Utrip

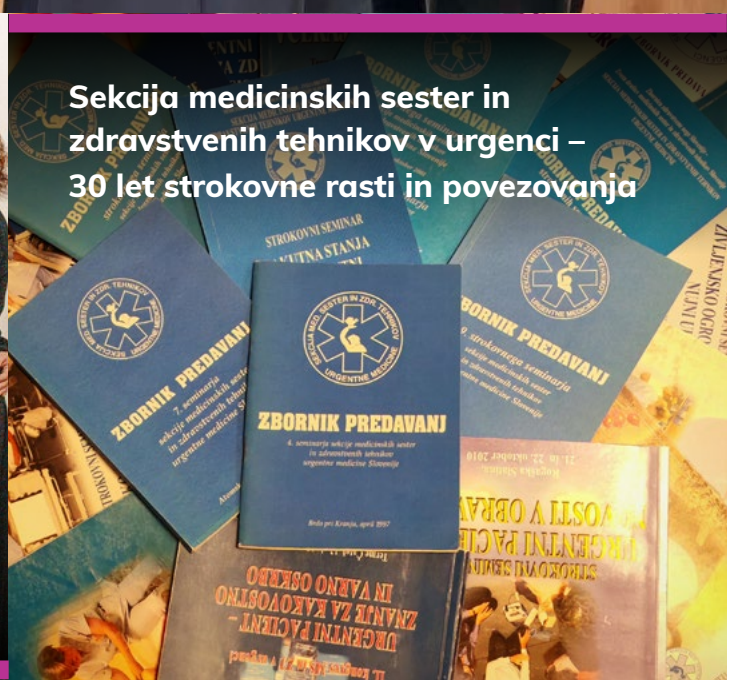
Februar, marec 2026 XXXIII / 1

GLASILO ZBORNICE ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE SLOVENIJE – ZVEZE STROKOVNIH DRUŠTEV MEDICINSKIH SESTER, BABIC IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV SLOVENIJE

Poštnina plačana pri pošti 1102 Ljubljana

Podelitev najvišjih odlikovanj države za izjemne zasluge in dejanja posebnega pomena za blaginjo Slovenije

50 let Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v operativni dejavnosti



Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci – 30 let strokovne rasti in povezovanja

Razpis za podelitev zlatega znaka Zbornice – Zveze za leto 2026

Skrb zase pri opravljanju poklica medicinske sestre ni razkošje, ampak nuja

Celotno vsebino številke si lahko ogledate preko QR kode oz. na spletni strani www.zbornica-zveza.si

Utrip indeks

Februar, marec 2026 XXXIII / 1

UVODNIK

3 Zdravstvena nega je zavezana sočutju, socialni pravičnosti ter svetlejši prihodnosti za človeštvo

INTERVJU

4 »Doseženi rezultati niso bili nikoli plod enega posameznika, temveč naše velike zagnanosti in skupnega dela!«

5 Bernarda Poklukar Novak – prejemnica plakete Državnega sveta Republike Slovenije za leto 2025 za izjemen prispevek v okviru opravljanja prostovoljskega dela na področju zdravstvenega varstva in kulture

DELO ZBORNICE – ZVEZE

6 Razpis za podelitev zlatega znaka Zbornice – Zveze za leto 2026

7 »Nehajte se zajebavati in jih plačajte!«

11 Razpis za volitve Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji in gastroenterologiji

11 Razpis za volitve Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v pulmologiji

12 Mnenje o kompetencah diplomirane medicinske sestre za izvajanje proceduralne sedacije

IZ ZGODOVINE

13 Druga svetovna vojna in zaščitne sestre

15 Delovna skupina za ohranjanje zgodovine zdravstvene in babiške nege pri Zbornici - Zvezi

16 Zahvala Družbe hčera krščanske ljubezni svetega Vincencija Pavelskega

V SPOMIN

16 Gospa Polonca Zupančič

MEDNARODNA SREČANJA

17 3. skupni kongres Društva oftalmoloških sestara/tehničara HUMS-a in Društva za bolest glave i vrata Hums-a

18 Vloga medicinske sestre pri motnjah gibanja – dosežek zdravstvene nege na mednarodnem prizorišču

PRIDOBIVAMO NOVA ZNANJA

19 50 let Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v operativni dejavnosti

20 30. jubilejni seminar: Urgentni pacient – 30 let v srcu urgence

22 Strokovni utrinek: Izobraževanje neformalnih oskrbovalcev – pomembna naloga zdravstvenih delavcev v skupnosti

PREDSTAVLJAMO VAM

23 Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci – 30 LET STROKOVNE RASTI IN POVEZOVANJA

24 Priporočila za optimalno preskrbo z vitaminom D za nosečnice in novorojenčke

25 Vzgoja v času zaslonov: Kdo je komu zgled?

ŽIVLJENJE MEDICINSKE SESTRE

26 Skrb zase pri opravljanju poklica medicinske sestre ni razkošje, ampak nuja

IZ DRUŠTEV

27 DMSBZT Gorenjske: Slavnostna podelitev priznanj srebrni znak in častni član za leto 2025

28 SDMSBZT Koper: Svečana slovesnost ob podelitvi zahval za dolgoletno delo na področju zdravstvene in babiške nege upokojenim članom v letu 2025

28 SDMSBZT Koper: Razpis za podelitev srebrnega znaka za leto 2026

29 DMSBZT Novo mesto: Prednovoletno srečanje in podelitev srebrnih znakov

30 DMSBZT Novo mesto: Sodobna oskrba kronične rane

31 DMSBZT Novo mesto: Izlet v adventni Gradec

31 DMSBZT Novo mesto: Razpis za volitve predsednika/ce in drugih organov društva

32 DMSBZT Celje: Jesensko-zimsko dogajanje v društvu

33 SDMSBZT Koroške: Združeni na poti napredka: inovativni pristopi pri zdravljenju ran

33 SDMSBZT Koroške: Zdravstvena nega pacienta s traheostomo: od aspiracije do komunikacije

34 SDMSBZT Koroške: Predstavitev rehabilitacije mišic medeničnega dna pri fekalni in urinski inkontinenci v SB Slovenj Gradec

34 SDMSBZT Koroške: Novosti v enterostomalni terapiji: trendi, dokazi, inovacije 2025

35 SDMSBZT Koroške: Demenca - bolezen, ki spreminja življenje

35 SDMSBZT Koroške: Izlet članov društva ter članov Sindikata delavcev v zdravstveni negi SE Slovenj Gradec na Dolenjsko

36 SDMSBZT Koroške: Čuječnost kot vir ravnovesja v hitrem ritmu vsakdana

36 DMSBZT Ptuj-Ormož: Različni pogledi na etiologijo in zdravljenje depresije in anksioznosti

37 DMSBZT Ptuj-Ormož: Razpis za volitve predsednika/ce in drugih organov društva

37 DMSBZT Maribor: Babice na razpotju zgodovine

38 DMSBZT Maribor: 9. božični koncert pevskega zbora La Vita

38 DMSBZT Maribor: Reševanje konfliktnih situacij med pacientom in zdravstvenim timom

39 DMSBZT Maribor: Kristali v vsakdanji praksi in kristaloterapija

39 DMSBZT Maribor: Razpis za volitve predsednika/ce in drugih organov društva

IZ DELA ZDRAVSTVENIH ŠOL

40 Pogovor z Anito Prelec ob dnevu Srednje zdravstvene šole Novo mesto

41 Mednarodni dan prostovoljstva in prednovoletno srečanje prostovoljcev Srednje zdravstvene šole v Splošni bolnišnici Novo mesto

41 Ko smeh postane orodje za zdravje

42 Zdrava prehrana in dietetika kot način za krepitev prehranske pismenosti med dijaki SZŠ Ljubljana

44 **NAGRADNA KRIŽANKA**

IZOBRAŽEVANJA

45 Napovedi izobraževanj regijskih strokovnih društev, strokovnih sekcij in drugih organizatorjev

47 komunikacijski izzivi v paliativni oskrbi

47 8. Mednarodni kongres urgentne medicine IMRUA 2026 in 1. Konferenca Bloodbikes

48 20. Simpozij zdravstvene in babiške nege Slovenije: Ohranjanje človečnosti v času družbenih sprememb in sodobnega zdravstva

»Zdravstvena nega je zavezana sočutju, socialni pravičnosti ter svetlejši prihodnosti za človeštvo.«

Iz definicije zdravstvene nege, ICN 2025

Večerov bob leta 2025 je bil januarja 2026 podeljen publicistu Marku Radmiloviču za izjavo: »Na začetku in koncu človekovega življenja, pa kar nekajkrat vmes, stoji medicinska sestra. Ne Golob, ne Janša, ne Jezus, ne Mohamed, ne frak in ne talar. Nehajte se zajebavati in jih plačajte!«

BISERKA MAROLT MEDEN , ČASTNA ČLANICA ZBORNICE – ZVEZE, ČASTNA ČLANICA DMSBZT LJUBLJANA IN ZAGOVORNICA PRAVIC STAREJŠIH
(Fotografija: Mateja Jordovič Potočnik)

Marko Radmilovič je zapisal misel, ob kateri se velja za trenutek ustaviti – da je resnica pogosto preprosta, a jo je najtežje tudi uresničiti. Prav ta misel natančno zrcali položaj zdravstvene in babiške nege danes: vrednote, pomen in odgovornost vašega dela so splošno priznani, a še vedno prepogosto ne v celoti prepoznani v sistemskih rešitvah in vsakdanji praksi.

V Sloveniji smo lahko upravičeno ponosni na razvoj zdravstvene nege in babištva. Gre za področji z dolgoletno in trdno tradicijo, ki sta se razvijali vzporedno z razvojem družbe in zdravstvenega sistema. Izobraževanje babic ima svoje korenine že v 19. stoletju, strokovno združevanje v društvih pa ima bogato zgodovino, dolgo že **več desetletij** (kmalu bomo praznovali stotico) in predstavlja temelj strokovne identitete, solidarnosti ter skupnega zagovorništva poklica.

Zdravstvena nega in babištvo uživata visoko stopnjo zaupanja javnosti. To potrjuje tudi vsakoletna raziskava **Ogledalo Slovenije**, ki meri tudi zaupanje v posamezne poklice. Medicinske sestre in babice se že vrsto let uvrščate povsem na vrh lestvice, ob bok reševalcem in gasilcem – poklicem, ki jih javnost prepoznava kot stebre pomoči, odgovornosti in človečnosti.

Medicinska sestra je v Evropski uniji reguliran poklic, kar še dodatno poudarja pomen kakovostnega, primerljivega in odgovornega izobraževanja. Zato je izjemno pomembno, da se izobraževanje medicinskih sester in babic izvaja na zdravstvenih fakultetah v Sloveniji ter da ostaja strokovno, raziskovalno in etično trdno zasidrano. Dodatno težo temu daje tudi nova, sodobna definicija zdravstvene nege in medicinske sestre, ki jasno opredeljuje njuno avtonomno vlogo, odgovornost in prispevek k zdravju posameznika, družine in skupnosti.

Pomemben mejnik za področje zdravstvene nege in babištva predstavlja tudi sprejem **Zakona o zdravstveni negi in babištvu** v Državnem svetu, ki ga čaka nadaljnja zakonodajna pot – obravnava in sprejem v Državnem zboru ter nato uveljavitev. Čeprav je zakon formalno pripravilo Ministrstvo za zdravje, brez izjemnih in vztrajnih naporov stanovske organizacije Zbornice – Zveze ta korak ne bi bil mogoč. To je jasen dokaz, da ima organizirano strokovno zagovorništvo moč in pomen.

Vendar naj mi bo dovoljeno zapisati, da bi bili vsi bolj zadovoljni, če bi Ministrstvo za zdravje v večji meri upoštevalo odlično pripravljene pripombe Zbornice – Zveze, ki bi vsekakor izboljšale predlog zakona.

Kaj torej še manjka? Ugled, ki ga zdravstvene delavke in delavci v zdravstveni negi in babištvu že imajo v očeh javnosti, se mora jasno in nedvoumno odraziti tudi v **plačah** ter **primernih pogojih za delo**. To velja za vse ravni izobraževanja in za vse izvajalce.

Poleg pomanjkanja kadra v bolnišnicah je posebej pereče stanje v socialnozdravstvenih zavodih. Zaradi staranja prebivalstva ti zavodi postajajo vse bolj zdravstveni, zato nujno potrebujemo celosten pristop, ki bo povezoval zdravstvene in socialne storitve vseh izvajalcev – tako tistih s srednjo kot tudi z visoko izobrazbo. Vsi morajo imeti zagotovljene primerne delovne pogoje, ustrezno podporo in pravično plačilo. Integrirane socialnozdravstvene storitve morajo postati temelj dolgotrajne oskrbe na domu in v domovih za dolgotrajno oskrbo. Pomembna pa bo vključitev okrepljene/razširjene mreže patronažne dejavnosti v zagotavljanje dolgotrajne oskrbe na domu.

Z vidika starejše populacije nas je veliko takšnih, ki v zdravstveni negi prepoznamo iskrenega zagovornika starejših. Prav zato je ključno, da imajo medicinske sestre in drugi strokovnjaki dovolj časa, da prisluhnejo starejšim ter da lahko samostojno vodijo posamezna področja obravnave kroničnih bolezni pri starejših. In smo spet pri kadrovskih normativih, ki nujno vpijejo po spremembah in pri specializacijah, ki se uveljavljajo (pre)počasi in naj bi vplivale tudi na določen prenos kompetenc.

V tem kontekstu ni presenetljivo niti to, da si nekatere nevladne organizacije že dalj časa prizadevajo, da bi se dobra praksa **referenčnih ambulant** prenesla tudi v domove starejših – po novem v domove za dolgotrajno oskrbo.

Lani so na Ministrstvu za solidarno prihodnost v okviru priprav Uredbe o programih obveznega zdravstvenega zavarovanja, zmogljivostih, potrebnih za njegovo izvajanje, in obsegu sredstev za leto 2025 pripravili predlog, **»da se model ambulante družinske medicine s t. i. referenčno diplomirano medicinsko sestro vpelje tudi v ambulantno dejavnost, ki se zagotavlja pri izvajalcih institucionalnega varstva** – ne samo iz razloga zagotavljanja primerljive obravnave oseb s kronično nenalezljivo boleznijo, ki bivajo v institucijah, ampak tudi upoštevajoč dejstvo, da se ob odsotnosti diplomirane medicinske sestre v timu ambulante družinske oziroma splošne medicine določena opravila v pristojnosti diplomirane medicinske sestre prenašajo na zdravstveno-negovalni kader izvajalca institucionalnega varstva.«

Ministrstvo za zdravje je zaprosilo za mnenje RSK za družinsko medicino.

Sledi pa razočaranje – ugotovitve in mnenje **Razširjenega strokovnega kolegija za družinsko medicino**, ki poenostavljeno povedano ocenjuje, da dobro uveljavljeni pristopi referenčnih ambulant niso primerni za zelo stare, polimorbidne stanovalce domov starejših … Takšno stališče je težko razumeti drugače kot obliko **starizma**, o katerem bi bilo smiselno povprašati tudi **Zagovornika načela enakosti**.

Starejši, ki ostanejo brez osebnega družinskega zdravnika iz različnih razlogov, so zelo prikrajšani, saj težko iščejo in končno morda najdejo novega, ki ni v kraju njihovega bivanja, saj niso tako mobilni kot mlajša populacija. Vsekakor pa **niso dovolj digitalno spretni**, da bi jim na spletu uspelo pravočasno poiskati ambulanto oziroma zdravnika, ki še sprejema nove paciente. Tako kot se povečuje delež starejših v družbi, se bo povečeval delež tistih starejših, ki ne obvladajo (več) digitalnih veščin. Z odhodom v dom starejših pa starejši običajno izgubijo svojega osebnega družinskega zdravnika in spoznajo novega. **Glede na zaupanje v medicinske sestre in pomanjkanje zdravnikov, ki bi želeli delati s starejšimi, bi bile referenčne ambulante v domovih starejših velik korak naprej v kakovostni in varni zdravstveni obravnavi starejših.**

Razprava o prihodnosti zdravstvene nege in babištva je razprava o vrednotah družbe in o prihodnosti javnega zdravstva. O tem, komu prisluhnemo, komu zaupamo in komu omogočimo, da svoje znanje in poslanstvo opravlja v pogojih, ki so vredni njegove odgovornosti.

Hvala, da ste.

»Doseženi rezultati niso bili nikoli plod enega posameznika, temveč naše velike zagnanosti in skupnega dela!«

KSENIJA PIRŠ, ANITA PRELEC

Za življenjsko delo na področju razvoja in uveljavljanja zdravstvene nege v Sloveniji in svetu ter humanitarnega dela v strokovnih in drugih društvih je gospa Veronika Pretnar Kunstek decembra 2025 prejela medaljo za zasluge predsednice Republike Slovenije dr. Nataše Pirc Musar. Leta 2018 ji je Zbornica – Zveza podelila najvišje stanovsko priznanje Angele Boškin za življenjsko delo.

Spoštovana gospa Veronika Pretnar Kunstek, Republika Slovenija in Zbornica – Zveza sta vam izkazali spoštovanje in hvaležnost za vaš izjemni prispevek k razvoju in ugledu zdravstvene nege doma in po svetu. Med drugim so zapisali, da ste *»kot humanitarka, strokovnjakinja in izjemna osebnost vzor sočutja, predanosti in dostojanstva – ste človek in gospa z veliko začetnico«*. Kako posameznik v življenju uresniči toliko pomembnega, družbeno koristnega in človeku dobrega?

Odgovor ni enostaven! To se ne zgodi z velikimi enkratnimi potezami, temveč skozi vztrajna majhna dejanja! Takšno življenje se gradi počasi, skozi leta! Ko posameznik zna videti tudi drugega človeka in deli svoje znanje in izkušnje skupnosti, prevzema odgovornost in vztraja tudi takrat, ko ne pričakuje priznanj!

Na svoji dolgoletni poklicni poti ste pomembno prispevali k razvoju slovenske zdravstvene nege. Kako vam je uspelo soustvarjati sodobno zdravstveno nego v času poklicne aktivnosti, kako ste stopali po svoji poklicni poti? Kakšna je bila vaša pot v mladosti, v aktivnih letih vse do upokojitve?

Po svoji poklicni poti sem stopala korak za korakom, z vztrajnostjo in odgovornostjo do bolnika in poklica. Spremljala sem razvoj stroke doma in v tujini, se nenehno izobraževala in znanje prenašala v prakso in seveda med sodelavce. Poseben poudarek sem namenjala krepitvi vloge medicinske sestre v zdravstvenem sistemu. Pomemben del moje poti je bilo tudi mentorstvo ter sodelovanje pri uvajanju sprememb, ki so izboljševale delo z bolniki!

Vaša vloga v humanizaciji pediatrične zdravstvene nege, v sodelovanju s prof. Kornhauserjem, je veljala za pionirsko delo v 80. letih prejšnjega stoletja.

Pionirsko delo je predstavljal nov koncept transporta življenjsko ogroženih novorojenčkov in dojenčkov iz regijskih porodnišnic v UKC Ljubljana, kako so sprejeli nove oblike dela doma, kako v tujini?

Pred letom 1970 se je začel v Ljubljani graditi nov, moderen Univerzitetni klinični center, ki smo ga že res težko pričakovali. A selitev v nove prostore pred več kot 50 leti je terjala tudi drugačno organizacijo dela, kar je bila zelo zahtevna naloga, marsikaj je bilo treba spremeniti, prilagoditi novim pogojem. V vse to smo bile ves čas vključene medicinske sestre po zaslugi prof. Kornhauserja, kajti prof. Kornhauser si je zelo prizadeval za »demokratizacijo odnosov«, medsebojno spoštovanje in partnerski odnos med sodelavci v timu. Izjemno je cenil medicinske sestre! Uvajali smo številne posodobitve, med katerimi je bila doma in v tujini hitro znana »humanizacija hospitalizacije otroka«, možnost obiskov preko celega dneva, da bi se otroci v bolnišnici počutili čim manj odtujeni od staršev in domačega okolja in naj omenim kot pomembno tudi skrajšanje ležalnih dob. To je bil velik zgled vsem in so ga začeli posnemati. Prav tako je bil res pionirsko delo naš koncept transporta življenjsko ogroženih dojenčkov in novorojenčkov iz regionalnih slovenskih bolnišnic v UKC Ljubljana, o čemer sem imela izjemno odzivno predavanje na mednarodnem kongresu ICN v Los Angelesu že leta 1981.

Ob svojem poklicnem delu ste bili predani razvoju stroke in organizacijskemu razvoju področja zdravstvene nege, ves čas pa aktivni tudi v stanovski organizaciji Zbornici – Zvezi. Kako bi opisali ta preplet dela in dejavnosti, uspeh organizacije pod vašim vodenjem in sodelovanje z drugimi? Vse do razpada Jugoslavije ste bili tudi generalna sekretarka jugoslovanskega združenja medicinskih sester.

Kot sem že večkrat poudarila, doseženi rezultati niso bili nikoli plod enega posameznika, temveč naše velike zagnanosti in skupnega dela! Imela sem krasne kolegice, krasne, spoštovane vzornice. Vse se je smiselno dopolnjevalo – strokovnost, izobraževanje, spodbujanje sodelovanja, povezovanje in možnost, da so se lahko razvijale ideje in pobude. Vedno smo podpirale druga drugo, kar je izjemnega pomena! Ter dejstvo, da smo si vedno prizadevale odzivati se na potrebe časa.

Februarja 1993 je prvič izšel informativni bilten Utrip, ki ste ga na pot pospremili kot prva glavna in odgovorna urednica takrat časopisno založniške dejavnosti. To je bilo v času ustanovitve zborničnega dela naše organizacije. Kako se spominjate začetkov samostojne poti Utripa in kaj je takrat to pomenilo?

Že leta 1992 smo ustanovili Zbornico zdravstvene nege Slovenije. Takrat sem bila imenovana za glavno in odgovorno urednico časopisno založniške dejavnosti. Do tedaj smo imeli le strokovno revijo Zdravstveni obzornik, ki smo jo takrat preimenovali v Obzornik zdravstvene nege, revija je nekajkrat letno objavljala strokovne članke, dosežke in raziskave na področju zdravstvene nege doma in v tujini. Pogrešali pa smo neke vrste mesečni informativni bilten, namenjen sprotnemu obveščanju članov o dogodkih, projektih in pobudah ter preglednosti in dinamiki našega dela z rednimi rubrikami. Tako je nastal Utrip – »moj otrok«, kot sem ga imenovala, informativni bilten, ki ni prinašal le novic in obvestil, ampak je bil mišljen kot obveščanje in povezovanje, spodbujanje sodelovanja, dialoga in skupne identitete. Spominjam se, da so številni vsak mesec težko pričakovali njegov izid. Prepričana sem, da je Utrip še vedno nepogrešljiv mesečni informativni bilten oz. glasilo Zbornice – Zveze, kjer vsakdo najde veliko zanimivega, veliko novega!

Vaše delo je izjemno vplivalo na prepoznavnost in ugled stroke tudi zunaj meja Slovenije, v mednarodnem prostoru. Slovenijo ste zastopali tako v Svetovni zdravstveni organizaciji, bili članica vodstva ICN, aktivna tudi v EFN. Gotovo je bilo mednarodno sodelovanje takrat težje uveljavljati, ohranjati in razvijati kot danes? Kakšni so vaši spomini na vaše mednarodne odnose in dejavnosti, bi na kaj posebej opozorili?

Z ICN sem se prvič aktivno srečala že na Svetovnem kongresu medicinskih sester v Los Angelesu, kjer sem imela za tiste čase res zelo odmevno predavanje o transportu življenjsko ogroženih dojenčkov in novorojenčkov, kar je bila velika novost tako pri nas kot v svetu, kar sem že prej omenila. In ostali smo v stiku. Po končanem mandatu funkcije predsednice Zbornice – Zveze Slovenije, ki sem jo opravljala od leta 1997 do 2001, sem bila na 22. mednarodnem kongresu medicinskih sester v København se istega

leta izvoljena v ožje vodstvo ICN – (Board of Directors) najprej za mandatno obdobje 2001–2005 in nato še enkrat od 2005–2009, do tedaj sem bila do prva iz držav Centralne in Vzhodne Evrope, za kar sem sprejemala številne čestitke iz tujine (iz domačih krajev pa le bolj malo! Tipično).

Prvi mandat sem delovala kot članica družbenoekonomske komisije, drugi mandat pa sem bila članica statutarne komisije. Že pred tem sem bila 9 let – od 1992 do 2001 – prva predstavnica medicinskih sester Slovenije v stalnem odboru PCN, sedanjem EFN (European Federation of Nurses Association) s sedežem v Bruslju. Znanje več tujih jezikov mi je zelo olajšalo delo in komunikacijo s sodelavci iz vseh delov sveta. Pridobila sem si številne iskrene prijatelje po vsem svetu, s katerimi smo se skupaj borili in trudili tlakovati lažje poti medicinskim sestram za boljši jutri. In prava prijateljstva ostajajo kljub razdaljam in časovnim razlikam!

Ob vaši bogati stanovski dediščini, ki se prepleta z vašo osebno močjo, neustavljivo ustvarjalnostjo, željo spreminjati stvari, soustvarjati okoliščine za boljše življenje, zdravje, splošno družbeno dobro, ste aktivni tudi danes. Zapisali ste se prostovoljstvu. Kje sodelujete danes, ali danes teče življenje vsaj nekoliko počasneje?

Seveda ne mirujem tudi v pokoju! Tega verjetno ne bi znala. Poleg vrta, ki ni prav majhen, delujem tudi v lokalni skupnosti, najprej sem vodila Pogovorne urice za zdravje, potem sem se vključila kot prostovoljka v projekt ZDUS Starejši za starejše, nakar sem prevzela vodenje društva upokojencev in s tem so prišle mnoge dodatne aktivnosti in zadolžitve, ki jih za zdaj še lahko opravljam. Žal naslednika po 11 letih še nisem našla.

Kaj je vaše življenjsko vodilo, od kod črpate moč in pogum za življenje, ki odstira, opogumlja, spremnja, ustvarja ...?

Spominjam se dobre prijateljice Hiroko Minami (predsednica ICN 2005 do 2009), ki je dejala, da je njen moto »Harmony« – Harmonija! Čudovita gospa, Japonka, vedno sem občudovala njen način razmišljanja, iskanje harmonije v medsebojnih odnosih, predvsem seveda v medpoklicnih odnosih, v medsebojnem spoštovanju različnih strokovnjakov v timu, pa tudi v barvah, v naravi ... Tak način razmišljanja mi je bil vedno blizu, je topel, neobremenjen z negativnimi čustvi!

Kakšno je vaše sporočilo slovenskim medicinskim sestram in babicam ter naši stanovski organizaciji Zbornici – Zvezi?

Slovenskim medicinskim sestram in babicam izražam globoko spoštovanje za delo, ki ga opravljajo, pogosto tiho in neopazno, a z izjemno odgovornostjo in človečnostjo. Moje sporočilo je preprosto: ostanite ponosne na svoj poklic, vlagajte v svoje znanje! Zbornici – Zvezi pa iskrene čestitke za vse dosedanje dosežke in predvsem spodbudo, da še naprej odločno zastopa interese obeh strok, razvoj, etičnost in ugled, sodelovanje in podporo vsem generacijam medicinskih sester in babic. Verjamem, da lahko skupaj, z medsebojnim spoštovanjem in jasno vizijo, ohranjamo in razvijamo stroki, ki postavljata pacienta vedno v središče.

- - -

Rodila se je v Vikrčah pri Ljubljani. Po končani klasični gimnaziji je leta 1966 diplomirala na Višji šoli za medicinske sestre v Ljubljani in se zaposlila na Kirurški kliniki Kliničnih bolnic Ljubljana, kjer je bila vse do upokojitve. Leta 1972 je svojo poklicno pot nadaljevala na Pediatričnem oddelku kirurških strok. Leta 1985 je postala glavna medicinska sestra Univerzitetne klinike za nevrokirurgijo v Kliničnem centru Ljubljana, funkcijo pa je opravljala skoraj dvanajst let. Bila je mentorica številnim študentom in dijakom ter je več let sodelovala pri izobraževanju študentov medicine na področju zdravstvene nege bolnika. Kot predavateljica Rdečega križa Slovenije je vodila tečaje prve pomoči in sodelovala na tekmovanjih. Ves čas se je strokovno izpopolnjevala doma in v tujini ter pridobila podiplomsko izobrazbo s področja menedžmenta in zdravstvene nege na Visoki šoli za zdravstvo v Ljubljani. Od leta 1996 do upokojitve je bila pomočnica glavne medicinske sestre SPS Kirurške klinike.

Izjemno pomemben del njenega delovanja pomenita strokovno in društveno delo. Leta 1984 je bila izvoljena za predsednico Pediatrične sekcije Slovenije. Leta 1985 je bila izvoljena za generalno sekretarko Zveze društev medicinskih sester Jugoslavije, po izteku mandata pa je bila članica ožjega izvršilnega odbora. Leta 1992 je aktivno sodelovala pri ustanovitvi Zbornice zdravstvene nege Slovenije, kjer je postala glavna in odgovorna urednica časopisno založniške dejavnosti. Pod njenim vodstvom sta redno izhajali publikaciji Utrip in Obzornik zdravstvene nege, ki izhajata še danes. Za svoje delovanje je prejela številna priznanja.

Na svoji poklicni in življenjski poti je z vedrino, predanostjo in izjemnim občutkom za človeka opravljala različne naloge, številne med njimi prostovoljno. S svojim delom je pomembno prispevala k napredku zdravstvene nege kot stroke, k njeni večji prepoznavnosti in enakovrednejšemu vključevanju v odločevalske procese zdravstvenega sistema ter k večji humanizaciji družbe.

Republika Slovenija z državnim odlikovanjem izkazuje spoštovanje in hvaležnost Veroniki Pretnar Kunstek za njen izjemni prispevek k razvoju in ugledu zdravstvene nege doma in po svetu. Kot humanitarka, strokovnjakinja in izjemna osebnost je vzor sočutja, predanosti in dostojanstva – je človek in gospa z veliko začetnico.

Bernarda Poklukar Novak – prejemnica plakete Državnega sveta Republike Slovenije za leto 2025 za izjemen prispevek v okviru opravljanja prostovoljskega dela na področju zdravstvenega varstva in kulture

Bernarda Poklukar Novak je diplomirana medicinska sestra s specialnimi znanji, predana prostovoljka in aktivna članica v lokalni skupnosti. Svoje poslanstvo uresničuje z nesebično pomočjo, širjenjem znanja in skrbjo za ljudi. Od leta 2004 je aktivna na humanitarnem področju, v okviru Rdečega križa, pripravlja in vodi izobraževalne delavnice o temeljnih postopkih oživljanja, uporabi defibrilatorja, negi na domu ter aktivno sodeluje pri dejavnostih Društva hospic. Spodbuja prostovoljstvo, etično ravnanje in medgeneracijsko sodelovanje. Na kulturnem področju je dejavna v Kulturnem in folklornem društvu Gorje kot organizatorka dogodkov, pevka, igralka in likovna ustvarjalka. Je ustanoviteljica in vodja otroškega pevskega zbora OtAnaBer, dolgoletna članica Godbe na pihala Gorje ter pobudnica mažoretk. S svojim delovanjem ohranja tradicijo in jo obogateno z novimi pristopi plemeniti in približuje mlajšim generacijam. Aktivno sodeluje v župniji, Turističnem društvu Gorje pri promociji narodne noše ter naravnih znamenitostih. Dejavno je vključena v športno življenje kot članica kegljaškega kluba.

Z lastnim delom spodbuja solidarnost, krepi povezanost skupnosti in dokazuje, da je biti medicinska sestra veliko več kot le poklic – je način življenja, ki združuje strokovnost, srčnost in nesebično predanost človeku.

Njeno osebnost in življenjsko poslanstvo izkazuje tudi zahvala, ki jo je gospa Bernarda Poklukar Novak izrekla ob prejemu plakete:

»Prejeti najvišje državno priznanje je čast, ki se je ne da izmeriti. Prostovoljstvo zame ni obveza, je izbira. Prostovoljstvo je odločitev, ko čas, znanje in energijo posvetiš pomoči potrebnim in skupnosti, ki jo skupaj gradimo.

Kot medicinska sestra vsak dan vidim, kako pomembna sta toplina in sočutje. V prostovoljstvu pa to poslanstvo lahko še širše doživljam. Brez obtoževanja, nesebično, brez tekmovalnosti in z enim samim ciljem – skupaj za boljši svet, za nas in za naše zanamce. Verjamem, da vsak prostovoljec išče rešitve in ne probleme in verjamem, da vsak prostovoljec lahko pridene sled za boljši jutri.

Zahvaljujem se državnemu svetu za priznanje, predlagateljici Zbornici – Zvezi in vsem, ki hodijo z mano po tej poti ter vsem prostovoljcem, ki dokazujete, da je svet lahko svetlejši, če stopimo skupaj.«

V skladu s 4. členom Statuta Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije

in

Pravilnikom o priznanjih Zbornice – Zveze objavljamo

Razpis za podelitev zlatega znaka Zbornice – Zveze za leto 2026

Zbornica – Zveza bo v letu 2026 podelila do deset zlatih znakov.

Kandidatke/kandidate za zlati znak v skladu s *Pravilnikom o priznanjih Zbornice* – Zveze lahko predlagajo **posamezni člani Zbornice – Zveze z obvezno podporo** regijskega strokovnega društva, strokovne sekcije oziroma drugega organa ali delovnega telesa Zbornice – Zveze ter **regijska strokovna društva, strokovne sekcije** in **drugi organi** ter **delovna telesa** Zbornice – Zveze.

Zlate znake bomo podelili na slavnostni akademiji ob 12. maju – mednarodnem dnevu medicinskih sester in 5. maju – mednarodnem dnevu babic.

Predloge za dobitnike zlatega znaka 2026 predlagatelj pripravi **na obrazcu** »*Predlog za podelitev ZLATEGA ZNAKA*«, ki je dostopen na spletni strani Zbornice – Zveze (www.zbornica-zveza.si, v rubriki pravni akti kot priloga *Pravilnika o priznanjih*).

V obrazec, ki je dostopen v Wordovem formatu, lahko predlagatelji vnašate obrazložitve in utemeljitve, ki niso več prostorsko omejene.

Predlog obrazca z lastnoročnim podpisom predlagatelja **skupaj z življenjepisom** s priporočeno pošto pošljite na: **Zbornica – Zveza, Ob železnici 30a, 1000 Ljubljana, s pripisom »NE ODPIRAJ – Komisija za priznanja – zlati znak 2026**«.

Komisija za priznanja bo upoštevala le predloge, ki bodo ustrezali razpisnim pogojem in bodo na sedež Zbornice – Zveze prispeli do vključno **28. 3. 2026**.

Če se predlog pošlje priporočeno po pošti, se za dan, ko Zbornica – Zveze prejme predlog, šteje dan oddaje na pošto.

Anita Prelec,
predsednica Zbornice - Zveze

Kriteriji za podelitev zlatega znaka:

- uspešno poklicno delo na področju zdravstvene/babiške nege,
- kakovostno in učinkovito organizacijsko delo v dejavnosti zdravstvene/babiške nege,
- prispevek k uspešnemu uresničevanju programov zdravstvene/babiške nege in zdravstvenega varstva,
- prispevek k humanizaciji odnosov v zdravstvu,
- uspehi pri doseganju ciljev, uresničevanju ter uveljavljanju nalog Zbornice – Zveze,
- prispevek k izboljšanju zdravstvenega stanja prebivalstva,
- raziskovalno delo,
- pomembno publicistično delo,
- najmanj 20-letno obdobje dela na področju zdravstvene/babiške nege,
- neprekinjeno članstvo v Zbornici – Zvezi zadnjih 10 let.

PODELITEV ZLATIH ZNAKOV BO POTEKALA NA SLAVNOSTNI AKADEMIJI OB 12. MAJU, MEDNARODNEM DNEVU MEDICINSKIH SESTER IN 5. MAJU – MEDNARODNEM DNEVU BABIC, KI BO 14. MAJA 2026 V KONGRESNEM CENTRU BRDO, BRDO PRI KRANJU.

»Nehajte se zajebavati in jih plačajte!«

SANJA ARNAUTOVIĆ, MONIKA AŽMAN, ANITA PRELEC

DECEMBER 2025 IN JANUAR 2026

Ne samo, da je praznični december skorajda pozabljen, tudi januar je že za nami. In ravno januar naj bi bil tisti, za katerega večina ljudi meni, da je neskončno dolg ter ga ni in ni konec. Vsekakor sta bila oba, december in januar, zelo delovna. Skratka dela nam nikakor ne zmanjka, tako da nam na Zbornici – Zvezi resnično ni dolgčas. Konec koncev bo prekmalu 14. maj in z njim Simpozij zdravstvene in babiške nege, na katerega se zelo intenzivno pripravljamo že od lanskega kongresa. Nikar se ne pozabite prijaviti na ta izjemni dogodek z zanimivimi predavatelji, za zdaj je prostih mest še dovolj. Program simpozija je že objavljen na naši spletni strani, prepričani smo, da lahko skorajda vsak najde kaj zanimivega zase.

