da se je ta doba zdaj skrajšala na dve leti, kar pomeni, da je ozaveščenost družbe prišla do ravni, ko se ljudje s težavami hitreje prepoznajo in o tem poročajo osebnemu zdravniku, ki jih ustrezno usmeri v naš Center za motnje spanja. V Sloveniji imamo na voljo vso diagnostiko in tudi zdravila, zato je resnično pomembno, da bolnik prejme ustrezno terapijo, ki mu omogoča kakovostno življenje. Na področju motenj spanja in narkolepsije smo med vodilnimi v Evropi – smo soavtorji evropskih smernic za diagnosticiranje in zdravljenje nespečnosti, eksperti na področju centralnih hipersomnij, narkolepsije. Vsekakor je naš Center primerljiv ostalim evropskim laboratorijem za motnje spanja.

ALI SPLOH OBSTAJA ZDRAVILO ZA MOTNJE SPANJA?

Motnje spanja lahko uspešno zdravimo. Nekatere lahko pozdravimo, druge so kronične in potrebujejo doživljenjsko terapijo in spremljanje. ▪

Naša zdravnika in nevroznanstvenika sta pripomogla k lažjemu diagnostificiranju hudih nevrodegenerativnih boleznih

Sodelovala sta pri raziskavah naprednih analitičnih metod, s pomočjo katerih je ob slikanju možganov zaznati spremembe, še preden se pojavijo prvi znaki bolezni

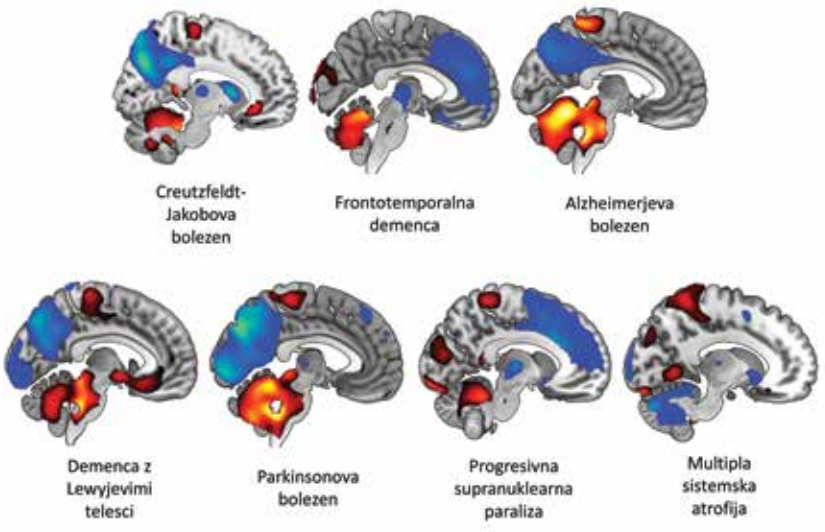
Matej Perovnik in Tomaž Rus

Nevrodegenerativne bolezni možganov so trenutno še vedno neozdravljive kronične bolezni, ki predstavljajo veliko breme za bolnike in njihove svojce. Veliko napora pa se v zadnjih letih vlaga v različne raziskovalne projekte, tudi na Nevrološki kliniki v Ljubljani. Na Kliničnem oddelku za bolezni živčevja že vrsto let plodno sodelujejo s Kliniko za nuklearno medicino ter mnogimi raziskovalnimi centri po Evropi in svetu. Eden izmed vrhuncev preteklega raziskovalnega leta je predstavljala objava v prestižni reviji *Nature Reviews Neurology*, kjer prvo avtorstvo nosita slovenska raziskovalca iz UKC Ljubljana.

Pregledni članek, v katerem sta mladi raziskovalec Matej Perovnik, dr. med., in specialist nevrologije asist. Tomaž Rus, dr. med., skupaj z dvema kolegoma iz Centra za nevroznanost na Inštitutu za medicinske raziskave Feinstein v New Yorku predstavila napredek na področju mrežnih analiz možganov, je močno odmeval tako v slovenski kot svetovni strokovni javnosti. Analitične metode za oceno mrežne aktivnosti, tj. metode, s katero se možganov ne analiza le po posameznih delih, temveč kot v omrežje povezano celoto, so bile prvotno razvite za analizo slik presnove možganov, pridobljene s slikanjem FDG PET. K napredku in obsežni literaturi na področju nevrodegenerativnih bolezni je veliko prispevala tudi raziskovalna skupina, ki jo vodi izr. prof. dr. Maja Trošt, dr. med., in že vrsto let uspešno povezuje raziskovalce znotraj UKC Ljubljana.

> *Na slikah FDG PET možganov so spremembe vidne zgodaj v poteku bolezni in nastanejo še pred pojavom atrofije, ki jo lahko opazujemo recimo s slikanjem z magnetno resonanco.*

Z uporabo t. i. skalirnega subprofilnega modela, ki temelji na analizi glavnih komponent (SSM/PCA), lahko na podlagi slik bolnikov in zdravih preiskovancev izluščimo značilen presnovni možganski vzorec. Prvi tak vzorec presnovne povezanosti je bil identificiran pri Parkinsonovi bolezni. Posebnost analize pa je, da se lahko v naslednjem koraku izraženost oziroma prisotnost vzorca prospektivno izračuna pri posameznem preiskovancu. Rezultat analize je izraženost vzorca oz. osebna vrednost za določen značilen presnovni vzorec. To vrednost lahko nato zdravnik uporabi pri diferencialno diagnostičnim dilemah – pri enem posamezniku lahko namreč določimo mere izraženosti več presnovnih vzorcev. Raziskave pa kažejo tudi, da bi jih lahko uporabili za napoved poteka ali pri spremljanju odziva na zdravljenje.



Funkcijske spremembe v možganih so vidne že zelo zgodaj v poteku nevrodegenerativnih bolezni. Recimo bolezenski proces pri kognitivnem upadu, katerega zadnja stopnja je demenca, se podobno kot pri Parkinsonovi bolezni začne že desetletja pred pojavom kliničnih simptomov. Natančna diagnoza ima pomen tako pri načrtovanju zdravljenja, še posebej tistega z naprednejšimi metodami, kot tudi pri prognozi. V zadnjem času znanost pri zdravljenju teh bolezni, še posebej Alzheimerjeve, dosega velike preboje, bolnikom pa so ponekod že na voljo nova zdravila, ki upočasnjujejo napredovanje bolezni. Zdi se, da zdravila delujejo precej boljše, če se z njim začnejo zdraviti bolniki v zgodnji fazi bolezni, ko možgani še niso tako močno poškodovani. To pomeni, da bi morali ljudje zdravnika obiskati že ob prvih težavah s spominom, ti pa bi jih morali nato po prvem pregledu ustrezno poslati na dodatne preiskave, ki ugotavljajo, ali je vzrok za njihove težave Alzheimerjevo bolezen ali kaj drugega. Tudi zaradi skorajšnjega prihoda tega in drugih zdravil je natančna diagnoza, h kateri pomembno pripomorejo tudi omenjene slikovne preiskave možganske presnove, še posebej pomembna.

Pregledni članek so avtorji zaključili z mislijo, da so te metode sedaj tako trdno validirane, da so pripravljene za testiranje v realnem kliničnem okolju. V luči tega spoznanja so raziskovalci na Kliniki za nuklearno medicino in Nevrološki kliniki že zqčeli s projektom, ki bo omogočil testiranje opisanih metod v kliničnem okolju. ▪

asist. dr. Simon Hawlina, dr. med., doc. dr. Jan Grosek, dr. med., svetnik

V UKC Ljubljana velik mejnik v robotski kirurgiji – 1000 ROBOTSKO ASISTIRANIH POSEGOV

Delo kirurga na konzoli

Ob preseženem velikem mejniku lahko rečemo, da je robotska kirurgija upravičila vsa pričakovanja in jih na nekaterih področjih tudi presegla. V UKC Ljubljana lahko operiramo z najmodernejšo tehnologijo in ne zaostajamo več za zahodnim svetom. Rezultati naše obravnave so celo boljši, zato smo postali prepoznavni in cenjeni v Evropi, kar izkazujemo z vabljenimi predavanji na mednarodnih kongresih, objavami v strokovni literaturi in iskanjem naših storitev s strani bolnikov iz tujine. Določene posege izvajamo multidisciplinarno.

> *Zadovoljstvo bolnikov in kirurgov je izjemno, zato resno razmišljamo o nabavi dodatnega sistema, ob tem pa menimo, da bi morala država omogočiti nabavo in razvoj robotske kirurgije tudi v drugih pomembnih kirurških centrih v Sloveniji.*

Kljub večjim hospitalnim stroškom, ki jih robotska kirurgija potegne za seboj, se finančni primanjkljaj v kasnejšem pooperativnem obdobju državi povrne. Bolniki ohranijo pozitivno samopodobo in samozavest, hitreje se vrnejo v delovno okolje in še naprej normalno opravljajo svoj poklic visoko motivirani in ne stigmatizirani. Poleg tega je ponovnih oskrb in operacij v bolnišnici mnogo manj.

Robotski sistemi so danes tehnološko dovršena orodja, ki so nam v pomoč na številnih področjih. Brez njih si ne predstavljamo več ekspedicij v vesolje, v avtomobilski industriji že vrsto desetletij nadomeščajo delo človeka, zadnja leta pa so prodrli tudi v naše domove, kjer opravljajo lažja gospodinjska dela.

Robotski sistem da Vinci, ki so ga razvili Američani, ima od leta 2000 svoje mesto tudi v medicini in od takrat njegova uporaba strmo narašča. V letu 2023 bomo v svetu opravili več kot 2 milijona robotsko asistiranih posegov, kar predstavlja približno 3 % vseh operacij. V Ameriki je teh sistemov več kot 3000, v Evropi več kot 1000 in v Aziji približno 800. Slovenija bi zadostila potrebam prebivalstva s tremi, v primeru široke uporabe drugih kirurških strok pa štirimi ali celo petimi robotskimi sistemi. So pa številke po Evropi različne. V sosednji Italiji s 60 milijoni prebivalci jih imajo več kot 100, v Belgiji z 11 milijonov prebivalcev pa celo 50. Na Hrvaškem imajo robotski sistem Senhance, ki ni tako dovršen kot sistem DaVinci. Druge države nekdanje Jugoslavije robotskega sistema še nimajo.

O vseh prednostih robotske kirurgije smo že pisali. Gre za tehnološko dovršeno orodje, ki ga v celoti upravlja kirurg, svoje mesto v medicini pa imajo roboti že več kot 20 let. Robotska kirurgija predstavlja prednosti tako za bolnika kot za kirurga. Kirurgu omogoča izvedbo večjih, zapletenih kirurških posegov skozi majhne reze. Zaradi desetkrat povečane slike, ki je tridimenzionalna, je izvedba posega natančnejša. Inštrumenti delujejo podobno kot gibi rok pri odprti kirurgiji, vendar brez tresenja rok. Sistem upravlja kirurg prek posebne konzole in inštrumentov, ki so vpeti na bolnika, in posnema izkušnjo odprte operacije z ohranjanjem naravnega odnosa oko-roka-inštrument ter intuitiven nadzor inštrumentov. Za kirurga je tak način operiranja bolj ergonomski. Kirurg sedi za konzolo, prek katere upravlja inštrumente, ki so nameščeni v bolnika. S tem se izognemo večurnim prisilnim držam, v katerih je kirurg pri odprti ali laparoskopski kirurgiji.

Jan Grosek, Simon Hawlina in Primož Sever

> *Posegi z robotom so bolnikom bolj prijazni. Po operaciji imajo manj bolečin, transfuzij, zapletov in brazgotin, boljše funkcionalne rezultate, krajše bivanje v bolnišnici, hitrejšo vrnitev v normalno aktivnost ter boljše ali vsaj enake rezultate zdravljenja, kot se dosegajo z drugimi operativnimi metodami.*

Hitro okrevanje bolnikov se je v času pandemije covida-19 izkazalo za pomembni faktor pri zagotavljanju nemotenega operativnega planiranja. Krajše bivanje bolnikov v enoti za intenzivno nego in na oddelku je razbremenilo osebje in zmanjšalo možnost prenosa virusa. Večino bolnikov po robotsko asistirani radikalni prostatektomiji namreč odpustimo iz bolnice že dan po operaciji. Pomembno prednost robotske operacije smo ugotovili tudi pri posegih na bolnikih s prekomerno težo, ki so bolj podvrženi pooperativnim zapletom.

Z napredkom v tehnologiji smo trenutno pri peti generaciji robotskih sistemov da Vinci. Razvoj je potekal v tesnem stiku s kliniki, pomanjkljivosti so se z vsako novo generacijo sproti odpravljale in dodajale prednosti zmogljivejše računalniške podpore. Tako je trenutno mogoče bolnika operirati zgolj skozi eno luknjico v telesu.