DECEMBER 2025

2. 12. 2025

Obe stopnji častnega razsodišča v sedanji sestavi od začetka konstituiranja dobro sodelujeta na področjih, ki so jima skupna, torej poklicne etike, kodeksov etike, etičnih dilem, aktualnega dogajanja v stroki in družbi, vezanega na etične vidike zdravstvene nege in babištva. Na zadnji skupni seji je bilo govora o nadaljevanju promocije obeh prenovljenih kodeksov etike, podano je bilo poročilo o napredku dela Delovne skupine za usklajevanje obveznih vsebin iz poklicne etike v zdravstveni in babiški negi, ki se je doslej sestala dvakrat in oblikovala predlog prenove teh vsebin. Skupina dela tudi na opolnomočenju predavateljev/ic poklicne etike, predvidoma z usmerjenimi izobraževanji. Dokument je bil poslan Upravnemu odboru Zbornice – Zveze, z njim se bo posebej seznanil tudi ORSD. V zvezi s prenovo Pravilnika o organizaciji in delovanju ČR je pravnik Andrej Vojnovič prisotnim predstavil strokovne poglede na prenovo dokumenta; delo bodo nadaljevali januarja. Uskladiti bi bilo koristno pravne akte – statute, pravilnike (častnih) razsodišč regijskih strokovnih društev s Pravilnikom o organizaciji in delu ČR pri Zbornici – Zvezi, saj so zelo raznoliki. Častno razsodišče načrtuje, da bo pravilnik o delu ČR prenovljen do letošnje skupščine Zbornice – Zveze v marcu. Na seji je bilo govora tudi o etičnih vidikih raziskovanja v zdravstveni negi in babištvu; potrebovali bi samostojen pravilnik, kar je v načrtu dela za naprej.

3. 12. 2025

V okviru projekta HEROES, ki poteka na NIJZ, je bil sklican posvet o specializacijah v zdravstvu. Projekt HEROES ima namen izboljšati kapacitete kadrovskega načrtovanja v zdravstvu za učinkovito zagotovitev dostopnosti, trajnosti in vzdržljivosti zdravstvenih storitev. Glavna cilja sta: izboljšanje podatkovnih baz za načrtovanje zdravstvenega kadra, izboljšanje orodja za načrtovanje zdravstvenega kadra in identifikacija kompetenc za kadre, ki bodo izvajali to načrtovanje. Posvet je potekal v družbi različnih deležnikov, predstavnikov Zdravniške zbornice, Medicinske fakultete, FZAB, MZ, NIJZ in Zbornice – Zveze.

4. 12. 2025

V državnem svetu so na skupni seji Komisije za socialno varstvo, delo, zdravstvo in invalide (60. seja) in Komisije za izobraževanje, kulturo, znanost, šport in mladino (35. seja) zasedali državni svetniki in obravnavali Posebno poročilo zagovornika načela enakosti na temo Izzivi pri vzgoji in izobraževanju romskih otrok in mladostnikov. https://zagovornik.si/izdelki-zagovornika/posebna-porocila/

5. 12. 2025

Monika Ažman se je udeležila slavnostne podelitve plaket Državnega sveta Republike Slovenije najzaslužnejšim posameznikom in organizacijam s področja civilne družbe za leto 2025, ki je potekala v dvorani Državnega sveta. Podelitev je sovpadla z mednarodnim dnevom prostovoljstva, ki ga po svetu obeležujemo že štiridesetič, potem ko ga je leta 1985 razglasila Generalna skupščina Združenih narodov. Prisotne je nagovoril predsednik Državnega sveta Marko Lotrič, ki je izrazil iskreno hvaležnost vsem, ki s svojim časom, znanjem in srčnostjo nesebično prispevajo k boljši skupnosti. Zbornica – Zveza je za to plaketo predlagala Bernardo Poklukar Novak za izjemen prispevek na področju zdravstvenega varstva in kulture, ki je priznanje tudi prejela.

Bernarda Poklukar Novak
(Fotografija: osebni arhiv Bernarda Poklukar Novak)

Ob zaključku leta 2025 je v Izoli potekala podelitev zahval upokojenim medicinskim sestram in babicam, članicam DMSBZT Koper. Anita Prelec se je v pozdravnem nagovoru zahvalila vsem za predano delo tako v delovnih organizacijah kot tudi v vodstvu društva.

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske je tudi letos podelilo priznanja tistim, ki so s predanim delom, srčnostjo in strokovnostjo soustvarjali zdravstveno stroko v regiji ter pustili globok pečat v življenju mnogih. Prejemniki srebrnega priznanja v letu 2025 so Breda Grilc, Ria Jagodic, Admir Krupić, Dorica Peternel, Judita Slak, naziv častne članice društva za leto 2025 je prejela Zdenka Kramar.

Barbara Luštek se je udeležila prednovoletnega srečanja DMSBZT Novo mesto. Na srečanju je pozdravila prisotne v imenu predsednice Anite Prelec in sodelovala pri podelitvi srebrnih znakov. Po kulturnem programu je sledila še prednovoletna zabava. Srečanja se je udeležilo kar lepo število članov in članic društva.

8. in 9. 12. 2025

V Skopju je potekala zaključna delavnica projekta, Project »Advancing nursing and midwifery education and establishing the system for the recognition of professional qualifications in the Republic of North Macedonia (2024–2025)«, ki ga Zbornica – Zveza izvaja skupaj s Centrom za evropsko prihodnost. S strani Zbornice – Zveze sta se delavnice udeležili prof. dr. Brigita Skela Savič in Monika Ažman. V uvodnem delu so spregovorili predstavnik veleposlaništva RS v Skopju Martin Glažar, Jovica Andovski, namestnik Ministra za zdravje Republike Severne Makedonije, predstavnica Svetovne zdravstvene organizacije v R Severni Makedoniji in Ana Novak, vodja projekta Centra za evropsko prihodnost. V prvem delu delavnice je Monika Ažman povzela predlagane rešitve na področju vzpostavljanja registra za izvajalce zdravstvene in babiške nege ter vzpostavitev pooblaščenega organa, ki bi regulacijo izvajal. V razpravi, ki jo je vodila vodja delovne skupine, ki jo je imenovalo MZ Republike Severne Makedonije, je bilo ugotovljeno, da so podane zakonske podlage za vzpostavitev področne zbornice oz. izvajalca javnega pooblastila. Težava, da še ni bilo napredovanja do izvedbene faze, izvira iz neenotnosti različnih strokovnih združenj medicinskih sester in babic, med katerimi eno izmed njih (ZANAS) nasprotuje vsem možnim rešitvam. V drugem delu delavnice je prof. dr. Brigita Skela Savič povzela vse aktivnosti, ki jih je pripravila za sodelovanje z delovno skupino, imenovano na strani Severne Makedonije. Do zdaj jim je uspelo pripraviti zgolj eno prenovo izobraževalnega programa na dodiplomskem študijskem programu ene izmed fakultet. Potrebna je tudi sprememba zakonodaje, da bi lahko pedagoško dejavnost na fakultetah v okviru izobraževanja medicinskih sester in babic izvajale tudi magistrice/doktorice zdravstvene nege, ki te možnosti v okviru obstoječe zakonodaje nimajo. Delavnica je bila sklenjena z zavezo po nadaljevanju projekta. Obe strani bosta pripravili priporočila za

ministrstvo za zdravje v obeh državah, na slovenski strani tudi za Ministrstvo za zunanje in evropske zadeve, ki je zainteresirano za nadaljevanje projekta.

10. 12. 2025

V Državnem svetu je potekala 34. redna seja. Med pobudami in vprašanji so izstopale pobude Komisije za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, vezane na krepitev lastne prehranske varnosti ter zaščite slovenskega kmetijstva in potrošnika ter prehranske varnosti, zlasti v postopkih sprejemanja trgovinskih sporazumov med Evropsko unijo in državami Mercosur. Državni svetnik Danijel Kastelic je podal pobudo za zakonsko ureditev, **ki bo upoštevala celiakijo kot trajno osebno okoliščino, ki vpliva na življenjske stroške posameznika in ga brez njegove volje postavlja v neenak položaj v primerjavi z osebami brez te okoliščine**. Posledično naj se odraslim osebam s celiakijo, ob upoštevanju dejanskih razmer in po zgledu drugih držav Evropske unije (npr. Italije in Nemčije), zagotovi mesečna denarna pomoč, ki ne bo odvisna od socialnega položaja upravičenca in ne obdavčena, po zgledu dodatka za nego za otroke s celiakijo; možnost (so)financiranja živil za posebne zdravstvene namene; (osnovne in/ali posebne) davčne olajšave; oprostitev plačila letne dajatve za uporabo vozila v cestnem prometu; druge ukrepe, ki bi lahko olajšali življenje odraslim s celiakijo.

Državni svetniki so se seznanili s poročilom Varuha človekovih pravic Republike Slovenije o izvajanju nalog državnega preventivnega mehanizma po Opcijskem protokolu h Konvenciji OZN proti mučenju in drugim krutim, nečloveškim ali poniževalnim kaznim ali ravnanju za leto 2024. letno-porocilo-vcp-rs-za-leto-2024.pdf

Ob dnevu Srednje zdravstvene šole Novo mesto je potekal slavnostni strokovni dogodek, namenjen dijakom zdravstvene nege in zaposlenim. Osrednji del dogodka je bil pogovor z Anito Prelec, predsednico Zbornice – Zveze, ki je z udeleženci delila svojo osebno in poklicno pot. Program so otvorile dijakinje, sledil je pogovor, slavnostni nagovor ravnateljice Damjane Papež ter zahvala gostji za podporo šoli in donacijo za projekt E-medica. Dogodek se je zaključil z glasbenim nastopom, celota pa je poudarila vrednote skrbi, etike in osebne rasti v zdravstvenem poklicu.

Varuh človekovih pravic RS ob mednarodnem dnevu človekovih pravic opozarja, da so človekove pravice v praksi pogosto potisnjene na rob političnih prioritet, kar se kaže tudi v skoraj leto dni trajajočem pomanjkanju predstojnika s polnim mandatom. Takšno stanje slabi institucijo, katere poslanstvo je varovanje pravic posameznikov v odnosu do države. Ob 30-letnici delovanja poudarjajo odgovornost družbe do najranljivejših ter potrebo po dostopnem zdravstvu, učinkovitem sodstvu in pravični državi za vse. Poziva odločevalce k obnovitvi polne funkcionalnosti in neodvisnosti institucije, saj človekove pravice niso zgolj obljuba, temveč vsakodnevna praksa. Ob tem sporoča, da ko človekove pravice postanejo obrobne, obrobni postanejo tudi ljudje, ki jih krivice najbolj prizadenejo.

11. 12. 2025

V Državnem svetu je potekala 61. seja Komisije za socialno varstvo, delo, zdravstvo in invalide, kjer so svetniki obravnavali predlog zakona o spremembah in dopolnitvah Zakona o socialnem varstvu.

Komisija je bila seznanjena tudi s stališčem Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (Zbornica – Zveza), ki je podala pripombe k 30. in 31. členu predloga zakona. V zvezi s 30. členom predloga zakona smo opozorili na neustrezen pristop k zmanjševanju institucionalnih zmogljivosti pri izvajalcih podpore iz novega 54.c člena zakona na način, da se **na mesto uporabnika, ki je bil vključen v institucionalno varstvo pri teh izvajalcih, ko ta začne prejemati podporo v skupnosti za odrasle osebe, ne more namestiti novega uporabnika**. Od 1. septembra 2027 naj bi se pri navedenih izvajalcih zmogljivosti v institucionalnem varstvu na prej navedeni način zmanjševale tudi v primerih, ko dotedanji uporabnik sistema umre. Zbornica – Zveza opozarja, da takšna odločitev ne more biti sprejeta brez ustrezne ocene potreb po nastanitvah v institucijah in na način, da gre za nepovratno zmanjševanje sistema, brez možnosti ponovne vzpostavitve kapacitet, če bi se slednje izkazalo za nujno. Opozarja tudi, da bi bilo pri sprejemu odločitev nujno upoštevati dejstvo, da trenutno povpraševanje po prostih mestih v institucijah še vedno presega ponudbo, predvsem pa bi bilo pri snovanju ukrepov treba upoštevati profil in stopnjo potreb uporabnikov. Za uporabnike sistema z napredovalimi oblikami demence, kombiniranimi invalidnostmi, zahtevnimi vedenjskimi profili v okviru motenj avtističnega spektra in osebe z akutnimi ali ponavljajočimi se kriznimi stanji v duševnem zdravju institucionalna obravnava namreč ne predstavlja »prehodne« oblike oskrbe, temveč strokovno nujno in pogosto edino varno možnost.

V zvezi z 31. členom predloga zakona je Zbornica – Zveza opozorila na neprimernost odločitve, da do ureditve v ZZDej izvajanje zdravstvene nege in zdravstvene rehabilitacije kot dela osnovne zdravstvene dejavnosti **za svoje uporabnike lahko prevzamejo pravne osebe s statusom nevladne organizacije**. Večina nevladnih organizacij, ki izvajajo socialnovarstvene programe, namreč ne izpolnjuje pogojev, ki jih za opravljanje zdravstvene dejavnosti določa ZZDej, saj nimajo zaposlenih ustrezno strokovno usposobljenih zdravstvenih delavcev oziroma izvajalcev zdravstvene nege, ne razpolagajo z odgovornim nosilcem za zdravstvene dejavnosti (npr. specialiste družinske medicine, pediatre) ter ne izpolnjujejo drugih pogojev glede opreme, prostorov in verifikacije. **Vse navedeno bi vodilo do tega, da bi se izvajanje teh storitev neizogibno preneslo na patronažno službo, timsko rehabilitacijo in druge izvajalce na primarni ravni zdravstvenega varstva, kar bi dodatno obremenilo primarni zdravstveni sistem, ki je že zdaj kadrovsko preobremenjen, ter poslabšalo dostopnost zdravstvene nege za vse druge uporabnike**.

Zbornica – Zveza je poudarila, da vsebinski obseg nove storitve podpore v skupnosti, kot jo določa zakon, **ne predstavlja nove vrste storitve, temveč pretežno povzema naloge, ki so že sistemsko urejene v veljavnih zakonodajnih okvirih**. Pregled predlagane ureditve jasno kaže, da zakon normativno ponavlja vsebine, ki jih danes urejajo Zakon o osebni asistenci (ZOA), Zakon o socialnem vključevanju invalidov (ZSVI), storitev pomoč družini na domu po ZSV in Zakon o dolgotrajni oskrbi (ZDOsk-1). Ti sistemi že zdaj financirajo in zagotavljajo pomoč pri osnovnih dnevnih opravilih, gospodinjstvu, osebni negi, ohranjanju socialnih stikov ter vključevanju v okolje, kar so temeljni elementi, ki jih predlog ZSV-L ponovno opredeljuje kot »podporo v skupnosti«. Predlog zakona ne uvaja nove pravice ali nove vrste podpore, temveč ustvarja dodatno normativno kategorijo z istim funkcionalnim obsegom, kar povečuje tveganje za podvajanje pristojnosti, nejasnosti pri uveljavljanju pravic in razpršenost sistemskih rešitev.

12. 12. 2025

V Ljubljano je na obisk prispela sedemčlanska delegacija Fundacije FAMI. Prvi dan jih je sprejela predstojnica Oddelka za babištvo Zdravstvene fakultete izr. prof. dr. Polona Mivšek in viš. pred. Tita Stanek Zidarič, vodja katedre. Goste je zanimal potek izobraževanja za poklic babice in njihove strokovne kompetence. Po predstavitvi študijskega programa in razpravi s članicami oddelka za babištvo je delegacija obiskala SIM center ZD Ljubljana, kjer jih je sprejel Uroš Zafošnik. Predstavljeno jim je bilo simulacijsko delo v SIM centru, način izobraževanja različnih zdravstvenih strokovnjakov, debrifing ter pridobivanje novih veščin in kompetenc.

16. 12. 2025

Potekala je 8. seja Upravnega odbora Zbornice – Zveze. Nekaj najpomembnejših sklepov:

Sklep UO 74/8/2025

Upravni odbor Zbornice – Zveze je sprejel predlog programa strokovnih nadzorov v dejavnosti zdravstvene in babiške nege za leto 2026.

Sklep UO 76/8/2025

Člani Upravnega odbora so potrdili dva nova nacionalna protokola aktivnosti zdravstvene in babiške nege: Sprejem pacienta na enoto za forenzično psihiatrijo in Oskrba umrlega.

17. 12. 2025

Predsednica Republike Slovenije Nataša Pirc Musar je ob dnevu samostojnosti in enotnosti na Brdu pri Kranju priredila slovesnost, na kateri je podelila najvišja odlikovanja države za izjemne zasluge in dejanja posebnega pomena za blaginjo Slovenije. Prejelo jih je 25 prejemnic in prejemnikov. Medaljo za zasluge, za življenjsko delo na področju razvoja in uveljavljanja zdravstvene nege v Sloveniji in svetu ter humanitarnega dela v strokovnih in drugih društvih je prejela Veronika Pretnar Kunstek. Slavnostnega dogodka sta se udeležili Anita Prelec in Monika Ažman.

Svečanost ob mednarodnem dnevu človekovih pravic
(Fotografija: arhiv Zbornica – Zveza)

Predsednica države dr. Nataša Pirc Musar in prejemnica odlikovanja Veronika Pretnar Kunstek (Fotografija: Anita Prelec)

Ponosni na prejemnico odlikovanja Medalje za zasluge Veroniko Pretnar Kunstek. Z leve proti desni Biserka Marolt Meden, Veronika Pretnar Kunstek, dr. Nataša Pirc Musar, Anita Prelec in Monika Ažman (Fotografija: arhiv Zbornica – Zveza)

JANUAR 2026

6. 1. 2026

Na seji področnega odbora za poklicne standarde v zdravstvu in socialnem varstvu so člani soglasno potrdili pobudo za razvoj poklicnega standarda in kataloga za NPK Tolmač/tolmačica za jezik gluhoslepih. Prav tako so člani soglasno potrdili revidiran poklicni standard Organizator/organizatorka socialne mreže na VI. ravni zahtevnosti ter ga predlagali v obravnavo in potrditev Strokovnemu svetu.

Predstavljen je bil pilotni program pripravništva, ki poteka v okviru Ministrstva za zdravje za profil bolničar-negovalec, ki traja šest mesecev in se zaključi s strokovnim izpitom. Predstavnica Ministrstva za zdravje je poročala, da je interes za program velik, po zaključku pilotnega projekta pa je predvidena njegova sistemska umestitev. Sestanka se je udeležila Sanja Arnautović.

V Državnem svetu je potekala 62. seja Komisije za socialno varstvo, delo, zdravstvo in invalide. Svetniki so obravnavali **predlog zakona o spremembah in dopolnitvah Zakona o zdravniški službi (ZZdrS-K).** Predlagatelj je poudaril, da je ključni cilj predloga zakona zagotoviti ugodnejše pogoje za specializante urgentne medicine v primeru prehoda s specializacije iz urgentne medicine na specializacijo iz družinske medicine. Namen ukrepa je povečati zanimanje za obe specializaciji, saj bi bil specialistom urgentne medicine po določenem času omogočen prehod na opravljanje specializacije iz družinske medicine, ne da bi to vplivalo na njihovo finančno stanje, saj se jim v času opravljanja druge specializacije raven plače ne bi znižala na raven specializantov, kar bi omogočilo kombiniran način dela na področju družinske in urgentne medicine. Eden od ciljev predloga zakona je tudi krepitev mreže javne zdravstvene službe, saj predlog zakona predvideva, da bi se moral specializant, ki bi bil izbran na nacionalnem razpisu, zaposliti izključno pri izvajalcu zdravstvene dejavnosti v okviru mreže javne zdravstvene službe.

V 2. točki dnevnega reda je bil obravnavan **predlog zakona o zdravstveni negi in babištvu (ZZNB) – druga obravnava, EPA 2649-IX**. Zbornica – Zveza pozdravlja predlog zakona in ga razume kot pomemben prispevek k normativnemu urejanju dejavnosti zdravstvene nege in babištva, za kar si prizadevamo že dolgo. Gre za pomemben korak, ki Slovenijo postavlja ob bok številnim evropskim državam, kjer sta dejavnosti zdravstvene in babiške nege sistemsko urejeni s posebnimi zakoni, katerih namen je regulacija dejavnosti in zagotavljanje kakovosti in varnosti zdravstvene nege in babištva. Dejavnost zdravstvene nege in babištva predstavlja enega izmed temeljnih stebrov zdravstvenega sistema in jo izvaja najštevilčnejša poklicna skupina zdravstvenih delavcev, ki je neposredno odgovorna za kakovostno, strokovno in varno zdravstveno obravnavo pacientov. Zbornica – Zveza je na Predlog zakona (ZZNB) podala tudi konkretne pripombe in pobude.

V 3. točki dnevnega reda so bili predstavljeni tudi zaključki posveta: **Kadrovska kriza v zdravstveni negi in babištvu – priložnosti za implementacijo sprememb**.

62. seja Komisije Državnega sveta za socialno varstvo, delo, zdravstvo in invalide | Državni svet Republike Slovenije

8. 1. 2026

Na tradicionalnem srečanju predsednic zdravstvene, lekarniške in zdravniške zbornice smo iskali poti sodelovanja tudi v letu 2026. Eno področje je sodelovanje v Javni agenciji RS za kakovost v zdravstvu, kjer je trenutno objavljen razpis za novega direktorja. Vse zbornice imamo v organu Sveta zavoda imenovane svoje predstavnike.

9. 1. 2026

18. 12. 2025 je preminila gospa Polonca Zupančič, viš. med. ses., upokojena glavna medicinska sestra UKCL, ki je opravljala to vlogo od 1991 do 2001. Sanja Arnautović se je udeležila žalne seje in v imenu Zbornice – Zveze izkazala spoštovanje do njenega dela, predanosti in prispevka k razvoju stroke.

12. 1. 2026

Na Zbornici – Zvezi smo organizirali sestanek s predsednico strokovne sekcije v zobozdravstvu Valerijo Skopec, strokovnimi službami Zbornice – Zveze in ravnateljicama srednjih zdravstvenih šol Silvo Kastelic in Adelijo Perme. Tema je bila oblikovanje programa za dodatno usposabljanje – prekvalifikacijo zobotehnikov v zobozdravstveni asistent. Stroka predlaga vsaj 220 ur zdravstvene nege in še dodatnih 100 ur strokovnih vsebin. V praktičnem delu bi bilo obvezno 40 ur kliničnega usposabljanja v UKC Ljubljana, ostale ure pa pri delodajalcu. Nujno je treba dobro opredeliti pogoje za vpis udeležencev za dodatni program usposabljanja.

13. 1. 2026

V prostorih Zbornice – Zveze je potekal sestanek s predstavniki Simulacijsko-izobraževalnega centra ZD Ljubljana, viš. pred. Urošem Zafošnikom, vodjo SIM centra, in prof. dr. Zaliko Klemenc Ketiš, dr. med., predstojnico Inštituta za raziskave in razvoj osnovnega zdravstva. Pogovarjali smo se o možnostih partnerstva v različnih projektih na področju primarnega zdravstvenega varstva. Zbornica – Zveza bo tudi podprla strokovno tekmovanje BEST CPR TEAM, ki bo 1. 4. 2026.

Upravni odbor je na 9. seji v okviru priprav na 39. skupščino Zbornice – Zveze, ki bo 27. 3. 2026, sprejel sklepe o imenovanju organov skupščine ter petčlanske kandidacijske komisije z rezervnima (dodatnima) članoma.

Sklep UO 81/9/2026

Delovno predsedstvo: Metka Plesničar, predsednica; Thomas Germ, član; Mojca Brudar, članica. - Verifikacijska komisija: Andrej Koletnik, predsednik; Andreja Žertuš, članica; Đurđa Sima, članica.

Volilna komisija: Ksenija Pirš, predsednica; Peter Požun, član; Barbara Luštek, članica.
Zapisnikarja: Andrej Vojnovič, Nataša Božič.
Overovatelja zapisnika: Nada Sirnik in Dejan Doberšek.

Sklep UO 82/9/2026

Člani Upravnega odbora so imenovali petčlansko kandidacijsko komisijo 39. redne volilne skupščine Zbornice – Zveze z naslednjimi člani: Vida Bračko, predsednica; Slavko Bolčević, član; Andreja Marolt, članica; Dragica Karadžić, članica; Robert Rajnar, član. Rezervna člana sta: Anita Jelen in Thomas Germ.

Sklep UO 83/9/2026

V strokovno-organizacijski odbor 20. simpozija ZNB so imenovani vsi člani Upravnega odbora: Barbara Luštek, Metka Plesničar, mag. Janez Kramar, Đurđa Sima, mag. Peter Požun, Mojca Brudar, Andreja Žertuš, Thomas Germ, Monika Ažman, Anita Prelec in Sanja Arnautović.

Člani Upravnega odbora so se seznanili s prošnjo za delitev raziskave, pripravljene v okviru magistrskega dela, in sprejeli sklep, da se raziskava objavi v e-novicah Zbornice – Zveze.

Upravni odbor je bil seznanjen tudi z aktivnostmi na področju urejanja in popisa arhivskega gradiva Zbornice – Zveze za potrebe Arhiva Republike Slovenije.

15. 1. 2026

Politika kakovosti Zbornice – Zveze je bila usklajena s strategijo delovanja in razvoja Zbornice – Zveze

in dopolnjena s prednostnimi strateškimi usmeritvami. Na vodstvenem pregledu je bila ponovno pregledana in ocenjena kot ustrezna. Na Zbornici – Zvezi nadaljujemo aktivnosti za vzdrževanje in izboljševanje sistema vodenja kakovosti v skladu s standardom ISO 9001:2015. Uvedba procesnega pristopa je pomembno prispevala k večji uspešnosti in učinkovitosti pri delu ter k doseganju zastavljenih ciljev. Z učinkovitim obvladovanjem dokumentacije, kazalnikov kakovosti in tveganj se na Zbornici – Zvezi pravočasno odzivamo na odstopanja in spremembe v okolju, s čimer zagotavljamo kakovostne storitve, krepimo zaupanje in zadovoljstvo članov ter nudimo podporo tudi pri izvajanju nalog na področju javnih pooblastil.

16. 1. 2026

Zbornica – Zveza se je na povabilo Zavoda Republike Slovenije za zaposlovanje kot sodelujoča organizacija na Gospodarskem razstavišču udeležila kariernega dogodka KAM IN KAKO – IZBERI POKLIC in se predstavila s stojnico, na kateri je predstavila poklice v zdravstveni negi in babištvu ter delovanje strokovne organizacije.

Na stojnici Zbornice – Zveze se je ustavila tudi ministrica za zdravje dr. Valentina Prevolnik Rupel (Fotografija: arhiv Zbornica – Zveza)

20. 1. 2026

20. januarja je na Zbornici – Zvezi potekala seja uredniškega odbora Utripa. Članice odbora so obravnavale poročilo o delu uredniškega odbora za leto 2025, rezultate ankete članstva v zvezi z zadovoljstvom z Utripom, njihovimi predlogi in pobudami, oblikovale so program dela za leto 2026 ter aktivnosti v zvezi s pripravami na novo mandatno obdobje. Postopki imenovanja odgovornega urednika in članov uredniškega odbora za mandatno obdobje od junija 2026 do junija 2030 bodo objavljeni v aprilsko/ majskem Utripu in na spletni strani Zbornice – Zveze.

21. 1. 2026

Ta dan je potekala 42. redna seja RSKZBN. Na seji je bilo znova obravnavano število kadra na varovanih oddelkih. Članice in člani so se prav tako seznanili s pozivom Ministrstva za zdravja glede programov dveh novih specializacij – s področja klinične dietetike in specializacije s področja paliativne zdravstvene nege in oskrbe. Podano je bilo več pripomb, od vstopnih pogojev za prijavo, trajanje in ovrednotenje programov. Oba programa bo RSK ZBN ponovno obravnaval na februarski seji.

Doc. dr. Mojca Dobnik je navzoče obvestila, da so prejeli sklep Upravnega odbora Zbornice – Zveze o ponovnem pregledu orodja za slovensko kategorizacijo zahtevnosti bolnišnične zdravstvene nege, znotraj delovne skupine pri RSK ZBN.

23. 1. 2026

Na pobudo državne sekretarke na Ministrstvu za zdravje dr. Jasne Humar smo se udeležili sestanka glede problematike pacientov s peritonealno dializo v domačem okolju in v DSO. Predstavniki Nefrološke klinike UKC Ljubljana so predstavili, da so v nekaterih zdravstvenih domovih večkrat prejeli negativen odgovor glede zdravstvene oskrbe posameznikov s peritonealno dializo s strani patronažnega varstva, najpogosteje z utemeljitvijo preobremenjenosti patronažne službe ali neizplačevanja povečanega obsega dela s strani ZD. Želijo pa, da bi bilo za te paciente v okviru patronažnega varstva v vsakem primeru poskrbljeno. Staša Rojten, predsednica Sekcije medicinskih sester v patronažnem varstvu, pojasni, da se ta storitev obračunava posebej in ne sodi v izvajanje rednih storitev, ki so ovrednotene iz drugega vira ZZZS. Predlaga pomoč in individualni pristop pri pogovorih z zdravstvenimi domovi. Dogovorjeno je bilo, da se bodo informacije in usmeritve glede teh primerov podale na srečanju Združenja zdravstvenih zavodov.

Predstavniki Nefrološke klinike predstavijo podobno problematiko tudi v DSO. Opozarjajo, da so v DSO stanovalci, ki na novo potrebujejo peritonealno dializo ali pa zaradi potrebe po tej storitvi sploh ne morejo biti sprejeti v DSO, ker zaradi pomanjkanja ustrezno usposobljenega kadra teh postopkov ne morejo izvajati. Prosijo za predlog, kako bi se lahko osebje ustrezno usposobilo, da bi takšnim stanovalcem kljub temu lahko nudili potrebno oskrbo. Zbornica – Zveza predlaga, da se za take primere za tehnike zdravstvene nege uvedejo t. i. »posebna znanja«. Nefrološka klinika bi tehnike zdravstvene nege usposobila, izvedla izobraževanje, udeleženci pa bi pridobili potrdilo in bili vpisani v register tehnikov zdravstvene nege s posebnimi znanji. Na ta način bi lahko izvajali peritonealno dializo v DSO za stanovalce, ki to potrebujejo. Na Nefrološki kliniki poudarijo, da z lastnim usposabljanjem zagotavljajo kakovost izvajanja teh storitev in da prevzemajo odgovornost za njihovo strokovno izvedbo.

Ministrstvo za zdravje se zaveže, da bo po izvedbi teh ukrepov sklicalo sestanek tudi z Ministrstvom za solidarno prihodnost in Skupnostjo socialnih zavodov Slovenije, kjer se bodo skupaj iskale nadaljnje rešitve za obravnavano problematiko.

26. 1. 2026

Anita Prelec se je na povabilo predsednika Sveta za kakovost pri Ministrstvu za zdravje dr. Mirche Poldrugovca udeležila spletnega sestanka, tema so bili kazalniki kakovosti. Predstavljeni so bili kazalniki, kot so PREMS, zbira jih NIJZ, PROMS iz registra endoprotetike, kazalniki kakovosti, ki jih zbira ZZZS, in kazalniki na področju raka, ki se zbirajo v okviru Onkološkega inštituta. V splošni razpravi smo podali svoje mnenje na ključne izzive za izboljšanje spremljanja kakovosti kazalnikov v Sloveniji, ki bodo pomembni za oblikovanje priporočil za nadaljnje delo MZ in Agencije za kakovost.

27. in 28. 1. 2026

Delegacija Državnega sveta RS v sestavi predsednik Marko Lotrič, svetnica Moniko Ažman, državni svetniki Ivan Meglič, Leopold Pogačar in Matej Slapar ter generalna sekretarka Državnega sveta dr. Monika Kirbiš Rojs so bili na dvodnevnem obisku na Gorenjskem. Pomemben del regijskega obiska je bil namenjen Splošni bolnišnici Jesenice, edini splošni bolnišnici v gorenjski regiji in ključni zdravstveni ustanovi za prebivalce širšega severozahodnega območja Slovenije. Vodstvo bolnišnice je delegaciji predstavilo delovanje zavoda, organizacijo specialistične in urgentne dejavnosti ter aktualne izzive v zdravstvu. Državna svetnica Monika Ažman je poudarila, da je organizacija osnovnega zdravstva na Gorenjskem izredno dobra, k čemur prispeva usklajena organizacija osnovnega zdravstva Gorenjske, ki se sicer izvaja v sedmih enotah. »To že nakazuje pot povezovanja in združevanja za zagotavljanje vsem dostopnega zdravstvenega varstva. Pogosto smo morda celo preveč kritični do slovenskega zdravstva.« Poudarila je še izjemne preventivne programe, ki se izvajajo na območju vse Slovenije, pa tudi zelo kakovostno kurativno zdravljenje ter dodala še: »Res je, da je dostopnost včasih otežena in da vstop v sistem lahko traja dlje, kot bi to želeli, vendar je še vedno poskrbljeno za vse. Pomanjkanje zdravstvenega kadra je globalni izziv, ne samo slovenski, naša skupna naloga pa je, da na to opozarjamo. Zdravi ljudje lahko delajo, ustvarjajo in prispevajo k razvoju, tudi k rasti bruto družbenega proizvoda. Zato želim poudariti svojo zavezanost javnemu, vsem dostopnemu zdravstvu in nadaljnjemu prizadevanju za njegovo krepitev.«

28. 1. 2026

V vetrovnem in deževnem dnevu je na Kopah potekalo tradicionalno že 20. veleslalomsko tekmovanje Sekcije reševalcev v zdravstvu. Ob podpori številnih podpornikov in podpornic, reševalk in reševalcev, tudi pripadnikov Slovenske vojske, so v večernih urah razglasili zmagovalce v petih kategorijah – kompleti medalj so bili razdeljeni, a pravzaprav so bili zmagovalci prav VSI! Navzoče je pozdravila Anita Prelec.

Ponosne prejemnice in prejemniki medalj s tekmovanja v veleslalomu (Fotografija: Sekcija reševalcev)

29. 1. 2026

Zbornica – Zveza se je leta 2020 certificirala po standardu ISO 9001:2015, letos je uspešno, brez neskladnosti, opravila tretjo redno presojo SIQ. V okviru priprav so decembra 2025 potekale redne notranje presoje, na katerih je bilo presojanih vseh 11 procesov, pregledan in posodobljen je bil register tveganj, kazalniki kakovosti ter se ugotavljale priložnosti za izboljšave. V notranje presoje so bili vključeni vsi zaposleni v strokovnih službah Zbornice – Zveze.

30. 1. 2026

V kongresnem centru na Brdu pri Kranju je potekal posvet Vlaganje v zmanjševanje neenakosti v zdravju je vlaganje v razvoj. Predstavljena so bila poročila Slovenije, Evropske unije in Svetovne zdravstvene organizacije, ki govorijo o dobrih rezultatih na področju zmanjševanja razlik v zdravju v Sloveniji, a hkrati opozarjajo na nujnost neprestanega spremljanja in vlaganja. Predstavljena poročila EuroHealthNet, NIJZ in SZO kažejo, **da Slovenija dosega pomemben napredek na področju zdravja in zmanjševanja neenakosti, hkrati pa ostajajo izzivi, povezani predvsem s socialnoekonomskim položajem, dostopom do zdravstvenih storitev in regionalnimi razlikami.**

Po podatkih Evropske socialne raziskave se **v Sloveniji zdravje in duševno zdravje izboljšujeta oziroma ostajata stabilna, neenakosti v zdravju pa se zmanjšujejo.** Posebnost Slovenije je, da je edina država, kjer je zaznati hkraten napredek v zdravju vseh družbenih skupin in zmanjševanje razlik med njimi.

V zadnjem desetletju se je delež prebivalcev, ki poročajo o slabem zdravju, zmanjšal za 8,1 odstotka, pri čemer Slovenija z 32,5 odstotka ostaja nekoliko nad evropskim povprečjem. Hkrati je Slovenija med državami z najnižjo stopnjo slabega duševnega zdravja, saj je bila leta 2024 z 8,3 odstotka na četrtem mestu v Evropi in precej pod evropskim povprečjem.

SZO v svojem poročilu ugotavlja, da ima Slovenija trdne temelje za zmanjševanje neenakosti v zdravju skozi celotno življenjsko obdobje ter dokazuje, da trajnostne naložbe v zdravje in dobro počutje prinašajo socialne in gospodarske koristi. (Vir; Ministrstvo za zdravje)

Anita Prelec in Sanja Arnautović sta se udeležili svečanosti DMSBZT Maribor, kjer so podelili najvišja priznanja društva srebrni znak in naziv častna člani ca društva za leto 2025. Prejemnice srebrnega znaka so: Petra Balažič, Danica Cafuta, Mateja Čagran in Marija Lešnik. Častna članica društva za leto 2025 je postala Milena Frankič. Iskrene čestitke vsem prejemnicam in iskrena HVALA za vaše delo na ožjem strokovnem področju.

Prejemnice najvišjih priznanj društva MSBZT Maribor (Fotografija: arhiv Zbornica – Zveza)

Komisija za dodeljevanje sredstev iz sklada za izobraževanje je v decembra članicam in članom povrnila 3.935 evrov in v januarju 4.780 evrov in 425 USD.

Za konec poročila o delu na Zbornici – Zvezi zagotovo ne moremo in ne smemo mimo letošnje podelitve Večerovega boba leta. Publicist Marko Radmilovič si je bob leta 2025 prislužil z zelo pomenljivo izjavo: »Na začetku in koncu človekovega življenja, pa tudi vmes, stoji medicinska sestra. Ne Golob, ne Janša, ne Jezus, ne Mohamed, ne frak in ne talar. Nehajte se zajebavati in jih plačajte!« Temu ni treba ničesar dodati, mogoče samo to, da bi njegovo izjavo prebralo čim več ljudi, ki bi lahko v Sloveniji marsikaj spremenili na bolje. Čestitke tudi kolegici Nataši Panikvar za nominacijo!

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji in gastroenterologiji

OBVESTILO O RAZPISU VOLITEV PREDSEDNIKA/PREDSEDNICE IN ČLANOV/ČLANIC STROKOVNE SEKCIJE

Na podlagi 15. člena Pravilnika o delu strokovnih sekcij Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji in gastroenterologiji razpisuje volitve za štiriletno mandatno obdobje **2026–2030** za:

- **predsednika/predsednico sekcije** in
- **člane/članice izvršnega odbora** (8 mest).

Pri izbiri članov Izvršnega odbora sekcije se upoštevata regijski in strokovni princip. Posamezni kandidat/kandidatka lahko hkrati vloži kandidaturo za predsednika/predsednico in za člana/članico Izvršnega odbora strokovne sekcije.

Vloge s potrebnimi dokazili pošljite do vključno **23. 3. 2026** na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30a, 1000 Ljubljana s pripisom **»Volitve Sekcija MS in ZT v endoskopiji in gastroenterologiji – NE ODPIRAJ«**. Če kandidaturo pošljete priporočeno po pošti, se za dan, ko Zbornica – Zveza prejme vlogo, šteje dan oddaje na pošto.

Volilno-kandidacijska komisija bo pregledala vse pravočasno prispele prijave in pripravila kandidacijsko listo. Volitve bodo izvedene na 35. strokovnem izobraževanju medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji in gastroenterologiji, ki bo **10. in 11. aprila 2026**.

Celotno besedilo razpisa je objavljeno na spletni strani Zbornice – Zveze v rubriki aktualni razpisi.

Marija Petrinec Primožič,
predsednica Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji in gastroenterologiji

SEKCIJA MEDICINSKIH SESTER IN ZDRAVSTVENIH TEHNIKOV V PULMOLOGIJI

na podlagi 15. člena Pravilnika o delu strokovnih sekcij Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije razpisuje volitve za štiriletno mandatno obdobje za: marec 2026 do marec 2030.

- **predsednika/co sekcije in**
- **člane/ice izvršnega odbora** (8 mest).

Pri izbiri članov izvršnega odbora sekcije se upoštevata regijski in strokovni princip. Posamezni kandidat/ka lahko hkrati vloži kandidaturo za predsednika/co in za člana/ico izvršnega odbora strokovne sekcije.

Kandidati pošljejo kandidaturo na sedež volilne komisije do vključno 28. 2. 2026 v zaprti ovojnici s pripisom: **»Volitve Sekcija v pulmologiji - Ne odpiraj!«** na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30a, 1000 Ljubljana.
Če kandidaturo pošljete priporočeno po pošti, se za dan, ko Zbornica – Zveze prejme vlogo, šteje dan oddaje na pošto.

Za vse podrobnosti razpisa vas vabimo, da spremljate spletno stran Zbornice - Zveze, v zavihku »Razpisi«.

Anita Prelec,
predsednica

Nominiranci za Večerov BOB leta (Vir: Večer)

Obvestilo

**Spoštovani,
naslednja številka Utripa
april / maj izide
v prvih dneh aprila 2026.**

**Prispevke sprejemamo
do 20. marca.**

Uredništvo

Mnenje o kompetencah diplomirane medicinske sestre za izvajanje proceduralne sedacije

Spoštovani,

Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije (v nadaljnjem besedilu Zbornica – Zveza) je prejela dopis Odbora za strokovno-medicinska vprašanja Zdravniške zbornice Slovenije, v katerem zaprošate za posredovanje primera kliničnega pooblastila diplomiranim medicinskim sestram za izvajanje proceduralne sedacije za interventno-diagnostične posege.

Iz dopisa izhaja, da Odbor za strokovno-medicinska vprašanja Zdravniške zbornice Slovenije obravnava vlogo Zdravstvenega inšpektorata Republike Slovenije v zvezi z izvajanjem proceduralne sedacije pri interventno-diagnostičnih posegih. V pojasnilu Slovenskega združenja za gastroenterologijo in hepatologijo je navedeno, da lahko proceduralno sedacijo izvaja tudi diplomirani zdravstvenik, če ima ustrezno klinično pooblastilo za aplikacijo zdravil in nadzor vitalnih funkcij med posegom.

Na podlagi sklepa, sprejetega na 11. seji Odbora za strokovno-medicinska vprašanja dne 21. 5. 2025, Zdravniška zbornica Slovenije Zbornico – Zvezo prosi za posredovanje primera kliničnega pooblastila, na katerega se sklicuje navedeno strokovno združenje.

Zbornica – Zveza pojasnjuje, da Zakon o zdravstveni dejavnosti (Uradni list RS, št. 23/05 – uradno prečiščeno besedilo, 15/08 – ZPacP, 23/08, 58/08 – ZZdrS-E, 77/08 – ZDZdr, 40/12 – ZUJF, 14/13, 88/16 – ZdZPZD, 64/17, 1/19 – odl. US, 73/19, 82/20, 152/20 – ZZUOOP, 203/20 – ZIUPOPDVE, 112/21 – ZNUPZ, 196/21 – ZDOsk, 100/22 – ZNUZSZS, 132/22 – odl. US, 141/22 – ZNUNBZ, 14/23 – odl. US, 84/23 – ZDOsk-1, 102/24 – ZZKZ, 32/25 in 112/25 – odl. US, v nadaljnjem besedilu ZZDej) v 55. členu določa, da lahko zdravstveni delavec samostojno opravlja vsako delo, za katero ima ustrezno izobrazbo in je zanj usposobljen ter ima na razpolago ustrezno opremo.

Poleg tega 45. člen ZZDej določa, da zdravstveni delavci opravljajo zdravstveno dejavnost v skladu s sprejeto zdravstveno doktrino in s kodeksom medicinske deontologije oziroma z drugimi strokovnimi in etičnimi kodeksi.

ZZDej v 1. členu določa, da zdravstvena dejavnost obsega ukrepe in aktivnosti, ki jih po medicinski doktrini in ob uporabi medicinske tehnologije opravljajo zdravstveni delavci oziroma delavke in zdravstveni sodelavci oziroma sodelavke pri varovanju zdravja, preprečevanju, odkrivanju in zdravljenju bolnikov in poškodovancev. ZZDej delovno področje posameznih zdravstvenih delavcev prepušča ureditvi v podzakonskem aktu, ko v tretjem odstavku 62. člena določa, da minister, pristojen za zdravje, predpiše seznam poklicev za zdravstveno dejavnost, v katerem so določeni poklici zdravstvenih delavcev in zdravstvenih sodelavcev, njihovo delovno področje in stopnje zahtevnosti dela na področju zdravstvene dejavnosti.

Na podlagi omenjenega zakonskega pooblastila je bila izdana Odredba o seznamu poklicev za zdravstveno dejavnost (Uradni list RS, št. 111/22, 90/24 in 93/25), ki določa seznam poklicev zdravstvenih delavcev, njihovo kvalifikacijo, delovno področje in poklicne dejavnosti (kompetence) na področju zdravstvene dejavnosti. V Odredbi o seznamu poklicev za zdravstveno dejavnost so poklicne kompetence določene zelo splošno.

Poklicne kompetence in aktivnosti izvajalcev v dejavnosti zdravstvene nege z razlago (2021), povezava https://zbornica-zveza.si/wp-content/uploads/2025/03/Z-Z_PoklicneKompetence_2021_splet_.pdf , ki so sprejete na podlagi 38. člena Zakona o spremembah in dopolnitvah Zakona o zdravstveni dejavnosti – ZZDej-K (Uradni list RS, št. 64/17, 73/19, 152/20 – ZZUOOP, 203/20 - ZIUPOPDVE in 112/21-ZNUPZ), so strokovni dokument, ki podrobneje opredeljuje kompetence in poklicne aktivnosti različnih poklicnih skupin izvajalcev zdravstvene nege.

Proceduralna sedacija je nadzorovana uporaba sedativnih oziroma analgetičnih zdravil z namenom zmanjšanja bolečine, nelagodja, tesnobe in refleksov pri diagnostičnih ali terapevtskih posegih, pri čemer bolnik ohranja spontano dihanje in zaščitne reflekse (odvisno od globine sedacije).

Diplomirana medicinska sestra oziroma diplomirani zdravstvenik (v nadaljnjem besedilu diplomirana medicinska sestra) v skladu z Odredbo o seznamu poklicev za zdravstveno dejavnost ter dokumentom Poklicne kompetence in aktivnosti izvajalcev v dejavnosti zdravstvene nege z razlago **ni kompetentna za izvajanje proceduralne sedacije pri interventno-diagnostičnih posegih** in je **zato ne sme izvajati**. Proceduralna sedacija je namreč v skladu z drugim odstavkom Zakona o zdravniški službi (Uradni list RS, št. 72/06 – uradno prečiščeno besedilo, 15/08 – ZPacP, 58/08, 107/10 – ZPPKZ, 40/12 – ZUJF, 88/16 – ZdZPZD, 40/17, 64/17 – ZZDej-K, 49/18, 66/19, 199/21, 136/23 – ZIUZDS, 35/24, 32/25 – ZZDej-N in 40/25 – ZPPKZD) v pristojnosti zdravnika specialista anesteziologije, reanimatologije in perioperativne intenzivne medicine.

ZZDej v 55. členu določa, da zdravstveni delavci za svoje delo prevzemajo etično, strokovno, kazensko in materialno odgovornost, izvajajo pa lahko dela, za katera imajo ustrezno izobrazbo oziroma poklicno kvalifikacijo in so zanje strokovno usposobljeni.

Nadalje Zbornica – Zveza pojasnjuje, da Zbornica – Zveza izvajalcem zdravstvene in babiške nege **ne podeljuje kliničnih pooblastil**. Diplomirana medicinska sestra lahko npr. s specialnim znanjem pridobi strokovno usposobljenost za delo na ožjem strokovnem področju v zdravstveni negi, ki je ni pridobila v izobraževanju za pridobitev poklicne kvalifikacije. Specialno znanje zahteva definiran sklop določenih specialnih teoretičnih ali praktičnih znanj, veščin in spretnosti, ki jih mora osvojiti posameznik za delo na določenem delovnem mestu, jih uporablja dnevno v praksi in so napisana v aktu o sistemizaciji delovnih mest delodajalca in določena v pogodbi o zaposlitvi. Namen razvoja specialnih znanj je strokovna usposobljenost za delo na ožjem strokovnem področju v zdravstveni oziroma babiški negi.

S specialnim znanjem pa ni mogoče pridobiti strokovne usposobljenosti za izvajanje tistih diagnostično-terapevtskih postopkov in posegov, ki so v kompetenci drugih poklicnih skupin, npr. zdravnikov specialistov. Zbornica – Zveza meni, da je morebitno razširjanje kompetenc z zdravnika na diplomirano medicinsko sestro dopustno zgolj na sistemski način, in sicer ob sodelovanju ter soglasju zdravniške stroke in stroke zdravstvene nege ter ob formalni ureditvi takšne razširitve v predpisih, ki urejajo program specializacije diplomirane medicinske sestre na podlagi Pravilnika o vrstah, vsebini, trajanju in poteku specializacij izvajalcev v dejavnosti zdravstvene in babiške nege (Uradni list RS, št. 37/25, 42/25, 73/25 in 93/25).

Ker se Odbor za strokovno-medicinska vprašanja Zdravniške zbornice Slovenije v svojem dopisu sklicuje na mnenje Slovenskega združenja za gastroenterologijo in hepatologijo, Zbornica – Zveza navedeno mnenje v vednost posreduje Slovenskemu združenju za gastroenterologijo in hepatologijo, ki deluje pri Zvezi društev – Slovenskem zdravniškem društvu.

Anita Prelec,
predsednica Zbornice – Zveze

Druga svetovna vojna in zaščitne sestre

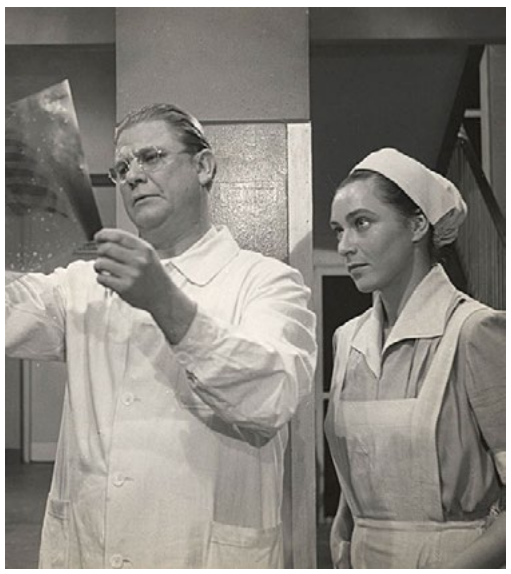
BOR ZAVRL

9. maja je minilo 80 let od konca druge svetovne vojne, največjega in najgrozovitejšega spopada na svetovnih tleh. Kraljevina Jugoslavija je v vojno vstopila aprila 1941. Okupatorji so zavzeli njeno ozemlje in ga podjarmili. Spremenili so celotni politični, upravni in organizacijski sistem delovanja. Vojna je pustila pečat na vseh področjih in vseh ljudeh. V njenem primežu so pristale tudi zaščitne sestre in s tem njihove zanimive življenjske in poklicne zgodbe.

Sile osi z zavezniki so brez vojne napovedi na vojno nepripravljeno Kraljevino Jugoslavijo napadle 6. aprila 1941. Napad se je začel z operacijo Kazen (Unternehmen Strafgericht). Z grozovitim bombardiranjem glavnega mesta Beograda. V zgodnjih jutranjih urah je življenje izgubilo 4.000 ljudi. Ob tem so nadaljevali preko državnih mej in zavzemanjem ozemlja. Kraljeva vojska jim ob tem ni nudila močnejšega upora. Po enajstih dneh se je vojna končala s podpisom popolne kapitulacije kraljeve vojske. Slovensko območje so si razdelili trije okupatorji: italijanski, nemški in madžarski. Zaščitne sestre so službe, vsaj na italijanskem okupacijskem območju, obdržale, ta okupator v organizacijo zdravstva ni pretirano posegal. Delokrog zdravstvenih ustanov se je prilagodil novonastalim mejam. Nekateri zavodi so zaradi tega izgubili kar nekaj ozemlja, ki so ga pokrivali. Nemški okupator je zdravstveni sistem spremenil in podredil svojemu. Tudi tam so zaščitne sestre še lahko delale, čeprav je bil nemški okupator bolj strog kakor italijanski. Slovenskim zaščitnim sestram na začetku niso najbolj zaupali, nadzorovale so jih nemške medicinske sestre.

Veliko zaščitnih sester Slovenk je delalo v južnih krajih skupne države in veliko tudi v Beogradu. Ena izmed njih je bila tudi Martina Košak, ki je delovala v dečjem domu Materinskog udruženja. Vojno je doživela v vsej celoti, z napadom na Beograd. »Dojenčke in male otroke smo si kakor drva nalagali na roke, da smo jih lahko čim več prenesli na varno« – v klet doma. V neprimernih prostorih so preživljali mučne trenutke. V sosednjih gorečih in podirajočih zgradbah so slišali krike in klice na pomoč, njihovi stavbi je bilo prizaneseno. Kljub pomanjkanju hrane in strahu so vzdržali in se šele po štirinajstih dneh iz kleti preselili na oddelke. Bila je tudi priča nacističnemu odstranjevanju Židov. V domu so potekali enoletni tečaji za negovalke otrok, med tečajnicami so bila tudi židovska dekleta, ki so jih nacisti drugo za drugo odstranili iz ustanove. Pred aretacijami so jih sicer skušale prikriti, a jim to ni uspelo. Zaradi skrbi o lastnih starših in domu se je vrnila v Slovenijo. Ni bila edina, kar nekaj Slovenk se je iz južnih krajev vračalo domov.

Šolanje za zaščitne sestre se pri nas ni prekinilo. Šola za zaščitne sestre v Ljubljani je nadaljevala izobraževanje dijakinj, se je pa čas šolanja med vojno iz treh let skrajšal na dve leti. V šoli so bile še vedno zaposlene zaščitne sestre – učiteljice Slovenke.



Dr. Koren - Stane Sever in zaščitna sestra Marija - Julka Starič pred operacijo partizanskega aktivista. Fotografija, tako kot vse v tem članku, je iz filma Trenutki odločitve, režiserja Františka Čapa iz leta 1955. (Vir: Kinoteka)

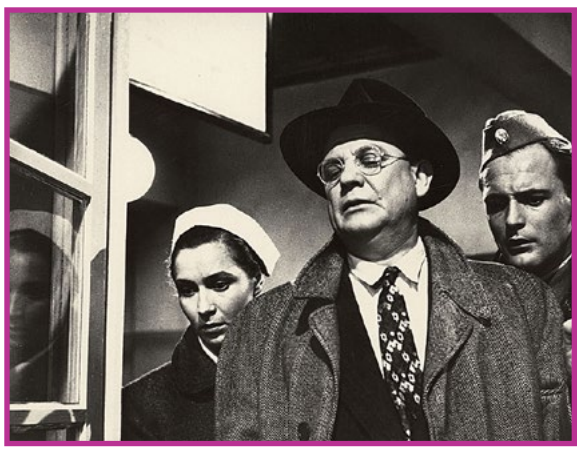
Zaščitne sestre so se vključevale v narodnoosvobodilno borbo in podporo tega gibanja. Veliko jih je postalo aktivistk. Predvsem mlajše in dijakinje sestrske šole so se udeleževale tihih, listkovnih akcij, pisale parole, raznašale ilegalno literaturo in se vključevale v sestanke in obveščevalno delo. Zaposlene v preventivnem tipu zdravstvenih ustanov so imele dostop do materiala, ki ga je nova nastajajoča vojska in njeno zdravstvo zelo potrebovala. V službi so zbirale povoje, gaze, zdravila, dezinfekcijska sredstva, kirurške instrumente in še veliko drugega ter vse to predale ali shranile na varnem in poslale naprej. S svojo uniformo in službenimi prepustnicami so lahko hodile čez meje, vstopale v ustanove in bile v stiku z ljudmi, s katerimi je bil stik sicer omejen. Tako so skrivoma lahko prenašale sporočila, pisma in omogočale boljše življenjske pogoje. Nekatere so med okupacijo ostale na svojih delovnih mestih in ves čas pomagale dobavljati zdravstveni in sanitetni material, čeprav je bil nadzor strog in so bila vodstva posameznih ustanov orientirana proti narodnoosvobodilnemu gibanju. Z vsakim letom okupacije je bilo za material težje, opravičevati so morale praktično centimetre povojev.

Nekatere so bile pri ilegalnem delu odkrite, ujete in aretirane ter obsojene na zapor ali internacijo v italijanskih ali nemških zaporih in taboriščih. Med temi so bile: Neža Jarnovič, Cita Lovrenčič-Bole, Dana Žagar, Milica Salberger, Tončka Korenčan, Ljubica Filipič, Tončka Vardjan-Ostanek ... V zaporih so nekatere med zapornicami še naprej opravljale delo zaščitne sestre čisto neformalno in tudi formalno. Martina Košak je v internaciji na Rabu delovala kot zaščitna sestra interniranka pri bolnih otrocih, v bolnišnici, ki so jo za internirance namestili v nekdanjem hotelu. »Prisebnost je bilo treba uskladiti z naraščajočo nemočjo, stiskanjem pesti ob gnevu na krivice, ki so nam jih povzročali fašisti. Bili smo brez hrane in brez plenic za otroke. Razen malo riža, trdega kruha in vode nismo imeli tako rekoč ničesar.« Namesto plenic so uporabljale časopisni papir, v žimnicah so se kmalu zaredili črvi. Drisk pri otrocih ni bilo mogoče ustaviti, umrlo jih je tudi po 100 na dan. Prosila je za premestitev in njeni prošnji so ugodili. Nato je delala pri porodnicah, kasneje v operacijski sobi in nazadnje pri odraslih bolnikih. Kasneje je delala v partizanski bolnišnici.

Nekatere so se po kapitulaciji Italije v internaciji pridružile enotam, ki so se pripravljale za odhod v domovino, in odšle v partizane. Nekatere so v zaledju v Italiji sodelovale pri ustanavljanju bolnišnic za evakuirane iz domovine. Tako je pri ustanavljanju bolnišnice sodelovala zaščitna sestra Milica Salberger. Poleg sestrskega znanja je potrebovala tudi veliko mero organizacijskih sposobnosti. Pri delu pa so se morale spoprijeti tudi z delom, ki načeloma ni bilo v njihovi domeni. Gospa Milica je bila zadolžena tudi za porode: »Skrbelo me je, kako se bom izkazala kot porodna pomočnica. V spominu sem si ponavljala predavanja iz ginekologije in porodništva ... Na beograjski porodniški kliniki sem videla nekaj porodov, vendar je od tega minilo šest let.« Po prvem srečnem porodu je opisala svoje občutke: »Odleglo mi je, ko da sem rodila jaz sama.«

Dr. Koren in zaščitna sestra Marija med umivanjem rok pred operacijo. (Vir: Kinoteka)

Nekatere zaščitne sestre so se aktivno vključile v narodnoosvobodilno vojsko. Odšle so v partizanske enote. Tam so v vojaškem zdravstvu opravljale naloge bolničark. Oskrbovale so ranjene vojake in skrbele za njihovo zdravstveno stanje, z razvojem vojaškega stacionarnega zdravstva in skritih bolnišnic pa so prevzemale pomembne vloge v partizanskih bolnišnicah. Pogosto večje, kot je bilo njihovo strokovno znanje in kompetence. Gradile so



Dr. Koren, zaščitna sestra Marija in domobranski šofer – aktivist OF Franek Trefalt. (Vir: Kinoteka)

Transport operiranega aktivista iz mesta v krsti. Domobranec, gospodar Tomšič – Bert Sotlar, zaščitna sestra Marija, šofer – aktivist, dr. Koren. (Vir: Kinoteka)

postojanke, jih urejale, skrbele za higieno ranjencev in bolnikov, za njihovo zdravstveno oskrbo, sodelovale pri operacijah, vodile administracijo, skrbele za prehrano bolnikov ... V bolnišnicah so opravljale poslanstvo »angela vojne bolnice«, kot je to nenavadno in široko poslanstvo poimenoval dr. Kanoni.

Kot bolničarkam v enotah jim zagotovo ni bilo enostavno; na eni strani pretežno moška družba, na drugi strani težko življenje v gozdu, neprestani premiki in strah. Svojih težkih začetkov se spominja Juga Bregant-Polak. Delovišče zaščitnih sester so bile tudi premične kirurške ekipe. To so bile ekipe, ki so se pomikale v bližino bojev in so skrbele za prvo kirurško oskrbo ranjencev in njihovo pošiljanje v konspirativne bolnišnice. Tu so opravljale naloge instrumentark, anestezistk in pomočnice kirurga.

Nekatere so bile dejavne v civilnem partizanskem zdravstvu, to je zdravstvu, ki ga je partizanska oblast organizirala za zdravstveno oskrbo civilistov na osvobojenem ozemlju. V ambulantah po Beli krajini je zadnje leto vojne delovala zaščitna sestra Neža Jarnovič. Po burni medvojni življenjski zgodbi je osvoboditev dočakala pri delu v civilni partizanski saniteti. Obiskovala je obolele civiliste, nadzirala higieno, izvajala cepljenje, oskrbovala rane in podobno. Prirejale so tudi predavanja za civiliste. Poleg ambulant je partizanska oblast za civiliste ustanovila tudi tri bolnišnice. Ena od njih je bila v Starem trgu pri Ložu. V njej je delovala zaščitna sestra Marija Bravec - Mimi. Bolničarka, zaposlena v tej bolnišnici, se je spominja kot sposobne in prijazne ženske, ki pa je bila tudi izredno delavna in skrbna.

Tudi v nasprotnem političnem taboru oz. nasprotni vojski se je izoblikovalo vojaško zdravstvo. Domobranska vojska je imela v svojem zdravstvu v enotah in postojankah organizirane predvsem moške. V nekdanji Vojni bolnici v Mostah so Nemci organizirali svojo vojaško bolnišnico. Svoj oddelek pa so imeli tudi domobranci. V tej bolnišnici so delovale tudi civilne zaščitne sestre. Gre za pomemben preboj civilnih zaščitnih sester na kurativno zdravstveno varstvo. Pred tem so ta mesta, vsaj na slovenskem območju, zasedale redovnice. Nekaj je bilo res tudi zaščitnih sester, a te so bile redovnice, ne civilistke. Na domobranskem oddelku vojaške bolnišnice oz. v domobranskem zdravstvu so delovale vsaj štiri zaščitne sestre.

Najbolj razburljivo poglavje njihovega poklicnega dela je gotovo umik z ranjenci ob koncu vojne. Zaščitni sestri sta spremljali vlak z ranjenci proti Avstriji. Umik jim ni uspel, bili so zajeti. V trenutku, ko se je vlak ustavil in so izvedeli, da so pred njimi partizani, je spremstvo ranjencev zbežalo. Z nepokretnimi, najtežjimi ranjenci pa so ostali štiri laična

Obrok na varnem. Dr. Koren, gospodar Tomšič, gospodinja Tomšičeva – Mila Kačič, šofer aktivist. (Vir: Kinoteka)

dekleta, dva bogoslovca, duhovnik in dve zaščitni sestri. Sto dvajset do sto trideset ranjencev in devet spremljevalcev. Bilo je težko, zajeli so jih in transportu je bil odvzet ves sanitetni material in hrana, bili so celo v odprtih vagonih, izpostavljeni vremenskim razmeram, kasneje so izprosili, da so jih prestavili v zaprte vagone. Zaradi pomanjkanja obvez in čistega perila je medicinska sestra Marija na železniški postaji organizirala pranje obvez in rjuh. Druga medicinska sestra pa je s postaje odhajala na Jesenice k zdravniku po najnujnejši sanitetni material in zdravila. Prevzela je tudi odgovornost za zdravniško oskrbo ranjencev. Nekaj dni so ostali v vagonih, nato so jih s kamioni prepeljali nazaj v Moste, kjer je istih devet spremljevalcev skrbelo za ranjence, dokler jih niso odpeljali v Škofove zavode v Šentvid. Kasneje so bili spremljevalci transporta izpuščeni, ranjenci najverjetneje ne. Podobno izkušnjo z drugega transporta ranjencev opisuje Marija Š.

Zanimiva je tudi življenjska zgodba Štefke Zalokar, zaščitne sestre, ki je delala v domobranski bolnišnici. Po vojni, leta 1953, v bolnišnici Maribor, kamor je prišla iz celjske bolnišnice, je prevzela naloge glavne medicinske sestre na očesnem oddelku. Po šestmesečnem izobraževanju v Švici leta 1957 pa je prevzela mesto glavne medicinske sestre bolnišnice in jo vodila do upokojitve leta 1973.

Druga svetovna vojna je davek zahtevala tudi med zaščitnimi sestrami. Prva padla zaščitna sestra na jugoslovanskih tleh je bila Slovenka – Olga Detela, ki je delala v Beogradu na otroški kliniki, nato se je pridružila partizanom in novembra 1941 padla pri prebijanju iz Užic. Med padlimi zaščitnimi sestrami v Sloveniji je samo ena, Pavla Levstek, kot partizanko – bolničarko jo je 1942 ubil italijanski vojak v okolici Loškega Potoka. Slovenka Malči Podgoršek je že času šolanja v Beogradu imela revolucionarne ideje. Zaposlila se je v Srbiji in revolucionarne ideje spremenila v aktivnosti. Leta 1941 so jo zaradi njenih idej in sodelovanja s komunisti aretirali in zasliševali na Banjici, po mučnih zaslišanjih so jo 9. 5. 1942 zadušili v zato prirejenem avtomobilu. Življenje je v Banjaluki med oskrbovanjem partizanskih ranjencev v svoji hiši januarja 1944 izgubila tudi zaščitna sestra in pisateljica Mara Hus. Skupaj z drugimi sta jo s streli pokosila dva nemška vojaka. Tik po osvoboditvi pa je zaradi izčrpanosti po zaporu in zasliševanjih umrla zaščitna sestra, ki je delala v Zavodu za zdravstveno zaščito mater in otrok v Ljubljani, aktivistka, ki je sodelovala pri skrbi za ilegalčke, Mara-Dragica Krhljanko, poročena Bidovec.

Življenjske zgodbe zaščitnih sester v času druge svetovne vojne so zelo raznolike, zanimive in edinstvene, tako kot vsako življenje. Nekateri trenutki težko predstavljivi in razumljivi. V svojih življenjih in delu v tistem času niso veliko pisale, kolikor so, pa so to zanimivi zapisi, ki bi jih nekdo z nekaj pisateljske žilice prelevil v zanimiv roman ali film. V klasiki jugoslovanskih vojnih filmov so prikazani posamezni zdravstveni delavci in skrb za ranjence. V slovenskem filmu Trenutki odločitve, režiserja Františka Čapa, iz leta 1955, pa v glavni ženski vlogi nastopi zaščitna sestra Marija (Julka Starič), ki z zdravnikom dr. Korenom (Stane Sever) in pomočjo ilegalne organizacije iz mesta rešita partizanskega ranjenca in ga pospremita na varno ozemlje. Film, ki da razmišljati o etičnih vrednotah in profesionalni etiki.

Zaščitne sestre so s svojim delovanjem ne glede na čas, nevarnost in politiko med drugo svetovno vojno ostajale zveste načelu skrbi in pomoči šibkejšemu in ranljivejšemu. To jim lahko štejemo v največjo čast.

Viri:

Košak, M. (1975). Nepozabna stiska. *Zdrav Obzor*, 9(3), 204–6.

Bole, C. (1975). Iz spominov na minulo svetovno vojno: prispevek k zgodovini NOB. *Zdrav Obzor*, 9(4), 275–7.

Bole, C. (1977). Medicinske sestre v predvojnem revolucionarnem delu: v spomin med. sestri Malči Podgoršek. *Zdrav Obzor*, 11(3), 179–85.

Bregant-Polak, J. (2004). Spomini iz leta 1942. *Vojnozgodovinski zbornik*, 18(18), 51–4.

Pivec, G., & Borko, E. (2016). *Zmago Slokan: 1915–1970: partizanski zdravnik – ravnatelj Splošne bolnišnice Maribor*. Občina Slovenska Bistrica; Medikohistorična sekcija Slovenskega zdravniškega društva.

Čepič, Z., Guštin, D., & Ivanič, M. (2005). *Podobe iz življenja Slovencev v drugi svetovni vojni*. Mladinska knjiga.

Šturm, L. (2000). *Brez milosti: ranjeni, invalidni in bolni povojni ujetniki na Slovenskem*. Nova revija.

Jerina Lah, P. (1996). *Ljubljansko zdravstvo in OF*. Društvo za proučevanje zgodovine, literature in antropologije.

Ratej, M. (2020). *Osebnosti slovenske medicine*. Ljubljana: ZRC SAZU.

Zavrl, B. (2021). *Slovenske medicinske sestre v osrednji Sloveniji v obdobju 1919–1945* [magistrsko delo, Univerza v Ljubljani].

DELOVNA SKUPINA ZA
OHRANJANJE ZGODOVINE
ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE

11. januarja 2011 ob 13. uri je bila pri Zbornici – Zvezi ustanovljena Delovna skupina za ohranjanje zgodovine zdravstvene in babiške nege (DS ZG).

Poslanstvu, ki so ga pred petnajstimi leti začrtale ustanovne članice z naklonjenostjo do preteklosti, sledimo vsi, ki v delovni skupini aktivno delujemo danes in raziskovanju lastne zgodovine namenjamo čas, voljo in znanje. Delovna skupina je postala prepoznavna tako v slovenskem kot tudi v mednarodnem prostoru.

Sistematično delo na področju ohranjanja in zgodovinskega proučevanja dediščine zdravstvene in babiške nege ima trajen in poseben pomen za stroko, saj predstavlja podlago za razumevanje sedanjosti ter temelj za načrtovanje prihodnosti.

Ena od dejavnosti DS ZG je tudi zbiranje in arhiviranje slikovnega gradiva: Otroške sestre negovalke leta 1957 v mariborski bolnišnici (Vir: Milka Resnik)

ZAHVALA

Družba hčera krščanske ljubezni svetega Vincencija Pavelskega (usmiljenke) iz Šentjakoba ob Savi (Družba HKL) je Delovni skupini za ohranjanje zgodovine zdravstvene in babiške nege in posledično Zbornici – Zvezi podarila nekdanjo obleko sester usmiljenk, ki so jo uporabljale pri delu v skoraj vseh slovenskih bolnišnicah in drugih zdravstvenih zavodih do leta 1848. Pri opravljanju negovalnega dela in strežbi bolnikom so v osnovi nosile redovno obleko – uniformo iz težkega, suknenega, temno modrega nabranega krila in zgornjega dela z dolgimi rokavi. Bel platnen predpasnik je kasneje zamenjala bela halja, ki se je zapenjala na hrbtu. Dolžina je bila predpisana in je segala do sredine gležnjev. Posebna pozornost je bila namenjena škrobljenju belega ovratnika in belemu z ostrimi robovi nazaj štrlečemu pokrivalu.

Belo delovno haljo, bel predpasnik, snemljiv ovratnik (kolé) in naglavno pokrivalo (kornet) je izdelala šivilja Jožica Dragoš. Oblačilo so nam usmiljenke podarile zaradi dolgoletnega sodelovanja in spoštljivega odnosa delovne skupine do predstavnic redovne skupnosti, ki so pomembno zaznamovale tudi zdravstveno nego.

Družbi HKL se iskreno zahvaljujemo za dragoceno darilo, ki ima za osvetlitev in ohranjanje zgodovine zdravstvene nege veliko arhivsko vrednost.

DELOVNA SKUPINA ZA
OHRANJANJE ZGODOVINE
ZDRAVSTVENE IN BABIŠKE NEGE

V SPOMIN

Sporočamo žalostno vest, da je 18. decembra 2025 umrla naša kolegica, gospa Polonca Zupančič, viš. med. ses., upokojena glavna medicinska sestra UKC Ljubljana, ki je bila v tej vlogi od 1991 do 2001.

Velik del svojega življenja je posvetila skrbi za druge in naši bolnišnici. Bila je izjemna strokovnjakinja na področju zdravstvene nege, zaslužna za napredek in razvoj zdravstvene nege. V UKC Ljubljana je uvedla pomembne strokovne izboljšave in organizacijske spremembe, kar je širila tudi v slovenski prostor in tujino. Zaslužna je tudi za izdajo Pravilnika o organizaciji in delovanju zdravstvene nege v Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana.

Bila je vizionarka, strateginja, polna idej, ki jih je udejanjala tudi v praksi. Odlična učiteljica, vzornica in marsikdaj navdih za mlajše generacije medicinskih sester. Predanost, odločnost, odgovornost, ustvarjalnost, entuziazem so lastnosti, ki so izstopale, izžarevale pri njenem delu.

Prejela je številne nagrade in priznanja, med drugim tudi **državno odlikovanje z redom zaslug za narod s srebrno zvezdo** ter **zlati znak Zbornice – Zveze**. Prav tako je v času njenega vodenja zlati znak Zbornice – Zveze prejelo tudi vodstvo zdravstvene nege UKC Ljubljana.

Njeno delo je vtisnjeno v profesionalno pot številnih medicinskih sester, ki so se od nje učile.

Vzpostavila in nadgradila je delovanje »Stalne strokovne komisije za bolnišnično zdravstveno nego«. Bila je vodja imenovane skupine, skupaj s svojimi pomočnicami ter glavnimi medicinskimi sestrami slovenskih bolnišnic je pripravila povzetke strokovnih stališč v obliki razprav in predlogov strokovnih vsebin, kot so: delovanje negovalne bolnišnice, razmejitev dela v negovalnem in zdravstvenem timu v bolnišnični dejavnosti, organizacijska shema in smernice za organizacijo služb zdravstvene nege v bolnišnicah, klasifikacija zdravstvenih storitev za področje zdravstvene nege, raziskava bolniških postelj in njihov pomen v zdravstveni negi bolnika v slovenskih zdravstvenih ustanovah, program dolgoročnega razvoja zdravstvene nege v bolnišnični dejavnosti in druge.