Robotsko asistirane posege v UKC Ljubljana smo začeli izvajati junija 2018. S programom smo začeli urologi, leta 2021 še abdominalni kirurgi. Urologi smo začeli z operacijami raka prostate, nato raka ledvic, kasneje smo nabor operacij razširili še na tumorje mehurja in na koncu raka mod. Abdomnalni kirurgi so začeli z operacijami tumorjev debelega črevesja in danke ter kasneje znanje razširili na tumorje želodca, operacije kompleksnih pooperatvnh kil in na koncu lanskega leta še na operacije tumorjev trebušne slinavke in jeter. Z rezultati smo zelo zadovoljni, saj je bilo število zapletov zelo majhno, funkcionalni rezultati so boljši, čas hospitalizacije in rehabilitacije pa krajši v primerjavi z laparoskopskimi in odprtimi posegi. Zaradi pomanjkanja ustrezno usposobljenega kadra in manjkajočih operacijskih kapacitet se druge specialnosti v program še niso vključile. V tem času smo opravili več kot 1000 posegov (700 urologija, 300 abdominalna kirurgija). Za robotsko asistirano kirurgijo so v UKC Ljubljana usposobljeni trije urologi in štirje abdominalni kirurgi. Glede na perspektivo tovrstnega zdravljenja ocenjujemo, da je pridobitev dodatnega robotskega sistema v UKC Ljubljana smiselna. S tem bomo povečali število robotsko asistiranih operacij, optimizirali učenje in pridobivanje znanja svojih kirurgov, hkrati pa ob izkazanih odličnih rezultatih postali referenčni učni center za države zahodnega Balkana, ki trenutno še nimajo izkušenj z robotsko kirurgijo. Za ugled in strokovno umestitev največje in najpomembnejše bolnišnice v Republiki Sloveniji se nam zdi to velikega pomena in najpomembnejša strateška odločitev za bližnjo prihodnost.

> *Prihodnost robotske kirurgije je svetla in razburljiva. Prihod novih robotskih sistemov drugih proizvajalcev je tu, kar bo znižalo cene in še približalo robotsko kirurgijo širšemu krogu uporabnikov.*

Invazivnost posegov se bo dodatno zmanjšala z robotskimi operacijami skozi eno samo luknjico v telesu bolnika ali naravnih odprtin, pričakujemo pa še več novosti na področju vključevanja slikovne diagnostike v vidno polje kirurga, umetne inteligence in tudi možnosti operacij na daljavo. Vsekakor bo sodobna tehnologija vedno bolj pomagala zdravnikom pri njihovem delu. Ali bodo roboti v prihodnosti popolnoma zamenjali kirurga, je težko napovedati. Na odgovor o popolni avtonomiji robotov na področju kirurgije bo po napovedih potrebno počakati še najmanj 20 let. Kar koli bo prinesla prihodnost, bo ostal ključni cilj zdravljenja naših bolnikov še naprej ta: »pravilna terapija, za primernega bolnika, ob pravem času«. ▪

Delo asistenta ob bolniku .

prof. dr. Janez Tomažič, dr. med.

Dolgoročne posledice covida-19 – DOLGI COVID

Pri Svetovni zdravstveni organizaciji (SZO) dolgi covid opredeljujejo kot nadaljevanje ali pojav novih simptomov in znakov tri mesec po okužbi s SARS-CoV-2 ob pogoju, da te težave trajajo vsaj 2 meseca in vzročno ni druge razlage, ki bi pojasnila te simptome. Najbolj racionalna in uporabna je definicija ameriškega Centra za preventivo in nadzor bolezni (CDC): novi, ponavljajoči se, ali vztrajajoči simptomi in znaki, ki so prisotni še štiri ali več tednov po okužbi s SARS-CoV-2 in niso posledica drugih bolezni.

POJAVNOST DOLGEGA COVIDA

V obdobju 2020 do 2021 ocenjujejo, da je bilo na svetu 145 milijonov novih primerov dolgega covida, 51 milijonov v letu 2020 in 94 milijonov v letu 2021. Od tega je bilo 90 % pri nehospitaliziranih osebah in 64 % pri ženskah. V državah Evropske skupnosti ocenjujejo, da je bilo v letih 2020 in 2021 skupno 5,6 milijona oseb z dolgim covidom, v letu 2022 pa predvidevajo, da jih bo 8 milijonov. V Sloveniji nimamo svojih podatkov, verjetno pa je kumulativna številka okrog 100.000. Povečano tveganje za dolgi covid je pri ženskah, pri osebah s komorbidnostmi in pri necepljenemu prebivalstvu. Večina primerov dolgega covida je med delovno aktivnim prebivalstvom.

VZROK(I) DOLGEGA COVIDA

Vzrok dolgega covida ni znan, verjetno gre za več patofizioloških mehanizmov. Pomembno vlogo ima kronično vnetje, ki je posledica motenj v delovanju imunskih odzivov po prebolelem covidu-19. To vztrajajoče vnetje nizke stopnje ima škodljiv vpliv na številne organe. Manj pomembni so neposredni učinki samega SARS-CoV-2 ali drugih mikroorganizmov. Verjetno imajo pomembno vlogo tudi avtoimunska protitelesa, ki tudi nastajajo zaradi disregulacije imunskega sistema in organizem prepoznava lastna tkiva in organe kot tujke. Pri nekaterih pacientih gre za večorgansko mikrovaskularno bolezen, povzročeno z imunsko posredovano mikrotrombozo (drobni krvni strdki v malih arterijah) in endotelno disfunkcijo (motnje v delovanju celic, ki obdajajo lumen arterij), nekateri pa imajo s covidom povzročene nevrološke okvare, še posebej disregulacijo avtonomnega živčevja (t. i. disautonomija), ki nadzoruje nekatere funkcije, kot sta na primer utrip srca ali telesna temperatura.

SIMPTOMI IN ZNAKI DOLGEGA COVIDA

> *Značilni za long covid so splošni in organsko specifični simptomi in znaki, ki lahko povzročajo motnje dnevnih aktivnosti, kot so umivanje, oblačenje, zmanjšanje telesnih in mentalnih zmogljivost, nezmožnost dela v službi in doma itd. ter posledično vplivajo na slabšo kakovost življenja.*

Prizadetih je več organov, včasih pa prevladuje samo en organski sistem (npr. srčno-žilni). Dolgi covid pogosto poteka v valovih, včasih z izrazitimi poslabšanji, podobno kot pri avtoimunskih obolenjih. Glede na obsežnejše epidemiološke raziskave obstajajo trije fenotipski podtipi (angl. clusters) dolgega covida, to je skupin pacientov s podobnimi težavami. Ti so kognitivni tip, srčno-pljučni tip in mišično-skeletni tip. Za prvega so značilni predvsem motnje kratkotrajnega spomina, motnje koncentracije in pozornosti, mentalna upočasnjenost in utrujenost, problem reševana problemov in funkcioniranja (angl. brain fog), glavobol, motnje spanja itd., za drugega bolečine v prsnem košu (kot bi jim slon sedel na prsnem košu), zasoplost (občutek, da po vdihu ne dobijo dovolj zraka), palpitacije (razbijanje in neenakomerno bitje srca) itd., za tretjega pa bolečine po celem telesu. Pri vseh, še posebej pri tretjem tipu, so prisotni utrujenostjo, nihajoče razpoloženje in počutje ter emocionalna nestabilnost. Utrujenost je včasih tako ekstremna, da pacienti ne morejo dvigniti niti žlice ali pa to doživljajo kot najhujši »jet lag« ali kot najhujšega »mačka«, ki so ga kadar koli imeli. Zaradi izrazite telesne nezmogljivosti take osebe pogosto preležijo cele dneve in se zbujajo utrujene, neprespane. Opisujejo utrujenost že po minimalnem telesnem naporu (angl. Post-Exertional Malaise, okr. PEM oz. post-exertional neuroimmune exhaustion) ali težave, ki so opredeljene s poslabšanjem simptomov po telesnem ali psihičnem naporu z značilno pojavnostjo 12 do 48 ur po aktivnosti in trajajo nekaj dni ali (redko) tednov (angl. Post-Exertional Symptome Exacerbation, okr. PESE). Skratka, utrujenost, ki se ne popravi po počitku in spanju, utrujenost, ki se lahko pojavi po navideznem izboljšanju in osebo »zapelje« v rahlo pretiravanje glede telesne aktivnosti, nato pa ponovno pade v prepad utrujenosti in se telesno in mentalno zlomi (angl. crash) ... Znan je tudi sindrom posturalne ortostatske tahikardije (angl. Postural Orthostatic Tachycardia Syndrome, okr. POTS), ko osebe, ki se usedejo ali vstanejo, dobijo napad hitrega bitja srca s pogosto posledično omotico (sobno vrtenje) in omedlevico. Ali pa post-travmatska stresna motnja (angl. Post-Traumatic Stress Disorder okr. PTSD), ki jo sproži strašljiv dogodek, ki smo ga doživeli ali smo mu bili priča. Oseba doživlja hude spominske prebliske (angl. flashbacks), nočne more, hudo tesnobo in nenadzorovane misli, vezane na travmatičen dogodek. Pogosto so prisotne tudi duševne težave, kot sta depresija in anksioznost, ki so lahko neposredno povezane z dolgim covidom ali pa nastopijo posredno zaradi vseh posledic zmanjšanja kakovosti življenja, izgube službe, finančnih težav itd. Sicer je pri dolgem covidu opisanih več kot 200 različnih težav, simptomov in znakov,

ki bolj ali manj zmanjšajo kakovost življenja. Pri nekaterih srčno-pljučnih, nevroloških in mentalnih težavah je treba ukrepati hitro, saj so lahko v ozadju nevarne bolezni, ki jih zmotno pripišemo dolgemu covidu. To so na primer bolečina v prsnem košu pri naporu, hitro bitje srca v mirovanju ali pri minimalnem naporu (> 100/min.), izguba zavesti pri naporu, nenadna in slabšajoča se dispneja, nenadna zmedenost, poslabšanje depresije, anksioznosti, samomorilne misli itd. Dolgi covid ima očitna, a ne dovolj preučena prekrivanja s sindromom kronične utrujenosti in mialgičnim encefalomielitisom.

Različne težave, še posebno utrujenost, lahko vztrajajo po številnih infekcijskih boleznih, predvsem po virusnih okužbah. Zakaj se pri določenih posameznikih razvije dolgi covid, medtem ko se drugi pozdravijo zelo hitro, ni znano.

> ***Predvsem je zaskrbljujoče dejstvo, da huje prizadene mlajše, aktivne osebe, ki pogosto takoj po preboleli okužbi prehitro postanejo preveč telesno aktivne, in osebe z veliko stresa v vsakdanjem življenju.***

Seveda je dolgi covid pogostejši pri pacientih, ki so preboleli hudo obliko bolezni, ki so bili hospitalizirani, še posebej, če so bili v enoti intenzivnega zdravljenja. Pri takih pacientih pogosteje pride do poškodb organov (pljuča, srčno-žilni sistem, osrednje živčevje, ledvica itd.), do krvnih strdkov, nevropatije (miopatije) kritično bolnega itd. Potrebna sta zdravljenje in rehabilitacija pri določenih specialistih in v različnih rehabilitacijskih centrih. Če pogledamo absolutne številke, pa je dolgi covid daleč najpogostejši pri osebah, ki so prebolele blago do zmerno obliko bolezni in hospitalizacija ni bila potrebna, ker te osebe predstavljajo večino okuženih.

POTEK DOLGEGA COVIDA

Potek bolezni je zelo variabilen. Približno 2/3 pacientov ozdravi v obdobju treh mesecev po začetku covida-19, nekateri delno okrevajo s stabilizacijo simptomov, ki še trajajo, pri nekaterih pa gre za valujoč in nihajoč potek bolezni, ki se poslabša po telesnem in mentalnem naporu.

> ***Pri 15 % so simptomi prisotni še po enem letu.***

PREVENTIVA

Pri osebah, ki so bile popolno cepljene, je pojavnost dolgega covida štiri krat manjša. Če je dolgi covid že prisoten, cepljenje včasih omili simptome in zato se je treba pogovoriti z osebami, ki niso bile popolno cepljene.

ZDRAVLJENJE

> ***Podobno kot pri diagnostičnih testih tudi pri zdravljenju nimamo na voljo standardnih protokolov. Pomembni so programi okrevanja in rehabilitacije z namenom izboljšanja telesnega in mentalnega zdravljenja.***

Med najuspešnejšimi so že znani programi pljučne in kardiovaskularne rehabilitacije, ki se izvajajo v mreži zdravstvenih domov po Sloveniji. Potrebne so prilagoditve za osebe z dolgim covidom, pri katerih so posebej izraženi utrujenost, PEM, PESE, POTS, PTSD, kognitivne motnje itd. Pomemben je interdisciplinarni pristop. Številni pacienti potrebujejo kardiologa, pulmologa, nevrologa, psihiatra, kliničnega psihologa itd. za izključitev druge bolezni ali za zdravljenje težav, povezanih z dolgim covidom. Pri številnih se izkaže, da gre (le) za funkcionalne motnje, a vseeno potrebujejo pomoč različnih specialistov in zagotovilo, da bodo težave sčasoma prešle. Pri nekaterih je to obdobje zelo dolgo in zahteva strpno in empatično okrevanje, načrtovanje realnih ciljev, pomoč ustrezno izobraženih fizioterapevtov (načrtovane in nadzorovane telesne aktivnosti), delovnih terapevtov, psihološko pomoč (na primer kognitivno-vedenjsko zdravljenje), ocenjevanje mentalnega počutja ter ev. zdravljenja depresije in anksioznosti itd. Pomembno je tudi urejanje bolniškega staleža in pravilno beleženje ter šifriranje diagnoze. Vse to zahteva primerno strukturno organiziranost zdravstvene dejavnosti, predvsem na primarnem nivoju, določen čas, ki ga potrebuje zdravnik, da se poglobi v paciente s temi problemi. Pomembno je tudi simptomatsko zdravljenje s paracetamolom in nesteroidnimi protivnetnimi zdravili proti vročini in bolečinam, antihistaminiki (H1 in H2 blokatorji) itd.