Spominjamo se je z iskreno hvaležnostjo, ponosom in globokim spoštovanjem.

Mag. Zdenka Mrak, pomočnica generalnega direktorja za zdravstveno nego UKC Ljubljana

3. skupni kongres Društva oftalmoloških sestara/tehničara HUMS-a in Društva za bolest glave i vrata Hums-a

ANDREJA ČELOFIGA

Na povabilo predsednice Društva oftalmoloških sester Ane Rede Samardžić smo se predstavnice Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v oftalmologiji pri Zbornici-Zvezi udeležile tretjega skupnega kongresa Društva medicinskih sester/tehnikov HUMS-a in Društva za bolezni glave in vratu HUMS-a. Kongres je potekal na Hrvaškem v kraju Vodice od 17. do 19. oktobra.

Po prijaznem sprejemu hrvaških kolegic se je v petek ob 12. uri začel strokovni del. V prvem delu so bila predavanja s področja ORL. Predstavljene teme so bile vse na prikazih primera. Prvo predavanje je bilo z naslovom Zdravstvena nega pacienta s poškodbo vratu (fraktura larinksa), nato je sledilo predavanje Izzivi v zdravstveni negi bolnika pri obsežnih operacijah karcinoma hipofarinksa in požiralnika. Predstavljene so bile komplikacije Thiersch roke po operaciji mikrovaskularnega režnja. V predavanju Ko številke niso dovolj, je bilo predstavljeno prepoznavanje in ocenjevanje bolečine pri bolnikih, predvsem kako prepoznati bolečino pri pacientih, ki nam ne morejo povedati ali pokazati stopnje bolečine. Kolegice iz Hrvaške so se zahvalile med. sestram iz Slovenije, saj so na področju ocenjevanja bolečine veliko znanja pridobile prav Sloveniji. Poudarile so, da bi bilo treba bolečino obravnavati kot peti vitalni znak. Nato je bilo predavanje Sluh in težave pacientov z okvaro sluha in odpust laringektomiranega pacienta.

Drugi sklop predavanj je bil namenjen oftalmologiji. V prvem predavanju je bila predstavljena transplantacija roženice po perforativni poškodbi očesa. Naslednje predavanje se je navezovalo na prejšnje, in sicer postopki za darovanje tkiv in kdaj se tkivo roženice zavrne. Naša kolegica Marta Blažič iz SB Novo mesto je predstavila TASS v oftalmologiji in pomembnost sterilizacije. Prikazane so bile še diagnostične metode foto fundusa in avtofluorescence ter na koncu zdravljenje makularnega edema.

Po kratkem odmoru smo imeli delavnico z naslovom Kompas odpornosti, kjer smo govorili predvsem, kako poskrbeti zase, da bomo lahko dobro skrbeli za paciente. Kako na delovnem mestu sprejemati drug drugega, predvsem pa druge generacije. Najbolj pomembno je dobro sodelovanje v timu.

V soboto smo začeli strokovni del ob 9. uri. Predstavljeni so bili distiroidna orbitopatija, retinoblastom, celulitis orbite pri otrocih, bilateralni orbitalni celulitis pri otrocih – izzivi v diagnostiki in zdravljenju ter vitrektomija pars plana. Kot zadnje je bil predstavljen primer pacienta po poškodbi orbite, pri katerem so pri njeni rekonstrukciji uporabili posebej izdelano 3D protezo. Po prvem delu predavanj je sledila še delavnica temeljnih postopkov oživljanja.

Po zaključku strokovnega dela smo se odpravili na izlet z ladjico v Šibenik in imeli vodeni ogled mesta. Na izletu so se stkala nova prijateljstva, prav tako pa smo izmenjali izkušnje s svojih delovnih področij.

Soboto smo zaključili z večerjo in prijetnim druženjem ob glasbi.

V nedeljo dopoldne se je kongres končal. Verjamemo, da se bomo naslednje leto znova videli in se poslovili od kolegic.

Od leve proti desni: Andreja Čelofiga, Darja Kučan Müller, Ana Rede Samardžić, Dragica Severinac, Marta Blažič, Tatjana Grubar, Majda Sapač
(Fotografija: arhiv strokovne sekcije)

Vloga medicinske sestre pri motnjah gibanja – dosežek zdravstvene nege na mednarodnem prizorišču

ROBERT RAJNAR

Obravnava pacientov z motnjami gibanja, zlasti Parkinsonovo boleznijo, je dolgoročen in zahteven proces, ki presega zgolj farmakološko zdravljenje. Gre za kronično bolezen, pri kateri so varnost, kontinuiteta obravnave ter podpora pacientu in njegovim svojcem ključnega pomena. Prav zato imajo zaposleni v zdravstveni negi s poglobljenim znanjem s področja motenj gibanja osrednjo in nenadomestljivo vlogo v multidisciplinarnem timu.

Robert Rajnar, predsednik Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji (na sredini) s slovenskimi in mednarodnimi predavatelji (Fotografiji: arhiv sekcije)

Novinarska konferenca o kongresu Alpe Adria z mednarodnim komitejem

Zaposleni v zdravstveni negi s poglobljenim znanjem – temelj varne uporabe kontinuiranih zdravljenj

Zaposleni v zdravstveni negi s poglobljenim znanjem s področja motenj gibanja so ključni za varno in učinkovito uporabo kontinuiranih terapij, kot so intrajejunalne infuzije levodope, podkožne infuzije apomorfina in foslevodope in globoka možganska stimulacija. Te oblike zdravljenja brez ustrezno usposobljenih zaposlenih v zdravstveni negi v praksi preprosto ne delujejo.

Njihova vloga zajema spremljanje pacienta od postavitve diagnoze skozi vse faze bolezni, razlago in utrjevanje razumevanja terapije, stalno izobraževanje pacientov in njihovih bližnjih, preprečevanje zapletov ter hitro in kompetentno ukrepanje ob težavah. Takšen pristop pomembno prispeva k zmanjšanju nepotrebnih hospitalizacij, urgentnih obravnav in ponavljajočih se diagnostičnih postopkov, hkrati pa povečuje varnost in kakovost zdravljenja.

V Sloveniji ima zdravstvena nega na tem področju več kot 30-letno tradicijo, pri čemer se je tim zaposlenih v zdravstveni negi s poglobljenim znanjem s področja motenj gibanja Na Nevrološki klinikirobee UKC Ljubljana razširil iz dveh na osem članov. To omogoča raven “subspecializirane obravnave”, ki je v številnih drugih okoljih še vedno težko dosegljiva. Prav zato se vedno pogosteje odpira potreba, da bi bilo treba tovrstno poglobljeno znanje tudi formalno prepoznati kot posebno strokovno znanje, ki presega osnovne kompetence in zahteva dodatno izobraževanje, izkušnje ter odgovornost.

Zdravstvena nega kot enakovreden del mednarodnega strokovnega srečanja

Pomemben mejnik za zdravstveno nego je predstavljal tudi nedavni mednarodni kongres “Alpe Adria - Update on Movement Disorders”, ki je prvič v svoji zgodovini vključeval namenski paralelni strokovni program za medicinske sestre. Ta odločitev jasno odraža zavedanje, da so zaposleni v zdravstveni negi ključni del multidisciplinarnega tima pri obravnavi motenj gibanja.

Program je bil vsebinsko usmerjen v:

- kontinuirane terapije in njihovo varno uporabo,
- prepoznavanje simptomov in zapletov,
- izobraževanje pacientov in njihovih oskrbovalcev,
- preprečevanje zapletov ter psihosocialno podporo,
- izmenjavo praktičnih izkušenj, kliničnih pristopov in t. i. »neformalnih veščin«, ki so pogosto odločilne v vsakdanji klinični praksi.

Posebna dodana vrednost programa je bila povezovanje zaposlenih v zdravstveni negi iz različnih držav regije, ki se soočajo s primerljivimi izzivi pri obravnavi pacientov s Parkinsonovo boleznijo in drugimi motnjami gibanja.

Vloga Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji Zbornice - Zveze in mednarodne povezave

Vključitev zdravstvene nege v mednarodni strokovni program je bila tudi rezultat zavzetega organizacijskega dela. Pri tem je imel osrednjo vlogo Robert Rajnar, član znanstvenega komiteja kongresa in predsednik Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v nevrologiji Zbornice – Zveze. Aktivno je predaval skupaj s sodelavci iz Nevrološke klinike UKC Ljubljana. Dolgoletne mednarodne izkušnje soorganizatorja so omogočile tudi nabor in povabilo uglednih mednarodnih predavateljic s področja zdravstvene nege iz Združenega kraljestva Velike Britanije in Severne Irske, Poljske, Italije in Hrvaške, ki so se kongresa aktivno udeležile in s svojimi prispevki pomembno obogatile program.

Pogled v prihodnost: znanje, priznanje in tradicija

Zaradi uspeha in pozitivnega odziva udeležencev obstaja jasna usmeritev, da bo program za zaposlene v zdravstveni negi postal stalnica in tradicija prihodnjih Alpe-Adria srečanj. Vzpostavitev stabilne regionalne platforme pomeni priložnost za dolgoročno povezovanje znanja zaposlenih v zdravstveni negi, nevrologov in širšega multidisciplinarnega tima. Ob tem pa se vse jasneje odpira tudi razprava o potrebi, da se poglobljeno znanje s področja motenj gibanja sistemsko prepozna kot posebno (specialno, subspecialno) strokovno znanje zaposlenih v zdravstveni negi, kar bi dodatno okrepilo kakovost, varnost in razvoj stroke.

Takšno sodelovanje ne krepi le strokovne identitete zdravstvene nege, temveč predvsem ustvarja boljšo in varnejšo prihodnost za paciente z motnjami gibanja ter njihove družine.

50 let Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v operativni dejavnosti

S SPOŠTOVANJEM V PRETEKLOST, S PONOSOM V PRIHODNOST

BARBARA LUŠTEK

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v operativni dejavnosti je v sklopu strokovnega srečanja 27. novembra 2025 na Ptuju s slavnostno akademijo obeležila častitljivo 50-letnico delovanja. Pol stoletja predanega dela predstavlja izjemen in neprecenljiv prispevek k razvoju perioperativne zdravstvene nege ter k varnosti in zdravju pacientov.

Zbrane je nagovorila predsednica Zbornice – Zveze Anita Prelec, ki je skupaj s predsednico sekcije Barbaro Luštek zaslužnim posameznicam izročila priznanja za delo na ožjem strokovnem področju. Prejemnice priznanj so bile Anica Lavrač Trampuš (Splošna bolnišnica Trbovlje), Marjeta Berkopec (Splošna bolnišnica Novo mesto), Nataša Kravcar (Univerzitetni klinični center Ljubljana) in Ingrid Jernejc (Univerzitetni klinični center Ljubljana).

Za bogat program slavnostne akademije je poskrbela Marjeta Berkopec, ki je z obujanjem zgodovinskih zapisov operacijskih medicinskih sester ter hudomušno monokomedijo popestrila večer in ga obarvala s pridihom preteklosti. Ob jubileju je bila izdana tudi publikacija **50 let organiziranega delovanja operacijskih medicinskih sester v Sloveniji,** avtorice Marjete Berkopec, ki je dostopna na spletni strani strokovne sekcije.

Strokovno srečanje se je nadaljevalo 28. in 29. novembra 2025 pod naslovom **50 let predanosti in napredka – skupaj rastemo: strokovnost, varnost in trajnost**. V dveh dneh smo prisluhnili številnim kakovostnim strokovnim predavanjem, ob tem pa je izšel tudi 45. strokovni zbornik z recenzijo.

Ob 50-letnici delovanja se s spoštovanjem poklanjamo vizionarkam in vizionarjem, našim predhodnikom, ki so znali pogledati dlje od trenutka. Z neomajno voljo, pogumom in strokovnim znanjem so postavili temelje današnjih standardov perioperativne zdravstvene nege. Njihovo delo ni pomenilo le razvoja stroke, temveč tudi oblikovanje identitete operacijske medicinske sestre – poklica, ki je skozi desetletja postal vse bolj samostojen, strokoven in prepoznan.

Dobitnice priznanj za delo na ožjem strokovnem področju (Fotografiji: arhiv sekcije)

Izvršni odbor sekcije

30. jubilejni seminar: Urgentni pacient – 30 let v srcu urgence

PETRA KRAPEŽ PODOBNIK

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci je med 16. in 17. oktobrom 2025 v Termah Čatež uspešno izvedla jubilejni strokovni seminar, ki je obeležil kar 30 let delovanja. Na seminarju je bilo predstavljenih veliko strokovnih vsebin, veliko je bilo izmenjave izkušenj in druženja, kar je znova potrdilo, da je urgentna dejavnost resnično v srcu zdravstvenega sistema.

Predsednice strokovne sekcije (od leve proti desni): Draga Štromajer, Vida Bračko, Majda Cotič Anderle in Nada Macura Višić (Fotografije: arhiv sekcije)

Četrtkovo dopoldne se je začelo s pregledom delovanja sekcije v zadnjih treh desetletjih. **Vida Bračko** in **Majda Cotič Anderle** sta poudarili ključne mejnike, ki so zaznamovali zadnja tri desetletja. Sledil je sklop o triaži v sistemu nujne medicinske pomoči. Sklop sta povezovali moderatorki Majda Cotič Anderle in Vida Bračko, ki sta s svojim dolgoletnim znanjem in izkušnjami ustvarili strokovno okolje za razpravo o temeljnih vprašanjih triaže, ter prikazali primerjavo triažnih sistemov na urgentnih oddelkih. **Simon Arbajter** in **Rok Grabljevec** sta predstavila vlogo umetne inteligence v odločitvenih modelih, **Ervin Ibričić** in **Marko Pirnovar** pa sta osvetlila posebnosti manchestrskega triažnega sistema v nevrologiji.

V nadaljevanju so bile v ospredju službe, ki se vključujejo v sistem nujne medicinske pomoči v Sloveniji. Sklop sta povezovali moderatorki **Tina Gros** in **Nada Macura Višić**, ki sta s strokovnim vodenjem poudarili, da je prav usklajeno delovanje različnih služb tisto, kar zagotavlja varnost in učinkovitost celotnega sistema. **Gregor Vidrih** je predstavil prednosti in izzive novih satelitskih urgentnih centrov, **Katja Nemec** in **Melita Lorenčič** pa sta predstavili delovanje dispečerske službe zdravstva. Sledil je prispevek **Thomasa Germa**, ki je predstavil izzive in dosežke helikopterske nujne medicinske pomoči, kjer je hitrost odziva pogosto odločilna. **Luka Camlek** in **Peter Najdenov** pa sta pripravila prispevek, ki je prikazal delovanje gorske reševalne službe, ki se v zahtevnih razmerah na terenu povezuje z urgentnimi ekipami in zagotavlja varno oskrbo poškodovanih.

Vzporedno je potekal tudi program za ortopedske tehnologe, ki sta ga vodila moderatorja **Edin Adrović** in **Robert Iršič**, namenjen je bil strokovnjakom s področja ortopedske tehnologije. **Aleš Porčnik** je predstavil kirurško zdravljenje kontraktur ramenskega sklepa pri poškodbah brahialnega pleteža, **Sandi Mrvar** pa torako-abdukcijsko opornico kot sodobno rešitev pri rehabilitaciji. **Uroš Svenšek** je govoril o konservativnem zdravljenju poškodb humerusa, medtem ko je **Urban Antonič** opozoril na pomen pravilnega položaja pri mavčenju roke. **Edin Djulkić** in **Matej Fermišek** sta poudarila, da je ustrezna opremljenost mavčarne ključ do kakovostne imobilizacije, **Andrej Lukanović** pa je predstavil tehnične značilnosti oscilacijskih žag in njihovo varno uporabo.

Pomemben del prvega dne je bil posvečen bolezenskim stanjem pri starostniku. Sklop sta povezovala moderatorja **Jernej Mori** in **Snežana Knežević**, ki sta s strokovnim vodenjem usmerjala razpravo ter poudarila pomen celostne obravnave starejših pacientov. Predavatelji so tako osvetlili posebne izzive, s katerimi se srečujejo urgentni timi pri obravnavi starejših pacientov. **Jernej Mori** je spregovoril o oskrbi ob koncu življenja, **Gregor Prosen** o obravnavi delirija in krhkosti, **Anže Janežič** o najpogostejših nujnih stanjih pri starostnikih, **Matjaž Janković** pa o pasteh in nevarnostih pri obravnavi dementnih ljudi v urgentnem okolju. Predavanja so sprožila živahno razpravo, ki je pokazala, da je področje geriatrične urgence eno zahtevnejših v sodobnem zdravstvenem sistemu.

Po bogatem dopoldanskem in popoldanskem programu predavanj so se udeleženci jubilejnega seminarja preselili v bolj praktičen del učnih delavnic, ki so bile zasnovane kot dopolnitev teoretičnih vsebin. Prva delavnica je bila namenjena komunikaciji s pomočjo UKW postaj, kjer so udeleženci spoznali pomen jasnega, kratkega in učinkovitega sporazumevanja v nujnih situacijah. Druga delavnica je bila posvečena pravilnemu dvigovanju bremen, kar je še posebej pomembno za zdravstvene delavce, ki se pri svojem delu pogosto srečujejo s fizičnimi obremenitvami. Udeleženci so se lahko naučili tehnik, ki zmanjšujejo tveganje za poškodbe hrbtenice in sklepov ter omogočajo varno pomoč pacientom. Tretja delavnica pa je obravnavala imobilizacijo, eno temeljnih veščin v urgentni medicini. Udeleženci so praktično preizkusili različne metode imobilizacije, spoznali pripomočke ter se seznanili z najpogostejšimi napakami, ki se lahko pojavijo pri oskrbi poškodovancev.

Udeleženci strokovnega seminarja

Plaketa Zbornice – Zveze, ki jo je prejela strokovna sekcija, od leve proti desni Barbara Luštrek (predstavnica OSS in predsednica Sekcije MS in ZT v operativni dejavnosti) ter Nada Macura Višić (predsednica Sekcije MS in ZT v urgenci)

Delavnice so bile izjemno dobro sprejete, saj so udeležencem ponudile priložnost, da teoretično znanje prenesejo v prakso, izmenjajo izkušnje in se naučijo novih tehnik, ki jih bodo lahko uporabili v vsakodnevnem delu. V sproščenem, a hkrati strokovnem vzdušju so se udeleženci povezali in še utrdili občutek, da je urgentna zdravstvena nega resnično timsko delo.

Petkov program je bil posvečen bolečini v hrbtu, enemu najpogostejših razlogov za obisk urgence. Pod vodstvom moderatork **Karmen Jerkič** in **Petre Krapež Podobnik** so strokovnjaki različnih specialnosti osvetlili problematiko z več vidikov, kar je udeležencem omogočilo celoviti vpogled v diagnostiko, zdravljenje in posledice tovrstnih stanj. Dan se je začel s predavanjem **Marka Dobravca**, ki je predstavil poškodbe hrbtenice kot eno najresnejših urgentnih stanj, kjer je hitra in pravilna obravnava ključna za preprečevanje trajnih posledic. Sledila je predavateljica **Anja Oman Puntar**, ki je razpravljala o uporabi infuzije pri bolečini v križu, ali gre za učinkovito rešitev ali zgolj začasno olajšanje. Posebno pozornost je pritegnilo predavanje **Martina Boneta** o sindromu cauda equina, ki zahteva takojšnje ukrepanje zaradi nevarnosti trajnih nevroloških okvar. Nadalje je **Bojan Rojc** predstavil urgentna nevrološka stanja, ki se kažejo z bolečino v križu, in opozoril na pomen zgodnjega prepoznavanja simptomov. Za zaključek sklopa je **Grega Bratkič** spregovoril o bolečini v križu kot enem najpogostejših razlogov za bolniški dopust med zaposlenimi v urgentni dejavnosti. Njegov prispevek je odprl razpravo o vplivu fizičnih obremenitev na zdravstveno osebje ter o potrebi po preventivnih ukrepih za zaščito zaposlenih.

Seminar se je zaključil s sekcijo prostih tem in prikazov primerov, kjer so udeleženci delili izkušnje iz prakse in razpravljali o konkretnih kliničnih situacijah. Pod vodstvom moderatork **Monike Kralj** in **Andreje Špilek Plahutnik** so predavatelji **Saša Trkulja, Zorica Panić, Katja Poznič** in **Katja Zeko** predstavili različne situacije iz prakse, ki so pokazale, kako raznolika in nepredvidljiva je urgentna medicina.

Jubilejni seminar je bil več kot le strokovno srečanje, bil je praznik Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci, ki je združil preteklost, sedanjost in prihodnost stroke. Udeleženci so se poleg strokovnih predavanj in delavnic srečali tudi v prijateljskem in kolegialnem duhu, kar je omogočilo izmenjavo izkušenj, krepitev medsebojnih vezi ter oblikovanje novih idejnih mostov za prihodnost. Seminar je tako postal prostor, kjer se je znanje prepletlo z navdihom, izkušnje z vizijo, in kjer se je začrtala pot nadaljnjega razvoja urgentne medicine v Sloveniji.

S seminarja so vsi odšli bogatejši, ne le za nova znanja, temveč tudi za občutek pripadnosti skupnosti, ki s svojo predanostjo, strokovnostjo in človečnostjo vsak dan rešuje življenja ter soustvarja prihodnost zdravstvene oskrbe.

Aktualni in nekdanji člani Izvršnega odbora Sekcije MS in ZT v urgenci

Strokovni utrinek: Izobraževanje neformalnih oskrbovalcev – pomembna naloga zdravstvenih delavcev v skupnosti

SABINA MEDJEDOVIĆ, OBMOČNO ZDRUŽENJE RDEČEGA KRIŽA LJUBLJANA

UVOD

Slovenija se podobno kot druge evropske države sooča s staranjem prebivalstva in naraščajočim številom kroničnih bolnikov. Vse več zdravstvene in socialne oskrbe se zato izvaja v domačem okolju, kjer pomembno vlogo prevzemajo neformalni oskrbovalci – največkrat družinski člani (World Health Organization, 2021), ki pogosto nimajo formalnega zdravstvenega znanja, se lahko srečujejo z negotovostjo, preobremenjenostjo in večjim tveganjem za zaplete pri oskrbi (Adelman et al., 2014). Mednarodne smernice poudarjajo, da je izobraževanje svojcev ključen ukrep za zagotavljanje varne in kakovostne oskrbe na domu ter pomembna naloga zdravstvenih delavcev v skupnosti (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2023).

METODE

Namen prispevka je predstaviti izkušnje z izvedbo delavnice *Laična oskrba in nega na domu* ter poudariti pomen aktivne vloge medicinskih sester in drugih zdravstvenih delavcev pri izobraževanju in podpori neformalnih oskrbovalcev.

Delavnica je bila novembra 2025 in je vključevala 11 udeležencev. Vsebinsko je bila usmerjena v osnovna znanja zdravstvene nege, praktične prikaze varne oskrbe ter seznanitev z možnostmi podpore v okviru zdravstvenega in socialnega sistema. Poseben poudarek je bil namenjen preprečevanju zapletov, pravilni uporabi pripomočkov ter pravočasnemu vključevanju patronažne službe in drugih podpornih oblik pomoči.

DISKUSIJA IN ZAKLJUČEK

Evalvacija delavnice je pokazala zelo visoko stopnjo zadovoljstva udeležencev. Vsi so pridobljeno znanje ocenili kot neposredno uporabno v domačem okolju ter poročali o večji samozavesti pri izvajanju osnovne nege. Udeleženci so posebej poudarili praktično naravnanost vsebin, jasnost razlage in strokovnost izvajalke. Večina je izrazila tudi potrebo po nadaljnjih izobraževanjih, predvsem na področjih prehrane, telesne aktivnosti in obvladovanja stresa. Izkušnje z delavnico *Laična oskrba in nega na domu* potrjujejo, da imajo zdravstveni delavci pomembno vlogo pri prenosu strokovnega znanja v domače okolje. Tudi krajša, ciljno usmerjena izobraževanja lahko pomembno prispevajo k večji samozavesti neformalnih oskrbovalcev, varnejši oskrbi bolnikov in boljši povezanosti med zdravstvenim sistemom in skupnostjo.

Omejitev raziskave predstavlja majhen vzorec udeležencev, zato rezultatov ni mogoče posploševati. Kljub temu pa predstavljajo pomemben vpogled v pozitivne učinke izobraževanja na področju neformalne oskrbe ter nudijo dobro izhodišče za nadaljnji razvoj in evalvacijo podobnih programov.

Literatura

Adelman, R. D., Tmanova, L. L., Delgado, D., Dion, S. & Lachs, M. S., 2014. Caregiver burden: A clinical review. *JAMA, 311*(10), pp. 1052–1060. doi.org/10.1001/jama.2014.304

Organisation for Economic Co-operation and Development, 2023. *Health at a Glance 2023: OECD indicators.* OECD Publishing. doi.org/10.1787/4dd50c09-en

World Health Organization, 2021. *Caring for carers: Supporting informal caregivers of people with chronic conditions.* WHO: Geneve.

REZULTATI

Tabela 1. Povzetek rezultatov evalvacije delavnice *Laična oskrba in nega na domu (N = 11)*

Kategorije	Kazalnik / trditev	Rezultat	Število odgovorov
Splošno zadovoljstvo	Povprečna ocena vseh vidikov	5	11
Teoretični del	Vsebina, razumljivost, predavateljica	5	11
Praktični del	Uporabnost, prikazi, sodelovanje	5	11
Organizacija delavnice	Trajanje, prostor, materiali	5	11
Uporabnost za vsakdanje življenje	Znanje uporabno v vsakodnevni negi	5	11
Jasnost in razumljivost	Razlaga je bila jasna in razumljiva	5	11
Strokovnost predavatelja/ce	Dostopnost, spodbujanje sodelovanja	5	11
Prilagojenost vsebine	Primerna za laične udeležence	5	11
Samozavest po delavnici	Po delavnici se počuti bolj samozavestno.	Da	11
Uporabnost znanja doma	Praktične vsebine bom uporabil/a doma.	Povsem drži	11
Priporočilo drugim	Bi delavnico priporočil/a drugim.	Da	11
Vzporedne teme zanimanja	Prehrana, telesna aktivnost, zmanjševanje stresa	Izpostavljeno	9
Pohvale in komentarji	Odlična izvedba, prijetno vzdušje, jasna razlaga, poučno predavanje	Zelo pozitivni odzivi	11

Opomba: ocenjevanje je potekalo po 5-stopenjski Likertovi lestvici (1 = sploh nisem zadovoljen, 5 = zelo sem zadovoljen). Vsi udeleženci so izrazili popolno zadovoljstvo z vsebino, organizacijo in izvedbo delavnice.

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci –

30 LET STROKOVNE RASTI IN POVEZOVANJA

VIDA BRAČKO

Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci je bila ustanovljena leta 1995 z jasnim ciljem izboljšati organizacijo urgentne zdravstvene nege, okrepiti strokovno povezovanje ter razviti enotne pristope k obravnavi nujnih pacientov. Nastala je v času, ko urgentna dejavnost v Sloveniji še ni imela urejenih standardov oskrbe pacientov, usklajenih postopkov ali ciljanega izobraževanja, zato je sekcija kmalu postala pomemben nosilec razvoja na tem področju.

Zgodba sekcije se je začela v 90. letih, ko je skupina predanih medicinskih sester (MS) in zdravstvenih tehnikov (ZT) prepoznala, da brez enotnih pristopov, ciljanega izobraževanja in strokovnih priporočil ter smernic pacientom ni mogoče zagotavljati primerljive, kakovostne in varne obravnave. Ustanovitev sekcije leta 1995 je tako pomenila zgodovinski premik – urgentna zdravstvena nega (ZN) je dobila svoje mesto v strokovnem prostoru, identiteto in razvojno vizijo.

Ustanovitev je sledila intenzivnemu delu iniciativnega odbora, ki je opravil terenske obiske večine urgentnih enot in pripravil izhodiščni program delovanja. Ta je že takrat zajemal ključna področja, kot so triaža, organizacija sprejema, kompetence, uporaba negovalne dokumentacije ter izobraževanje. Ustanovni občni zbor septembra 1995 je tako postavil temelje sekcije in izvolil prvo vodstvo. Slavica Klančar, ki je bila pobudnica in prvopodpisana članica iniciativnega odbora za ustanovitev sekcije, je bila soglasno izvoljena za predsednico, Melanija Plančak pa za podpredsednico. Znotraj sekcije so bile oblikovane strokovne delovne skupine (internistična, kirurška, mavčarji ...)

Izvršni odbor je leta 1999 sprejel sklep, da se najbolj zaslužnim za nastanek, razvoj in delovanje sekcije dodeli naziv »častni član«, prejeli so ga Bogdana Winterleitner (1999), Andrej Bručan (2003), Slavica Klančar (2003), Melanija Plančak (2003), Petra Kersnič (2003), Vida Dolžan (2004) in Darja Cibic (2009). Kasneje pa po Statutu Zbornice – Zveze to imenovanje ni bilo več mogoče.

Eden od temeljnih ciljev sekcije je bilo izobraževanje, spremljanje novosti na področju urgentne dejavnosti in njihova aplikacija v prakso. Letno so bili organizirani dobro obiskani dvodnevni strokovni seminarji, trikrat pa tudi kongres. Na izobraževalnih srečanjih so bile predstavljene aktualne teme z različnih področij obravnave urgentnega pacienta, pri čemer je bila priprava strokovnih vsebin vodena z analizo stanja na urgentnih oddelkih slovenskih zdravstvenih zavodov, novostmi na posameznih

Ustanovni sestanek IO sekcije, na sredini Slavica Klančar, desno Melanija Plančak in levo Vida Dolžan (Fotografije: arhiv strokovne sekcije)

Zborniki predavanj strokovnih seminarjev sekcije

področjih ter potrebami članov, ki so jih sproti izpostavljali. Vsebine so bile objavljene v zbornikih predavanj, ki so bili izdani ob vsakem strokovnem srečanju. Seminar »Prepoznava življenjsko ogroženega pacienta in reanimacija«, ki je del obveznih vsebin stalnega strokovnega izpopolnjevanja v licenčnem obdobju s področja temeljnih postopkov oživljanja, je sekcija organizirala in izvedla enkrat ali večkrat letno, vključujoč tako obvezne kot tudi dodatne strokovne vsebine. Sekcija je vse od začetkov aktivno sodelovala na Mednarodnem simpoziju urgentne medicine Slovenije.

Mavčarji, ki so od samega nastanka delovali v okviru sekcije, so zaradi specifike njihovega dela in zahtevanih znanj, ki jih ni mogoče pridobiti v okviru formalnega izobraževanja, že leta 1998 pristopili k iniciativi za ureditev svojega poklica. Strokovno področje so aktivno zastopali Miha Okrožnik, Boštjan Gluhar in Julijan Špes skupaj z drugimi mavčarji in pripravili »Poklicni standard ortopedski tehnolog/ortopedska tehnologinja« in »Katalog standardov strokovnih znanj in spretnosti«. Leta 2005 je bila uvedena nacionalna poklicna kvalifikacija za ortopedskega tehnologa.

Eden večjih dosežkov sekcije je uvajanje manchestrskega triažnega sistema (MTS) v urgentne centre in ambulante. Sekcija je opravila pionirsko delo pri raziskavah, izobraževanju in usposabljanju triažnih medicinskih sester/zdravstvenikov ter postala aktivna članica mednarodne referenčne skupine za manchestrsko triažo (ALSG/IRG). Od leta 2011 do danes je sekcija izvedla 27 tečajev »Triaža v sistemu nujne medicinske pomoči v Republiki Sloveniji – Tečaj triaže po načelih MTS«. Glede na povpraševanje po tečajih MTS je sekcija nadaljevala usposabljanja novih inštruktorjev z udeležbo na izobraževanju v Manchestru. Inštruktorji MTS se zavedajo odgovornosti, ki jo prevzemajo izvajalci triaže, zato redno organizirajo strokovna srečanja, kjer udeležencem posredujejo aktualna znanja in novosti, si izmenjajo izkušnje ter utrdijo strokovne smernice s poudarkom na MTS. Maja letos je bila posebna gostja strokovnega dogodka Jill Windle, ki je ena od začetnic razvoja MTS, urednica knjige Emergency triage in vodilna članica strokovne skupine ALSG MTS. Inštruktorji že nekaj let tudi aktivno sodelujejo z Univerzitetnim kliničnim centrom Republike Srbske v Banjaluki, kjer na njihovo povabilo izvajajo tečaje MTS. Vodja tečajev je od vsega začetka Majda Cotič Anderle.

Med pomembnejše projekte zadnjih let sodi razvoj mednarodnega tečaja »Advanced Trauma Care for Nurses (ATCN)«, ki ga sekcija izvaja skupaj s tečaji ATLS enkrat ali dvakrat letno – prvi tečaj je bil izveden leta 2016. Namenjen je vsem diplomiranim medicinskim sestram/zdravstvenikom, ki želijo nadgraditi svoje znanje in praktične veščine na področju oskrbe poškodovancev. Nada Macura Višić, vodja tečaja ATCN v Sloveniji in članica evropskega odbora ATCN, redno sodeluje kot nadzornica oz. svetovalka na tečajih v drugih državah.

Sekcija je ves čas tudi močno vpeta v mednarodni prostor. Leta 1999 je postala članica Evropskega združenja življenjsko ogroženega pacienta (EfCCNa), dve leti kasneje še svetovnega združenja (WFCCN) in je članica Evropskega združenja urgentnih medicinskih sester (EuSEN). V vseh združenjih člani aktivno sodelujejo v različnih delovnih skupinah, izvršnih odborih ter se vključujejo v pripravo standardov, priporočil in kongresov ter sodelujejo v raziskavah. Sekcija je v Sloveniji že trikrat organizirala in gostila sestanek predstavnikov EfCCNa ter leta 2019 sodelovala pri organizaciji 8. kongresa EfCCNa v Ljubljani, s čimer je dokazala svojo organizacijsko moč in mednarodno prepoznavnost.

Z vzpostavitvijo mreže urgentnih centrov po Sloveniji (2015) se je odprlo novo poglavje in veliko izzivov. Sekcija je začela organizirati srečanja strokovnih vodij urgentnih centrov ter sodelovati pri oblikovanju kazalnikov kakovosti in enotnih pristopov k triaži. V času epidemije covida-19 se je hitro odzvala na novo nastale razmere, uvedla izobraževanja na daljavo, nudila podporo urgentnim timom in s tem pripomogla k ohranjanju in nadgradnji strokovnih standardov.

Udeleženci na 3. kongresu na Čatežu 2015

Udeleženci 13. tečaja MTS, Otočec 2016

V zadnjih letih izstopa okrepljeno sodelovanje ter utrjevanje strokovnih povezav in razvoj skupnih projektov na domačih tleh - novo izobraževanje »Utrip urgence« je vsako leto pripravljeno v sodelovanju s Sekcijo reševalcev v zdravstvu. Eden ključnih dosežkov je uvedba specializacije iz urgentnih stanj (2025), pri kateri je sekcija aktivno sodelovala in s tem prispevala k pomembni strokovni nadgradnji urgentne zdravstvene nege tudi na sistemski ravni.

Sekcija je nekaterim zaslužnim posameznikom na podlagi njihovih zaslug in požrtvovalnega dela podelila »priznanje za dosežke na ožjem strokovnem področju«, ki so ga prejeli Rozana Prešern in Erna Sreš (2011), Silva Mahnič in Julijan Špes (2013), Vojko Anderle in Ivan Kovačič (2014), Tanja Vranešević Žmavc in Uroš Grošelj (2015), Drago Satošek (2016), Andrej Kramer (2019), Boštjan Gluhar (2022), Renata Mlakar (2023) in Andreja Špilek Plahutnik (2024).

Tudi stanovsko združenje medicinskih sester, zdravstvenih tehnikov in babic je prepoznalo delo in pomen sekcije in nekaterim članom podelilo najvišje priznanje Zbornice – Zveze »zlati znak« za dosežke in pomembne prispevke na področju zdravstvene nege, ki so jih prejeli: Slavica Klančar (2004), Draga Štromajer (2013), Miha Okrožnik (2014), Majda Cotič Anderle in Stanka Košir (2015), Maruša Brvar (2016), Vida Bračko (2020/21), Nada Macura Višić (2024).

V tridesetih letih je sekcija oblikovala temelje sodobne urgentne zdravstvene nege, zgradila močno strokovno skupnost ter postala nepogrešljiv del razvoja stroke doma in v mednarodnem prostoru. Njeni dosežki so rezultat predanega, večinoma prostovoljnega dela številnih posameznikov, ki so pomembno prispevali k napredku stroke urgentne zdravstvene nege in s tem k večji varnosti in kakovosti oskrbe urgentnih pacientov v Sloveniji. Veliko zaslug za uspešno delo sekcije imajo predsednice, ki so jo vodile v vseh teh letih: Slavica Klančar (1995–2003), Draga Štromajer (2003–2007), Majda Cotič Anderle (2007–20011), Vida Bračko (2011–2019) in Nada Macura Višić (2019–).

Zgodba sekcije je predvsem zgodba vztrajnosti, strokovne radovednosti in prepričanja, da si vsak urgentni pacient zasluži najboljšo možno obravnavo – ne glede na čas, kraj in okoliščine.

Priporočila za optimalno preskrbo z vitaminom D za nosečnice in novorojenčke

IRENA MAGUŠA, DAMJANA PETAN

POVZETO PO »SMERNICAH ZA ZADOSTNO PRESKRBLJENOST Z VITAMINOM D« (NACIONALNI INŠTITUT ZA JAVNO ZDRAVJE, 2025)

Vitamin D ima ključno vlogo pri zdravju nosečnic, otročnic in novorojenčkov. Njegova preskrbljenost vpliva na razvoj kosti, imunski sistem ter izid nosečnosti.

Vitamin D uravnava presnovo kalcija in fosfata ter tako vpliva na mineralizacijo kosti. Jemanje le-tega v nosečnosti je varno in se zaradi možnih ugodnih učinkov priporoča. Ohranjanje optimalne ravni vitamina D pri materi med nosečnostjo in dojenjem je ključno za preprečevanje pomanjkanja vitamina D v fetalnem in neonatalnem obdobju.

V zadnjih letih so strokovne organizacije posodobile priporočila, zato je smiselno povzeti najnovejše smernice.

Svetovna zdravstvena organizacija ne priporoča rutinskega dodajanja vitamina D vsem nosečnicam, priporočajo pa, da nosečnice uživajo raznoliko prehrano in si zagotovijo zadostno varno izpostavljenost soncu.

Pomanjkanje vitamina D v nosečnosti povezujejo s povečanim tveganjem za preeklampsijo, gestacijski diabetes, nižjo porodno težo, odmrtjem ploda, prezgodnjim porodom in umrljivost novorojenčkov. Možna je tudi spremenjena morfologija kosti pri novorojenčku. Pomanjkanje je pogostejše pri ženskah z omejeno varno izpostavljenostjo soncu ali temnejšo poltjo.

Presejanje in iskanje nosečnic, ki imajo nizke vrednosti vitamina D v krvi, se ne priporoča, ker je bistveno dražje in manj smiselno kot splošno priporočilo za redno jemanje višjih odmerkov. Izjema so ženske, ki imajo številne dejavnike tveganja za pomanjkanje in ne prejemajo vitamina D. Med temi so nosečnice nekavkazijske rase, nosečnice z zmanjšano izpostavljenostjo soncu (zakrite ženske), debele nosečnice, nosečnice s povišanim tveganjem za preeklampsijo, ženske, ki so že rodile otroka z rahitisom, nosečnice s hipokalciemijo ter nosečnost v obdobju adolescence.

Doslej je veljalo, da zadostuje 400 IE vitamina D pri nosečnicah na dan, vendar se je izkazalo, da je to premalo za vzdrževanje normalnih ravni vitamina D. Skladno s smernicami se priporoča redno jemanje v času načrtovanja nosečnosti, med nosečnostjo in med dojenjem v odmerku 800–1000 IE na dan. Ženske s čezmerno telesno maso in debelostjo pa dvojne dnevne odmerke 1600–2000 IE. Dvojni odmerek se jim priporoča tudi v času dojenja. Ženskam, ki imajo dejavnike tveganje za pomanjkanje vitamina D in so normalno prehranjene, priporočajo odmerke od 1000–2000 IE na dan in dvojne odmerke za ženske z debelostjo (ocenjuje se stanje BMI pred nosečnostjo) 2000–4000 IE na dan.

Najvišji dovoljeni odmerek vitamina D za odrasle in nosečnice je po vseh obstoječih smernicah 4000 IE na dan.

Znano je, da se vitamin D priporoča že po dopolnjenem tednu starosti za vse novorojenčke in se svetuje jemanje najmanj do dopolnjenega prvega leta.

Novorojenčki so odvisni od ravni maminega vitamina D med nosečnostjo. Materino mleko ne vsebuje zadostne količine vitamina D za potrebe novorojenčka.

Optimalna količina dnevnega odmerka za novorojenčke do enega leta starosti je 400 IE vitamina D vse leto, ne samo v zimskih mesecih (za preprečevanje rahitisa).

Najhujši simptom pomanjkanja vitamina D pri dojenčkih je rahitis. Pomanjkanje se kaže še z upočasnjeno rastjo in razvojem, zakasnelim razvojem zob, težave z dihanjem, razdražljivostjo ter alergijami.

PRAKTIČNA NAVODILA ZA NOSEČNICE IN OTROČNICE:

- **raznolika prehrana in varna izpostavljenost soncu,**
- **pri dejavnikih tveganja je smiselno razmisliti o suplementaciji in morebitnem testiranju,**
- **odmerki naj bodo v skladu z navodili zdravnika,**
- **redna suplementacija dojenčka s 400 IE na dan ne glede na materino preskrbljenost.**

Pomanjkanje vitamina D je zelo razširjeno, zato je naloga javnega zdravstva in odločevalcev, da poskrbijo za ozaveščenost prebivalstva Slovenije o pomenu vitamina D. Sam vitamin D ni čudežno zdravilo, vendar lahko prepreči mnoga zdravstvena stanja odraslih in otrok. Naj nam bo vodilo stavek: Vitamin D je majhen odmerek sonca za veliko zdravja.

DOSTOP DO SLOVENSKIH SMERNIC:

https://nijz.si/wp-content/uploads/2025/11/VIT-D-SMERNICE-19-11-2025_splet_CIP-K2.pdf

Vzgoja v času zaslonov: Kdo je komu zgled?

JANA VITEŽNIK, VZGOJA ZA ZDRAVJE OTROK IN MLADOSTNIKOV, CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA NOVA GORICA

Jana Vitežnik (Fotografija: osebni arhiv)

Teden otroka je vsako leto priložnost, da se ustavimo in razmislimo o otroštvu danes. Otroci odraščajo v svetu, ki je drugačen, kot smo ga poznali mi – poln zaslonov, hitrega tempa in nenehnih dražljajev. Ob tem pa se vedno znova pokaže resnica: otroci najbolj od vsega potrebujejo nas, odrasle. Našo bližino, naš čas, naš zgled. Čeprav ni enostavno usklajevati vseh obveznosti, ravno mi starši in vzgojitelji s svojim ravnanjem kažemo otrokom, kako se učiti, rasti in živeti.

Vabljeni, da skupaj razmislimo, kdo je v resnici komu zgled.
»Vzgoja otroka ni projekt enega šolskega leta, ampak pot. Vsako novo šolsko leto pa je nova priložnost, da kot odrasli, starši, vzgojitelji razmislimo, kakšno vlogo igramo ob njihovem učenju in odraščanju.«

Spremenjeni otroci ali spremenjeni starši

Ko govorimo o vzgoji današnjih otrok in mladostnikov, pogosto slišimo: »Otroci niso več taki kot nekoč.« Res je, spremenili so se. A smo se vprašali, zakaj? So res oni tisti, ki so se spremenili prvi? Kje tiči razlog – v sodobni tehnologiji, predelani prehrani, balastu informacij, premalo gibanja in sedečem načinu življenja? Ali pa so zgolj ogledalo družbe, v kateri odraščajo – in predvsem ogledalo svojih staršev? Mogoče pa vsega skupaj?

Povod za pisanje teh misli je bil trenutek, ki me ni pustil ravnodušne. Nekaj minut prebiranja zapisov na družbenih omrežjih. Slika zapisov odraslih, večinoma polnoletnih ljudi, mogoče celo staršev, ki so z uporabo lažnih profilov komentirali na družbenih omrežjih na res neprimeren način. Žalili ljudi, osebe na spletu, ki so se izpostavljale iz različnih razlogov in na različnih področjih. Komentarji, ki niso vredni komentiranja. Komentarji polni jeze, brez občutka do sočloveka, brez sramu, brez kulture in brez kančka spoštovanja do drugače mislečih ali enostavno drugačnih od sebe. Brez filtra. Besede in mnenja, ki jih berejo tudi naši otroci in mladostniki. Komentarji, ob katerih odraščajo in si razvijajo lastno samopodobo, v najbolj občutljivih letih svojega življenja. Da te kar zmrazi. Komentarji, ki nehote vplivajo tudi na samopodobo naših otrok. Ko ne veš več, kaj je tisto, kar je v življenju zares pomembno. Kje smo izgubili kompas, kdaj?

Otroci, ki odraščajo s tehnologijo

Današnji otroci ne poznajo sveta brez zaslonov. Tablice, telefoni, računalniki in televizija so postali stalnica njihovega vsakdana. Nešteto podatkov in informacij, s katerimi ne vedo, kaj početi. Ni sporno, da tehnologija prinaša številne prednosti, a pogosto postane nadomestek za tisto, kar je nekoč dajalo otrokom osnovo za razvoj: prosto igro, integracijo, razvoj domišljije, raziskovanje in opazovanje narave, pogovor in bližino staršev. Fokus, ki je omejen na meter razdalje in ne dopušča drugih bolj »dolgočasnih« zaznav. Ne opazijo ljudi, ki jim gredo nasproti, če jih nekdo pozdravi, jih začudeno gledajo, ne opazijo lepote narave, ne znajo se več pogovarjati, pogledati v oči – ostaja samo še telefon in samo še avtomatizem. Ko otroku damo zaslon v roke, pridobimo nekaj minut miru – a dolgoročno izgubljamo stik, ki je zanj neprecenljiv.

Ko starši postanejo zgled – tudi na spletu

Otroci se učijo z opazovanjem. In opazujejo nas bolj, kot se zavedamo. Ni dovolj, da jim govorimo o prijaznosti, spoštovanju in iskrenosti, če hkrati sami objavljamo žaljive komentarje na spletu ali se pritožujemo nad drugimi na način, ki ga sami ne bi želeli slišati iz otroških ust. Kazanje s prstom na drugega, ko pa sami nismo zgled. Najbolj boleče pa je, da ravno starši, ki bi morali biti prvi vzorniki, pogosto nehote pokažemo, da je nespoštljivo vedenje normalno. Da je nasilje normalno.

Utrujeni starši, osamljeni otroci

Tempo življenja je hiter, obveznosti veliko, časa pa vedno premalo. Starši smo pogosto utrujeni, obremenjeni, raztreseni. Otrok ne razume našega stresa. On vidi samo to, da nas ni ob njem. Tako raste občutek, da ni pomemben, slišan in da mora pozornost iskati drugje – pri zaslonih in drugih vrstah zasvojenosti, vrstnikih ali celo z nezaželenim vedenjem.

Meje kot izraz ljubezni

Velikokrat ob vprašanju Kaj bi naredili za svojega otroka, rečemo »vse« ali »želim biti prijatelj svojemu otroku«. Seveda si želimo bližine, a otroci ne potrebujejo še enega prijatelja ali vrstnika. Potrebujejo starša, ki bosta znala postaviti jasne meje, jih vodila in jim dala vedeti, da so varni. Meje niso ovira, temveč okvir, znotraj katerega otrok lažje raste in se razvija. Doslednost, spoštovanje in toplina so tisto, kar daje otroku občutek varnosti.

Sporočilo za prihodnost

Resnica je bolj preprosta, kot si lahko mislimo. Otroci se niso spremenili sami od sebe. Spremenili smo se mi starši, odrasli, prehrana, sedeč in absolutno prehiter ter prenatrpan tempo življenja. Previsoki cilji in pričakovanja. Čigavi cilji in pričakovanja sploh, bi se lahko vprašali. Če želimo, da bodo otroci ponovno odraščali v odgovorne, sočutne in samozavestne ljudi, moramo najprej pogledati vase. Kakšen zgled jim dajemo doma? Kako se izražamo v družbi in na spletu? Koliko časa namenimo pogovoru, poslušanju, igri ali mogoče samo objemu in bližini – brez zaslonov. Otroci ne potrebujejo popolnih staršev. Potrebujejo starše, ki se trudijo, ki se nenehno učijo, ki priznajo svoje napake, ki znajo reči »oprosti«. Starše, ki vsak dan znova poskušajo biti prisotni.

Teden otroka nas vsako leto spomni, kako dragoceni so naši najmlajši. V času zaslonov in hitrega tempa življenja jih ne moremo obvarovati pred vsemi izzivi, lahko pa jim pokažemo pot – s tem, da smo prisotni, da znamo odložiti telefon, prisluhniti, objeti, postaviti mejo in pokazati spoštovanje. Otroci ne potrebujejo popolnih staršev, temveč starše, ki se trudijo biti z njimi in zanje.

»Če bomo začeli pri sebi, bomo spremenili tudi njih – v najboljši možni meri«.

OBVESTILO

Če ne želite prejemati Utripa v papirni obliki, ker ga prebirate preko spletne strani Zbornice – Zveze, nam to sporočite na e-naslov: clanarina@zbornica-zveza.si

Uredništvo

Skrb zase pri opravljanju poklica medicinske sestre ni razkošje, ampak nuja

TADEJA DRENOVEC

Simona Tašner

Zaposleni ste kot diplomirana medicinska sestra na Kliniki za pediatrijo na Oddelku za otroško in mladostniško psihiatrijo UKC MB. Kakšni so občutki ob spominih na začetek poklicne poti?

Moji spomini na začetek poklicne poti so mešani, prevladovalo je navdušenje zaradi dela z otroki, a hkrati tudi strah pred odgovornostjo, negotovost ob novih izzivih, predvsem pa čustvena občutljivost ob pogledu na bolnega otroka.

Zakaj ste se odločili za poklic medicinske sestre?

Za poklic medicinske sestre sem se odločila, ker me že od nekdaj veseli delo z ljudmi in želja pomagati drugim. Poleg tega nudi poklic stabilno zaposlitev, možnost nadaljnjega izobraževanja, osebno rast in raznolike delovne izzive.

Kako in kje ste začeli delati v zdravstveni negi?

V času absolventskega staža sem se zaposlila kot bolničarka v domu za ostarele, po končanem študiju pa sem poklicno pot 2010 začela na Kliniki za pediatrijo, kjer sem zaposlena še danes. Od 2019 na Enoti za otroško in mladostniško psihiatrijo.

Kako poteka vaše delo?

Delo poteka v treh izmenah. Pri našem delu je temeljnega pomena dobro sodelovanje s celotnim multidisciplinarnim timom, ki ga sestavljajo zdravniki, klinični psihologi, dietetiki, socialni delavci in pedagogi.

Kakšna znanja in osebnostne lastnosti so po vašem mnenju potrebni za tovrstno delo?

Najbolj pomembna je sposobnost vzpostavitve zaupanja z otrokom, kar zahteva veliko čustvene inteligence, topline, razumevanja in sposobnosti poslušanja. Medicinska sestra mora znati prepoznati tudi neizrečene stiske, se znati umirjeno in strokovno odzvati na težave ali krizne situacije, mora biti sočutna, prilagodljiva, diskretna, odgovorna in sposobna timskega dela.

Prosim, da navedete primer dobre prakse ali novost, ki ste jo kot služba zdravstvene nege uvedli v vsakodnevno delo?

Dobra praksa zame pomeni ustvarjanje prostora, kjer se pacient počuti slišanega, sprejetega in varnega. Vključevanje staršev ali skrbnikov, sodelovanje s timom in uporaba kreativnih tehnik (risanje, pogovorne kartice ...) so ključni elementi mojega pristopa.

Kako komentirate trenutne razmere v zdravstveni negi?

Trenutne razmere v zdravstveni negi so zahtevne, saj prinašajo številne izzive tako za zaposlene kot za paciente. Spopadamo se s pomanjkanjem kadra, preobremenjenostjo, izgorelostjo in velikim pritiskom. Kljub veliki strokovnosti in predanosti poklicu pogosto nimamo dovolj časa za celostno obravnavo bolnika, kar vpliva na kakovost nege. Zdravstvena nega je temelj zdravstvenega sistema, zato bi morala imeti več podpore, priznanja in stabilnosti.

Kaj bi v zdravstveni negi spremenili?

Najprej bi bilo treba povečati število zaposlenih, omogočiti boljše delovne razmere, kot so urejeni urniki, manj nadur in večja podpora pri obvladovanju stresa, vlaganje v izobraževanje in dodatna usposabljanja. Smiselno bi bilo tudi bolj vključiti svojce pacientov v osnovno nego, kjer je to mogoče, saj lahko s tem razbremenijo osebje in hkrati izboljšajo počutje bolnikov. Velik poudarek pa bi bilo treba dati na zmanjšanje administrativnih obremenitev ter večjo digitalizacijo, kar bi medicinskim sestram omogočilo več časa neposredni skrbi za bolnika.

Od koga ste se na poklicni poti največ naučili oz. pridobili?

Največ sem pridobila od izkušenih starejših medicinskih sester in mentorjev, ki so mi s svojim znanjem, izkušnjami in praktičnimi nasveti pomagali razvijati strokovne in človeške veščine. Veliko pa se medicinske sestre vsakodnevno naučimo pri delu z bolniki, saj vsaka situacija prinese nova spoznanja, izzive in priložnost za rast.

Kakšen nasvet bi dali bralcem, na kaj morajo biti pozorni glede na vaše izkušnje in strokovno znanje s področja, kjer delujete?

Bralkam in bralcem bi svetovala, naj bodo posebej pozorni na prepoznavanje duševnih stisk – pri sebi, otrocih in pri drugih. Pomembno je, da o duševnem zdravju govorijo odprto, brez sramu ali stigme ter da v stiski poiščejo pomoč. Težave v duševnem zdravju niso znak šibkosti, ampak del človekovega zdravja, enako kot telesne bolezni.

Kako ob zahtevnem delu poskrbite zase?

Najpogosteje svojo moč črpam iz družine – moža in dveh otrok, ki mi dajejo motivacijo, podporo in občutek ravnotežja. Pomagajo mi tudi vsakodnevne navade, kot so sprehodi, sproščanje, druženje s prijatelji, počitek in ena najpomembnejših stvari, da znam postaviti mejo med službo in zasebnim življenjem. Skrb zase v tem poklicu ni razkošje, ampak nuja.

Kaj bi bralcem Utripa še sporočili?

Tudi če smo medicinske sestre, smo še vedno samo ljudje – s čustvi, utrujenostjo, veseljem in dvomi. Delo v zdravstveni negi prinaša veliko lepih, vendar tudi zelo napornih trenutkov, zato je ključno, da znamo prepoznati svoje meje in si vzeti čas za obnovitev moči – tako telesno kot čustveno.

Bodite pogumni, zvesti sebi, ne bojte se prositi za pomoč in nikoli ne podcenjujte moči prijazne besede ali drobne geste. Včasih največ naredimo prav s tem, da smo preprosto človek človeku.

Spoštovani člani,

če še ne prejemate aktualnih e-novic Zbornice – Zveze, se na njih naročite na email: clanarina@zbornica-zveza.si.

Spremljajte nas tudi na Facebooku: www.facebook.com/zbornica.zveza/ Zbornica - Zveza

Slavnostna podelitev priznanj srebrni znak in častni član DMSBZT Gorenjske za leto 2025

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske

JANA LAVTIŽAR

V soboto, 6. decembra 2025, je v Gledališču Toneta Čufarja potekala svečana podelitev priznanj Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske. Dvorana je bila napolnjena s toplino, ponosom in hvaležnostjo, ki jo s seboj nosijo ljudje, predani svojemu poklicu, in tisti, ki njihovo delo znajo ceniti.

Svečana podelitev priznanj društva (Fotografiji: arhiv društva)

Vsi nagrajenci večera s svojim delom izboljšujejo življenja mnogih, hkrati pa dvigujejo ugled in kakovost zdravstvene nege ter babištva v regiji in širše. Njihov prispevek je trajen, njihove zgodbe pa bodo ostale kot navdih prihodnjim generacijam. Slavnostni večer nas je spomnil, kako močni smo, kadar stopimo skupaj, nas je navdihnil, povezal in napolnil s hvaležnostjo. Srebrni znak za leto 2025 so prejeli:

Breda Grilc je medicinska sestra, ki že skoraj štiri desetletja svojega življenja posveča skrbi za ljudi na Kliniki Golnik. Rodila se je na Bregu ob Savi, danes živi v Apnu, kjer ji družina, narava in preprost vsakdan dajejo trdno oporo. Poklicno pot je začela 1986 na Kliniki Golnik, kjer je pomembno sooblikovala zdravstveno nego na področju urgentne obravnave. Med pacienti je znana po topli besedi in občutku varnosti, med sodelavci pa po modrosti, umirjenosti in zanesljivosti. V urgentni ambulanti ji pravijo »mama urgentne ambulante«, saj povezuje tim, pomirja in ustvarja podporno delovno okolje. Njeno delo presega okvire poklica – vedno si prizadeva za izboljšave pri obravnavi, varnosti in učinkovitosti procesov. Posebno vlogo ima mentorstvo, kjer z veliko potrpežljivosti vzgaja nove generacije. S strokovnostjo, človečnostjo in toplino pušča trajen pečat.

Ria Jagodic, diplomirana medicinska sestra, je svojo poklicno pot gradila v številnih strokovnih vlogah v zdravstveni negi. Po zaključku študija je delala kot operacijska medicinska sestra na področju opeklin in plastične kirurgije, nato kot anestezijska medicinska sestra v Bolnišnici za ginekologijo in porodništvo v Kranju ter kot vodja negovalnega tima na Kliniki Golnik. Ob delu je zaključila študij organizacije dela, s čimer je okrepila svoje organizacijske in vodstvene sposobnosti. Delovala je kot regijska koordinatorica za zdravstveno vzgojo na Zavodu za zdravstveno varstvo Ljubljana ter kot soustanoviteljica programa Zdravje v vrtcu, ki ga je do leta 2014 koordinirala na nacionalni ravni in sodelovala pri nastanku treh lutkovnih filmov za otroke. Od leta 2015 dela na NIJZ OE Kranj. Aktivno sodeluje na domačih in mednarodnih strokovnih dogodkih, prispevala je k projektu MOST, temelju za vzpostavitev dela centrov za krepitev zdravja. Je avtorica 82 bibliografskih enot in ima specialna znanja s področja zobozdravstvene preventive. Odlikujejo jo strokovnost, empatija in predanost.

Admir Krupić, zdravstveni tehnik, je leta 2001 dobil svojo prvo zaposlitev na internističnem oddelku Splošne bolnišnice Jesenice (SBJ). V SBJ dela že več kot 20 let. Njegovo delovišče ni bilo omejeno le na mavčarno, ampak je sodeloval še v kirurških specialističnih ambulantah, urgentnih ambulantah ter pri izvajanju manjših kirurških posegov. Leta 2015 je pridobil nacionalno poklicno kvalifikacijo in naziv ortopedski tehnolog, leta 2019 je bil po 38. členu ZZDejK preveden v naziv diplomirana medicinska sestra v operativni dejavnosti. Leta 2023 je pridobil licenco za preverjanje in potrjevanje NPK ortopedski tehnolog. Je pridruženi član Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci ter član delovne skupine mavčarjev. Sodeluje pri pripravi strokovnih programov, vodi delavnice, predava, sodeluje pri pripravi kriterijev za javne razpise ter kot mentor vodi dijake, študente, pripravnike in nove sodelavce. Admir je zgled predanosti, strokovnosti in humane skrbi za paciente ter je s svojim delom nepogrešljiv del urgentnega centra in Splošne bolnišnice Jesenice.

Dorica Peternel, diplomirana babica, se je po končani gimnaziji vpisala na Zdravstveno fakulteto, smer babištvo. Med študijem je dvakrat postala mama in se po zaposlitvi v Porodnišnici Kranj razveselila še dveh otrok. Zaradi kadrovske reorganizacije je vmes opravljala delo anestezijske medicinske sestre, kjer je pridobila dodatna znanja s področja anesteziologije in reanimatologije. Danes dela v porodnem bloku. Odlikujejo jo družabnost, pripravljenost pomagati in visoka stopnja predanosti. V času pandemije in ob poplavah je pokazala izjemno požrtvovalnost tako pri organizaciji dela kot pri neposredni pomoči porodnici v izjemno zahtevnih razmerah. Je nepogrešljiv del tima babic, strokovno usposobljena, zanesljiva in natančna pri delu s porodnicami ter študenti. Ob daljši odsotnosti vodje porodnega bloka se je izkazala tudi kot odlična namestnica in pomemben člen porodnega bloka Porodnišnice Kranj.

Judita Slak je diplomirana medicinska sestra, ki je svojo poklicno pot začela leta 1987 v UKC Ljubljana in nadaljevala v Porodnišnici Kranj. Na Kliniki Golnik je zaposlena od leta 1996. Danes dela na pulmološkem oddelku za redke pljučne bolezni. Sodelavci jo poznajo kot izjemno predano, sočutno in strokovno sodelavko. Svoje znanje je ob delu nadgradila z diplomo na Visoki šoli za zdravstvo. Velik pečat je pustila na področju paliativne oskrbe v Sloveniji. Bila je dolgoletna članica kolegija službe zdravstvene nege in oskrbe, strokovnega kolegija ter članica skupine za raziskovanje. Bila je predsednica Društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske in predavateljica na takratni Visoki šoli za zdravstveno nego na Jesenicah pri predmetu paliativna oskrba. Leta 2015 je prejela zlati znak Zbornice – Zveze. Aktivno sodeluje v skupini za standarde zdravstvene obravnave in vodi zdravstvenovzgojno šolo za paciente s sladkorno boleznijo. Pri Zbornici – Zvezi je članica številnih strokovnih teles in predsednica delovne skupine za paliativno zdravstveno nego.

Naziv častne članice društva za leto 2025 je prejela:

Zdenka Kramar se je leta 1978 zaposlila v Splošni bolnišnici Jesenice. Njena poklicna pot obsega delo na internem oddelku, v koronarni enoti, delo instrumentarke na ginekološko-porodniškem oddelku, delo v Centralni intenzivni terapiji, delo glavne medicinske sestre kirurškega oddelka, urgence in poliklinične dejavnosti, delo vodenja ZN celotne bolnišnice ter kasneje funkcijo pomočnice direktorja za področje zdravstvene nege in oskrbe. Aktivno je uvajala sodobne prakse – koordinatorja primera, koordinatorja za oskrbo ran, promotorje higiene rok, sodelovala pri uvajanju standardov kakovosti, akreditacij, kliničnih poti in uvedbi Kirurgije s pospešenim okrevanjem. Veliko pozornosti je

namenjala kulturi varnosti, izobraževanju zaposlenih in razvoju stroke. Poklicno pot je nadaljevala na Pediatrični kliniki UKC Ljubljana kot predstavnica vodstva za kakovost, nato na Zbornici – Zvezi, kjer je sodelovala pri oblikovanju strokovnih nadzorov s svetovanjem. Predava na Fakulteti za zdravje Angele Boškin, je avtorica dveh učbenikov, soavtorica priročnikov in številnih strokovnih člankov. Bila je članica in predsednica Razširjenega strokovnega kolegija za zdravstveno nego, dejavna v več strokovnih sekcijah Zbornice – Zveze ter sooblikovala kadrovske normative in strokovna priporočila. V epidemiji SARS-CoV-2 je kot koordinatorica nudila strokovno podporo številnim socialnovarstvenim zavodom. Leta 2001 je prejela zlati znak Zbornice – Zveze. Aktivno je sodelovala v Društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Gorenjske, spodbujala članstvo in izvajala številna strokovna predavanja. Skupaj z društvom in Andrejo Peternel je soustanovila Koordinacijo zdravstvenih in socialnovarstvenih ustanov na Gorenjskem, ki jo je vodila dva mandata, ter bila pobudnica ustanovitve Fakultete za zdravje Angele Boškin. Ves čas je zagovarjala samostojnost in avtonomijo zdravstvene nege ter spodbujala izobraževanje in razvoj kadra. Po 42 letih neprekinjenega dela se je leta 2020 upokojila.

Podelitvi je sledil sproščen in vesel zaključek večera – glasbeno-komični šov La La Lajf, ki sta ga izjemno izvedla Perica Jerković in Robert Petan. Občinstvo sta prevzela s humorjem, glasbo in odlično energijo, ki je v dvorani ustvarila pravo praznično razpoloženje. Večer se je nadaljeval v prijetnem druženju ob pogostitvi, kjer ni manjkalo nasmehov, pogovorov, prijaznih stiskov rok in iskrenih besed. Za nami je leto polno strokovnega dela, novega znanja, veselja, sodelovanja ter premaganih izzivov.

Od leve proti desni: Jana Lavtižar, predsednica društva in prejemnica naziva častna članica društva Zdenka Kramar

Svečana slovesnost ob podelitvi zahval za dolgoletno delo na področju zdravstvene in babiške nege upokojenim članom SDMSBZT Koper v letu 2025

IGOR KARNJUŠ

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov (SDMSBZT) Koper je 5. decembra 2025 pripravilo slavnostni večer, na katerem smo se zahvalili upokojenim medicinskim sestram, babicam in zdravstvenim tehnikom za njihovo dolgoletno in predano delo na področju zdravstvene ter babiške nege v letu 2025. Slovesnost je potekala v prijetnem ambientu restavracije San Simon v Izoli.

Dogodek sta povezovala člana upravnega odbora SDMSBZT Koper Elvira Blašković in Igor Karnjuš. Za glasbeni uvod in čustveni pridih večera je s svojim petjem poskrbel Manuel Perhavec, zaključek slovesnosti pa je v znamenju smeha in dobrega razpoloženja popestrila Gledališka skupina Dekani.

Slavnostna govora sta imeli predsednica društva SDMSBZT Koper Maja Praček in predsednica Zbornice – Zveze Anita Prelec, ki sta poudarili pomen predanega in odgovornega dela v zdravstveni in babiški negi.

Zahvale SDMSBZT Koper za dolgoletno delo so prejeli: Marija Celec, Suzana Jakac, Radmila Kalajdžić, Suzana Maver, Klara Peternelj, Ada Rožac in Slavica Vojska.

Vsem prejemnikom izrekamo globoko spoštovanje in se iskreno zahvaljujemo. S strokovnostjo, srčnostjo in nesebično predanostjo ste pomembno soustvarjali podobo našega zdravstvenega sistema ter pustili trajen pečat v življenjih številnih ljudi. Vaše delo ni bilo zgolj poklic, temveč pravo poslanstvo. Iskrena hvala za vaš neprecenljiv prispevek in za navdih, ki ga s svojim zgledom še naprej dajete mlajšim generacijam.

Prejemniki zahval SDMSBZT Koper za leto 2025, ki so se udeležili slavnostnega večera (z leve proti desni): Maja Praček, predsednica SDMSBZT Koper, Slavica Vojska, Klara Peternelj, Suzana Maver, Ada Rožac, Radmila Kalajdžić, Marija Celec, Suzana Jakac, Anita Prelec, predsednica Zbornice – Zveze. (Fotografija: arhiv društva)

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper

V skladu s 33. členom Statuta Strokovnega društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper in
Pravilnikom o priznanjih društva
Upravni odbor društva s sklepom 18/8 redne seje z dne 7. 1. 2026 objavlja:

RAZPIS ZA PODELITEV SREBRNEGA ZNAKA za leto 2026

Kandidatke/kandidate za priznanje lahko predlagajo posamezni člani, skupina članov, organi zavodov, koncesionarjev ali organi društva.

Kriteriji za podelitev srebrnega znaka so:

- uspešno večletno poklicno delo na področju zdravstvene in babiške nege, ki je prispevalo k večji prepoznavnosti zdravstvenega, izobraževalnega ali socialnovarstvenega zavoda,
- ali kakovostno in učinkovito večletno organizacijsko delo v dejavnosti zdravstvene in babiške nege,
- ali aktivno delovanje v okviru SDMSBZT Koper na strokovnem, izobraževalnem, raziskovalnem, socialnem, kulturnem ali športnem področju,
- ali prispevek k humanizaciji odnosov med člani društva, razvijanju stikov med člani ter društvi,
- ali krepitev vloge in pomena dela medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov v slovenskem in mednarodnem prostoru.

Podelitev srebrnih znakov bo potekala na slavnostni prireditvi ob 12. maju, mednarodnem dnevu medicinskih sester in 5. maju, mednarodnem dnevu babic.

Vlogo, ki je objavljena na spletni strani SDMSBZT Koper, izpolnite v **računalniški obliki** in jo z lastnoročnim podpisom predlagatelja pošljite **priporočeno po pošti** na naslov:

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koper, Dellavallejeva 3, Koper, s pripisom: »Komisija za priznanja – NE ODPIRAJ«.

Komisija za priznanja bo upoštevala le predloge, ki bodo ustrezali razpisnim pogojem in bodo na sedež SDMSBZT Koper prispeli do **vključno 31. marca 2026.**

Društvo bo v letu 2026 podelilo do pet srebrnih znakov.

Marina Čok,
predsednica komisije za priznanja

Maja Praček,,
predsednica SDMSBZT Koper

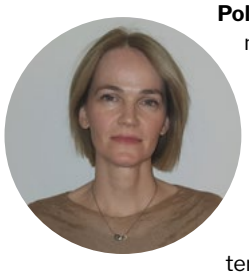
Prednovoletno srečanje in podelitev srebrnih znakov Društva medicinskih sester babic in zdravstvenih tehnikov Novo mesto

MARTA BLAŽIČ

Medicinske sestre, zdravstveni tehniki in babice smo tudi letos namenile svoj prosti čas prednovoletnemu praznovanju, ki ga organizira Društvo medicinskih sester babic in zdravstvenih tehnikov Novo mesto (DMSBZT NM) na Prepihu. Delo medicinskih sester, zdravstvenih tehnikov in babic se z bogatimi izkušnjami prepleta skozi poklicno pot.

Nekaterim članom ob koncu leta namenimo posebno priznanje s podelitvijo srebrnega znaka. V uvodnem delu srečanja smo bili deležni nagovora mag. Jožice Rešetič, predsednice DMSBZT NM, predstavnice Zbornice – Zveze Barbare Luštek, direktorice Splošne bolnišnice Novo mesto doc. dr. Milene Kramar Zupan in dekanice Fakultete za zdravstvene vede Novo mesto izr. prof. dr. Nevenke Kregar Velikonja. Z glasbenimi vložki smo popestrili uvodni del srečanja.

Dobitnice srebrnih znakov 2025



Polona Abunar se je po končani osnovni šoli odločila za kariero v zdravstveni negi, svojo pot pa začela na Srednji zdravstveni šoli v Novem mestu in izobraževanje nadaljevala na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani.

Njena prva zaposlitev je bila na internem oddelku Splošne bolnišnice Novo mesto. Že od začetku zaposlitve je članica DMSBZT NM. Kasneje se je zaposlila v Zdravstvenem domu Novo mesto v šolskem dispanzerju. Na področju zdravstvene vzgoje je pustila velik pečat pri šolarjih, dijakih in študentih, saj je strokovno znanje na mlade prenašala na zanimiv, njim prilagojen način. Svojega znanja pa ni delila samo z mladino, prenašala ga je tudi na sodelavce in v obliki strokovnih srečanj preko regijskega društva bogatila stroko in zaposlene.

Leta 2011 se je odločila za nov izziv in se pridružila kolektivu Dispanzerja za ženske ZD Novo mesto. V dispanzerju z razumevanjem in strokovnostjo pomaga številnim ženskam in mladostnicam pri njihovem zdravju, jim svetuje o zdravem načinu življenja in varni spolnosti. Kot mentorica prenaša svoje bogate izkušnje na študente, ki ji navdušeno sledijo in se učijo od nje.

Od leta 2022 je članica Upravnega odbora DMSBZT NM. S tem je prevzela pomembno vlogo povezovanja ZD Novo mesto z društvom, kar prispeva k sodelovanju in boljšemu pretoku informacij. Sodelavce še dodatno obvešča o strokovnih izobraževanjih, ki se odvijajo v popoldanskem času in jih spodbuja k udeležbi. V lanskem letu je bila organizatorica in predavateljica na strokovnem izobraževanju »Cepljenje od rojstva do starosti v Sloveniji – novosti cepilnega programa v letu 2025«.

Njeno strokovno delo je neločljivo povezano z njeno osebnostjo. Je topla, umirjena oseba, ki zna prisluhniti, motivirati in povezovati. Njeno zaupanje do pacientov je tisto, kar marsikdo išče in pri njej tudi najde. Prepoznavna je tudi v širšem kolektivu, kjer je vedno pripravljena sodelovati in sprejemati dodatne naloge. Njena strokovnost in predanost sta njeni neprecenljivi vrednoti, so zapisali predlagatelji medicinske sestre in zdravstveni tehniki ZD Novo mesto.

Mateja Košak Gregorič je končala Srednjo zdravstveno in kemijsko šolo Novo mesto, nato pa študij nadaljevala na Visoki šoli za zdravstvo v Ljubljani in kot srednja medicinska sestra občasno pridobivala znanje v Zdravilišču Šmarješke Toplice in CIT UKC Ljubljana.