Tovrstne pomoči pomagajo številnim pacientom z dolgim covidom, žal pa ne vsem. Pri nekaterih težave vztrajajo in se morajo navaditi živeti z omejeno življenjsko energijo, z utrujenostjo, bolečinami, težavami z dihanjem, kognitivnimi omejitvami, občasnim razmahom bolezni, skratka, življenje se jim obrne na glavo.

Pri teh osebah so opisani številni pristopi za izboljšanje njihovega funkcionalnega stanja, kot so različne diete in različni prehrambni dodatki (npr. CBD konopljino oje), vitamini, minerali, različne masaže, postenje, hladne prhe, savne, bioresonanca, hiperbarična komora, akupunktura, blokada ganglijev (stelatnih) simpatičnega živčevja ter različna zdravila, ki zmanjšajo vnetje v organizmu obolelega. Poskušajo z imunomodulatornimi učinkovinami, ki spreminjajo imunske odzive in zavirajo produkcijo avtoimunskih protiteles ali zavirajo njihovo delovanje.

Skupna značilnost vseh teh pristopov je, da ni kontroliranih kliničnih raziskav, zato vse temelji na teoretskih predpostavkah patogenetskih mehanizmov in na opisih anekdotičnih primerov.

Nekateri »postcovidni centri« pa se ukvarjajo z nevarnimi »zdravljenji«, kot so zdravila proti strjevanju krvi (klopidogrel, heparin, direktna oralna antikoagulantna zdravila, kot je npr. apiksaban) – včasih kombinacija vseh treh (nevarnost krvavitev!), plazmaferezo in imunoabsorbcijo (odstranjevanje avtoprotiteles iz krvi) ter »pranje krvi« s HELP aferezo (odstranitev lipidov in proteinov iz krvi) – nevarnost dodatnih okužb zaradi slabljenja imunskih odzivov.

Ta čudežna zdravila in postopki zdravljenja se prodajajo na podlagi »hipoteze upanja«. S tem se lomijo profesionalni in etični standardi, pacienti so izpostavljeni lažnim obljubam in tveganjem dodatnega poslabšanja zdravstvenega stanja. Kljub temu pa je viden obup posameznikov, ki se odločajo za draga tovrstna preizkusna zdravljenja ali samozdravljenja v upanju, da si povrnejo vsaj del telesne in duševne moči.▪

Vid Janša z Ginekološke klinike prejemnik ugledne nagrade International Medis Awards

Med prejemniki uglednih nagrad za raziskovalne dosežke v medicini je kot edini predstavnik Slovenije Vid Janša s KO za ginekologijo naše Ginekološke klinike

Vid Janša (skrajno desno) v družbi ostalih treh slovenskih nominirancev za nagrade Medis: farmacevt Matej Štuhec in še dve zdravnici iz UKCL, nevrologinja Kaja Kolmančič in ginekologinja Dzhamilyat Abdulkhalikova

Vid Janša, dr. med., je prvi avtor članka *Proteomic analysis of peritoneal fluid identified COMP and TGFBI* as new candidate biomarkers for endometriosis. Objavljen je bil v reviji Scientific Reports. Študija obravnava diagnosticiranje endometrioze, pogoste ginekološke bolezni, za katero je značilno endometriju podobno tkivo zunaj maternične votline. Močno ogroža kakovost življenja žensk in je glavni vzrok za neplodnost. Standardni postopek za diagnozo endometrioze je vizualni kirurški (laparoskopski) pregled medeničnih organov, po možnosti skupaj s histološko potrditvijo. Ta postopek je invaziven, zahteva splošno anestezijo, je drag in lahko povzroči zaplete. V študiji so raziskovali proteinsko sestavo tekočine v trebušni votlini (peritonealne tekočine) z namenom identifikacije značilnih bioloških označevalcev za endometriozo. Novi neinvazivni načini diagnostike bi lahko prispevali tudi k boljšemu razumevanju bolezenskih patoloških procesov pri razvoju endometrioze.

Mentorici pri raziskavi sta bili prof. dr. **Helena Ban Frangež**, predstojnica KO za reprodukcijo na isti kliniki, ter prof. dr. Tea Lanisnih Rižner, vodja laboratorija za proučevanje molekularnih osnov in biooznačevcev hormonsko odvisnih bolezni Inštituta za biokemijo in molekularno genetiko Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani.

Vid Janša je ob razglasitvi poudaril, da je nagrada rezultat zglednega sodelovanja kliničnih oddelkov UKCL in MF.

> *International Medis Awards for Medical Research so nagrade za izstopajoče raziskovalne dosežke v devetih državah srednje in jugovzhodne Evrope na devetih medicinskih področjih. So priznanje prodornim zdravnikom in farmacevtom, ki poleg rednega dela tudi raziskujejo. Brez njih je manj inovacij v medicini in farmaciji ter s tem učinkovitega obvladovanja bolezni.*

Mednarodna strokovna komisija natečaja International Medis Awards for Medical Research je ocenila 185 znanstvenoraziskovalnih prispevkov, ki so ustrezali vsem zahtevanim kriterijem. Izbrala je 18 finalistov iz šestih držav, med njimi pa so bili tudi štirje slovenski raziskovalci, od tega kar trije iz UKCL. Poleg Vida Janše je bila med finalisti tudi Dzhamilyat Abdulkhalikova, dr. med., finalistka na področju ginekologije in prva avtorica članka The *Lifestyle Modifications and Endometrial Proteome Changes of Women With Polycystic Ovary Syndrome and Obesity*, ki je bil objavljen v reviji *Frontiers in Endocrinology*. Tretja finalistka iz UKCL pa je bila za področje nevrologije dr. Kaja Kolmančič, dr. med. Je prva avtorica članka *Continuous Dopaminergic Stimulation Improves Cortical Maladaptive Changes in Advanced Parkinson's Disease*, ki je bil objavljen v reviji Movement Disorders. ▪

100 uspešnih vstavitev omejevalnika pretoka skozi koronarni sinus

Interventni kardiolog prof. dr. Matjaž Bunc, dr. med., in sodelavci so uspešno opravili že 100. vstavitev omejevalnika pretoka skozi koronarni sinus.

Osnovni cilj te na videz preproste metode, ki zahteva izjemno natančnost in uigranost ekipe – ta vključuje še inštrumentarko, merilko in radiološkega inženirja – je izboljšati kakovost življenja bolnikov z odporno angino pektoris z zmanjšanjem pogostosti bolečin v prsnem košu.

Velika prednost tovrstnih posegov, ki jih opravijo s pristopom skozi veno na vratu ali nogi v lokalni anesteziji, trajajo pa le okrog 20 minut, je tudi dejstvo, da lahko bolnik že nekaj ur kasneje odide domov. ▪

Nagrado za Najboljše prakse v zdravstvu 2023 tudi v UKCL

V sklopu Zdravstvenega razvojnega foruma je potekala predstavitev Najboljših praks v zdravstvu 2023 in podelitev nagrad, ki jo organizira podjetje Planet GV. Na Zdravstvenem razvojnem forumu se zberejo vsi deležniki iz sistema zdravstvenega varstva, predstavniki kakovosti v zdravstvu, direktorji zdravstvenih ustanov, strokovni direktorji, vodje kakovosti, zdravstveni delavci in sodelavci, predstavniki panožnih zbornic, sindikatov ter predstavniki zdravstvenih zavarovalnic in pristojnega ministrstva.

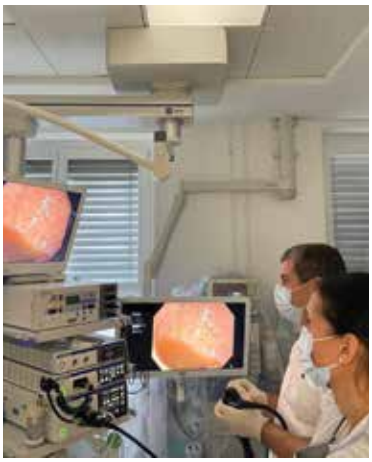
Ključni merili izbora sta kakovost in varnost v zdravstvu, prispele prakse pa je komisija ocenila na podlagi PUB HUP modela, ki zagotavlja regijsko primerljivost zdravstvenih praks.

Med tremi zmagovalci je tudi UKCL:

- Terciarna raven: **UKC Ljubljana: UKC karton:** enotna zbirka kliničnih podatkov pacientov UKC Ljubljana;
- Primarna raven: Zdravstveni dom Murska Sobota: Ambulantna rehabilitacija bolnikov s KOPB (kronična obstruktivna pljučna bolezen);
- Sekundarna raven: Splošna bolnišnica Murska Sobota: Sistematični farmacevtski pregledi pri izdaji rezervnih protimikrobnih zdravil pacientom v Splošni bolnišnici Murska Sobota. ▪

Prenovljena endoskopirnica na Polikliniki z najsodobnejšo opremo

Na Polikliniki je začela delovati prenovljena endoskopirnica, kjer bodo s pomočjo najsodobnejšega načina reprocesiranja endoskopov varno opravljali gastroskopije in kolonoskopije.



Med najpomembnejše novosti spadajo avtomatsko manualno čiščenje, prehodni termodezinfektor, omara za sušenje, v kateri je vsak endoskop v svoji tasi, in opazovalnica po opravljeni sedaciji.

Na fotografijah ekipa endoskopirnice, ki jo vodi abdominalni kirurg asist. Primož Sever, dr. med.: Snježana Jeremić Nastič, DMS, Matej Pogačnik, dipl. zn., Andreja Dukić, DMS. ▪

Urška Šilc, dipl. upr. org.

Uspešnih pet let Dispečerske službe zdravstva

Minilo je pet let od ustanovitve Dispečerske službe zdravstva, ki je 1. marca 2018 začela delovati pod okriljem Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana, sprva v Dispečerskem centru zdravstva Ljubljana, tri mesece kasneje pa tudi v Dispečerskem centru zdravstva Maribor.

Z ustanovitvijo enotne vstopne točke nujne medicinske pomoči smo se pridružili skupini najbolj razvitih držav na področju nujne medicinske pomoči, saj je delovanje Dispečerske službe zdravstva ključno za delovanje nujne medicinske pomoči.

Zavedamo se, da se z nujno medicinsko pomočjo srečujejo ljudje v časih nenadne stiske ali življenjske ogroženosti. To so izjemno zahtevni in stresni trenutki, ki zahtevajo učinkovito prvo pomoč ter strokovno nujno medicinsko pomoč. Pacienti v takšnih primerih niso sami, saj visoko usposobljeni zdravstveni dispečerji z nasveti pomagajo do prihoda reševalne ekipe.

Svoje poslanstvo opravljamo vse dni v letu 24 ur na dan in zagotavljamo enakomerno dostopnost do nujne medicinske pomoči in prevozov pacientov ne glede na lokacijo in čas nastanka dogodka oziroma naročila.

V teh letih smo napredovali v močno, stabilno in ugledno službo z jasnimi vrednotami in izoblikovano vizijo o delovanju v nadaljnjih letih.

Ob 5. obletnici se zahvaljujemo in čestitamo vsem zdravstvenim dispečerjem in ostalim zaposlenim v Dispečerski službi zdravstva! ▪

Na Ginekološki kliniki zaživel KOLPOSKOPSKI CENTER

V 2. nadstropju Leonišča so februarja odprli multidisciplinarni kolposkopski center Ginekološke klinike Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana.

> *Običajno se kolposkopska preiskava opravi zaradi patološkega izvida brisa materničnega vratu in izjemoma po pozitivnem izvidu testa HPV ali zaradi sprememb na zunanjem spolovilu, nožnici ali materničnem vratu, ki jih je pri pacientki s prostim očesom pri pregledu opazil ginekolog.*

Kolposkopski center v Leonišču je prvi center v Sloveniji, ki omogoča poglobljeno kolposkopsko obravnavo in glede na izvid kolposkopskega pregleda nadaljnje diagnostično in terapevtsko ukrepanje. Odslej bo deloval v popolnoma prenovljenih prostorih, ki so opremljeni s sodobno medicinsko in tehnično opremo ter z informacijskim, koordinacijskim in nadzornim sistemom.

Trak sta prerezali vodja prenove in vzpostavitve kolposkopskega centra prof. dr. **Špela Smrkolj**, dr. med., in vodja državnega programa zgodnjega odkrivanja predrakavih sprememb materničnega vratu ZORA doc. dr. **Urška Ivanuš**, dr. med, na dogodku pa je spregovoril tudi gostitelj, strokovni direktor Ginekološke klinike prof. dr. Borut Kobal, dr. med.