Kot dipl. m. s. se je 12. 10. 1998 zaposlila na kirurškem oddelku Splošne bolnišnice Novo mesto, kjer je opravljala samostojno strokovno delo na vseh odsekih kirurškega oddelka in tudi v dežurni službi. Med leti 1999 in 2001 je zaradi pomanjkanja kadra pomagala pri nemotenem zagotavljanju dežurne službe na ginekološko-porodniškem oddelku. Od leta 2007 do 2013 je bila odgovorna medicinska sestra Odseka za žilno in plastično kirurgijo, ob tem pa med leti 2013 do 2018 še v. d. glavne medicinske sestre kirurškega oddelka. Leta 2018 je bila za štiri leta imenovana za glavno medicinske sestre kirurškega oddelka. Po reorganizaciji oddelkov zadnja tri leta dela kot diplomirana medicinska sestra na Oddelku za žilno kirurgijo, urologijo in ORL.

Poleg strokovnega dela, organizacije in vodenja ZN na kirurškem oddelku je Mateja v bolnišnici opravljala še številne druge naloge. Bila je članica različnih projektnih skupin: KKVP, delovne skupine za kategorizacijo pacientov in delovne skupine za nadzor nad porabo zdravil, materiala in perila, komisije za interne strokovne nadzore, delovne skupine za obvladovanje okužb z virusom korone v SB Novo mesto, izpraševalka strokovnega področja ZN na strokovnih izpitih TZN ter mentorica dijakom, študentom in prostovoljcem. Sodelovala je pri notranjih in zunanjih presojah kakovosti in pri izvedbi sanacijskega programa bolnišnice.

V regijskem DMSBZT je aktivna članica od začetka svoje poklicne poti. Je članica UO društva in njegova podpredsednica ter sodeluje pri organizaciji in izvedbi vseh aktivnosti, predvsem izobraževanj, izletov in družabnih srečanj. Dva mandata je bila članica UO Sekcije MS in ZT v kirurgiji pri ZZBNS ter predavateljica na strokovnih srečanjih. Strokovne članke objavlja v različnih publikacijah.

Je zelo delovna in prizadevna medicinska sestra, visokih etičnih in moralnih načel, natančna in zanesljiva, kar se odraža tako v odnosu do sodelavcev kot do bolnikov in njihovih svojcev. Smisel za organizacijo dela, vztrajnost in potrpežljivost ji na delovnem mestu pomagajo premagovati vsakodnevne stresne situacije, hkrati pa omogočajo sodelovanje v različnih projektih na ravni bolnišnice in v sami stroki. Poklic ji pomeni poslanstvo. Je strokovna, odgovorna, spoštljiva, solidarna in prilagodljiva, vedno pripravljena pomagati in sodelovati v novih projektih. V tim prinaša pozitivno energijo, smeh in dobro voljo, sodelavce povezuje v homogeno celoto, kar jim pomaga vzdrževati dobre in spoštljive medosebne odnose, so jo opisali predlagatelji iz kolektiva kirurškega sektorja.

Petra Mejaš je v ZD Trebnje zaposlena od leta 2016. Pred tem je delala kot pripravnica v SB Novo mesto in ZD Trebnje.

Srednjo zdravstveno šolo je obiskovala v Novem mestu, nato pa se je vpisala na Fakulteto za zdravstvene vede v Novem mestu, kjer je diplomirala leta 2016. Vse dijaško in študentsko obdobje je bila prostovoljka OZRK Novo mesto.

V ZD Trebnje ves čas dela na oddelku pediatrije. Po nekaj letih dela se je odločila, da študij nadaljuje na magistrski stopnji. Na Fakulteti za zdravstvene vede Novo mesto se je vpisala na študijski program Vzgoja menedžmenta v zdravstvu, kjer je januarja 2025 tudi magistrirala. Naslov njenega magistrskega dela je Dejavniki, ki vplivajo na pojav covida-19 pri zdravstvenih delavcih.

Velik del njenega dela v šolskem dispanzerju predstavlja preventivna dejavnost. Izvaja otroško in šolsko preventivo. Odgovorna je za komunikacijo z osnovnimi šolami in realizacijo šolske preventive s cepljenjem. Samostojno cepi otroke in jih zagreto animira pri zbiranju poguma za cepljenje. Sestavni del sistematskih pregledov osnovnošolcev je tudi zdravstvena vzgoja, ki jo Petra opravlja zavzeto in z veliko predanostjo. Najde vedno nove načine, da se šolarjem približa in jim obravnavane teme naredi zanimive. Če vreme dopušča, zdravstveno vzgojo izvaja zunaj v parku. Pogosto je velik izziv predvsem zdravstvenovzgojno delo s šolarji v višjih razredih osnovne šole, ki pa ga Petra rešuje na nevsiljiv način, tako da se približa tudi tej, včasih zelo zahtevni populaciji. Na oddelku pediatrije je zadolžena za nadzor nad cepivi – skrbi za naročanje in kontrolo nad cepivi, zadolžena pa je tudi za nadzor nad hladno verigo. Pridobila je tudi certifikat za inštruktorja za masažo otrok od 4 do 12 let – MISA.

Svoje znanje vedno rada prenaša naprej. Je mentorica študentom zdravstvene nege, ki del kliničnih vaj opravljajo na pediatriji. Zanimajo jo tako rekoč vsa strokovna izobraževanja in se jih z veseljem udeležuje. Trenutno obiskuje celoletno podiplomsko izobraževanje iz šolske preventive.

Petra poskrbi, da imamo okrašene hodnike v pediatričnem dispanzerju z likovnimi izdelki otrok iz bližnjega vrtca. Vsak letni čas se umetniška dela zamenjajo. V pustnih dneh se na njeno pobudo vsi zaposleni na pediatriji našemijo in s tem naredijo malim pacientom neizmerno veselje.

Skupinska fotografija (od leve proti desni): mag. Jožica Rešetič, predsednica društva, nagrajenke Polona Abunar, Mateja Košak Gregorič, Petra Mejaš, Ivanka Rožman ter Marta Blažič in Barbara Luštek, ki sta pomagali pri podeljevanju priznanj. (Fotografije: arhiv društva)

Članica Društva MSBZT Novo mesto je od leta 2014. Leta 2024 je s sodelavkami pripravila strokovno srečanje društva z naslovom Delo medicinske sestre v pediatrični dejavnosti na primarni ravni. Predstavila je prispevek z naslovom Cepljenje predšolskih in šolskih otrok v ZD Trebnje.

Marca 2024 je sodelovala tudi na Učni delavnici ABC o HPV, ki ga je organizirala Zveza slovenskih društev za boj proti raku. V svojem prispevku je kot primer dobre prakse predstavila cepljenje proti HPV v šolskem obdobju. Osredotočila se je na komunikacijo o cepljenju proti HPV na sistematskih pregledih šolarjev. V svojem prispevku je predstavila, kako lahko primerna komunikacija s starši otrok pomembno prispeva k odločitvi za cepljenje proti HPV.

Od samega začetka svojega dela na pediatriji sodeluje tudi na predavanjih Priprave na porod in starševstvo. Njena predavanja o dojenju in drugih načinih prehrane dojenčka pomagajo staršem, da se pripravijo na dojenje in tudi težave, ki se lahko pojavijo. Njena predavanja so vedno dobro obiskana in z njeno pomočjo mladi starši lažje premagujejo začetne težave pri dojenju. Leta 2019 zaključila tečaj IBCLC za svetovanje za laktacijo in dojenje. Svoje znanje iz tega področja redno obnavlja in dopolnjuje s seminarji in najnovejšo literaturo.

V ZD Trebnje je sindikalna zaupnica Sindikata zdravstva in socialnega skrbstva Slovenije. Vestno skrbi, da so člani sindikata redno seznanjeni z vsemi novostmi na tem področju. Seveda pa so sodelavci najbolj veseli njenih obvestil o izletih, silvestrovanju, obisku Dedka Mraza … Organizira prihod Dedka Mraza za otroke zaposlenih, silvestrovanje za zaposlene, službene piknike in izlete … V ZD Trebnje Petro poznajo kot nasmejano, vedno dobre volje in pripravljeno pomagati.

Zaradi njenega strokovnega dela na področju pediatrije na primarni ravni jo je ZD Trebnje predlagal za prejemnico srebrnega znaka Društva MSBZT Novo mesto.

Ivanka Rožman je po zaključeni gimnaziji v Črnomlju sledila svojemu poslanstvu in se vpisala na Višjo šolo za medicinske sestre v Ljubljani. Leta 1987 se je kot višja medicinska sestra zaposlila na otroškem oddelku Splošne bolnišnice Novo mesto. Želja po znanju, strokovnem razvoju in osebni rasti jo spremlja skozi vse življenje – tako v poklicnem kot v zasebnem okolju.

Med letoma 1998 in 2004 je opravljala zahtevno in odgovorno funkcijo glavne medicinske sestre otroškega oddelka. V tem obdobju je imela ključno vlogo pri reorganizaciji oddelka leta 2000, ko so bili vsi otroci – bolni, poškodovani in tisti, napoteni na diagnostične postopke – združeni v enoten oddelek. S svojo izjemno strokovnostjo, empatijo, organizacijsko spretnostjo in predanostjo je poskrbela, da je oddelek deloval učinkovito, varno in v duhu pristnega sočutja do otrok ter njihovih staršev.

Ivanka je ena tistih, ki se nikoli ne zadovoljijo s povprečjem. Z veliko potrpežljivostjo in sistematičnostjo je uvedla in razvijala dokumentacijo v zdravstveni negi, s čimer je pomembno prispevala k večji kakovosti in preglednosti dela. Leta 2003 je uspešno diplomirala na Visoki šoli za zdravstvo v Ljubljani, svoje znanje pa nadgrajevala na seminarjih o negi kritično bolnega otroka in seminarjih s področja alergologije na Pediatrični kliniki v Ljubljani. Vsa dodatna znanja je rada delila naprej, popolnoma pa prevzela izvajanje provokacijskega testiranja otrok na zdravila in hrano na oddelku.

Svojo bogato strokovno pot je vedno oplemenitila s toplino, srčnostjo in globokim občutkom odgovornosti do malega bolnika. Kot mentorica je z zgledom izjemna opora novozaposlenim, pripravnikom in študentom. S svojim znanjem, kritičnim razmišljanjem in razumevanjem medčloveških odnosov gradi mostove zaupanja in sodelovanja.

Njene osebnostne vrline – poštenost, sočutje, umirjenost, delavnost in izjemen občutek za pravičnost – so jo zaznamovale kot osebo, na katero se sodelavci vedno lahko zanesejo. Njeno delo presega meje poklica; je poslanstvo, prežeto z odgovornostjo, empatijo in iskreno ljubeznijo do otrok.

Od vstopa v delovni proces je članica DMSBZT Novo mesto in se redno udeležuje izobraževanj, ki jih to organizira. Zaveda se, da znanje s področja pediatrije ni dovolj za delo, ki ga opravlja. Pridobivanje znanj različnih področij zdravstvene nege v okviru društvenih izobraževanj gradi celostno podobo medicinske sestre.

Zaradi njenega dolgoletnega strokovnega in predanega dela, zglednega odnosa do pacientov, sodelavcev in poklica ter pomembnega prispevka k razvoju zdravstvene nege otrok jo je oddelek pediatrije predlagal za dobitnico srebrnega znaka.

Sodobna oskrba kronične rane

MELITA UDOVČ

V torek, 4. novembra 2025, je potekalo v prostorih Šolskega centra Novo mesto strokovno srečanje s temo sodobna oskrba kronične rane. V uvodnem delu srečanja je udeležence pozdravila predsednica društva gospa Jožica Rešetič.

Sledila so predavanja predstavnic podjetij za oskrbo kroničnih ran in predavateljev.

Kot prva se je predstavila predstavnica iz podjetja Tosama d.o.o. Mojca Kregar, ki je govorila o učinkih oblog Vivamel z medicinskim kostanjevim medom ter njihovi pravilni izbiri in uporabi pri zdravljenju.

Naslednji predavatelj je bil Miloš Potkonjak, dr. med., spec. žilne kirurgije, ki nam je zelo dobro in nazorno predstavil oskrbo kronične rane. Izvedeli smo, da kronične rane še vedno predstavljajo velik ekonomski, socialni in psihofizični problem za zdravstveno dejavnost in paciente. Za uspešno zacelitev kronične rane je nujno dobro sodelovanje pacienta, ki naj bo deležen tudi psihične podpore, saj je celjenje kroničnih ran lahko dolgotrajen proces. Pomemben del oskrbe je tudi pravilna ocena kronične rane. Uspešno celjenje ran lahko dosežemo le z interdisciplinarnim pristopom – usklajenim sodelovanjem strokovnjakov različnih specialnosti. Na kratko nam je predstavil tudi dve terapiji, ki jih izvajamo tudi v SB Novo mesto, in sicer zdravljenje s hiperbarično komoro in zdravljenje s CO2 terapijo – PVR terapija.

Bolj podrobno nam je zdravljenje s hiperbarično komoro predstavila Lara Dolinar, dipl. m. s. Terapija v hiperbarični komori ponuja široko paleto terapevtskih in sprostitvenih koristi in je postala bistveni sestavni del obravnave v sodobnih medicinskih, športnih in lepotnih centrih. S svojo sposobnostjo spodbujanja celjenja, zmanjšanja vnetja in izboljšanja oksigenacije so se terapije v hiperbarični komori izkazale za zelo učinkovite.

O transdermalni CO2 terapiji – PVR terapiji pa nam je govorila Bernardka Ančimer, dipl. m. s. PVR terapija predstavlja pomemben napredek v zdravljenju težav s cirkulacijo in izboljšanju kakovosti življenja pacientov, ki trpijo zaradi posledic slabe prekrvavitve.

O preprečevanju razjede zaradi pritiska in inkontinenčnega dermatitisa ter uspešnem celjenju ran je predavala predstavnica podjetja Medis d.o.o. Ana Zdešar.

Kot zadnja predavateljica se je predstavila še predstavnica iz podjetja Bioptron Marta Kastelic, ki nam je predstavila Bioptron – hiperpolarizirano svetlobo za zdravljenje.

Predstavljene teme so bile zelo zanimive in poučne za tiste, ki se šele spoznavajo z oskrbo ran in tudi za vse tiste, ki smo že aktivno dejavni na področju oskrbe ran.

Izlet Društva MSBZT Novo mesto v adventni Gradec

KRISTINA NOVAK

V lanskem prazničnem decembru smo se v Društvu MSBZT Novo mesto odločili za skorajda že tradicionalni adventni izlet. Tokrat smo izbrali avstrijski Gradec. V soboto, 13. 12. 2025, se nas je na avtobusni postaji v Novem mestu zbralo kar za dva avtobusa neučakanih potnikov.

Poleg aktivnih članov in članic društva je bilo prijavljenih še nekaj študentov in upokojenih kolegic ter naših družinskih članov, tudi kar nekaj otrok. V toplem in sočnem sobotnem dopoldnevu smo se mimo Ljubljane in Maribora zapeljali proti slovensko-avstrijski meji in naprej do Gradca, kamor smo prispeli v dopoldanskih urah. Vodič nam je že na avtobusu predstavil mesto in njegovo zgodovino. Skupaj smo si ogledali nekaj največjih znamenitosti prestolnice avstrijske Štajerske, ki se razprostira na obeh straneh reke Mure in je drugo največje mesto v Avstriji.

Čudovito staro mesto še posebej očarljivo zaživi v adventnem času. Ogledali smo si staro mestno jedro, ki je uvrščeno tudi na seznam Unescove kulturne dediščine. Videli smo urni stolp, katedralo, mavzolej, v katerem počiva Ferdinand, deželno hišo in še marsikaj. Dih nam je zastal ob pogledu na Hišo umetnosti, ki je videti kot modro svetlikajoči se mehurček. Nekaj časa smo se zadržali na trgu, kjer so v preddverju mestne hiše narejene jaslice iz ledu. Sprehodili smo se preko umetnega otoka na Muri in si ogledali še znamenite dvojne spiralne stopnice.

Povzpeli smo se tudi na grajski grič Schlossberg in občudovali razgled na celotno mesto pod seboj. Tisti najbolj pogumni in z dobro kondicijo so se na grajski grič povzpeli po 260 stopnicah in bili za svoj trud nagrajeni s prelepim razgledom.

Mnogo manjši trud ob vzponu prinese vožnja z zgodovinsko tirno vzpenjačo, ki vozi že od davnega leta 1894. Na Schlossberg pa nas lahko potegne tudi moderno in elegantno dvigalo, ki omogoča zabaven spust z grajskega hriba – skozi 175 metrov dolg adrenalinski cevni tobogan, ki velja za najvišji podzemni tobogan na svetu. Ne glede na to, kako smo se povzpeli na grajski grič, smo se sprehodili po parku, si ogledali znameniti urni stolp in se okrepčali s tradicionalnimi božičnimi dobrotami in toplimi napitki.

V večernih urah smo se utrujeni, vendar polni lepih spominov odpravili nazaj proti Novemu mestu in se že na poti domov pogovarjali, kam se bomo na adventni izlet odpravili letos.

društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Novo mesto

Društvo MSBZT Novo mesto v skladu s 17. členom Statuta društva in na podlagi sklepa 7. seje UO z dne 15. 10. 2025 objavlja

RAZPIS

- **za volitve predsednika/predsednice društva za mandatno obdobje april 2026 – april 2030,**
- **za volitve organov društva za mandatno obdobje april 2026 – april 2030 (člane upravnega odbora, člane nadzornega odbora, člane razsodišča).**

Za funkcijo predsednika/predsednice lahko kandidira vsak redni član oz. članica Društva MSBZT Novo mesto, ki je v društvo včlanjen najmanj deset let in v društvu aktivno deluje vsaj pet let, je zaposlen/zaposlena na področju zdravstvene ali babiške nege in uživa ugled v strokovni javnosti.

Kandidati morajo k vlogi predložiti življenjepis s poudarkom na dosedanjih društvenih in strokovnih aktivnostih in program dela Društva MSBZT Novo mesto za naslednje mandatno obdobje. Kandidati naj vlogo naslovijo na Kandidacijsko komisijo društva v zaprti ovojnici, s pripisom »Kandidatura za predsednika/co društva – ne odpiraj« najkasneje do 28. 2. 2026 na naslov: Melita Udovč, SB Novo mesto, Žilni, urološki in ORL Oddelek, Šmihelska cesta 1, 8000 Novo mesto.

Člani bodo v organe društva voljeni na podlagi kandidatnih list, ki bodo oblikovane na osnovi poslanih predlogov za kandidate s strani zavodov v regiji.

mag. Jožica Rešetič ,
Predsednica Društva MSBZT Novo mesto

Jesensko-zimsko dogajanje v društvu

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Celje

ZDENKA SALOBIR

Po poletnih počitnicah, na katere smo, resnici na ljubo že skoraj pozabili, je v Strokovnem društvu medicinskih sester babic in zdravstvenih tehnikov Celje zopet postalo živahno. V septembru so bili izpeljani sestanki upravnega, nadzornega in izvršnega odbora društva, na katerih so člani obravnavali poročilo o izvedenih dejavnostih v prvi polovici leta in načrt dela do zaključka leta 2025. Predstavljen je bil tudi prenovljen promocijski material društva.

Prenovljeno promocijsko gradivo
(Fotografije: arhiv društva)

Od septembra do decembra so potekala strokovna in licenčna predavanja: moduli TPO z vključenim AED, Etika in zakonodaja v zdravstvu, Kakovost in varnost v zdravstvu, Mobing na delovnem mestu, Tehnike sproščanja in obvladovanja stresa pri delu in Uporaba čustvene inteligence. V sodelovanju s Splošno bolnišnico Celje smo organizirali modul Etika in zakonodaja v zdravstvu in predavanje za zaposlene v kardiokirurgiji. Sodelovali smo tudi pri izvedbi Strokovnega srečanja za klinične mentorje, ki ga je organizirala Fakulteta za zdravstvene vede v Celju. Največji organizacijski zalogaj pa je bila zagotovo mednarodna znanstvena konferenca 1. Celjski dan zdravstvene in babiške nege z naslovom Mostovi v zdravstveni in babiški negi: krepitev povezav med ravnmi zdravstvene povezave in izdan e-zbornik znanstvenih in strokovnih predavanj. Udeležba na strokovnih izobraževanjih je bila zelo dobra. Skupaj se je od septembra do decembra 2025 vseh izobraževanj udeležilo 1231 slušateljev. Največji delež udeležbe pade na licenčna modula Etika in zakonodaja ter Kakovost in varnost v zdravstvu, izobraževanji sta bili v spletnem okolju. Vsa druga izobraževanja so bila v živo.

Z izvedbo športnih aktivnosti v društvu skrbimo za dobro telesno počutje in psihofizično kondicijo članov, kar pripomore k boljši delovni kondiciji. Pohodniki in tekači so bili tudi v drugi polovici leta zelo aktivni. Pohodna sekcija je morala zaradi slabe vremenske napovedi odpovedati septembrski pohod. Za prvi jesenski pohod 2025 so se zbrali in odpravili na Limbarsko goro, sledil je slikovit in zanimiv 23. Vertovčev pohod. Pohodniško leto so zaključili z vzponom na Šmohor. Vse načrtovani poti so predhodno že obiskali načrtovalci in koordinatorice. Člani tekaške sekcije so jeseni tekli na 13. Konjiškem maratonu, kjer je bila udeležba največja. Udeležili so se še Ribnica traila 2025, teka v Lipici in Miklavževega teka. Tekaško leto so zaključili s simboličnim društvenim tekom v Celju. V oktobru so člani začeli redno tedensko vadbo pilatesa in joge, ki bo potekala do maja 2026.

Na željo članov smo razpisali tečaj angleškega jezika in ga začeli izvajati v oktobru. Za večino tečajnikov gre za nadaljevanje osnovnega znanja angleščine. Izvaja ga profesorica angleškega jezika, zunanja izvajalka. Tečaj bo trajal 40 ur, po dve uri tedensko. Poteka pa v manjši skupini, kar je za usvajanje znanja idealno.

Poskrbeli smo tudi za duhovno hrano. Če je bila pomlad operno obarvana, je jeseni zadišalo po rocku. Člani in članice so si ogledali dve glasbeni predstavi, in sicer Trip to Las Vegas, edinstveno predstavo z izjemno energijo, šarmom in stilom ter zanimiv glasbeni performans glasbene skupine Šank Rock.

Tisto, kar imajo radi zlasti mlajši člani, so druženja na izletih in potovanjih. O jesenskem krajšem potovanju v Grčijo smo že pisali. Skupina 72 članov društva in njihovih družinskih članov se je na enodnevni izlet tokrat odpravila na avstrijsko Koroško. Obiskali so božični Celovec. Pred tem pa ni smel manjkati obisk Gospe Svete in ogled Knežjega kamna, starodavnega simbola koroške samostojnosti. Lepi spomini na prijetno doživetje bodo ostali za vedno zapisani v srcih udeležencev izleta.

Tudi predpraznično druženje je znova uspelo. Zbralo se je lepo število aktivnih in upokojenih članic in članov. Pozdravila jih je predsednica s krajšim nagovorom. Klepet in veselje ob vnovičnem snidenju z nekdanjimi sodelavci, sošolci in znanci sta ustvarila prijetno vzdušje. Nekateri so se srečanja udeležili prvič z obljubo, da se znova vrnejo. K dobremu počutju je prispevalo tudi lepo praznično okrasje.

Zaključek delovnega leta v DMSBZ Celje je pripadel najmlajšim otrokom naših članic in članov, starih do šest let. V telovadnici Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje je potekalo že 12. Božičkovanje, tokrat na temo Božično pravljično potovanje. Otroci so si s starši in spremljevalci ogledali lutkovno predstavo Božični zvonček. Veselje otrok je bilo nepopisno, ko jih je obiskal tudi Dedek Mraz in jim razdelil praznična darila.

Ob tej priložnosti se zahvaljujemo vsem koordinatorjem dejavnosti za vso organizacijo, ideje, vztrajnost in prosti čas, ki ga vlagajo v društvene aktivnosti. Z njihovo pomočjo postajamo iz leta v leto boljši.

Skupaj s številnim članstvom smo veseli, da je za nami še eno uspešno leto delovanja. Veselimo se tudi vseh priznanj in nagrad, ki so jih naši člani prejeli za delo v svojem lokalnem okolju. Teh, ki svoj prosti razdajajo pomoči potrebnim in za druge dejavnosti namreč ni malo. Ugotavljamo, da mediji vedno več pišejo o zdravstvu in zdravstvenih delavcih, da se v regiji veliko sredstev namenja izboljšanju zdravstvene infrastrukture. Gradijo se novi domovi starejših ali njihovi prizidki, enako tudi prizidki k zdravstvenim domovom, srednji zdravstveni šoli. Izboljšujejo se delovni pogoji za zaposlene v zdravstvu. Sledimo dogajanju v regiji in vse pridno beležimo v Kroniki DMSBZT Celje za tekoče koledarsko leto. Dočakali pa smo tudi prvi sneg.

Udeleženci 13. konjeniškega maratona

Del pohodniške skupine po Vertovčevih poteh

Združeni na poti napredka: inovativni pristopi pri zdravljenju ran

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške

PETRA ANDONOVSKI FUŽIR

V petek, 9. januarja 2026, smo na Fakulteti za zdravstvene in socialne vede v Slovenj Gradcu uspešno izvedli strokovno izobraževanje z naslovom *Združeni na poti napredka: Inovativni pristopi pri zdravljenju ran*. Izobraževanje je bilo namenjeno medicinskim sestram, ki se pri svojem delu srečujejo z oskrbo akutnih in kroničnih ran.

Dobra udeležba je potrdila, da je področje zdravljenja ran izjemno aktualno ter da obstaja velika potreba po izmenjavi znanja in izkušenj med medicinskimi sestrami na različnih ravneh zdravstvene oskrbe.

Program izobraževanja je bil vsebinsko bogat in raznolik. Udeleženci so prisluhnili strokovnim vsebinam s področja obravnave kroničnih ran, sodobnih terapevtskih pristopov, pomena timskega sodelovanja, novosti na področju enterostomalne terapije, oskrbe kronične rane na terenu – primer dobre prakse ter predstavitvam kliničnih primerov iz prakse. Poseben poudarek je bil namenjen prenosu znanja v vsakodnevno klinično delo, kar je spodbudilo tudi aktivno razpravo in izmenjavo izkušenj med udeleženci.

Na strokovnem srečanju so sodelovali: Miloš Potkonjak, dr. med., specialist žilne kirurgije, Splošna bolnišnica Novo mesto, je predstavil predavanje *Ubijanje biofilma – ključ do celjenja kroničnih ran* ter *Klinične primere iz Splošne bolnišnice Novo mesto*, Jure Kovač-Myint, dr. med., specialist splošne kirurgije, Splošna bolnišnica Slovenj Gradec, je predaval na temo *VAC terapija pri kroničnih ranah* ter sodeloval pri delavnici *VAC – pico*, Petra Andonovski Fužir, dipl. m. s., Splošna bolnišnica Slovenj Gradec, je predstavila *Pomen timske obravnave pacienta s kronično rano – primeri* in sodelovala pri delavnici *VAC – pico* ter predstavila *Novosti v enterostomalni terapiji,* Mitja Urbančič, dr. med., specialist splošne kirurgije, Splošna bolnišnica Slovenj Gradec, je predstavil *Oceno, oskrbo in preprečevanje kronične rane*.

Medicinske sestre patronažne službe Zdravstvenega doma Ravne na Koroškem pa so predstavile prispevek *Oskrba kronične rane na terenu – primer dobre prakse*.

Zahvaljujemo se Fakulteti za zdravstvene in socialne vede Slovenj Gradec za pomoč pri organizaciji in za odstop predavalnice, ki je izvedbo dogodka omogočila v prijetnem in strokovnem okolju. Prav tako se zahvaljujemo strokovnjakom s področja zdravljenja kroničnih ran, ki so z nami delili svoje znanje, izkušnje in primere dobre prakse.

Posebej nas veseli dejstvo, da se je tudi ob tem izobraževanju znova pokazalo, da so zdravstvene službe na Koroškem dobro povezane in sodelujoče, kar se je odražalo v sami udeležbi, kakovostni razpravi ter odprti izmenjavi strokovnih mnenj. Takšno povezovanje predstavlja pomembno osnovo za nadaljnji razvoj kakovostne in varne obravnave pacientov.

(Fotografija:arhiv društva)

Zdravstvena nega pacienta s traheostomo: od aspiracije do komunikacije

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške

JANJA PUNGARTNIK

Strokovna delavnica *Zdravstvena nega pacienta s traheostomo: od aspiracije do komunikacije* je bila izvedena 20. novembra 2025 v Splošni bolnišnici Slovenj Gradec in je celostno obravnavala klinične, varnostne in komunikacijske vidike oskrbe pacientov s traheostomo.

Uvodni sklop je začela Sedina Kovačević, dipl. m. s., ki je strukturirano predstavila pregled indikacij in kontraindikacij anatomije ter ključnih faz izvedbe posega perkutane traheotomije. Poseben poudarek je bil na zgodnji identifikaciji periproceduralnih zapletov, kot so krvavitev iz sprednje jugularne vene, hemodinamska nestabilnost pacienta, poškodba krikoidnega hrustanca, poškodba požiralnika ter pnevmotoraks – zapleti, ki zahtevajo takojšnje ukrepanje in natančno timsko koordinacijo.

V nadaljevanju je Klavdija Mežnar, dipl. m. s., predstavila vrste traheostomskih kanil ter najpogostejših zapletov, kot so zožitev lumna zaradi sekreta, infekcije, izpad kanile in krvavitve. Opisala je ključne elemente zdravstvene nege: nadzor tlaka v mešičku, ustrezno vlaženje zraka, ustno higieno, preveze traheostome, pravilno fiksacijo ter redno menjavo notranjega vložka kanile. Del predstavitve je bil namenjen tudi ukrepanju ob dihalni stiski ter postopkom ob dekanilaciji.

Aljaž Štruc, dipl. zdrav., je predstavil standardizirane postopke zdravstvene nege s poudarkom na vzdrževanju prehodnosti dihalnih poti, pravilnemu izvajanju aspiracije, negi kože in stome ter ustrezni izbiri obveze. Podrobneje je predstavil oskrbo traheostomske rane, prepoznavanje znakov okužbe in izbiro primerne podloge. Pri aspiraciji je opozoril na pomen pravilne tehnike, sterilnosti ter natančne izbire ustrezne velikosti aspiracijskega katetra. Zaključno je predstavil tudi delovanje govorne valvule ter pogoje za njeno varno uporabo.

V sklopu preverjanja znanja, ki ga je izvedla Janja Pungartnik, dipl. m. s., mag. zdr. nege, so udeleženci sistematično utrdili ključna teoretična izhodišča in se seznanili z izbranimi primeri dobrih kliničnih praks.

Praktični del je omogočil izvedbo aspiracije traheostome z uporabo simulatorja, kjer so udeleženci vadili pravilno zaporedje posega, prepoznavanje morebitnih odstopanj ter prilagajanje intervencije glede na odziv pacienta. Na drugem simulatorju so izvedli menjavo obveze ter čiščenje notranjega vložka kanile, pri čemer je bil poudarek na preprečevanju okužb in zmanjševanju mehanskih poškodb kože. Poseben del je bil namenjen predstavitvi različnih vrst kanil, delovanja aspiratorja ter strategij komunikacije pri pacientih z omejenimi verbalnimi zmožnostmi, vključno z uporabo enosmernih ventilov (govorne valvule) in neverbalnih komunikacijskih pripomočkov.

Delavnica se je zaključila z razpravo in evalvacijo. Udeleženke so izrazile, da je kombinacija teoretičnih vsebin in praktične simulacije pomembno prispevala k večji strokovni suverenosti ter zmožnosti varne, standardizirane in pacientu prilagojene obravnave.

Strokovnega srečanja se je udeležilo 22 članic.

(Fotografiji: arhiv društva)

Predstavitev rehabilitacije mišic medeničnega dna pri fekalni in urinski inkontinenci v SB Slovenj Gradec

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške

JANJA PUNGARTNIK

Maja Krančan je diplomirana fizioterapevtka in ena ključnih izvajalk v Ambulanti za rehabilitacijo mišic medeničnega dna v Splošni bolnišnici Slovenj Gradec. 26. 11. 2025 je za člane SDMSBZT Koroške izvedla strokovno popoldne z naslovom Predstavitev rehabilitacije mišic medeničnega dna pri fekalni in urinski inkontinenci v SB SG.

Ambulanta je formalno vzpostavljena in deluje z urejenim urnikom, kar omogoča sistematično, kontinuirano in organizirano obravnavo pacientov z urinsko in fekalno inkontinenco. Kot – za zdaj edina – članica terapevtske ekipe Maja Krančan redno izvaja individualne terapije, vodi vadbene protokole za krepitev mišic medeničnega dna in druge specializirane rehabilitacijske pristope. S svojim strokovnim delom Maja Krančan pomembno prispeva k celostni in kakovostni obravnavi pacientov v SB SG.

Rehabilitacija mišic medeničnega dna v Splošni bolnišnici Slovenj Gradec predstavlja sistematičen, individualiziran in večstopenjski terapevtski program, namenjen pacientom z urinsko in fekalno inkontinenco. Obravnava izhaja iz sodobnih kliničnih smernic in združuje fizioterapevtske ter edukacijske strategije, katerih cilj je ponovno vzpostaviti optimalno funkcijo mišic medeničnega dna ter posledično izboljšati kontinenco, samostojnost in kakovost življenja pacientov.

Program se začne s skupinskim predavanjem, nato se nadaljuje individualno z natančno začetno oceno, ki vključuje anamnezo, analizo simptomov, stopnjo in vrsto inkontinence, moč in vzdržljivost mišic medeničnega dna, tonus in koordinacijo, oceno položaja medeničnih organov ter vpliv psihosocialnih dejavnikov. Na podlagi ugotovitev se pripravi individualni načrt rehabilitacije, ki upošteva starost, spol, komorbidnosti, kirurško anamnezo, aktivnosti pacienta ter njegove cilje.

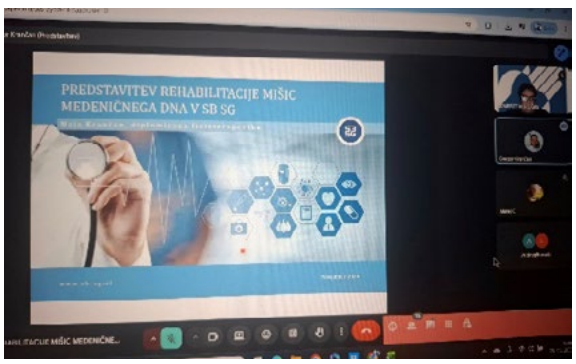
Terapevtski del vključuje strukturirano vadbo za krepitev mišic medeničnega dna, trening zavedanja in pravilne aktivacije, izboljševanje koordinacije med trebušno steno, diafragmo in medeničnim dnom ter sproščanje prekomerno napetih ali preobremenjenih mišičnih skupin. Po potrebi se uporabljajo dodatne metode, kot so biofeedback, elektrostimulacija, manualne tehnike, učenje pravilnega dviganja bremen, drže telesa ter stabilizacije trupa.

Pri urinski inkontinenci se izvaja vadba mišic medeničnega dna, vadba sečnega mehurja, vedenjska terapija, izpolnjevanje dnevnika uriniranja, elektrostimulacija in funkcionalna magnetna stimulacija. Pri fekalni inkontinenci se poleg vadbe mišic medeničnega dna trenira tudi zunanji analni sfinkter, izvajajo se vaje za izboljšanje zadrževanja blata, trening defekacijskih navad ter prehranske in življenjske prilagoditve za urejanje konsistence blata.

Pomemben del programa je edukacija, saj pacienti s pravilnim razumevanjem anatomije, funkcije medeničnega dna in dejavnikov tveganja lažje sprejemajo dolgoročne spremembe.

Rezultati rehabilitacije v SB Slovenj Gradec kažejo na opazno zmanjšanje epizod uhajanja urina in blata, izboljšanja mišične moči, boljši nadzor nad kontinenco ter izrazito izboljšanje kakovosti življenja. Pacienti poročajo o večji samozavesti, večji družbeni vključenosti ter zmanjšani stigmi, povezani z inkontinenco. Program tako predstavlja pomemben del celostne, sodobne in učinkovite obravnave pacientov z inkontinenco v regiji. Strokovnega popoldneva se je udeležilo 83 članov in članic.

Praktični prikaz na modelih



Med predavanjem (Fotografiji: arhiv društva)

Novosti v enterostomalni terapiji: trendi, dokazi, inovacije 2025

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške

JANJA PUNGARTNIK

Predavatelj strokovnega popoldneva David Kuzmić, dipl. zdravstvenik, enterostomalni terapevt z Oddelka za splošno in abdominalno kirurgijo Splošne bolnišnice Slovenj Gradec, je 70 članom SDMSBZT Koroške, ki so se udeležili srečanja, predstavil novosti na področju enterostomalne terapije.

Enterostomalna terapija je v zadnjem desetletju doživela pomemben preobrat – od tehnične nege k celostni, preventivni in personalizirani obravnavi pacienta. Napredek se kaže na štirih ključnih področjih: kirurških pristopih, tehnoloških inovacijah, digitalni podpori in psihosocialni oskrbi.

Kirurške in diagnostične inovacije vključujejo uporabo MRI, 3D-modeliranja in robotike za natančnejše načrtovanje in izvedbo posegov, kar zmanjšuje zaplete in trajnost stom. Laserska kirurgija in multidisciplinarni pristop (kirurg, terapevt, psiholog) dodatno izboljšujeta rezultate zdravljenja.

Tehnološki razvoj pripomočkov prinaša vrečke nove generacije z antibakterijskimi oblogami, hidrofobnimi mikromembranami in bioaktivnimi materiali (alginat, hitozan), ki ščitijo kožo in zmanjšujejo vnetja. Sistemi *Leak Defense* in *Flow Assist* dokazano povečujejo varnost in udobje, trajnostni materiali pa zmanjšujejo okoljski odtis.

Digitalne rešitve in telezdravje omogočajo stalno strokovno podporo na daljavo, videoizobraževanje in telemonitoring, kar krepi pacientovo samozavest in zmanjšuje zaplete. Uveljavlja se tudi umetna inteligenca za analizo peristomalne kože in napoved zapletov, v kombinaciji s pametnimi senzorji in aplikacijami.

Psihosocialna podpora je temelj sodobne oskrbe – pacient postaja aktiven partner v terapiji, s poudarkom na samopotrjevanju, vrstniški pomoči in zmanjševanju stigme. Empatija in komunikacija sta ključni za čustveno stabilnost in klinični uspeh.

Kljub napredku ostajajo izzivi: neenak dostop do sodobnih pripomočkov, pomanjkanje usposobljenih kadrov, finančne omejitve in družbena stigmatizacija. Potrebna je standardizacija izobraževanja in evropski pristop k enotni kakovosti oskrbe.

Prihodnost prinaša sinergijo pametnih senzorjev, umetne inteligence in bioaktivnih materialov, ki bodo omogočili proaktivno, povezano in trajnostno nego. Cilj ostaja jasen – stoma ne sme določati življenja pacienta, temveč mu omogočiti kakovostno, varno in dostojanstveno življenje.

V zaključku predavanja se nam je pridružila strokovna sodelavka podjetja Valencia Mojca Mori, dipl. org. tur. in poudarila, da razvoj sodobnih materialov za oskrbo stom pomeni pomemben korak k personalizirani in trajnostni zdravstveni obravnavi, saj združuje klinično učinkovitost, dermatološko varnost in udobje pacienta v enoten, celovit terapevtski pristop.

Demenca - bolezen, ki spreminja življenje

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške

JANJA PUNGARTNIK

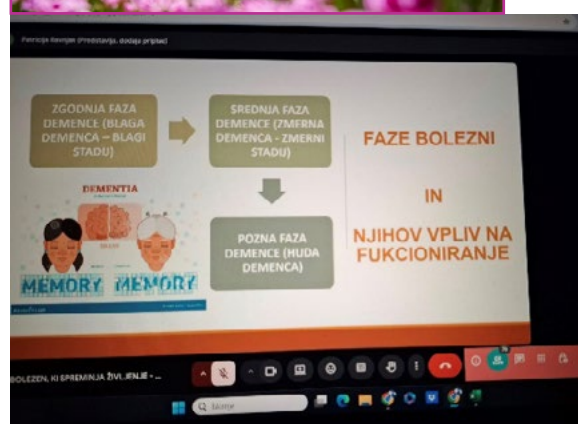
Strokovno popoldne z naslovom *Demenca – bolezen, ki spreminja življenje* je organiziralo Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške. Dogodek je potekal 5. novembra 2025.

Moderatorka predavanj je bila Lidija Reiter, dipl. m. s., vodja zdravstvene nege in oskrbe v DSO Črneče, ki je najprej predstavila dom. KDS Črneče (Dom starejših občanov Črneče) je sodobna ustanova za dolgotrajno oskrbo in bivanje starejših oseb, ki deluje v okviru Koroškega doma starostnikov. Je v prijetnem okolju vasi Črneče pri Dravogradu in nudi varno, toplo ter spodbudno bivalno okolje. Dom zagotavlja celostno obravnavo stanovalcev, kar vključuje zdravstveno nego, socialno in delovno terapijo, fizioterapijo ter številne aktivnosti za ohranjanje telesne in duševne vitalnosti. Z individualiziranimi pristopi in strokovno usposobljenim osebjem poseben poudarek namenjajo osebam z demenco in delujejo po načelih spoštovanja, dostojanstva in kakovostne oskrbe.

V okviru strokovnega srečanja smo najprej prisluhnili uvodnemu delu z naslovom Demenca – razumevanje bolezni, ki spreminja življenje, kjer je bila predstavljena narava bolezni in njen vpliv na življenje obolelih ter svojcev. Sledila so predavanja o celostni zdravstveni obravnavi stanovalcev z demenco v institucionalnem varstvu, kjer so bili izpostavljeni ključni elementi kakovostne oskrbe, ter o demenci kot kazalniku kakovosti v zdravstvu, ki je ponudilo razmislek o možnostih za izboljšave v zdravstveni obravnavi.

V nadaljevanju sta bila predstavljena še vloga fizioterapije pri stanovalcih z demenco, kjer je bilo poudarjeno gibanje kot ključni dejavnik ohranjanja samostojnosti, in pomen delovne terapije kot podpore kakovosti življenja, ki prispeva k večji aktivnosti in socialni vključenosti oseb z demenco.

Strokovnega popoldneva se je udeležilo 77 članov in članic.



(Fotografija: arhiv društva)

Izlet članov Strokovnega društva medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške ter članov Sindikata delavcev v zdravstveni negi sindikalne enote Slovenj Gradec na Dolenjsko

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške

JANJA PUNGARTNIK

11. oktobra lani se je 39 članov SDMSBZT Koroške ter SDZNS SESB SG odpravilo na tradicionalni izlet, ki ga skupaj organiziramo vsako leto. Tokrat smo se odpravili na Dolenjsko.

Že v jutranjih urah smo se zbrali in odpravili proti Novemu mestu, kjer nas je pričakalo pravo dolenjsko doživetje.

V prestolnici Dolenjske smo se vkrcali na Rudolfov splav in se zapeljali po slikovitem okljuku reke Krke. Med prijetno plovbo smo občudovali štiri mestne mostove, grad Kamen, Novi dvor, stolno cerkev sv. Nikolaja, ki se mogočno dviga nad mestom, ter Breg s frančiškanskim samostanom. Splavarjenje smo si popestrili z glasbo, animacijo in obilo dobre volje. Ena izmed udeleženk je bila svečano sprejeta med Rudolfove splavarke ter prejela spominski certifikat, naša Jelka pa nam je zapela Čebelarja.

Po končanem splavarjenju smo si privoščili malico na žlico in se nekoliko podkrepili, nato je sledil vodeni ogled Novega mesta. Ogledali smo si kapiteljsko cerkev in prenovljeni glavni trg ter izvedeli marsikaj zanimivega o mestu, ki se v zadnjem času hitro razvija v sodobno turistično središče.

Za zaključek dneva smo obiskali »Veselo domačijo«, kjer nas je gospodinja sprejela v prekrasni naravi. Z navdušenjem so nam predstavili zgodbo o cvičku in domačiji, nato pa nas popeljali skozi degustacijo sestavin cvička in domači narezek. V prijetnem vzdušju smo se preizkusili tudi v delavnici, kjer smo izdelali svoj prvi cviček.

Nasmejani, prijetno utrujeni in z rahlo pordelimi lici smo se ob koncu dneva vrnili domov – bogatejši za lepo doživetje, novo znanje in veliko dobre volje.

#slovenijajelepa

(Fotografija: arhiv društva)

Čuječnost kot vir ravnovesja v hitrem ritmu vsakdana

Strokovno društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške

JANJA PUNGARTNIK

V sodobnem tempu življenja, ki ga zaznamujejo številne poklicne in osebne obremenitve, pogosto pozabimo na najosnovnejše vire dobrega počutja – dih, stik s telesom in zavedanje trenutka. Prav tem temam je bila namenjena delavnica, ki smo jo v Strokovnem društvu medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Koroške izvedli 22. januarja 2026, udeležilo pa se je je 32 udeleženk in udeležencev.

Delavnico je izvedla Mojca Šipek, mag. psihologije iz Centra za krepitev zdravja (CKZ) Koroška. Udeležencem je ponudila priložnost za umik iz vsakodnevne naglice ter varen prostor za umiritev, refleksijo in ponovno vzpostavljanje notranjega ravnovesja. S pomočjo čuječnosti, dihalnih vaj in usmerjene telesne pozornosti smo raziskovali preproste, a učinkovite pristope za podporo duševnemu in telesnemu zdravju.

Poseben poudarek je bil namenjen razumevanju delovanja živčnega sistema ter vlogi dihanja pri njegovem umirjanju. Udeleženci so spoznali enostavne tehnike sproščanja, vaje telesnega zavedanja za prepoznavanje in razrahljanje napetosti ter primere kratkih čuječnih premorov, ki jih lahko brez posebnih pripomočkov vključimo v vsakdan. Dotaknili smo se tudi pomena kakovostnega spanca in regeneracije, ki sta ključna za ohranjanje delovne učinkovitosti, čustvene stabilnosti in splošnega dobrega počutja.

Vzdušje na delavnici je bilo odprto in podporno, odzivi udeleženih pa zelo pozitivni. Delavnica je znova potrdila, da so majhni, zavestni koraki k umiritvi in večji prisotnosti pomemben temelj za dolgoročno zdravje in kakovostno delo, zlasti v poklicih z visokimi obremenitvami.

(Fotografija: arhiv društva)

Strokovno izpopolnjevanje DMSBZT Ptuj-Ormož »Različni pogledi na etiologijo in zdravljenje depresije in anksioznosti«

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov PTUJ-ORMOŽ

KLEMEN VIDOVIČ

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Ptuj-Ormož je v sodelovanju s Psihiatrično bolnišnico Ormož organiziralo strokovno izpopolnjevanje z naslovom Različni pogledi na etiologijo in zdravljenje depresije in anksioznosti, ki je potekalo 21. 11. 2025 v prostorih Psihiatrične bolnišnice Ormož. Dogodek je bil namenjen medicinskim sestram in babicam, ki se pri svojem delu srečujejo s to problematiko.

Strokovno izpopolnjevanje je uvodoma odprla predsednica DMSBZT Ptuj-Ormož Tanja Ribič Vidovič, ki je v nagovoru poudarila pomen kontinuiranega strokovnega izpopolnjevanja ter medpoklicnega sodelovanja pri obravnavi oseb z duševnimi motnjami. Sledila je predstavitev PB Ormož, bolnišnico je predstavila direktorica Ksenija Pirš, mag. zdr. ved., in sicer organizacijo, razvojne usmeritve ter vlogo bolnišnice v regionalnem prostoru. Poudarila je tudi, da se depresija in anksioznost vse pogosteje pojavljata v vseh starostnih obdobjih ter zahtevata usklajeno, strokovno utemeljeno in empatično obravnavo.

Osrednji strokovni del srečanja je bil namenjen poglobljeni obravnavi etioloških dejavnikov ter terapevtskih pristopov pri depresiji in anksioznosti. Strokovni direktor, mag. Miloš Židanik, dr. med., spec. psih., je v svojem predavanju predstavil integrativni pristop psihiatrične obravnave, ki temelji na biopsihosocialnem modelu. Poudaril je, da učinkovito zdravljenje zahteva razumevanje kompleksnega prepleta bioloških predispozicij, psiholoških značilnosti posameznika ter socialnih in okoljskih dejavnikov. Poudaril je pomen individualiziranega terapevtskega načrta, zgodnjega prepoznavanja motenj ter aktivne vloge pacienta v procesu zdravljenja. V nadaljevanju sta Alenka Knific in Jan Kirbiš, dr. med., spec. psih., predstavila zdravljenje z globoko magnetno transkranialno stimulacijo kot sodobno, neinvazivno metodo zdravljenja, predvsem pri bolnikih z depresijo, ki se ne odzivajo ustrezno na standardno farmakološko terapijo. Poseben poudarek je bil namenjen obravnavi oseb z depresijo in anksioznostjo v skupnosti. Anita Meško, Zvonka Roškar in Patricija Rajh so predstavile multidisciplinarni pristop. Poudarile so pomen kontinuirane podpore po odpustu iz bolnišnice, zgodnje prepoznave poslabšanj ter opolnomočenja posameznikov in njihovih svojcev za učinkovitejše spoprijemanje z boleznijo. Pomemben segment celostne obravnave sta predstavili Anteja Gorjan Gazdag in Zala Čuk, mag. farm. Poudarili sta vlogo kliničnega farmacevta pri optimizaciji zdravljenja, spremljanju učinkovitosti in varnosti zdravil ter sodelovanju z ostalimi člani

Udeleženci strokovnega srečanja Različni pogledi na etiologijo in zdravljenje depresije in anksioznosti
(Fotografije: arhiv društva)

zdravstvenega tima. Povedali sta, da ustrezno vodenje farmakoterapije pomembno prispeva k boljšemu vodenju ter zmanjševanju neželenih učinkov in interakcij zdravil. Delovnoterapevtsko obravnavo kot pomemben del rehabilitacije oseb z depresijo je predstavila Renata Žohar, dipl. del. ter. Poudarila je pomen doseganja realnih, majhnih ciljev, ki bolnikom omogočajo ponovno vključevanje v družbo in samostojnost.

Popoldanski del srečanja je bil namenjen učnim delavnicam, ki so udeležencem omogočile neposredno izkušnjo različnih podpornih pristopov. Izvedene so bile učne delavnice zvočne meditacije z gongi, sprostitvene tehnike ter delavnica z gibanjem proti depresiji, ki so bile dobro obiskane. Udeleženci so si lahko ogledali tudi PB Ormož, pri čemer so se seznanili z organizacijo dela in različnimi oblikami obravnave pacientov. Strokovno izpopolnjevanje je pomembno prispevalo k poglobljenemu razumevanju kompleksnosti depresije in anksioznosti. Udeleženci so si pridobili nova znanja, ki jih bodo lahko predali svojim sodelavcem in jih uporabili pri svojem delu.

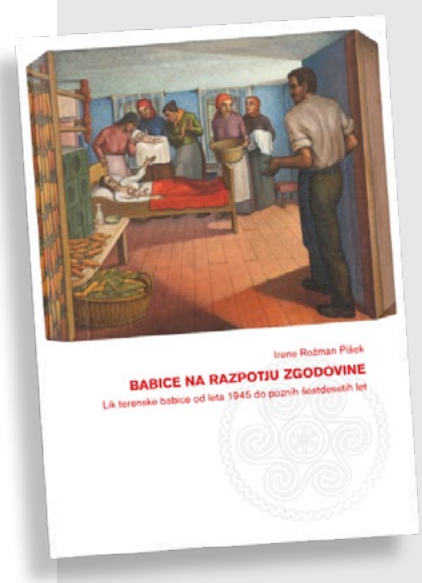
Zahvala vsem v PB Ormož, še posebej direktorici Kseniji Pirš in pomočnici direktorice za zdravstveno nego Tatjani Skoliber, ki sta naše srečanje naredili nepozabno. Iskrena hvala za brezhibno organizacijo strokovnega izpopolnjevanja, izbiro predavateljev in izvrstno pogostitev.

Strokovni direktor PBO mag. Miloš Židanik in predsednica društva Tanja Ribič Vidovič

Direktorica PBO Ksenija Pirš in predsednica društva Tanja Ribič Vidovič

Univerza v Mariboru
Medicinska fakulteta

SLOVENSKO Etnološko DRUŠTVO 1975
SLOVENE Ethnological SOCIETY 2025



V petek, 28. novembra 2025, smo v Glazerjevi dvorani Univerzitetne knjižnice Maribor pospremili predstavitev knjige Irene Rožman Pišek z naslovom Babice na razpotju zgodovine, Lik terenske babice od leta 1945 do poznih šestdesetih let.

V monografiji *Babice na razpotju zgodovine: Lik terenske babice od leta 1945 do poznih šestdesetih let* avtorica, etnologinja dr. Irene Rožman Pišek obravnava kulturne in družbene okoliščine babištva na Slovenskem v obdobju po drugi svetovni vojni. Osredinja se na izobraževanje, delo in vsakdanjik terenskih babic ter vključuje številne pripovedi sogovornic. Knjiga ponuja večplasten pogled v razmere in razvoj te poklicne skupine ter osvetli družbene spremembe babištva in kulture rojstev.

Monografija je izšla v Knjižnici Glasnika Slovenskega etnološkega društva, ki letos praznuje 50-letnico ustanovitve.

Z avtorico sta se pogovarjali urednica knjige **dr. Ana Svetel** in **dr. Jerneja Ferlež**.

Dogodek je popestril nastop pevskega zbora La Vita Društva medicinskih sester babic in zdravstvenih tehnikov Maribor.

Prisotni smo bili mnogi članice in člani našega društva, predvsem babice, zaposlene na Oddelku za perinatologijo UKC Maribor in upokojene babice. Rosemarie Franc in Ksenija Pirš sta udeležence pozdravili in se avtorici zahvalili za pomembno knjižno delo.

Društvo medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov PTUJ-ORMOŽ

V skladu s Statutom in Pravilnikom o volitvah in imenovanjih v organe DMSBZT Ptuj-Ormož objavlja razpis za volitve in imenovanje članov v organe društva za mandatno obdobje marec 2026–2030:

- za predsednika/predsednico,
- podpredsednika/podpredsednico,
- člane predsedstva (izvršni odbor),
- nadzorni odbor,
- častno razsodišče,
- poslance Skupščine Zbornice – Zveze, ki zastopajo DMSBZT Ptuj-Ormož.

Volitve bodo potekale na občnem zboru DMSBZT Ptuj-Ormož 13. 3. 2026 ob 8. uri v Hotelu Roškar, Hajdoše 43j.

Za funkcijo predsednika/predsednice društva lahko kandidira vsak, ki je član društva najmanj deset let, aktivno deluje v društvu vsaj pet let na področju zdravstvene ali babiške nege ter uživa ugled v strokovni javnosti. Kandidat za predsednika društva mora h kandidaturi predložiti življenjepis, s poudarkom na dosedanjih društvenih in strokovnih aktivnostih ter predlog programa dela za naslednji mandat.

Za funkcijo podpredsednika/podpredsednice društva lahko kandidira vsak, ki je član društva najmanj pet let, aktivno deluje v društvu najmanj tri leta na področju zdravstvene ali babiške nege. Kandidat za podpredsednika društva mora h kandidaturi predložiti življenjepis, s poudarkom na dosedanjih društvenih in strokovnih aktivnostih.

Člane predsedstva (izvršilni odbor) – 17 članov, nadzornega odbora – 3 člane, častnega razsodišča – 5 članov. Ti bodo imenovani na podlagi kandidatnih list članov, ki se bodo oblikovali na osnovi posredovanih predlogov zavodov v regiji in so procentualno razdeljeni na število članstva. Za člane predsedstva, nadzornega odbora, častnega razsodišča je lahko predlagan vsak, ki je član društva najmanj pet let in v društvu aktivno deluje najmanj tri leta.

Kandidati za poslanca skupščine Zbornice – Zveze, ki zastopajo DMSBZT Ptuj-Ormož – 7 članov, kandidat je lahko vsak član društva, ki odda svojo kandidaturo z lastnoročnim podpisom in kopijo članske izkaznice.

Vloge sprejemamo do 3. 3. 2026 na naslov: DMSBZT Ptuj-Ormož, Kandidacijska komisija, Potrčeva 19a, 2250 Ptuj, s pripisom »Kandidatura za predsednika/predsednico, podpredsednika/podpredsednico, poslanca/poslanke Zbornice – Zveze, **ne odpiraj**«.

Tanja Ribič Vidovič,
predsednica DMSBZT PTUJ-ORMOŽ

9. božični koncert pevskega zbora La Vita

STOLNA ŽUPNIJA MARIBOR – STOLNA CERKEV SV. JANEZA KRSTNIKA

BRIGITA HEKIČ

Božični koncert pevskega zbora medicinskih sester La Vita že 9. leto zapored v božičnem času skozi glasbo in petje prenaša poslanico. Spominja nas, kako pomembno je, da smo drug ob drugem, si prisluhnemo, podamo roko in z majhnimi pozornostmi polepšamo dan.

Ob zaključku svetega leta smo se tokrat prvič zbrali v stolni cerkvi sv. Janeza Krstnika. V tej veličastni tišini Stolnice Maribor smo se zavedale, da s sabo ne nosimo le not, glasov in melodij, v sebi nosimo zgodbe. Obraz za obrazom, srečanja, dotike, za katere vemo, da so v življenju dragoceni, pogosto pa tako krhki. In prav zaradi teh trenutkov pojemo. Na tej poti nas z občutkom in predanostjo vodi zborovodkinja Klementina Mikec Korpič, kjer petje postane prostor srečanja, kjer se dotaknemo drug drugega in skupaj zadihamo kot eno.

Pesem daje upanje! Pesem daje pogum! Pesem daje življenje! La Vita nosi ime, ki pomeni življenje. Na božični večer smo ga delile z našimi poslušalci, prijatelji naše glasbe v vsaki noti, vsakem vdihu, v vsakem zvenu, ki se je dvignil pod oboki stolne cerkve. Naše božične pesmi so prinašale mir in božale dušo, kjer je bilo najbolj tiho.

Z nami so bili glasbeni gostje tamburaši KUD Ivana Lončarič iz Trnič na Dravskem Polju z dirigentom Andrejem Topolinjakom. So najbrž edini tamburaški orkester v Sloveniji, ki od svojega obstoja redno ohranja tradicijo koledovanja. S svojimi glasbili in petjem so nežno napolnili prostor stolne cerkve ter vanj prinašali božični večer.

Koncert je povezoval gledališki igralec Bojan Marošević, naš zvesti spremljevalec, ki je večeru dodal besedo in ritem. Ob njem nas je na klavirju spremljal korepetitor, pianist Tom Hajšek, s čimer je glasba dobila polnost.

Božični koncert se je sklenil s pesmijo Sveta noč. Ob spremljavi gostujočih tamburašev in s petjem poslušalcev je cerkev zadihala kot eno srce. Glasovi so se razlegali kot prižgane sveče – tiho, toplo in z upanjem. V tistem trenutku v stolnici ni bila le glasba, ampak mir in luč, ki ostane še dolgo po zadnjem tonu.

Stolna cerkev v vsej svoji veličini razpira prostor spomina – miru, kjer se tišina in svetloba dotakneta srca, kjer glasba govori, ko besede utihnejo.

Utrinki s koncerta (Fotografija: Marko Bezjak)

Reševanje konfliktnih situacij med pacientom in zdravstvenim timom

KSENIJA PIRŠ, ALEKSANDER JUS

22. januarja se je izvedel klinični večer DMSBZT Maribor z naslovom Reševanje konfliktnih situacij med pacientom in zdravstvenim timom, ki ga je predstavil Aleksander Jus, mag. zdr. nege, pomočnik direktorja ZD dr. Adolfa Drolca Maribor za zdravstveno nego.

Klinični večer smo namenili različnim poklicnim skupinam v zdravstveni negi in oskrbi na vseh področjih, tako v zdravstvu kot tudi sociali.

Aleksander Jus o predstavljeni temi

Obravnavana tema izhaja iz dejstva, da je namen vseh, ki delujejo v zdravstvu, izvajanje kakovostne zdravstvene oskrbe pacienta, celostna obravnava pacienta in povezovanje s strokovnjaki iz drugih področij, ob tem pa se spoštuje posameznikovo kulturo, želje in navade. Zadovoljstvo pacientov je eden izmed najpomembnejših kazalnikov kakovostne obravnave pacientov.

Medsebojni odnos med pacientom in medicinsko sestro je osrednja pacientova izkušnja, ki je najpomembnejši dejavnik zadovoljstva s celotno oskrbo. Številne raziskave kažejo, da pacienti ne cenijo samo izvajanje intervencij zdravstvene nege, temveč predvsem medsebojni skrbni odnos. Zaradi vse večjih pričakovanj pacientov in ozaveščenosti o njihovih pravicah, le-ti izražajo več nezadovoljstva z nudenjem zdravstvene oskrbe ali z odnosom interdisciplinarnega tima v zdravstvenem varstvu. Zaradi naštetih razlogov vse pogosteje prihaja do konflikta med pacientom in interdisciplinarnim timom.

Slovenija je sprejela vrsto zdravstvenih zakonov, v katerih so vključene pravice pacientov, po vstopu v EU pa tudi vrsto neobvezujočih listin, ki pa so glavna vodila politike pacientovih pravic. Dokumenti zagotavljajo pacientom številne možnosti za pritožbe in opis kršitev, ki so jih doživeli oz. zaznali tekom njihove zdravstvene obravnave. Vodilni pravni akt je Zakon o pacientovih pravicah, sprejet leta 2008, ki od 5. do 53. člena govori o pravicah pacientov, o njihovih dolžnostih pa samo v 54. členu omenjenega zakona.

Najpogostejša posledica konflikta med pacientom in interdisciplinarnim timom je prijava kršitev pacientovih pravic, ki najpogosteje vključuje opise nezadostnega spoštovanja in empatije, izkušnjo zanemarjanja, grobosti in pomanjkljivo skrb ter slabe komunikacije ter interakcije med pacientom in zdravstvenim osebjem.

Dejstvo je, da se število pritožb nad ravnanjem interdisciplinarnega tima vsako leto povečuje. Prijave negativno vplivajo na posameznike in zdravstvene institucije, na katere je prijava neposredno usmerjena ali naslovljena. Prijave pacientov so za interdisciplinarni tim stresne, predvsem pa pose-

Med kliničnim večerom
(Fotografiji: Mitja Prapertnik)

gajo v njihovo delovno in osebno življenje ter vplivajo na zadovoljstvo z delom. Pri posameznikih lahko vplivajo na odnos do pacientov, pojav frustracij in dvomov o klinični usposobljenosti ter strahu pred sodnimi postopki. Strah pred prijavami kršitev pacientovih pravic in spori spodbujajo defenzivno medicino, kar povzroča potratno preiskovanje in prekomerno zdravljenje.

Rešitve za zmanjšanje konfliktnih situacij in posledično za manj prijav kršitev je so v odnosu med medicinsko sestro in pacientom, ki je osrednjega pomena v zdravstveni negi in zdravstvu. Interdisciplinarni tim, pacienti in njihove družine morajo delovati skladno in ustvariti dober odnos, ki temelji na medsebojnem spoštovanju in skrbi. Ustrezna komunikacija med medicinsko sestro in pacientom ima ključno vlogo pri počutju ter oblikovanju zaupljivega in podpornega medsebojnega odnosa. Temelji na vsakodnevnem prizadevanju za nadgrajevanje in izboljšanje komunikacijskih veščin, saj lahko prav kakovostna komunikacija bistveno vpliva na potek in izid zdravljenja ter na zadovoljstvo pacientov. S kakovostno komunikacijo lahko v zdravstvu rešimo številne težave ali jih celo preprečimo. Prinaša koristi zdravstvenim ustanovam, pacientom in zaposlenim v zdravstvu ter omogoča boljši razvoj storitev, želene rezultate in večje zaupanje v zdravstvo.

Kristali v vsakdanji praksi in kristaloterapija

DANIJELA PUŠNIK

V decembru smo se na DMSBZT Maribor seznanjali z energijo kristalov in njihovo uporabo v vsakdanji praksi.

Alenka L. Simonič, diplomirana medicinska sestra in certificirana kristaloterapevtka nas je uvodoma seznanila z zgodovino uporabe energij kristalov. Uporabljali so jih že pred več kot 80.000 leti za zdravljenje, medzvezdno komunikacijo, poučevanje in duhovno prakso.

Kristali delujejo na naše energijsko polje – auro in čakre, ko jih nosimo na sebi, imamo ob sebi in uživamo energijski eliksir. Preden začnemo kristale uporabljati, jih je potrebno očistiti in energijsko osvežiti ter programirati. To delamo na predpisane načine, da ohranimo njihovo funkcijo. Najbolj čisti so surovi kristali, saj imajo najvišjo frekvenco vibracij, medtem kot obdelani nosijo energijske zapise ljudi, ki so z njimi rokovali.

Kristali pomagajo zbuditi ravnovesje in harmonijo na vseh energijskih sistemih, na fizičnem, čustvenem in mentalnem nivoju. Pri izbiri se ravnamo po intuiciji in namenu. Lahko jih imamo za zaščito prostora, lahko kot modni dodatek ali pa kozmetični pripomoček.

V nadaljevanju nas je seznanila še z najpogosteje uporabljenimi kristali v našem okolju in glede na namembnost: za umiritev, za več energije, za lajšanje telesne bolečine, za prejemanje več obilja, za boljšo samopodobo, več kreativnosti, ...

Zdravljenje s kristali lahko poteka z meditacijo, s pitjem eliksirjev, z uravnovešanjem čaker, lahko jih uporabljamo kot barvno terapijo. Seznanili smo se tudi s tem, kakšne kristale uporabiti za pripravo kristalne vode. Na koncu predavanja smo izvedli še meditacijo čustvene varnosti in sprejetosti (preprogramiranje pesimizma).

Na kliničnem večeru se nam je pridružila še »Čarnica« - butik čarobnih daril iz Slovenj Gradca. Za decembrski čas obdarovanja sebe in najbližjih je bila to super priložnost za »pametno« zapravljanje.

Za tiste, ki so jih energije kristalov pritegnile, bo v letu 2026 organizirana delavnica uporabe kristalov. Datumi in program delavnice bo objavljen na spletni strani društva.

(Fotografija: Lastni arhiv)

V skladu z 19. in 20. členom Statuta društva in 4. členom Poslovnika o delu Upravnega odbora in organov društva **Društvo MSBZT Maribor objavlja razpis za volitve in imenovanje članov v organe društva** za mandatno obdobje 2026–2030:

- predsednika/predsednico društva,
- podpredsednika/podpredsednico društva,
- predsednika/predsednico nadzornega odbora in njegove člane,
- predsednika/predsednico razsodišča in njegove člane,
- predsednika/predsednico statutarne komisije in njene člane,
- predsednika/predsednico komisije za priznanja in njene člane,
- predsednika/predsednico komisije za dodeljevanje sredstev za strokovna izpopolnjevanja in njene člane,
- člane upravnega odbora (predstavniki izobraževalnih, zdravstvenih, socialnovarstvenih in drugih organizacij v regiji), člane izvršnega odbora.

Za funkcijo predsednika/predsednice društva lahko v skladu z 21. členom Statuta društva kandidira vsak/a redni/a član/ica z najmanj desetletnim članstvom, ki aktivno deluje v društvu vsaj pet let, je zaposlen/a na področju zdravstvene ali babiške nege deset let ter uživa ugled v strokovni javnosti. Kandidat/ka za predsednika/co društva mora h kandidaturi predložiti življenjepis s poudarkom na društvenih in strokovnih aktivnostih ter predlog vizije razvoja društva in programa dela v mandatnem obdobju. Vlogo naslovi na kandidacijsko komisijo društva v zaprti ovojnici, s pripisom: »Kandidatura za predsednika društva, ne odpiraj«.

Za funkcijo podpredsednika/podpredsednice društva lahko v skladu z 23. členom Statuta društva kandidira vsak/a redni/a član/ica z najmanj desetletnim članstvom, ki aktivno deluje v društvu vsaj pet let, je zaposlen/a na področju zdravstvene ali babiške nege deset let ter uživa ugled v strokovni javnosti. Kandidat/ka za podpredsednika/co društva mora h kandidaturi predložiti življenjepis s poudarkom na društvenih in strokovnih aktivnostih. Vlogo naslovi na kandidacijsko komisijo društva v zaprti ovojnici, s pripisom: »Kandidatura za podpredsednika društva, ne odpiraj«.

Za člane razsodišča (5 članov) lahko kandidira vsak/a redni/a član/ica z najmanj desetletnim članstvom, ki aktivno deluje v društvu najmanj pet let, je zaposlen/a na področju zdravstvene ali babiške nege ter uživa ugled v strokovni javnosti. **Za člane upravnega in nadzornega odbora** društva lahko kandidira vsak/a redni/a član/ica z najmanj petletnim članstvom, ki aktivno deluje v društvu najmanj tri leta, je zaposlen na področju zdravstvene ali babiške nege ter uživa ugled v strokovni javnosti. Svojo kandidaturo z lastnoročnim podpisom, trajanjem članstva v društvu in kratkim življenjepisom ter kopijo članske izkaznice naslovijo na kandidacijsko komisijo društva v zaprti ovojnici, s pripisom »Kandidatura za (navedejo funkcijo, za katero oddajajo kandidaturo), ne odpiraj«.

Člani v komisije in druge organe društva bodo imenovani na podlagi kandidatne liste članov za upravni odbor, ki občnemu zboru predlaga njihovo izvolitev.

Volilni in redni občni zbor društva bo potekal v četrtek, 19. marca 2026 ob 16. uri na sedežu društva.

Oddaja vlog: najkasneje do 27. februarja 2026 na naslov: Ulica heroja Jevtiča 5, 2000 Maribor.

Aleksander Jus,
predsednik Statutarne komisije

Ksenija Pirš,
predsednica društva

Pogovor z Anito Prelec ob dnevu Srednje zdravstvene šole Novo mesto

SLAĐANA SLADOJEVIĆ

UVOD

Ob dnevu Srednje zdravstvene šole Novo mesto je 10. decembra 2025 potekal slavnostni strokovni dogodek, katerega osrednji del je bil moderiran pogovor z izjemno gostjo Anito Prelec, predsednico Zbornice zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveze strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije. Dogodek je bil namenjen dijakom programov zdravstvena nega (ZN) in poklicno-tehniško izobraževanje (PTI) ter zaposlenim v aktivu zdravstvene nege.

Program sta odprli dijakinji Blearta Zymberi (Z4c) in Žana Jelinič (Z3a) z uvodnim nagovorom, sledil je moderirani pogovor, nato slavnostni del z nagovorom ravnateljice Damjane Papež. Prav tako se je Anita Prelec zahvalila šoli in jo podprla z denarno donacije in promocijskim materialom za izvedbo mednarodnega projekta E-medica. Poseben simbolni trenutek je nastopil, ko je gospa Prelec prisotnim dijakom osebno razdelila kazalnike s Kodeksom etike v zdravstveni negi in oskrbi. Po zaključku pogovora je sledila še glasbena točka dijakinje Zale Marinčič (Z4c), ki je s pesmijo Malo miru zaokrožila dogodek v mirnem in slavnostnem vzdušju.

POGOVOR KOT OSREDNJI DEL DOGODKA

Pogovor se ni začel pri nazivih in funkcijah, temveč pri osebni zgodbi in življenjski poti gostje. Anita Prelec je svojo pripoved začela z deklico, ki je nekoč sanjala, danes pa stoji na čelu Zbornice – Zveze zdravstvene in babiške nege Slovenije. Predstavila je svojo pot kot proces rasti – od zgodnjih vrednot, ki so jo usmerjale k skrbi za druge, preko srednješolske odločitve za zdravstveni poklic, študija in dolgoletnega kliničnega dela vse do pedagoških in vodstvenih vlog.

Njena pripoved ni bila le pregled kariere, temveč zgodba o vztrajnosti, pogumu in osebni zrelosti, ki jo zahteva delo z ljudmi. Dijakom je s tem pokazala, da poklic ne nastane čez noč, temveč se gradi skozi izkušnje, napake, učenje in zvestobo vrednotam.

Damjana Papež, Anita Prelec in Slađana Sladojević ob zaključku dogodka

Med pogovorom: Anita Prelec in Slađana Sladojević (Fotografije: Nika Grubar)

Skupinska fotografija z gostjo ob zaključku slavnostnega dogodka (strokovni aktiv, vodstvo, dijakinji)

Posebno mesto v pogovoru so imele vrednote, zapisane v Kodeksu etike v zdravstveni negi in oskrbi. Gospa Prelec je poudarila, da etika ni samo zapisana norma, ampak se udejanja v vsakdanjih ravnanjih – v načinu komunikacije, poslušanju, dotiku in odnosu do pacienta. Pri tem je posebej opozorila na pomen empatije kot temeljne poklicne drže, ki omogoča razumevanje bolnikovega doživljanja in gradi zaupanje v terapevtskem odnosu. Dijake je spodbudila, naj že v času šolanja razvijajo etično občutljivost, odgovornost, empatijo in spoštovanje človekovega dostojanstva.

V razpravi o prihodnosti stroke je poudarila izzive sodobnega zdravstva: kadrovsko stisko, visoko obremenjenost zaposlenih in potrebo po večjem družbenem priznanju poklica. Kljub temu je izrazila zaupanje v mlade generacije, ki v stroko vstopajo z znanjem, motivacijo in zavedanjem pomena človečnosti v zdravstveni negi.