Odprtje centra pomeni še en pomemben korak na poti zmanjšanja zbolevnosti in umrljivosti za rakom materničnega vratu v Sloveniji. ▪

Donacija dveh ogrevalnih posteljic naši porodnišnici

Enoti za intenzivno nego in terapijo (EINT) novorojencev Kliničnega oddelka za perinatologijo Ginekološke klinike Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana je **Matej Kurent**, direktor prodaje v podjetju Bankart d.o.o., predal donacijo: dve ogrevalni – reanimacijski posteljici Dräger Babyroo, ki sta najsodobnejša aparata te vrste na svetovnem tržišču. S posredovanjem slovenskega zastopnika sta prišli k nam prav v času uradne predstavitve v Nemčiji in kot prvi v regiji. V primerjavi s predhodnim »Babythermom« ju odlikujejo večja natančnost samodejnega uravnavanja temperature otroka, enostavnejše rokovanje ter možnost elektronskega spremljanja stanja otroka in vitalnih parametrov, tudi preko integrirane pulzne oksimetrije.

Ob predaji je gospod Matej Kurent iz podjetja Bankart d.o.o. povedal: »*Ponosni smo, da lahko tudi letos sodelujemo in prispevamo delček v mozaik pomoči najmlajšim in najbolj ranljivim. Sodobne naprave omogočajo hitrejše in varnejše okrevanje novorojenčkov, vendar brez strokovnega in neizmerno srčnega osebja Enote za intenzivno nego in terapijo tudi vrhunska tehnologija nima pravega učinka. Veseli smo, da lahko pri tem pomagamo in da so »naši« najmlajši v prvih trenutkih življenja lahko deležni hitre pomoči in skrbne nege.*«

Predsednica Društva za pomoč prezgodaj rojenim otrokom in vodja EINT novorojencev dr. **Lilijana Kornhauser Cerar** je predstavila delo oddelka ter odlične rezultate v svetovnem merilu, za katere imajo zasluge tudi donatorji, ki osebju Porodnišnice omogočijo varnejše in bolj učinkovito delo z najbolj bolnimi in nezrelimi novorojenčki. Skupaj z vodstvom Ginekološke klinike in Kliničnega oddelka za perinatologijo ter s sodelavci – zdravniki in medicinskimi sestrami EINT se je toplo zahvalila za prednovoletno darilo. Še zlasti, ker Bankart nedonošenčkom ni pomagal prvič: leta 2016 so donirali sredstva za inkubator Dräger Caleo, lani pa za nakup dveh aparatov: aparata za dovajanje inhalatornega dušikovega monoksida EKU – NO-A ter sistema CritiCool Mini za nadzorovano ohlajanje novorojenčkov, ki so utrpeli težko obporodno dušenje. Poudarila je hvaležnost vseh, ki v ljubljanski porodnišnici obravnavajo večino najmanjših slovenskih nedonošenčkov, pa tudi njihovih staršev, ter izrazila upanje, da bodo sodelavci podjetja Bankart pomagali tudi v prihodnje. ▪

Planica, Planica ...

V Planici smo obiskali naše reševalce, ki so v času svetovnega prvenstva v nordijskem smučanju pomagali skrbeti za tekmovalce in obiskovalce dogodkov.

V sodelovanju s Slovensko vojsko so postavili tudi začasno bolnišnico, v kateri je bilo zdravstvenemu osebju na razpolago tako rekoč vse, kar najdemo v običajnih.

Kot so nam povedali, so vsak dan oskrbeli nekaj manjših poškodb, med tekmovalci predvsem padce, našel pa se je tudi kak ožuljen navijač.

Več dela so imeli ob koncu tedna, ko so bile na sporedu (za slovenske predstavnike zmagoslavne) tekme v smučarskih skokih. ▪

Mateja Jerina Gubanc, mag. prof. predšolske vzgoje

Vrtec v bolnišnici se predstavlja z zgibanko

V Sloveniji deluje bolnišnični vrtec v enajstih mestih: Brežice, Celje, Izola, Ljubljana, Maribor, Murska Sobota, Novo mesto, Ptuj, Slovenj Gradec, Šempeter pri Gorici in Trbovlje. Z zgibanko želimo staršem in otrokom ob prihodu v bolnišnico predstaviti svojo dejavnost.

V Ljubljani je bolnišnični vrtec del Vrtca Vodmat. Deluje na naslednjih lokacijah UKC Ljubljana: Dermatovenerološka klinika, Klinika za infekcijske bolezni in vročinska stanja, Očesna klinika, Klinika za otorinolaringologijo in cervikofacialno kirurgijo, Ortopedska klinika, Pediatrična klinika in Oddelek za otroško kirurgijo ter Univerzitetni rehabilitacijski Inštitut Republike Slovenije – Soča. ▪

V BOLNIŠNIČNEM VRTCU

zagotavljamo kakovosten vzgojno-izobraževalni proces, ustvarjamo prijazno igralno okolje in se strokovno odzivamo na telesne, čustvene in razvojne potrebe otrok v bolnišnici.

VZGOJITELJ PREDŠOLSKIH OTROK

za otroke v bolnišnici organizira dejavnosti v skladu s Kurikulom za vrtce, Konceptom dela v bolnišničnih predšolskih oddelkih in listino EACH.

VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNE DEJAVNOSTI POTEKAJO:

- individualno ob bolniški postelji;
- skupinsko v igralnici in večnamenskih prostorih z upoštevanjem želja in počutja otrok;
- z možnostjo vključevanja staršev ali skrbnikov

† V SPOMIN: prof. dr. Marija Peča, dr. med.

Z žalostjo sporočamo, da nas je v 90. letu zapustila izjemna anesteziologinja prof. dr. Marija Pečan, dr. med., višja svetnica.

Prof. dr. Marijo Pečan je označeval velik smisel za poučevanje in uvajanje novosti pri delu. Posvetila se je dihalni poti in mehanski ventilaciji otrok, s tega področja je opravila tudi doktorsko dizertacijo z naslovom »Problemi, vrednotenje in posledice hiperventilacije pri manualno kontrolirani ventilaciji med anestezijo malih otrok«. Pomembno je prispevala k razvoju anestezijskih postopkov za anestezijo otrok s posebnimi potrebami in velik del strokovne poti opravila na področju maksilofacialne kirurgije. Mlajši kolegi se je spominjamo po izjemno naprednem anestezijskem dihalnem sistemu za ventilacijo manjših otrok Emona, za katerega je prejela SPIM – zlato priznanje za inovacijo: Naprava za anestezijo otrok in leta 1993 zlato medaljo EUREKA v Bruslju za najhumanejši izum naprave za anestezijo otrok. Napravo je tudi patentirala.

Leta 1988 je bila izvoljena v naziv redne profesorice za predmet anesteziologija in reanimatologija. Imela je vodilno vlogo pri ustanovitvi Katedre za anesteziologijo in reanimatologijo leta 1994, bila je tudi njena prva predstojnica.

Sadovi njene bogate strokovne poti bodo še dolgo odmevali v slovenski anesteziologiji. Ohranili jo bomo v lepem spominu.

doc. dr. Peter Poredoš, dr. med.
Predstojnik KO za anesteziologijo in intenzivno terapijo operativnih strok

† V SPOMIN: Ema Šturm

Žalostni in pretreseni sporočamo, da nas je nepričakovano zapustila naša sodelavka, kolegica in prijateljica Ema Šturm. V delovni sredini je nastala neizmerna praznina, ostali bodo številni lepi spomini.

Tisti, ki nam je dovolila deliti svoj svet, smo imeli možnost občutiti različna razmišljanja, včasih reševanje globokih vprašanj, drugič iskanje smisla v duhovnosti, a tudi igrivost in smisel za humor. Večini je ostal skrit izjemen talent za umetniško fotografiranje in slikanje ter še za marsikatere darove, ki jih je skozi življenje tako skromno skrivala.

Ema, še vedno mislimo, da je vse zgolj neresnično. In da prideš. Morda ne danes, a jutri pa ...

Bodi kot kaplja na jesenskem listu mogočnega drevesa, ki se poigrava s številnimi dimenzijami ulovljene svetlobe – kot na eni izmed tvojih izjemnih fotografij. Naj ti bo tam, na drugi strani mavrice, lepo.

Izjemno te bomo pogrešali!

Irena Felicita Nadižar, dipl. m. s.
Klinični oddelek za abdominalno

† V SPOMIN: Franc Kokot

Resnično je hudo, kadar moramo ponavljati citat, ki ga je zapisal pesnik Dante Aligieri: čudno, kako prazen je svet, ko umre en sam človek.

Po hudi bolezni nas je nepričakovano zapustil naš dolgoletni sodelavec, gasilec Franc Kokot.

Svojemu poklicu je bil predan z vsem srcem, do vseh sodelavcev pa je vedno gojil spoštljiv, srčen in iskren odnos.

Dragi Franc. Bil si mnogo preskromen, da bi vedel, koliko vsega si nam dal.

S hvaležnostjo te bomo ohranili v najlepšem spominu, spominu na dobrega sodelavca in prijatelja.

Sodelavci Službe za varnost in zdravje pri delu

† V SPOMIN: Zdenka Janičijevič

Dobro leto smo trepetali za življenje naše drage kolegice in sodelavke Zdenke Janičijevič, glavne medicinske sestre Kliničnega oddelka za otroško kirurgijo in intenzivno terapijo (KOOKIT) Kirurške klinike UKC Ljubljana v pokoju ter upali in želeli, da bo uspela premagati zahrbtno bolezen, a je žal 11. februarja letos bitko izgubila. Zdaj pa obujamo premnoge spomine na skupno poklicno pot, na plemenito in zaslužno sodelavko.

Zdenka se je rodila leta 1954 in otroštvo preživljala v Ljutomeru. Po osnovni šoli je obiskovala Srednjo zdravstveno šolo v Ljubljani in jo leta 1973 zaključila. Še isto leto se je kot srednja medicinska sestra zaposlila v Kliničnem centru v Ljubljani na tedanjem Otroškem oddelku Kirurgične klinike. Kmalu po zaposlitvi se je začela dodatno izobraževati ob delu na tedanji Višji šoli za zdravstvene delavce. Pozneje je obiskovala še diferencialni program za pridobitev visokošolske strokovne izobrazbe ter pridobila naziv diplomirana medicinska sestra. Na delovnem mestu je prevzemala najzahtevnejša dela pri življenjsko ogroženih otrocih, vključno z njihovimi transporti. Aktivno je sodelovala pri vpeljevanju novih metod zdravljenja. Ni se izogibala pogostemu nočnemu in nedeljskemu delu v obliki turnusov, dežurstev in pripravljenosti na domu. Leta 2004 je prevzela mesto glavne medicinske sestre celotnega Kliničnega oddelka za otroško kirurgijo in intenzivno terapijo.

V tem času so prišli do polnega izraza njene vodstvene sposobnosti, smisel za organizacijo in doslednost pri izpolnjevanju delovnih obveznosti, njen izreden spomin ter obvladovanje tehnoloških problemov, s katerimi se vedno srečuje pediatrična intenzivna terapija. Posebej se je to odrazilo v njenem prispevku pri pripravi in izpeljavi medicinskega programa za leta 2010 najbolj sodobno enoto za multidisciplinarno pediatrično intenzivno terapijo v Evropi, ki smo jo locirali na novo zgrajeno Pediatrično kliniko, kamor se je KOOKIT s Kirurške klinike v Ljubljani preselil jeseni leta 2009. Prispevek Zdenke Janičijevič pri uvedbi dolgotrajne ekstrakorporealne membranske oksigenacije (ECMO) v letu 1994, takrat še timske medicinske sestre, in uvajanje medicinskih sester v to novo dejavnost na KOOKIT sta bila ključnega pomena, da je ECMO program za otroke v UKC Ljubljana lahko stekel. Tako smo med prvimi v Evropi lahko začeli redno zdraviti otroke, ki so zboleli za življenje ogrožajočo kritično odpovedjo srca ali srca in pljuč obenem. Z neizmernim veseljem in zadoščenjem je skupaj s svojimi sodelavkami in sodelavci ob preživetju kritično bolnih novorojenčkov in otrok, ki bi brez zdravljenja z metodo ECMO skoraj zagotovo umrli, lahko doživljala sadove svoje strokovne in tudi človeške odličnosti.

Zdenka Janičijevič je do upokojitve leta 2013 ostala na delovnem mestu glavne medicinske sestre oddelka.

Zdenko smo poznali kot izjemno sočutno, požrtvovalno in vestno sodelavko. Bila je zelo čuteča do bolnih otrok in imela je posluh za sodelavce ter izjemen smisel za timsko delo. Z njo v timu smo se vsi počutili bolj varno.

Kljub napornemu delu in vzporednemu izobraževanju sta si z možem ustvarila prijetno družino in vzgojila dva uspešna otroka. Družina je bila njena velika ljubezen. Še po upokojitvi je v prijateljskem krogu s svojim temeljitim znanjem rada mnogim svetovala in priskočila na pomoč. S posebnim veseljem se je razdajala svojim štirim vnukom. Želela jim je dati še več sebe, pa je žal prej omagala.

Drago Zdenko ohranjamo v najlepšem spominu.

Terezija Krašovec, Janez Primožič

ukc_ljubljana

View Insights

Boos

Liked by ministry.for.wtf and 187 others

ukc_ljubljana Danes, 22. 2. 2023, je ekipa Reševalne postaje UKCL z zaposlenimi na @usembassyslo izvedla vajo »Simulacija izrednega dogodka z več poškodovanimi osebami«.

Sodelovanje med reševalci, zaposlenimi na Reševalni postaji UKCL, in med osebjem, zadolženim za izvajan prve pomoči na veleposlaništvu, se je z dobrimi komunikacijskimi spretnostmi, strokovnostjo, motivac in prizadevnostjo obeh ekip, izkazalo za zelo dobro!

ukc_ljubljana
Gospodarsko razstavišče - GR

View Insights

Boost post

Liked by ulmedicinskafakulteta and 152 others

ukc_ljubljana Nekaj današnjih utrinkov s sejma @informativa_ - veseli smo tako številčnega obiska in zanimanja za našo ustanovo in raznolike poklice, ki jih opravljamo zaposleni v UKCL! Poiščite nas spet jutri v dvorani C, z veseljem delimo izkušnje iz prve roke

View all 2 comments

20 January · See Translation

Maja Ratej
@MajaRatej

Novi #Radiovedni @Val202 so se podali v skrivnostne loge, kjer se razpenjajo dvojne vijačnice. V svet genetike sta nas zvabili 11-letni Julija in Karolina, ki sta obiskali dr. Aleša Mavra na Inštitutu za genomsko medicino @ukclj.

val202.rtvslo.si/podkast/radiov...

09:39 · 18/02/2023

NoShitTolerated
@TooBigEgo

Moram pohvaliti oddelek travmatologije na Polikliniki. Kljub polni čakalnici smo končali kontrolo v roku ene ure. Hitro, prijazno, res vse pohvale osebju!
@ukclj

11:57 · 01/03/2023

Val 202
@Val202

#ImeTedna so Mojca Knez, Žiga Kovačič in David Vozlič, maksilofacialni kirurgi ljubljanskega @ukclj. Z uporabo posebej prilagojenih vsadkov in vodil natisnjenih s 3D tehnologijo so prvič v Sloveniji operirali bolnico s hudo skeletno čeljustno nepravilnostjo.

Foto: MMC RTV SLO

pprevc

Liked by val202 and 16.059 others

pprevc 1:aaaa
2:Embrace for impact
3:Land on ski
4: Wave
5: Fly with your wife to Ljubljana for 10th anniversary
6: Be proud of your colleagues

Včasih stvari izgledajo slabo. Na srečo sem se iz padca odvalil zgolj s pretresom možganov in udarjenim hrbtom.
Iskrena hvala ženi, vsem reševalcem, zdravnikom, medicinskam sestram, ki skrbite zame da bom iz bolnišnice odšel zdrav.
Hvala vsem za spodbudna sporočila.

Miha Petric
@Miha5ric

You should learn from the best @PatricioPolanc0 @herbert_zeh
Big thanx for great times @UTSW_Surgery 27 pancreatic resections,1 conversion, 0 mortality @ukclj @BPlesnik @grosekjan @IHPBA

Robotic Whipple surgery provides top option for pancreatic cancer care
utswmed.org

Barbara Kavcic
@Bobra013

Prejšnji teden je moral 3,5-letni sin zaradi hudega a. dermatitisa na otroški oddelek dermatovenerološke klinike, kjer sva preživela 3 dni. Sijajna oskrba, fantastične sestre, zdravnice, študentke, vzgojiteljica. Prijazne, strokovne, srčne, mirne. Hvala, @ukclj #pohvalanadan

10:13 · 09/02/2023

Val 202
@Val202

"Kirurgija te uči ponižnosti. Vedno se bojiš, da bo kaj šlo narobe. Ampak s trudom in previdnostjo se da daleč priti."

- David Vozlič

12:06 · 13/02/2023

POLEG POHVAL ZA OSEBJE, KI JIH PREJEMAMO OD BOLNIKOV IN NJIHOVIH SVOJCEV, V UREDNIŠTVU ZBIRAMO TUDI PREDLOGE ZA POHVALE SODELAVCEV, KI SO SE ŠE POSEBEJ IZKAZALI S SVOJO DELOVNO VNEMO.

☑ Majda Škufca

Na Nevrološki kliniki, na oddelku za bolezni živčevja, že vrsto let skrbno in z ogromno mero empatije za paciente skrbi medicinska sestra Majda Škufca. Zaradi njenega znanja in zavedanja, kaj pomeni kakovostna in celostna obravnava pacientov, ji izkazujemo veliko zaupanje. V kolektiv prinaša srčnost in občutek varnosti. Zahvaljujem se ji za vse znanje, ki nam ga predaja, in da je iz dneva v dan vsem zgled in vzor odlične medicinske sestre. Hvala!

Kristina Durić

KO ZA ABDOMINALNO KIRURGIJO KO ZA GASTROENTEROLOGIJO

ZAHVALA PROF. DR. TROTOVŠKU, KO ZA ABDOMINALNO KIRURGIJO, IN DR. RIBNIKARJEVI

Po vsakem težkem obdobju se naučiš še bolj ceniti sleherni trenutek življenja in biti hvaležen zanj. Želja biti in ostati zdrava bi bila brez Vaše pomoči zame neuresničljiva.

Hvala Vam, prof. dr. Blaž Trotovšek, dr. med., in celotnemu zdravniškemu timu, ki ste s svojim znanjem in prizadevnostjo povezali dve življenji in mi tako po transplantaciji jeter omogočili na novo zaživeti. Z brezpogojnim zaupanjem sem se ob Vas vedno čutila v najboljših rokah. Zdaj še toliko bolj verjamem, da srečamo prave ljudi ob pravem času na pravem mestu ...

Hvala zdravniškim timom in osebju oddelkov C in D Kliničnega oddelka za abdominalno kirurgijo za strokovno oskrbo, trud in spodbudo pri okrevanju.

Hvala Mariji Ribnikar, dr. med., iz Kliničnega oddelka za gastroenterologijo za dosedanje večletno zdravljenje in spremljanje ob moji bolezni.

Od srca HVALA, da ste bili z menoj, ko sem Vas najbolj potrebovala.

Hvala tudi tistim, čeprav jih nisem omenila, ki jih nisem videla in srečala, a so nepogrešljiv del UKC Ljubljana.

Nevenka

URGENTNI KIRURŠKI BLOK, KLINIČNI ODDELEK ZA RADIOLOGIJO

Spoštovani,

v nedeljo, 30. 1. 2023, sva z očetom morala na urgenco zaradi njegove padca. K sreči ni bilo nič hujšega, nobenega zloma, nobene novo odkrite poškodbe, kar je najboljša novica, ki jo lahko izveš.

Rada bi se vam iz srca zahvalila za izredno strokovno in podrobno obravnavo (od rentgena, CT-ja in pregleda krvi, ...) ter za prijazno podporo vaše skupine sester in zdravnika urgentnega bloka.

Z lepimi pozdravi,

Andreja

♡

Spoštovani,

danes sem imel ultrazvočni pregled zapestja pri dr. Ani Katarini Limpel Novak, zdravnici specialistki – radiologinji. Ker ljudje vse prevečkrat kritiziramo in premalokrat pohvalimo, ko smo deležni profesionalne in srčne obravnave, bi rad iskreno pohvalil celotno ekipo na oddelku. Od prijaznega sprejema do natančne obravnave z dobro in razumljivo razlago.

Hvala za vse, kar počnete za paciente, in le tako naprej.

Lep pozdrav,

Nino

♡

Včeraj sem opravila preiskave na Kliničnem inštitutu za radiologijo, soba F6. Želim pohvaliti osebje, ki je sodelovalo pri preiskavi. Bili so izredno prijazni, z natančnimi, jasnimi navodili postopka.

Kljub vsemu, kar slišimo zadnje čase, da se dogaja v zdravstvu, s takim osebjem in pristopom res ni vse črnogledo.

Brigita

IPP

Spoštovani,

moj oče je imel od 24. 12. 2022 hude bolečine v trebuhu. Do 3. 2. 2023, ko sem se z njim odpravila že ne vem katerič na urgenco, ga kljub resnim izvidom že neštetih preiskav nihče ni resno obravnaval in mu pomagal.

V petek, 3. 2. 2023, sva prišla na urgenco. Po 13 urah ležanja in zvijanja v bolečinah pa se je le našel en zdravnik, ki je močno odstopal od vseh. Prvi, ki je pregledal vso priloženo dokumentacijo, vse izvide in je takoj vedel, v kakšnem izrednem stanju je oče. Na Ipp sva čakala le uro in pol, ko naju je sprejel. Že ko so ga pripeljali na oddelek, so mu takoj pomagali z morfijem.

Ko naju je zdravnik Sanjo Finderle, dr.med., sprejel, je omenil, da je pregledal vse izvide in bil je očitno zaskrbljen. Nato pa je očeta vprašal, koliko želi vedeti. Bil je prvi zdravnik, ki si je vzel čas in mu sočutno povedal, v katerem stadiju je bolezen in da naj preostali čas ne hodi več na nepotrebne preiskave, saj so že te dovolj zgovorne. Med tem ko se je med čakanje očetu že mešalo, je po pogovoru z omenjenim zdravnikom po 13 urah izgovoril, da je bilo pa vredno počakati tega zdravnika. Zdravnik, ki resnično opravlja svoje delo resno, odgovorno, s čutom do pacienta in empatično.

Včeraj, 26. 2. 2023, je moj oče umrl. Kar pomeni, da sva bila pri njem pred 23 dnevi. Hvaležna sem mu, da sva oz. smo se doma lahko pripravili na situacijo.

Bi vam pa želela sporočiti, da vsi ostali, ki smo jih srečali na poti, v času očetovega umiranja, ko to nismo vedeli, stroka pa, in smo ga v hudih bolečinah vlekli sem ter tja, povsem brez potrebe, namesto, da bi mu blažili bolečine v zadnjih tednih. Nakar so ga na OI na paliativno nego sprejeli šele po mojem moledovanju in ne na podlagi 2 napotnic.

Sporočiti bi še želela, da je Sanjo Finderle, dr.med., izkazal veliko mero sočutja, strokovnosti in profesionalnosti, kar pa žal ne morem trditi za vse ostale, ki smo jih srečali na poti po UKC Ljubljana, Urgenci in OI v času od 24. 12. do 9. 2., ko je bil sprejet na paliativno nego na OI.

Hvala za vaš čas, hkrati pa bi predlagala, da zdravnikom poleg strokovnosti ponudite tudi šolanje na področju empatije, ki je za umirajoče bolnike in njihove svojce najpomembnejša.

Vse dobro vam želim in srečno,

Tea

ORL

Pozdravljeni,

Danes, 27. januarja, sem bil po nekaj dnevih hospitalizacije in operacije odpuščen iz ORL, oddelka A. Z veseljem moram pohvaliti celotno ekipo na tem oddelku – od doc. dr. Aničina in mojega zdravnika in operaterja dr. Petra Pukla, do vseh sester, bolničarjev in ostalih zaposlenih, vključno s študentkami, ki mi niso samo lajšali mojega zdravljenja, ampak tudi polepšali težke trenutke, predvsem pa me spodbujali in dvigovali mojo načeto samozavest. Samo beseda HVALA morda ni dovolj, toda več ne morem ponuditi. Ostali mi bodo v dobrem spominu. V srcu.

Prosim vas, da jim posredujete tole pisemce.

Janez

♡

Spoštovani,

od 15. 1. do 16. 1. 2023 sem bila hospitalizirana na ORL kliniki. Iskrena zahvala in pohvala vsem zaposlenim. Tako na oddelku kot ob in v operacijski dvorani. Še posebej dr. Paučiču za strokovno obravnavo ter prijazen odnos.

Lep pozdrav celotni ekipi.

INFEKCIJSKA KLINIKA

Spoštovani,

dne 28. 12. 2022 sem bila zaradi hudega vnetja srednjega ušesa in visoke nosečnosti hospitalizirana na Oddelku za infekcijske bolezni in vročinska stanja. Ker je bila ob sprejemu bolečina v ušesu zares huda in je iz ure v uro postajala bolj neznosna, so mi na kliniki ob sprejemu zelo hitro pomagali s sredstvi proti bolečinam ter z antibiotikom. Posebna zahvala gre zdravnici Maji Cvelbar Vozelj, ki me je tudi pospremila na ORL kliniko, kjer so mi opravili dodaten pregled in čiščenje ušesa. Ker je šlo hkrati za krvavitev iz ušesa, je bila potrebna dodatna diagnostika, posledično sem bila sprejeta na oddelek. Ker je bil to ravno čas praznikov in je bila večinoma prisotna samo dežurna služba, so kljub temu vsi zdravniki zelo skrbno in zavzeto skrbeli zame. Posebne zahvale gredo torej zdravnici Maji Cvelbar Vozelj, Katarini Boršič, Blažu Pečaverju, Gabriele Turel, Darji Vidmar Vovko, Petri Bogovič, Lei Past, Tadeji Kotar ter vsem medicinskim sestram v urgentni ambulanti in na otroškem III oddelku.

Zares hvala vsem za profesionalno obravnavo ter hkrati toplino in človeško razumevanje, ki sem ga bila deležna.

Vsem želim vse dobro in obilo zdravja!

Hvala in s spoštovanjem,

Anja

KO ZA TRAVMATOLOGIJO, GINEKOLOŠKA KLINIKA

Pot pripravništva je zelo težka, kar se lahko strinja marsikdo. V kratkem času zamenjaš okolje, sodelavce in način dela. Na določenih oddelkih sem se počutila zelo nezaželena.

Na kratko:

Pohvalila bi kolektiv TRAUMA B. oddelek, 4. nad., za prijaznost, potrpežljivost in lep sprejem v tim.

Še bolje pa me je navdušila GINEKOLOSKA URGENTNA amb. (Žiga Aleksič, Katarina Žabkar), kljub velikem obsegu dela sta ohranila mirno kri in bila vedno pripravljena pomagati in razložiti vse. Pozitivna sta do nas, ostalih zaposlenih, še posebej pa do pacientov.

Pripravnica Anela

KO ZA TRAVMATOLOGIJO, GINEKOLOŠKA KLINIKA

Pot pripravništva je zelo težka, kar se lahko strinja marsikdo. V kratkem času zamenjaš okolje, sodelavce in način dela. Na določenih oddelkih sem se počutila zelo nezaželena.

Na kratko:

Pohvalila bi kolektiv TRAUMA B. oddelek, 4. nad., za prijaznost, potrpežljivost in lep sprejem v tim.

Še bolje pa me je navdušila GINEKOLOSKA URGENTNA amb. (Žiga Aleksič, Katarina Žabkar), kljub velikem obsegu dela sta ohranila mirno kri in bila vedno pripravljena pomagati in razložiti vse. Pozitivna sta do nas, ostalih zaposlenih, še posebej pa do pacientov.

Pripravnica Anela

URGENTNI KIRURŠKI BLOK

Spoštovani,

v petek sem bila z mamo Štefanijo, ki je oskrbovanka DSU Tabor, na Urgenci v Ljubljani.

Vljudno prosim, prenesite veliko zahvalo vsem, ki so poskrbeli zanjo.

Od reševalcev, dr. Matica Mraka in dr. Martine Miklavčič z ekipami; vsi so bili vrhunski, profesionalni, prijazni, srčni. V manj kot treh urah sva bili nazaj na Taboru.

Na žalost se družba premalo ali pa sploh nič ne zaveda, kako pomembni so vsi ti zaposleni za vse nas in kaj bi brez njih. Po dolgih letih študija jih čakata težka, stresna, naporna služba ter neprijazna in agresivna družba. Žal.

Hvala in srečno.

Maja

♡

Spoštovani,

najprej hvala za vso prijaznost, ki smo je bile deležne moja mama in vnukinja kot tudi jaz ob obisku.

Lansko leto sem bila dvakrat v spremstvu pacienta. Obakrat nisem uspela izpolniti vprašalnika, a sedaj ko sem med papirji našla formular, menim, da je prav, da vam odgovorim. Vprašalnika priložena

Marca sem spremljala 97-letno dementno mamo. Osebje reševalnega vozila je bilo zelo prijazno, pozorno, ustrežljivo ... vse pohvale!

Pri vas sva bili približno od 10. ure pa do 23. Prav vsi, s katerimi sva prišli v stik, v 13 urah jih ni bilo malo, so bili zelo prijazni. Od zdravnikov do čistilke, ki je popazila mamo tačas, ko sem šla na WC. Kljub za mene zelo težki situaciji sem imela zelo dober občutek.

Edina pripomba: že ob sprejemu, okrog 10. ure, je zdravnik napovedal, da bo mama ostala na opazovanju. Test na covid pa so opravili šele okrog 21. ure. To je pomenilo še dodatne 2 do 3 ure čakanja.

23. decembra sem spremljala 10-letno vnukinjo. Prišli sva sami. Na triažo sva čakali 15 do 20 minut. Tudi kasneje je vse potekalo relativno hitro. K sreči se je izkazalo, da gre le za udarec in ne za zlom. Ponovno sem opazila, da so bili vsi, od prvega so zadnjega, zelo profesionalni in prijazni.

Še enkrat hvala in lep pozdrav,

Ljubica

INŠTITUT ZA MEDICINSKO REHABILITACIJO

Pozdravljeni,

želim pohvaliti Inštitut za medicinsko rehabilitacijo v kleti stavbe UKC, tamkajšnje fizioterapevte in posebej zdravnico fiziatrinjo Nežo Rode. V vaši enoti sem bila prvič obravnavana že leta 2011 po zlomu kolena (in operaciji pri vas). Že tedaj sem bila zelo zadovoljna.

Glede na to, da so se časi medtem precej spremenili, sem vesela, da se odnos do pacientov na tem oddelku ni spremenil.

Lani jeseni sem se po operaciji hallux valgus prvič srečala s fiziatrinjo Rode in nato pri vas opravila vse predpisane fizioterapije.

Januarja letos sem prišla k isti fiziatrinji zaradi drugega problema; žal fizioterapija pri vas ni več mogoča. V obeh primerih si je dr. Rode vzela dovolj časa za pregled dokumentacije, temeljit pregled in pogovor ter odgovore na moja številna vprašanja in dileme, kar je zame enakovredno nadaljnjemu zdravljenju. Prav tako so bili prijazni in strokovni fizioterapevti, s katerimi sem sodelovala in mi niso le odgovorili na moja vprašanja, temveč tudi dali nekaj koristnih nasvetov, kako lahko sama izboljšam svoje počutje oz. pomagam k hitrejšemu celjenju brazgotin.

Škoda, da ni pri vas prostora za fizioterapijo, ki mi jo je predpisala zdravnica, a sem si jo uredila v enem Krkinih zdravilišč.

Zavedam se, da časi niso prijazni ne do pacientov ne do zdravstvenega osebja, zato res iskrena hvala celotni ekipi in upam, da jih moja pohvala doseže.

Jožica

PEDIATRIČNA KLINIKA

Pozdravljeni, sem Elvira in moja hči Ejna je bila sprejeta na oddelek Službe za kardiologijo zaradi MR preiskave v splošni anesteziji. Kot mamica Ejne bi rada pohvalila sestre, ki so nas sprejele na oddelek, in sestro, ki je dala Ejni kanalček. Mislim, da ji je bilo ime Jožica. V glavnem same pohvale. Rada bi tudi pohvalila skupino v Magnetni ambulanti – hvala vsem v mojem imenu in imenu moje Ejne.

Hvala, lep pozdrav.

♡

Pozdravljeni,

želela bi podati pohvalo za celoten Endokrinološki oddelek Pediatrične klinike, z dodatno posebno pohvalo dr. Drole Torkar.

Moj sin Otis je zaradi osnovne metabolne bolezni voden pri njih že od leta 2019. V tem času sva bila večkrat hospitalizirana, v vmesnem času pa redno ambulantno obravnavana. Presenečena, navdušena in globoko ganjena sem nad odnosom in profesionalnostjo celotnega osebja. Vedno se počutiva varna in sprejeta, za otroke vsi skrbijo, kot da so njihovi, in vsi njihovi pacienti so tako obravnavani. Čuti se, da se zdravniki in medicinske sestre med seboj dobro razumejo in spoštujejo. Prav vsi pa so svojemu delu predani 200 % in to vsak dan, tudi ko je za njimi predolga izmena.

V temu tednu je imel Otis na ORL kliniki operacijo odstranitve žrelnice in tonzil. Dr. Ana Drole Torkar se je osebno zavzela, da je bil zaradi narave osnovne bolezni pred in po operaciji hospitaliziran na njihovem oddelku, da je bil med operacijo ustrezno pripravljen, da ni bil ogrožen zaradi osnovne bolezni. Ves dan je bila na voljo za vse informacije, ki so jih potrebovali. Zaradi tega sva se lahko počutila varno. Pohvalila bi tudi anesteziologinjo na ORL, ki se je močno potrudila, da je bil med operacijo varen, žal sem pozabila njeno ime. Prav tako dr. Prodan in dr. Hribar za uspešno izvedeno operacijo.

V tem času, ko je zaslediti predvsem kritike zdravstvenega sistema, bi rada sporočila, da smo mi z obravnavo našega otroka več kot zadovoljni. Še več kot to, prepričani smo, da je v Sloveniji za otroke z redkimi boleznimi nadpovprečno dobro poskrbljeno zaradi požrtvovalnosti specialistov, ki ves delovni in prosti čas namenijo spremljanju novih smernic in so nam na voljo 24 ur na dan. Prav tako smo navdušeni nad prakso povezanosti vseh specialistov na Pediatrični kliniki, ki vedno dobro in profesionalno sodelujejo, da sprejemajo prave odločitve ob pravem času.

Lep pozdrav od zelo zadovoljne mame,

Melita

♡

NEONATALNI ODDELAK PK

Pozdravljeni,

z ženo bi rada pohvalila dr. Manco Velkavrh, ki je v obdobju med 03. 01. 2023 in 05. 01. 2023 obravnavala najinega sina Nika na KO za neonatalogijo Pediatrične klinike. Dr. Velkavrh se je izkazala kot vrhunska strokovnjakinja, ki zna diagnozo in potek zdravljenja predstaviti tako, da sva z ženo razumela vse do zadnje podrobnosti, čeprav sva na področju medicine popolna laika. Poleg tega je zelo potrpežljivo odgovorila na vsako najino podvprašanje. Je tudi empatična in ima izjemen občutek za ljudi. Takih zdravnikov si vsak lahko le želi, zato ste lahko res veseli, da jo imate.

Lep pozdrav,

Samanta in Primož

♡

KO ZA OTROŠKO KIRURGIJO

Spoštovani,

rada bi se zahvalila osebju na obeh enotah za neverjetno srčnost, empatijo, strokovnost in dostopnost. Z vašo pomočjo, z vašim neverjetnim znanjem … danes skupaj s sinom odraščamo in se veselimo vsakega dneva posebej.

Hvala, da ste!

KO ZA TORAKALNO KIRURGIJO

Da ne bo samo kritika, izrekam vse pohvale in hvaležnost doc. dr. Tomaž Štupnik in njegovi ekipi ter osebju KO za torakalno kirurgijo za uspešen poseg na pljučih v času covida-19 julija 2020 in marca 2021 ter pohvale zdravnikom in sestram za preglede po protokolu v specialistični ambulanti KO za torakalno kirurgijo.

Pohvala dr. mrd. Davidu Urbanu Lestan in sestram iz Pnevmoliške ambulante na Polikliniki, kjer so opravili bronhoskopijo in imam redne kontrolne preglede, Kliničnemu inštitutu za radiologijo – CT, na odd. rentgen na Polikliniki, kjer mi vsakokrat slikajo pljuča po napotnici zgoraj navedenih ambulant.

Verjetno bi pohvalila še katero specialistično ambulanto na Polikliniki v okviru UKC Ljubljana.

Zahvaljujem se vam za vaš odziv in vas lepo pozdravljam.

Vanja

♡

Spoštovani,

moje ime je Grega, sem kronični bolnik in s tem povezano redni obiskovalec ustanove UKC Ljubljana.

Izkušnjo,ki sem jo doživel, sem si rekel, da moram nujno deliti z vami.

Moja iskrena pohvala se nanaša na zdravnika asis. dr. Miho Zavrla.

Čeprav imam veliko zdravstvenih težav, sem pri gospodu zdravniku začutil toplo besedo, razumevanje in olajšanje, ki ti pomenijo največ.

Pri njem v sobi se dejansko počutiš SLIŠANEGA, kar pri mnogih zdravnikih pogrešam.

Skratka, resnično ne najdem besed, s katerimi bi opisal delo asis. dr. Mihe Zavrla.

Tako naprej gospod doktor in lep pozdrav,

Grega

PORODNIŠNICA LJUBLJANA

Spoštovani,

dovolite »javno« zahvalo in seveda pohvalo babici, gospe Manji Šmigič, doc. dr. Trojner Bregar, vsemu ostalemu osebju, ki je bilo vključeno pri porodu 29. 01. 2023, ter popolnoma vsem, ki so prišli v stik z nami tekom bivanja na poporodnem oddelku D.

Gospa Šmigič je poskrbela za nadvse dostojanstveno obravnavo, izkazala svojo profesionalnost in strokovnost, aplicirala na naš primer ogromno znanja in angažmaja, bila izjemno potrpežljiva in jasna pri pojasnilih v zvezi s postopkom in nama dala možnosti soodločanja. Ko je bilo potrebno, je tudi vključila kolege, in sicer v prizadevanjih, da bi čim prej porodili zdravega otroka in precej osebno (v pozitivnem smislu) ob partnerju skrbela za mojo motiviranost in vztrajanje do točke, ko se je to od mene pričakovalo.

Pozitivna izkušnja se je nadaljevala na oddelku, kjer so ljubeznivo ustregli vsem mojim prošnjam in argumentirano odgovarjali na vsa mogoča vprašanja in strahove prvorodke, ne glede na uro in del dneva. Ob vseh postopkih, ki so bili izvedeni, sta imela odnos in navezovanje mama-novorojenček vedno prednost.

Iskrena hvala, ker ste!

Z lepimi pozdravi, Veronika

♡

Lepo pozdravljeni, izjemno se zahvaljujem timu strokovnjakov za zelo dobro porodno izkušnjo.

Moj porod je vodil Jaka in je bil izjemen profesionalen, prijazen,potrpežljiv in ustrezen. Vse pohvale!

G. Jaka, rada bi se še enkrat zahvalila v mojemu imenu in v imenu moje družine. Hvala, ker ste nama pomagali na ta svet prinesti še eno bitje.

KO ZA KIRURŠKE OKUŽBE

Spoštovani,

v petek, 13. 1. 23, sem imela v popoldanskem času en nepredviden poseg na Polikliniki. Vnela se mi je lojnica in imela sem vse vneto. Pri tem bi rada pohvalila kompletno ekipo (sprejemna pisarna, primarija, zdravnika, ki me je operiral, sestre, ki so poleg asistirale in tehnik, ki me je sprejel) za njihov profesionalni, strokoven in zelo prijazen odnos. Lepo prosim, da jim prenesete pohvale.

Hvala,

Romana

KO ZA KARDIOLOGIJO

Spoštovani,

v imenu matere in vaše pacientke Slave ter v svojem imenu bi želela pohvaliti odlično delo vaše zdravnice dr. Jovane Nikolajević s KO za žilne bolezni. Njena velika srčnost, prijaznost, toplina, zavzetost in odlična komunikacija z mamo in z nami, sorodniki, so neprecenljive vrednosti v zdravniškem poklicu.

Prisrčna hvala za vse dr. Nikolajević in še veliko uspeha na vseh življenjskih področjih.

S spoštovanjem,

Jelena

OČESNA KLINIKA

Dragi in spoštovani, prisrčen pozdrav! Vsekakor moram pohvaliti osebje Očesne klinike UKC Ljubljana, Grablovičeva 46, ki je imela opravka z menoj v četrtek, 02. 02., zaradi zelo zahtevne operacije očesa. Prav posebej pa bi se rad zahvalil gospe zdravnici (kirurginji) Angeli Thalerjevi.

Zanjo bi vsak pridevnik hvale bil premalo. Pa naj vseeno rečem kaj na kratko: že po zunanjosti izjemno lepa ženska, kakršne nisem videl že dolgo! In kakršna je po zunanjosti, je tudi v človeškem (etično-moralnem) pogledu, a zagotovo kot velika strokovnjakinja, s prav lepim in pravilnim govorom in obnašanjem. Že ko sem jo prvič videl in se z njo prvič pogovarjal kot pacient, se nisem mogel zadržati, da ji ne bi rekel kar naravnost, da »četudi operacija morda ne bi uspela, sem vseeno lahko srečen, da sem imel opravka s tako žensko, kot je ona!« Na to pa je ona rekla : »Pa saj veste, da se bom potrudila!« Hvaležen pa sem ji tudi zato, ker me je že naslednji dan (po obdelavi na UKC Maribor) takoj prevzela za operacijo, kar mi prav tako pomeni veliko! Toliko o njej. Zahvalil pa bi se rad tudi zdr. sestri (?), ki je dan prej dvakrat po telefonu od mene (v Mariboru) zbirala podatke – izjemno prijazno ter v prav lepi in pravilni slovenščini, da sem jo moral vprašati, iz katerega dela Slovenije je. Odgovorila je skromno, da je iz Naklega (pri Kranju). Skratka, kaj še sploh reči za zaključek ? Vsem njim – velika, velika hvala in pohvala!

Prisrčen pozdrav !

Želimir

IPP, INFEKCIJSKA KLINIKA, KO ZA NEFROLOGIJO

Spoštovani,

16. 1. 2023 sem z 78-letno mamo »pristala« na IPP-ju (sum na gripo in pljučnico). Prenočila je tam, nato bila premeščena na Infekcijsko kliniko in naprej v BPD – gripni oddelek, kjer je ostala do 24. 1., ko smo jo končno lahko odpeljali nazaj domov.

Zanjo in zame so bili to do sedaj najtežji trenutki, saj kljub temu, da je kronični bolnik, še nikoli ni bila v tako slabem stanju.

Ko dnevno poslušamo o našem slabem zdravstvenem sistemu in kako se mora kaj spremeniti – ja, čas je že. Naj se spremeni vse, kar se mora, da bodo zdravstveni delavci lahko opravljali svoje delo pod pogoji, ki so dostojni za te poklice in bili ne samo plačani kot si zaslužijo, ampak tudi nagrajeni. Tako med. sestre kot zdr. tehniki na IPP-ju si zaslužijo vse pohvale. O zdravnikih ne morem reči nič slabega, a vendarle so sestre in tehniki tisti, ki so prisotni ob pacientu ter mu poskušajo olajšati trenutke z dejanji ali besedami. Tam so tudi za nas, svojce, ki, verjemite mi, s skalo v srcu pustimo svoje bližnje na hodnikih IPP-ja.

Vse pohvale si zasluži tudi osebje v BPD. Mama je doma jokala, ko je govorila o med. sestrah in zdr. tehnikih, zaposlenih tam. Jokala je, ker je bila ganjena nad njimi, kako požrtvovalni so, kako prenašajo še tako težke paciente, kako vedno najdejo lepo besedo za pacienta, ki si je morda sploh ne zasluži. Predvsem pa jo je ganil njihov trud, da pacientu ohranijo še tisti kanček dostojanstva, ko padeš na dno in si res odvisen samo od njih. Veš, da tudi oni bijejo v življenju svoje bitke, pa vendar so tako strokovni in predani svojemu poklicu, da tega ne občuti niti pacient niti svojec. Res so lepo poskrbeli za njo in hkrati nam domačim olajšali dneve, ko ni bila z nami. Ogromno pomenijo minute, ki jih lahko preživiš ob bolnem svojcu in hkrati vidiš, da ga puščaš v dobrih rokah, ko odhajaš domov.

Še izkušnja iz Nefrološke ambulante, kjer sva v torek z mamo »oddelali« 8-urni delavnik. Zopet pohvala medicinskim sestram v teh ambulantah za prijaznost in potrpežljivost, posebna pohvala pa za dr. Mileno Andonovo. To je zdravnica z veliko začetnico, zdravnica, pri kateri je pacient številka ena in ni pomembno čisto nič drugega. Res si lahko želimo več takšnih zdravnikov.

V maminem in mojem imenu še enkrat pohvala in zahvala vsem medicinskim sestram in zdravstvenim tehnikom, ki so nama v teh dneh stali ob strani.

Če jih naše pohvale dosežejo, jim morda pobožajo srce, ker to, da delajo dobro, sami vedo. Žal pa te pohvale ne plačajo njihovih položnic, ne napolnijo hladilnikov, predvsem pa ne nadomestijo ur, ki bi jih lahko preživeli s svojimi najdražjimi. Zaslužijo si več!

V upanju na lepše čase v zdravstvu vas lepo pozdravljava,

Gabrijela in Meta

POLIKLINIKA – C HODNIK

Spoštovani,

sem Monika in moja teta je pacientka na Polikliniki - C blok. Zelo bi pohvalila medicinske sestre, ki delajo v dnevni bolnišnici, odvzem krvi, EKG in rentgen (še posebej Anjo Rozman). Zelo so strokovne, potrpežljive in prijazne do pacientov. Tudi fizioterapevtki sta odlični.

Lep pozdrav,

Monika

KO ZA TRAVMATOLOGIJO

Spoštovani,

danes sem bila na obravnavi v travmatološki ambulanti na Polikliniki pri ge. Vesni Puketa (že drugič). Rada bi izrazila, da sem bila obakrat izjemno zadovoljna z obravnavo. Gospa je izjemno strokovna, prijazna, sočutna, odlično informira in je ne morem dovolj pohvaliti, ker res pozorno posluša in se res poglobi v težavo.

Hvala za vaš trud!

Lep pozdrav,

Doris

NEVROLOŠKA KLINIKA

Pozdravljeni,

danes ob 12. uri dopoldne sem prispel preko nujne napotnice v Ljubljano na Nevrološko kliniko. Lepo oddam napotnico in počakam, kot je naročeno v rdečem kvadratu pri okencu za nadaljnjo obravnavo. Neka mlajša punca, upam, da je nikoli več ne srečam ... ampak saj ni važno.

Pošlje me naprej in čakam v čakalnici ... in pridem na vrsto po skoraj 7 urah. Razumem ... zmanjkalo je elektrike, na ekranu sem bil zaznamovan kot nenujni pacient ... ogromno dela, polna čakalnica, en kup nujnih primerov.

In končno sem na vrsti!!!

Po pravici povem, ko sem stopil v ambulanto št. 1 ob 7. uri zvečer, sem pozabil na vse, kar se mi je čez dan slabega zgodilo!

Mlajša gospa ali gospodična ... sočutna, prijazna, polna vprašanj na temo moje zadeve ... komunikativna! Res sem se počutil kot v neki samoplačniški ambulanti. Ne vem, kako ji je bilo ime, ampak upam, da tole pride do nje! Resnično upam!

Lepo pozdrav,

Anze

CIT, KO ZA TRAVMATOLOGIJO, KO ZA NEVROKIRURGIJO

Spoštovani,

pišem vam v vezi z zdravniško dokumentacijo mojega pokojnega očeta: Mirana P., ki je bil pri vas hospitaliziran v času od 6. 7. do 6. 8. 2022 na oddelkih travmatologije, CIT in nevrokirurgije.

Najprej se vam v imenu celotne naše družine vsem takrat prisotnim in sodelujočim (dr. Benedičiču, dr. Velnatu, dr. Pešaku ter medicinskim sestram) iskreno zahvaljujem za vso podporo, potrpežljivost in predvsem srčnost. Bili ste pripravljeni pomagat na vse načine. Žal se iz oddelka CIT ne spomnim priimka gospe doktorice, ki ji gre posebna zahvala za ves čas, ki ga je porabila za telefonske pogovore z mojo mamo in mano, ko sem bila v tujini službeno odsotna in nisem mogla k očetu.

Vsakodnevno telefonsko ste nam natančno sporočali njegovo stanje, brez kakršnega koli zavajanja.

Srečno in le tako naprej!

Lep pozdrav,

Jana

NEVROLOŠKA KLINIKA

12. 01. 2022 sem bila pregledana pri dr. Notarju (Poliklinika – splošna ambulanta za vaskularno nevrologijo).

Pregled je bil opravljen strokovno in profesionalno, dr. Notaru vsekakor pohvala tudi glede osebnega pristopa. Glede na navedeno menim, da je dr. Notar zdravnik z odlično perspektivo.

Hvala za pregled in lep pozdrav,

Vera

KO ZA PLJUČNE BOLEZNI IN ALERGIJO

Ste visoko strokovno usposobljena ekipa izkušenih, skrbnih in prijaznih ponudnikov kakovostne zdravstvene oskrbe, ki sodi v sam vrh odličnosti. Svoje plemenito in odgovorno delo opravljate predano tudi v razmerah, ki trenutno niso dobre.

V začetku novega leta pa vam vsem zaželim vse lepo in dobro ter srečno.

Lep pozdrav,

Milanka

Enota za odnose z javnostmi

»Všeč sem si v vlogi prostovoljke«

Mila Aldo je poslovna informatorka in se v multinacionalki med drugim ukvarja z reklamacijami. Kaj vse v službi sliši, kdo vse pride, kaj zahtevajo, kako so besni, kako z lahkotno izražajo svojo jezo. Takrat si misli – dobro, izdelek se je pokvaril, bomo uredili, ga bomo zamenjali, zakaj takšen odziv, toliko nervozne. Težava je najbrž drugje. Zato je prav potrebovala protiutež od teh pritoževanj, potrebovala je stik z resničnostjo, odklop. In dobila je povabilo, naj se pridruži prostovoljcem na Interni prvi pomoči (IPP). Po začetnih dvomih in po nekaj mesecih prostovoljstva zdaj ne ve, zakaj tega ni delala že prej. Pravi, da je, odkar dela tu, bolj srečna.

Prostovoljno delo na IPP najbrž ni prva priložnost, na katerega prostovoljci pomislite. Kako ste se znašli tu?

» Že dolgo sem v prostovoljstvu. Tudi v UKCL sem že bila na različnih oddelkih. Potem me je Nataša Čermelj (pomočnica glavne medicinske sestre) povabila na IPP. In sem si mislila, ne, ni »šans«, ker se poznam. Fizični stik z boleznijo mi predstavlja težave. Ne morem videti krvi, bolečin, stisk, ko na cesti vidim starejšo osebo, ki ne zmore nesti vrečke, sem se sposobna zjokati – in potem naj grem na IPP, pa saj bodo imeli več dela z mano.

Očitno so vas opogumili.

» Ja, potem so me opogumili in sem šla iskreno in odgovorno v to delo. Sem pa povedala vnaprej, da ne vem, ali bom sposobna. Ampak zdaj, po nekaj mesecih, je recimo v soboto en gospod bruhal, pa sem mu dala vrečko brez težav.

Kakšne so vaše naloge, kako poteka vaše delo?

» Tukaj mi je všeč, ker točno vem, kaj je moje delo, kaj so moje dolžnost, moje pravice in kaj ne. Ko pridem na IPP v triažno ambulanto, se podam na pot. To je edina stvar v mojem življenju, ki jo počem zelo intuitivno, ker ne morem vedeti, kaj se bo zgodilo, kakšni bodo ljudje, kakšne težave bodo imeli. Zaupam vase, vem, da bom zmogla, kar koli se bo zgodilo – bom zmogla. Zelo sem si všeč v tej vlogi, ker sem tako naravna, ker ne kompliciram, ne načrtujem, ne preračunavam, pridem tja, poslušam sebe, zaznavam ljudi in njihovo energijo. Enostavno sem tukaj. Ljudi vprašam, ali bodo vodo, če jim je dolgčas, jim poiščem kaj za brati, ker niso vsi na telefonih, nekomu pomagam na toaleto, pogovor pa je ključni del mojega dela in moje prisotnosti. To jim ogromno pomeni. Ne morete verjeti, koliko ljudi je osamljenih, ne glede na to, v kakšnem stanju so, kdo so, koliko so stari.

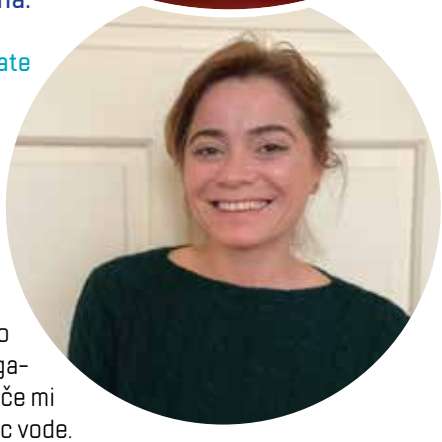
Pravite, da je delo na IPP najboljša šola.

» Naučila sem se več kot prej v vseh mednarodnih okoljih, kjer sem delala, več kot na treningih, kamor so nas poslali. Zdaj znam zelo jasno postaviti meje ljudem. Pri tistih, ki so nesramni in se derejo, hitro naredim rez. Ne morem jim pomagati in tudi oni s svojo energijo ne pomagajo drugim pacientom. Eni res potrebujejo pomoč, nekateri pa so enostavno »žleht«.

To je najboljša šola komunikacije, sprejemanja različnosti, različnih ljudi. Soočeni smo z vsem in vsemi. Lahko tudi vidimo, kaj se bo dogajalo z nami, ko bomo starejši.

Kako se starejši počutijo. Zanimivo jih je poslušati. Ogromno znanja imajo, pa nimajo pravega sogovornika.

Kot so mi povedali, pomirjate paciente, včasih tudi osebje.



» Pri tem delu pogosto uporabljam nežno pomirjujočo energijo. Včasih pa je treba tudi jasno reči, povejte, ali vam lahko pomagam, drugače grem najprej k tistim, ki želijo mojo podporo. Potem se hitro drugače odzivajo in mi rečejo, mogoče mi pa res lahko prinesete kozarec vode.

Skrbite za tiste paciente, ki so na hodnikih, ki čakajo na posteljo v UKCL ali nadaljnjo obravnavo?

» Ja, sem na oddelku internistične prve pomoči. Slišim ogromno zanimivih življenjskih zgodb, imam kar srečo, da se mi ljudje odprejo. Pristopim tako, da se počutijo varne. Razumem, da so v stiski, ne govorim s povišanim tonom, ne s pretirano vznesenim tonom, če to ni primerno. Zelo prilagajam svoj pristop. Odziv je večinoma zelo pozitiven.

V javnosti je podoba prevečkrat drugačna, običajno slišimo in beremo pritožbe zaradi čakanja in postelj na hodniku.

» Ljudje tukaj so večinoma zelo pozitivni in tudi osebje doživljajo pozitivno. Prepoznajo, da vsi delamo vse, kar je v naši moči. Ni toliko negativnih odzivov, komentarjev, o katerih beremo. Čisto nekaj drugega je od doma iz varnega zavetja komentirati, kot pa biti tukaj.

Vam povem, 90 % odzivov je pozitivnih in se zavedajo, da se vsi trudimo zanje. Ljudje so, čeprav so nekateri čisto sami, drugi res slabo, včasih se ne morejo fizično premikati, polni hvaležnosti, da jih nekdo pozdravi, ogovori, ponudi kozarec vode.

Kaj vas je najbolj presenetilo?

» Vsekakor me je najbolj presenetil pozitiven odnos bolnikov do osebja. Kako so ljudje hvaležni. En gospod je imel Parkinsovo bolezen in je bil malo namrščen. Nisem razumela njegovega zdravstvenega stanja in sem ga prijazno vprašala, ali kaj potrebuje. Na prvo žogo je bil zelo strog, pa sem si mislila, nič mu ne morem pomagati, kaj naj se pogovarjam z njim. Potem pa sem si rekla, ne bom obsojala, še malo bom ostala tukaj. In sem ugotovila, da je imel krče v telesu. Obsojala sem, ker nisem razumela, kaj se tej osebi dogaja. Malo sem počakala, opustila svoja pričakovanja, medtem so krči popustili in gospod se je začel normalno pogovar-

jati. Izjemen sogovornik. Če bi se prepustila prvemu vtisu, pogovora ne bi bilo.

Pred očmi imam eno gospo, skromno, v slabem fizičnem stanju. Rekla mi je, da je hvaležna, da je sploh tu, da poskrbijo zanjo, da so vsi prijazni, in če jih prosi, ji pomagajo. En tak svetel žarek je bila. Zavedala se je svojega slabega stanja. Rekla je, lahko jamram, lahko pa pogledam, kaj je dobrega v tem – in sva se začeli smejati. Poglejte, tudi vas ne bi spoznala, če ne bi bila tukaj. To me je navdušilo, kako eni ljudje obrnejo svoj položaj.

Vi res znate ljudi navdušiti za prostovoljstvo.

» Sicer vedno hitim, tečem, v življenju sem precej ambiciozna, nikoli ni dovolj, šele tu dobim pravo streznitev. Naši dosežki, lovljenje rokov, finančni in materialni uspeh niso vse. Včasih nam vse pomeni človeški dotik, pogovor. Tukaj na IPP ni izumetničenosti, ni ti treba nikogar zabavati in biti nekaj, kar nisi. Čutita se pristnost in iskrenost.

V soboto me je en gospod vprašal, kaj mora biti v moji glavi, da to počnem. Pa sem si mislila, ne vem, tako dobro se počutim tukaj, da zdaj samo razmišljam, kako več tega vključiti v urnik.

Zdaj si recimo v nedeljo popoldne, ko gledam televizijo, mislim, tukaj visim, drugje pa bi lahko bila koristna. Samo sebe sem bolj sprejela. Saj so tudi tukaj težke stvari, veliko novega je zame. Včasih je tudi negativna energija. Žalostno je recimo videti ljudi, kako so nekateri zanemarjeni, osamljeni. Takrat si samo mislim, kako naj to rešim. Vprašam, ali lahko kaj spremenim.

Enkrat je bila gneča, ogromno ljudi, slaba energija povsod. V sobi za oživljanje je bila ena oseba, ki ni preživela. Ko so peljali tisto osebo mimo, je nastala smrtna tišina, ljudje so se umirili, samo spogledovali so se. Takšni dogodki vse streznijo. ▪

založba Chiara predstavlja knjigo:

BACHOVE CVETNE ESENCE za srečno in uravnoteženo življenje

Vas v hitrem tempu življenja mučijo pomanjkanje energije, nespečnost, glavoboli, slaba koncentracija in hitra menjava razpoloženja? Ne vidite konca stresnim in napornim vsakdanjikom? Dobra novica je, da si lahko pomagate sami.

Cvetna terapija z Bachovimi kapljicami vam bo pomagala obnoviti ter ohranjati dobro počutje in notranji mir. Terapijo je v 30-ih letih prejšnjega stoletja razvil britanski zdravnik in homeopat dr. Edward Bach, ki je ljudem skušal pomagati na čim bolj naraven način.

Bachove esence so izdelane iz mešanice različnih rastlin in so varne za uporabo, saj ne povzročajo alergij ali drugih stranskih učinkov. Ker so popolnoma neškodljive, jih lahko uporabljamo tudi v kombinaciji z drugimi zdravili. Primerne so tudi za dojenčke, nosečnice in doječe matere, starejše in zelo bolne, na voljo pa so tudi v lekarnah in specializiranih trgovinah.

“ Terapijo z Bachovimi kapljicami si lahko izbere vsak sam, pomembno pa je, da jih znamo pravilno izbrati in uporabljati. Priročnik Bachove cvetne esence za srečno in uravnoteženo življenje vas bo na preprost, pregleden in razumljiv način vodil skozi uporabo Bachovih cvetnih esenc ter vam pomagal najti ravnovesje v izzivih, s katerimi se soočate. Vedno znova.

Pred kratkim je pri založbi Chiara izšel priročnik Dr. sc. Ane Klikovac z naslovom Bachove cvetne esence za srečno in uravnoteženo življenje.

Avtorica skozi osebno zgodbo, kako so kapljice pomagale njej in njenim družinskim članom, predstavi pozitivne učinke delovanja cvetnih esenc, v knjigo pa so vključeni tudi primeri drugih uporabnikov, ki govorijo o izkušnjah, kako so Bachove esence pomagale najti ravnovesje njim, njihovim ljubljenčkom in celo rastlinam.

- **Spoznajte, kako lahko cvetne esence uporabite kot pomoč pri vaših čustvenih, mentalnih, fizičnih in duhovnih izzivih**
- **Prepoznajte tip vaše osebnosti**
- **Pomagajte družini in prijateljem pri izbiri cvetnih esenc**

Knjigo je odobril Stefan Ball, direktor Bachovega inštituta v Angliji. Izšla je že v hrvaščini in angleščini.

O avtorici:

Ana Klikovac je certificirana homeopatinja in registrirana Bachova svetovalka (BFRP). Izobraževanje v okviru francoske in klasične homeopatske šole je zaključila v Zagrebu. Je predavateljica na homeopatski akademiji The Other Song International Academy of Advanced Homeopathy v Indiji, kjer je tudi zaključila svojo klinično prakso in strokovno izpopolnjevanje s specializacijo na področju metode senzacije in metode 8-Box. Izobraževanje s področja Bachovih cvetnih esenc je opravila neposredno v Bachovem centru v Angliji in postala prva certificirana hrvaška učiteljica Stopnje 1 in Stopnje 2 na tem področju.▪

SPONZOR KRIŽANKE

nagradna križanka

3K
BI RADE ŠE LEŽALE, PA ... MORAJO
AMERIŠKI IGRALEC (HECTOR)
PLAZILEC, KI SPREMINJA BARVO KOŽE
STOK OB BOLEČINI

univerzitetni klinični center ljubljana

POKRIVA OKO
LETVAN POMENI ... Z LETVAMI
LOMLJENJE
MEJITA NA SAUDOVO ARABIJO
IGRALKA KOŠARKE

V RIMU JE KONSTANTINOV

EKIPA, MOŠTVO
..., BOSTE, BODO

MEDNARODNA OZNAKA AZERBAJDŽANA
ŽVEPLO
POSEDUJEŠ
MESTO V NEMČIJI

NATRIJ
PRITRDITI Z ŽEBLJEM

3K
VODI SLONE
S ... MERIMO TOPLOTNO ENERGIJO
NASPROTNO OD REVEN
3K
GENERALNI KONZULAT
... ALI NE BI
RADE ŠERBEDŽIJA: NE DAJ SE ...
GOSTIJA (KNJIŽ.)

SLOVENSKA BANKA
NARODNA: SINOČI SEM NA VASI ...
SEVERNO LJUDSTVO
ČE STOPIŠ PSU ..., ZACVILI
DVA (ŠP.)
NEKDANJA OZNAKA ZA DEKAGRAM
RIBONUKLEINSKA KISLINA
SNOV ZA ZAMAZOVANJE

AZIJSKI DRŽAVI

NEKDANJA SLOVENSKA TV-VODITELJICA REMS
ISTEGA KOVA
OMAR ...: VSE, KAR SI ŽELIŠ
ODPIŠETA (DOLG)
FRANCOSKI PISATELJ (EMILE)

AMERIŠKI JEZIKOSLOVEC CHOMSKY
PREBIVALEC KIRGIZIJE
LEPOTA
SLOVENSKA PISATELJICA MALENŠEK
BIM, ..., BOM

BODIKASTE SREDOZEMSKE RASTLINE
ROPARSKA MORSKA RIBA

RAFKO IRGOLIČ
OTOČJE V TIHEM OCEANU
MESTO V SIRIJI
VPRAŠALNICA
ZRAČNA, GRELNA, TELOVADNA
V 100. PONOVITVI

3K
NASPROTJE MIKRA
VRHNJE OBLAČILO
KOS, PRIMEREK (ŽARG.)
... TE BODI
OKUSNA MORSKA RIBA

BREZ DELA NI ...
PREBIVALCI ŠKOTSKE
AMERIŠKI FILM: ... BROCKOVICH
PODOLGOVATI, VOTLI PREDMETI

OČKA
SL. IGRALEC (ROBERT)
TONINOVA STRANKA

MAČEHE

BELEŽNICA
PRIMES NAFTNIH DERIVATOV

DERIVATI AMONIJAKA
TRAKIJSKO PLEME

V naših križankah
je tudi v dvoje lepo.

Križanke po meri reševalcev.
3K
Ker si zaslužite najboljše.
www.trik.si

Rešitev nagradne križanke pošljite v pisemski ovojnici (ali na dopisnici) najpozneje do 15. maja 23 na naslov: UKCL, Enota 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: **knjigo Bachove cvetne esence za srečno in uravnoteženo življenje založbe Chiara**.

NAGRAJENCI NAGRADNE KRIŽANKE IZ DECEMBRSKE ŠTEVILKE, ki prejmejo knjigo Življenje v sivi coni:

Marina Pušnjak
Mirjam Petek
Mojca Marinšek