VZGOJNO-STROKOVNA VREDNOST DOGODKA

Dogodek je imel izrazito vzgojno in strokovno razsežnost. Dijaki so imeli priložnost spoznati poklicno pot, ki vključuje tako strokovne zahteve kot tudi osebno rast. Pogovor jih je spodbudil k razmisleku o tem, kaj pomeni biti zdravstveni delavec – in to ne le tehnično usposobljen, ampak tudi etično zrel, empatičen in človeško odgovoren.

Simbolna razdelitev kazalnikov s Kodeksom etike je okrepila sporočilo, da so vrednote temelj strokovnega delovanja. Uradna zahvala za donacijo in promocijski material pa je poudarila pomen sodelovanja med šolami in strokovnimi organizacijami ter skupno odgovornost za prihodnost zdravstvene nege.

V okviru obiska si je gospa Prelec ogledala tudi šolo in strokovne kabinete zdravstvene nege, kar je omogočilo strokovni vpogled v izobraževalno okolje, v katerem se oblikujejo prihodnji zdravstveni delavci, ter dodatno okrepilo povezavo med izobraževalnimi ustanovami in strokovnimi organizacijami. Po uradnem delu je sledilo tudi neformalno srečanje v prostorih šole, namenjeno strokovni izmenjavi pogledov, izkušenj in razmislekov o izobraževanju ter prihodnosti zdravstvene nege.

ZA ZAKLJUČEK

Slavnostni pogovor z Anito Prelec je bil več kot le program ob šolskem prazniku. Predstavljal je priložnost za prenos znanja, izkušenj in vrednot na mlade, ki šele stopajo na svojo poklicno pot.

Iskreno se zahvaljujemo Aniti Prelec, da je s svojim prihodom, strokovnostjo in odprtostjo oplemenitila praznik naše šole. V veliko čast nam je bilo, da smo jo lahko gostili in z njo delili razmislek o stroki, odgovornosti in človečnosti.

Pogovor je bil objavljen tudi v videoobliki. Posnetek celotnega dogodka je dostopen na povezavi: https://www.youtube.com/watch?v=g7qgwAXLKSE

Mednarodni dan prostovoljstva in prednovoletno srečanje prostovoljcev Srednje zdravstvene šole v Splošni bolnišnici Novo mesto

GLORIA ŠEPEC

Hodnik na SZKŠ Novo mesto, stojnica Podari svojo igračo; profesorica Barbara Cesar ter dijaki Lara Jontez, Manca Petrič, Jovana Vidić (Fotografije: Gloria Šepec).

Prostovoljstvo – srce naše šole (mednarodni dan prostovoljstva)

Naša šola že vrsto let predstavlja primer dobre prakse organiziranega prostovoljstva ter uspešnega sodelovanja med Srednjo zdravstveno in kemijsko šolo in Splošno bolnišnico Novo mesto. Že enaindvajseto leto zapored dijaki po pouku in v svojem prostem času z veliko predanostjo obiskujejo male in velike paciente ter jim s svojo prisotnostjo, toplino in pozornostjo krajšajo čas bivanja v bolnišnici.

Začetek decembra je na naši šoli vsako leto posebej živahen, saj je to obdobje, ko prostovoljstvo stopi še bolj v ospredje. 5. decembra obeležujemo mednarodni dan prostovoljstva, ki smo ga letos zaznamovali kar z dvema pomembnima aktivnostma.

V Splošni bolnišnici Novo mesto smo postavili stojnico, kjer smo mimoidočim podarjali ročno izdelane izdelke ter hkrati predstavljali prostovoljsko delo naših dijakov. Na Šolskem centru Novo mesto pa smo izvedli humanitarno akcijo z naslovom »Podari svojo igračo«.

Dijakinje prostovoljke so pri tem pokazale izjemno ustvarjalnost in zavzetost – posnele so promocijski film, pripravile plakat ter že teden pred akcijo aktivno spodbujale dijake in zaposlene, naj prispevajo svoje rabljene ali nove igrače. Zbirali smo plišaste igrače, avtomobilčke, didaktične igrače, knjige, družabne igre, igrače za dojenčke in še mnogo drugega.

Nad odzivom in humanitarno noto dijakov ter zaposlenih smo bili več kot navdušeni. Zbrali smo toliko igrač, da smo jih lahko podarili otroškemu oddelku Splošne bolnišnice Novo mesto, Varstveno delovnemu centru Novo mesto, Društvu prijateljev mladine Mojca ter Društvu za razvijanje prostovoljnega dela Novo mesto.

S skupnimi močmi smo dokazali, da smo lahko hkrati ekološki, solidarni in humanitarni – ter da prostovoljstvo ostaja ena najlepših vrednot naše šolske skupnosti.

Prednovoletno srečanje prostovoljcev v Splošni bolnišnici Novo mesto

V Splošni bolnišnici Novo mesto je v decembrskih dneh potekalo tradicionalno prednovoletno srečanje prostovoljcev, ki ga je organizirala koordinatorica prostovoljnega dela Jožica Rešetič. Povabilu so se odzvali prostovoljci Srednje zdravstvene in kemijske šole, ki že vrsto let pomembno prispevajo h kakovosti bivanja pacientov v bolnišnici.

Dogodka so se udeležili tudi predstavniki vodstev obeh ustanov – ravnateljica šole Damjana Papež, Boštjan Kersnič, vršilec dolžnosti strokovnega direktorja Splošne bolnišnice Novo mesto ter mentorice oddelkov, na katerih poteka prostovoljsko delo dijakov in mentorici na Srednji zdravstveni šoli Novo mesto.

Srečanje je zaznamoval tudi kratek kulturno-glasbeni program, s katerim so dijaki pokazali, da prostovoljstvo pri njih ne pomeni le pomoči drugim, temveč tudi bogatenje kulturnega in družabnega utripa bolnišnice. Z izjemno vokalno izvedbo je navdušila dijakinja Anja Janežič, lanska prejemnica priznanja za naj prostovoljko šole. Prijetno glasbeno vzdušje je dopolnil tudi Matic Ponikvar, nekdanji dijak naše šole in danes študent Fakultete za zdravstvene vede v Novem mestu.

Ob zaključku srečanja je Jožica Rešetič predstavila pregled dolgoletnega razvoja prostovoljstva v Splošni bolnišnici Novo mesto ter poudarila pomen srčnih posameznikov, ki s svojim časom in energijo bogatijo vsakdan pacientov. Prednovoletno druženje je popestril tudi obisk Božička, ki je prostovoljcem in mentorjem v zahvalo za njihovo delo v iztekajočem se letu prinesel simbolična darila.

Srečanje se je zaključilo ob prijetnem druženju in prazničnih željah. Udeleženci so si zaželeli predvsem mirnih in toplih praznikov ter nadaljnjega uspešnega sodelovanja, ki temelji na solidarnosti, sočutju in prostovoljstvu.

Sejna soba v Splošni bolnišnici Novo mesto, prednovoletno srečanje; ravnateljica SZKŠ NM Damjana Papež, profesorici mentorici prostovoljnega dela Mojca Simončič in Gloria Šepec, dijakinje prostovoljke Anja Janežič, Lara Jontez, Manca Petrič.

Ko smeh postane orodje za zdravje

SLAĐANA SLADOJEVIĆ, MAG. ZDR. NEGE,
CERTIFICIRANA IZVAJALKA JOGE SMEHA (LYL)

UVOD

Smeh je univerzalni izraz čustev in telesa ter pomemben varovalni dejavnik duševnega zdravja. V šolskem okolju, kjer so dijaki izpostavljeni številnim učnim, socialnim in čustvenim obremenitvam, postajajo preproste in dostopne metode za obvladovanje stresa vse pomembnejše.

Izkustvena delavnica joge smeha je bila izvedena 10. decembra 2025 v okviru dneva Srednje zdravstvene šole Novo mesto. Sodelovali so dijaki 1. in 2. letnikov programov zdravstvena nega in bolničar-negovalec ter spremljevalni učitelji. V delavnici in evalvaciji je sodelovalo 167 udeležencev. Namen delavnice je bil okrepiti zavedanje o smehu kot podporni metodi za ohranjanje duševnega zdravja ter preveriti njen neposredni učinek z uporabo hitre evalvacije z digitalnim orodjem Mentimeter.

JEDRO

Strokovna izhodišča

Smeh deluje na več ravneh: aktivira parasimpatični živčni sistem, znižuje raven stresnih hormonov, izboljšuje prekrvavitev in oksigenacijo ter spodbuja izločanje endorfinov. Ključno izhodišče joge smeha je spoznanje, da telo ne razlikuje med spontanim in namernim smehom – fiziološki učinki so primerljivi.

Metodo joge smeha je leta 1995 razvil dr. Madan Kataria. Temelji na kombinaciji smejalnih vaj brez humorja in dihalnih tehnik (pranajama) ter na načelih igrivosti, brezpogojnega smeha in povezanosti v skupini. Cilji metode so povečanje življenjske energije, zmanjševanje stresa in tesnobe, krepitev odpornosti ter doseganje stanj radosti in sproščenosti.

Potek delavnice

Delavnica je potekala v treh fazah: uvodno ozaveščanje o vplivu smeha na zdravje, praktični del z vajami joge smeha ter umirjanje z dihalno-vizualizacijsko tehniko. Vaje so bile prilagojene starosti udeležencev, prostorskim pogojem in njihovi telesni zmogljivosti ter so omogočale varen, postopen prehod iz umirjenega v igrivo in sproščeno stanje.

HITRA EVALVACIJA Z MENTIMETROM

V sklopu delavnice je bila izvedena hitra, opisna evalvacijska raziskava z uporabo digitalnega orodja Mentimeter. Namen evalvacije je bil pridobiti vpogled v trenutno počutje udeležencev, njihove navade smejanja ter zaznano koristnosti joge smeha kot metode za obvladovanje šolskega stresa. V raziskavi je sodelovalo 167 udeležencev.

Metodologija

Uporabljena je bila anonimna spletna anketa z zaprtimi vprašanji in Likertovo lestvico. Vprašalnik je bil izveden dvakrat – pred začetkom in po zaključku delavnice – kar omogoča osnovno primerjavo sprememb v subjektivnem zaznanem počutju.

Rezultati

Počutje pred delavnico

Približno tretjina udeležencev je svoje počutje pred delavnico ocenila kot nevtralno ali slabo, kar kaže na prisotnost zaznane psihične obremenitve v šolskem okolju, medtem ko je okoli dve tretjini udeležencev poročalo o dobrem ali zelo dobrem počutju, kar kaže na razmeroma heterogeno izhodiščno stanje skupine.

Pogostost smejanja

Več kot polovica udeležencev poroča, da se smeji pogosto ali skoraj vsak dan, vendar okoli 20 % udeležencev navaja, da se smeji redko ali skoraj nikoli, kar predstavlja dejavnik tveganja za slabše obvladovanje vsakodnevnih obremenitev.

Počutje po delavnici

Po izvedbi joge smeha se je delež udeležencev, ki so svoje počutje ocenili kot dobro ali zelo dobro, povečal, hkrati pa se je zmanjšal delež tistih z izrazito slabim počutjem. Premik znaša približno 20–25 % v smeri bolj pozitivnega počutja.

Zaznana koristnost metode

Več kot 65 % udeležencev je jogo smeha ocenilo kot precej ali zelo koristno metodo za obvladovanje šolskega stresa, kar kaže na dobro sprejetost metode v šolskem okolju.

Omejitve evalvacije

Evalvacijo omejuje priložnostni vzorec, odsotnost kontrolne skupine in samoocenjevalni način zbiranja podatkov, zato rezultatov ni mogoče posploševati, predstavljajo pa pomembno izhodišče za nadaljnje raziskave.

INTERPRETACIJA

Rezultati kažejo na neposreden in zaznaven vpliv delavnice joge smeha na trenutno subjektivno počutje udeležencev. Primerjava ocen pred in po delavnici nakazuje premik s slabših in nevtralnih kategorij v bolj pozitivne, kar je skladno s teoretičnimi izhodišči o vplivu smeha na delovanje živčnega sistema in sproščanje endorfinov. Ker ne gre za eksperimentalno raziskavo, vpliva zunanjih dejavnikov ni mogoče izključiti, vendar podatki nakazujejo, da ima joga smeha potencial kot kratkotrajna, varna in učinkovita intervencija za izboljšanje razpoloženja in zmanjševanje zaznane obremenitve v šolskem okolju.

ZA ZAKLJUČEK

Delavnica joge smeha je pokazala, da lahko s kratkimi, varnimi in neinvazivnimi vajami pomembno vplivamo na počutje dijakov in zaposlenih. Hitra evalvacija z Mentimetrom je potrdila njeno učinkovitost in sprejetost med udeleženci.

Smeh ni le čustveni odziv, temveč strokovno utemeljeno orodje za podporo duševnemu zdravju. V izobraževalnem okolju, kjer so odnosi, čustva in obremenitve stalnica, predstavlja joga smeha dragoceno dopolnilo k celostni skrbi za zdravje.

Novo mesto, 10. 12. 2025, delavnica joge smeha ob dnevu Srednje zdravstvene šole Novo mesto. (Fotografiji: Nika Grubar)

Izbirni modul Zdrava prehrana in dietetika kot način za krepitev prehranske pismenosti med dijaki SZŠ Ljubljana

SABINA EGART IN MATEJA PUC

Prehranska pismenost je znanje, ki omogoča posamezniku, da sprejema premišljene prehranske odločitve in razume njihov vpliv na zdravje. V obdobju mladostništva, ko se oblikujejo trajne prehranske navade, ima izobraževanje o prehrani posebno težo.

Na Srednji zdravstveni šoli Ljubljana se tega dobro zavedamo, saj bodo naši dijaki kot bodoči zdravstveni delavci pomemben vir informacij o zdravi uravnoteženi prehrani in aktivni soustvarjalci zdravega življenjskega sloga pri pacientih. V ta namen jim ponujamo izbirni modul Zdrava prehrana in dietetika, ki predstavlja nadgradnjo temeljnih vsebin ter krepi razumevanje prehrane kot enega najpomembnejših gradnikov zdravja.

Modul se opira na sodobne pristope poučevanja in vključuje tudi medpredmetno povezovanje, ki omogoča celostni pogled na prehrano in zdravje posameznika v različnih starostnih obdobjih. Eden izmed takšnih primerov je sodelovanje med Matejo Puc, dipl. m. s., mag. dietet., učiteljico modula Zdrava prehrana in dietetika in Sabino Egart, dipl. m. s., učiteljico predmeta Zdravstvena nega otroka. Skupaj sta razvili učne vsebine, ki dijakom omogočajo povezovanje teoretičnega znanja z realnimi zdravstvenimi izzivi in razumevanje prehrane v kontekstu rasti, razvoja ter dolgoročne preventive.

Sodobne raziskave potrjujejo, da je prehrana eden ključnih dejavnikov, ki vpliva na zdravje v vseh življenjskih obdobjih. Zgodnje prehranske odločitve imajo dolgoročne posledice in so del t. i. prehranskega programiranja, ki opisuje vpliv prehrane v občutljivih razvojnih fazah – od predzanositvenega obdobja, skozi nosečnost in dojenje vse do konca otroštva in mladostništva. Prvih 8000 dni življenja je zato pomembno obdobje, v katerem se oblikujejo temelji zdravja, presnove in tveganja za kronične bolezni v odraslosti.

V okviru izbirnega modula dijakom ponujamo tudi strokovno izobraževanje na temo »Prehransko programiranje – pomen prehrane v prvih 8000 dneh«, ki ga za naše dijake izvede doc. dr. Evgen Benedik, klinični dietetik in prehranski svetovalec iz UKC Ljubljana ter Biotehniške fakultete UL. Predavanje predstavlja pomemben del medpredmetnega sodelovanja. Dijaki tako pridobijo razumevanje, kako lahko prehrana v zgodnjem življenju vpliva na tveganje za debelost, srčno-žilne bolezni, presnovne motnje in druge kronične nenalezljive bolezni v odraslosti. To znanje jim omogoča, da prehrano

razumejo ne samo kot vsakodnevno izbiro, ampak kot investicijo v dolgoročno zdravje posameznika.

Pomemben element modula je učenje skozi praktične izkušnje. V praktičnem delu učnih ur dijaki načrtujejo in pripravljajo primerne obroke, izbirajo ustrezna živila ter prilagajajo postopke priprave glede na prehranske cilje, zdravstvena stanja ali prehranske omejitve. S tem utrjujejo razumevanje temeljnih načel uravnotežene in funkcionalne prehrane ter razvijajo sposobnost prilagajanja jedilnikov posameznikovim potrebam. Učno delo zaključujejo s kratko samorefleksijo, v kateri ovrednotijo svoje razumevanje in razmišljajo o uporabi pridobljenega znanja v vsakdanjem življenju in prihodnji poklicni praksi. Menimo, da takšen praktični pristop povezuje teorijo z realnimi prehranskimi izzivi ter krepi zavedanje o pomembni vlogi prehrane pri podpori zdravja v vseh življenjskih obdobjih.

Izbirni modul Zdrava prehrana in dietetika pomembno prispeva h krepitvi prehranske pismenosti dijakov Srednje zdravstvene šole Ljubljana. Z vključevanjem sodobnih strokovnih znanj, medpredmetnega sodelovanja ter praktičnega učenja dijakom omogoča, da razvijejo kompetence, ki so ključne tako za njihovo osebno zdravje kot za njihovo prihodnjo vlogo v zdravstveni negi. Razumevanje prehrane v kontekstu prehranskega programiranja, zgodnjih življenjskih obdobij in kroničnih bolezni dijake opremi z znanjem, ki ga bodo lahko prenašali na paciente in širšo skupnost.

Na ta način modul ne krepi zgolj strokovnega znanja, temveč prispeva k oblikovanju generacije zdravstvenih delavcev, ki razumejo, da je prehrana temelj zdravja in da se pot do zdravega življenjskega sloga začne z znanjem.

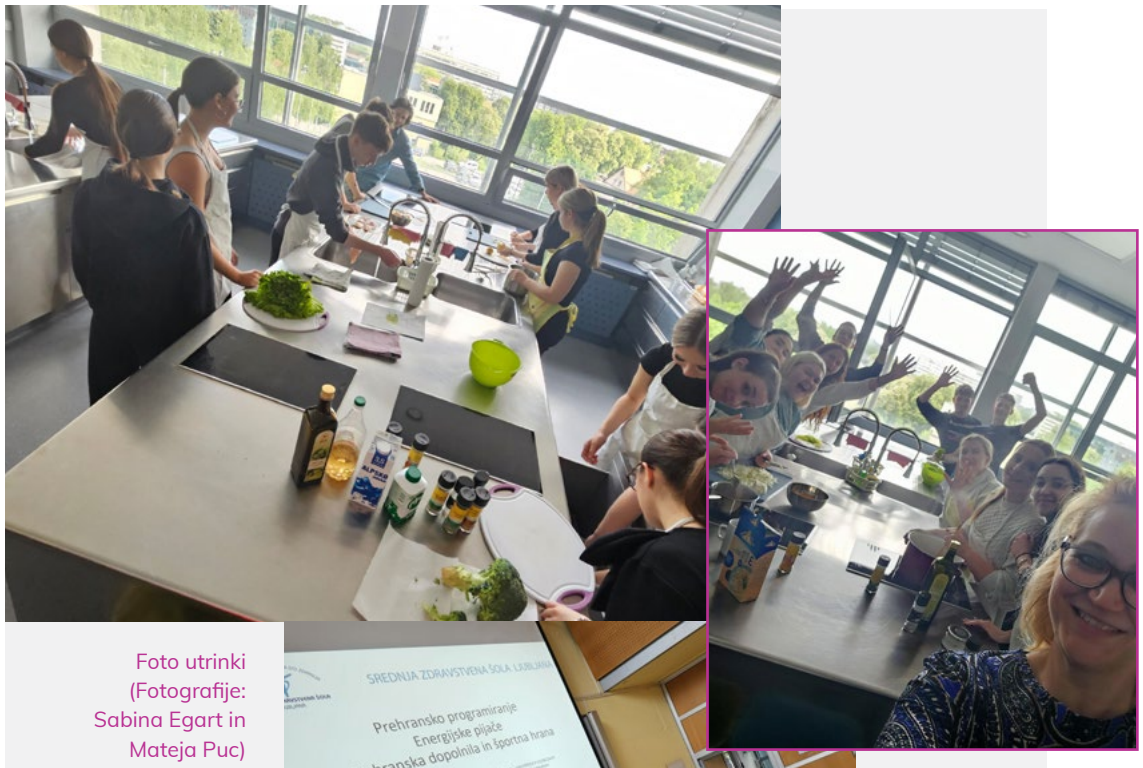


Foto utrinki (Fotografije: Sabina Egart in Mateja Puc)

Iz domžalske Tosame bralcem Utripa voščijo srečno, zdravo in uspešno novo leto. Hkrati pa vas prijazno vabijo v svoje specializirane trgovine in spletno prodajalno, v katerih najdete vse za zdravje in dobro počutje vseh generacij. Za še ugodnejši nakup pa vam poklanjajo kupon s popusti.

REVIJA UTRIP
DELO IGNACIJA VOJETA IZ 1994
NEKD. HAITSKI POLITIK (JEAN B.)
VRSTA HRASTA
RIMSKA ŠTEVILKA ŠTIRI
ŽENSKE, KI JADRAJO
LATIN. IZRAZ ZA JANEŽ
NAROD
11
GLAVNO MESTO ARMENIJE
STANJE MED DVEMA VOJNAMA
DRAGO IBLER
REKA V UKRAJINI
IVAN SIVEC
MELODIČNI OKRASEK
IVANA KOBILCA
2
VISOK GORSKI HRBET
VODNI VRTINEC (STAR.)
ŽELEZU PODOBNA SREBRNO BELA KOVINA
IGOR DEKLEVA
ZVRST JAMAJŠKE GLASBE
KRAJ PRI CELJU
10
SL. EKONOMISTKA (MARA)
GOLMAN OBLAK

REVIJA UTRIP
POLITIKA RASNE DISKRIMINACIJE
TV SERIJA, NADALJEVANKA
FILMSKI REŽISER KAZAN
LEPLJIV IZCEDEK IGLAVCEV
KITAJSKA UTEŽNA MERA
EDO DERŽAJ
GRŠKA ČRKA
VDOVA DAVIDA BOWIEJA
OMRTVIČENJE PRED POSEGOM
7
1
THOMAS ELIOT
BELO KRVNO TELESCE
HRVAŠKI PEVEC (TONY)
KNEZ ZAHODNIH GOTOV
GLAVNO MESTO OTOKA MAJORKA
12
3
NEGATIVNO NAELEKTREN ION
4
13
LADJA ZA PREVOZ TEKOČIN
NAPLAVINA
ERIK TUL
SMUČI (MEDNARODNO)
DENARNA ENOTA V IRANU
TAJSKA REKA
REKA MIRU V KANADI
PERZIJSKI SV. SPISI
ANG. IGR. (FRANCESCA)
5
TOMAŽ ZUPAN
AVSTRIJ. POROČ. AGENCIJA
BALONAR (SLAVKO)
SLAVKO IVANČIĆ
ČETRTI RIMSKI KRALJ
ATI, OČI
STARO KITAJSKO BRENKALO
SNEMALEC TUŠAR
ŽARGONSKO IME ZA HAŠIŠ
ZNAMKA TISKALNIKOV
NEOKUS. IZDELEK
9
OZEK PAS KOPNEGA
IZTOK KOVAČ
RASTLINA, KI IMA V KALČKU EN KLIČNI LIST
6
SMILJAN ROZMAN
GLAVNI VEZNIK
LIČINKA TRAKULJE
ARAŠID
BOLGAR. LITERARNI KRITIK (PENČO)
ŠAMPION, PRVAK
TEKOČINA ZA OSVEŽITEV KOŽE
8

avtor: Marko Drešček

OZNAČENE ČRKE RAZPOREDITE V LIK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

KUPON UGODNOSTI

10 % POPUSTA NA **CELOTEN NAKUP**

15 % POPUSTA NA **VSE TOSAMINE BLAGOVNE ZNAMKE**

Kupon ugodnosti velja do 31. 12. 2026 ob predložitvi ID kartice Zbornice - Zveze. Popusti se ne seštevajo in ne veljajo na izdelke na naročilnico, ki jo predpiše zdravnik, na izdelke v akciji, darilne bone in izdelke z zaklenjeno ceno.

KUPON 10%
3 838985 899213

KUPON 15%
3 838985 899220

TOSAMA
Specializirana prodajalna z medicinskimi pripomočki

POSLOVALNICE

VIR
Šaranovičeva cesta 35, Domžale, ob tovarni

LJUBLJANA
Ameriška ulica 13, BTC City, Dvorana A - visoko pritličje

MARIBOR
Jezdarska ulica 4, 2000 Maribor, na Taboru

KOPER
Pristaniška ulica 19, 6000 Koper, nasproti tržnice

IZOLA
Ljubljanska ulica 1, 6310 Izola, na tržnici

Pomoč po telefonu: 01 77 77 380
www.tosamashop.si

Pravilne rešitve - geslo nagradne križanke nam posredujte do 20. marca na naslov Zbornica – Zveza, Ob železnici 30 A, 1000 Ljubljana ali po e-pošti na naslov clanarina@zbornica-zveza.si in izžrebali bomo 6 nagrajencev. Med pravilnimi rešitvami bomo izžrebali 6 nagrad, ki jih prispeva Tosama d. o. o. Vrednost dveh prvih nagrad predstavlja storitev ali izdelek v okvirni vrednosti 30,00 evrov za posamezno nagrado, vrednost dveh drugih nagrad predstavlja storitev ali izdelek v okvirni vrednosti 20,00 evrov za posamezno nagrado, vrednost tretje nagrade pa predstavlja storitev ali izdelek v okvirni vrednosti 10,00 evrov.

ORGANIZATOR		TEMA SREČANJA	DATUM, KRAJ, LOKACIJA DOGODKA IN REGISTRACIJA	PROGRAM IZOBRAŽEVANJA
	DMSBZT Celje	**OBVEZNE VSEBINE: KAKOVOST IN VARNOST V ZDRAVSTVU**	Termini izobraževanj (predavanje bo poteklao ONLINE): • sreda, 11. februar, • sreda, 14. oktober.	Enodnevno strokovno izpopolnjevanje je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi ter oskrbi. Več o programu preberite na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/
	Delovna skupina za duhovno oskrbo v zdravstveni in babiški negi	**POMEN DUHOVNOSTI ZA DOBRO POČUTJE IN ZDRAVJE**	Petek, 13. 2. 2026, registracija udeležencev ob 9.30 Kraj in naslov izvedbe: Ljubljana, Zbornica – Zveza, Ob železnici 30a, 1000 Ljubljana	9.30 – 10.00 Registracija udeležencev 10.00 – 10.05 Pozdravni nagovor 10.05 – 11.45 Pomen duhovnosti za posameznika in vpliv na zdravje, dobro počutje, bolezen 11.45 –12.15 Odmor 12.45 - 13.45 Učna delavnica – vrednote, prepričanja, vzorci 13.45 – 14.30 Diskusija in zaključek
	DMSBZT Celje	**KO SE UNIFORME SLEČEJO, RANE OSTANEJO (NOTRANJI SVET ZDRAVSTVENIH DELAVCEV IN NJIHOVIH DRUŽIN)**	17. 2. 2026 online; od 15 - 19.30 ure	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/
	DMSBZT Celje, v sodelovanju z sekcijo reševalcev	**OBVEZNE VSEBINE: TPO Z AED**	Termini izobraževanj (prostori DMSBZT Celje, Kidričeva 25, Celje stavba RITS nasproti Tehnopolisa, 3. nadstropje: • torek,17. februar, • torek, 24. marec, • torek,14. april, • torek, 19. maj, • torek,16. junij, • torek, 22. september, • torek, 20. oktober, • torek, 24. november.	Enodnevno strokovno izpopolnjevanje je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi ter oskrbi. Več o programu preberite na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/
	DMSBZT Maribor	**VLOGA INHALATORNE TERAPIJE PRI PLJUČNIH BOLEZNIH** **APLIKACIJA BRONHODILATATORNE TERAPIJE PRI PACIENTU IN ZDRAVSTVENO VZGOJNO DELO** **PRAKTIČNA DELAVNICA APLIKACIJE BRONHODILATATORNE TERAPIJE**	Četrtek, 19. februar 2026, od 16.00 do 19.00, prostori DMSBZT Maribor (Ul. Heroja Jevtiča 5, 2000 Maribor)	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si
	DMSBZT Maribor	**OBVEZNE VSEBINE: KAKOVOST IN VARNOST V ZDRAVSTVU**	Petek, 20. februar 2026 (prostori DMSBZT Maribor (Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor), registracija ob 8.00.	Enodnevno strokovno izpopolnjevanje je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi ter oskrbi. Več o programu preberite na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si
	DMSBZT Celje	**PERIFERNI OSREDNJI VENSKI KATATER, PICC/MIDLINE**	24. 2. 2026; v živo, od 15. - 19.30 ure, prostori DMSBZT Celje, Kidričeva 25, 3000 Celje, Stavba RITS nasproti TEHNOPOLIS, 3. nadstopje	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/
	DMSBZT Celje	**ČUSTVENA REGULACIJA IN ASERTIVNA KOMUNIKACIJA V ZDRAVSTVENI NEGI**	25. 2. 2026 V ŽIVO; od 16. - 19. ure, prostori DMSBZT Celje, Kidričeva 25, 3000 Celje, Stavba RITS nasproti TEHNOPOLIS, 3. nadstopje	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/
	Sekcija medicinskih sester v promociji zdravja in zdravstveni vzgoji	**TELO IN UM V RAVNOVESJU – TRAJNOSTNO DOBRO POČUTJE VSEH GENERACIJ**	Petek, 6. marec 2026, registracija udeležencev od 8.30 B&B izobraževalni center Ljubljana, Letališka cesta 16a, 1000 Ljubljana	Enodnevno strokovno izpopolnjevanje je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi ter oskrbi. Več o programu : https://zbornica-zveza.si/izobrazevanja/telo-in-um-v-ravnovesju-trajnostno-dobro-pocutje-vseh-generacij/
	DMSBZT Celje	**OBVEZNE VSEBINE: POKLICNA ETIKA IN ZAKONODAJA S PODROČJA ZDRAVSTVA**	Termini izobraževanj (Izobraževanje bo potekalo ONLINE): • sreda, 11. marec, • sreda,11. november.	Enodnevno strokovno izpopolnjevanje je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi ter oskrbi. Več o programu preberite na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/

Še več informacij o izobraževanju najdete na naši spletni strani www.zbornica-zveza.si/izobrazevanja/, do katere pridete tudi s QR kodo.

ORGANIZATOR		TEMA SREČANJA	DATUM, KRAJ, LOKACIJA DOGODKA IN REGISTRACIJA	PROGRAM IZOBRAŽEVANJA
	DMSBZT Maribor v sodelovanju z zaposlenimi v ZN Klinike za ORL, kirurgijo glave in vratu UKC Maribor	**KOMPETENČNI CENTER: DIHANJE Dihalne kanile: menjava dihalne kanile (brez/s tesnilko), menjava dihalne kanile pri formirani dolgotrajni stomi, namestitev in čiščenje govorne kanile, odstranitev dihalne kanile, preveza/ pritrditev dihalne kanile, opazovanje dihanja, dokumentiranje, zdr. vzgoja**	Petek, 10. april 2026, od 16.00 do 20.00, prostori DMSBZT Maribor (Ul. Heroja Jevtiča 5, 2000 Maribor)	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.s
	Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji in gastroenterologiji	**35. strokovni seminar KO NE GRE VSE PO NAČRTU Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v endoskopiji in gastroenterologiji**	V petek, 10. in soboto 11. aprila 2026, Lipa Hotel, Trg Ivana Roba 7, Šempeter pri Novi Gorici Čas trajanja od 08:00 (10. 4. 2026) do 13:00 (11. 4. 2026) Registracija ob 08:00	Program je objavljen na spletni strani Zbornice - Zveze.
	DMSBZT Maribor	**OBVEZNE VSEBINE: TPO Z AED**	Petek, 13. marec 2026 (prostori DMSBZT Maribor (Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor), registracija ob 8.00.	Enodnevno strokovno izpopolnjevanje je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi ter oskrbi. Več o programu preberite na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si
	DMSBZT Celje	**PRVA POMOČ OB POŠKODBI**	17. 3. 2026 V ŽIVO; od 16. - 19. ure, prostori DMSBZT Celje, Kidričeva 25, 3000 Celje, Stavba RITS nasproti TEHNOPOLIS, 3. nadstopje	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/
	Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v pediatriji v sodelovanju z UKC MARIBOR	**XXXV. SREČANJE PEDIATROV V MARIBORU IN XXII. SREČANJE MEDICINSKIH SESTER V PEDIATRIJI**	19 in 20. marec 2026, ura: 13.00 MARIBOR, LOŠKA ULICA 13	Strokovno srečanje Urgentna stanja v pediatriji in Alergologija in astma Naslov za pošiljanje prijav: www.ukc-mb.si, zavihek strokovna srečanja
	DMSBZT Maribor	**Aktualna cepljenja (KME) in cepljenja popotnikov REDNI IN VOLILNI OBČNI ZBOR**	Četrtek, 19. marec 2026, od 16.00 do 19.00, prostori DMSBZT Maribor (Ul. Heroja Jevtiča 5, 2000 Maribor)	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si
	DMSBZT Maribor	**OBVEZNE VSEBINE: POKLICNA ETIKA IN ZAKONODAJA S PODROČJA ZDRAVSTVA**	Petek, 20. marec 2026 (prostori DMSBZT Maribor (Ulica heroja Jevtiča 5, Maribor), registracija ob 8.00.	Enodnevno strokovno izpopolnjevanje je namenjeno zaposlenim v zdravstveni in babiški negi ter oskrbi. Več o programu preberite na spletni strani društva: www.dmsbzt-mb.si
	DMSBZT Celje	**TRAVMATSKI DOGODKI IN PSIHOSOCIALNA PODPORA REŠEVALCEM V NUJNI MEDICINSKI POMOČI**	25. 3. 2026 V ŽIVO; od 16. - 19. ure, prostori DMSBZT Celje, Kidričeva 25, 3000 Celje, Stavba RITS nasproti TEHNOPOLIS, 3. nadstopje	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/
	DMSBZT Celje	**POMEN TERAPEVTSKE KOMUNIKACIJE**	26. 3. 2026; v živo, od 15. - 20.30 ure, prostori DMSBZT Celje, Kidričeva 25, 3000 Celje, Stavba RITS nasproti TEHNOPOLIS, 3. nadstropje	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/
	DMSBZT Celje	**KOMUNIKACIJSKE KOMPETENCE IN OBVLADOVANJE KONFLIKTOV V ZDRAVSTVENIH TIMIH**	22. 4. 2026. od 16. - 19. ure, prostori DMSBZT Celje, Kidričeva 25, 3000 Celje, Stavba RITS nasproti TEHNOPOLIS, 3. nadstopje	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/
	DMSBZT Celje	**NEFORMALNI DRUŽINSKI OSKRBOVALCI, KI OSKRBUJEJO NEOZDRAVLJIVO BOLNE SVOJCE**	23. 4. 2026 V ŽIVO; od 16. - 19. ure, prostori DMSBZT Celje, Kidričeva 25, 3000 Celje, Stavba RITS nasproti TEHNOPOLIS, 3. nadstopje	Program je v celoti objavljen na spletni strani društva:https://www.dmsbzt-celje.si/

Še več informacij o izobraževanju najdete na naši spletni strani www.zbornica-zveza.si/izobrazevanja/, do katere pridete tudi s QR kodo.

Stalna delovna skupina za paliativno zdravstveno nego in oskrbo pri Zbornici – Zvezi

KOMUNIKACIJSKI IZZIVI V PALIATIVNI OSKRBI

Datum, kraj, lokacija dogodka in registracija:

sreda, 4. marec 2026,

Radisson Blu Plaza Hotel Ljubljana, Bratislavska cesta 8, Ljubljana

Registracija udeležencev od 8. do 8.30.

Program izobraževanja: Strokovno izobraževanje je namenjeno vsem, ki želijo pridobiti in obnoviti znanje iz komunikacijskih veščin ter komunikacije z neozdravljivo bolnimi in njihovimi svojci ter velja kot obnovitveno izobraževanje za prejemnike specialnih znanj iz paliativne oskrbe za izvajalce zdravstvene in babiške nege.

Program je objavljen na spletni strani Zbornice – Zveze.

8. MEDNARODNI KONGRES URGENTNE MEDICINE IMRUA 2026 IN 1. KONFERENCA BLOODBIKES

23.–25. APRIL 2026, MARIBOR

Z velikim veseljem vas vabimo na 8. Mednarodni kongres urgentne medicine IMRUA 2026, ki bo letos prvič združen s 1. Konferenco Bloodbikes. Dogodek bo potekal v Mariboru in bo znova združil vrhunske strokovnjake urgentne medicine ter sorodnih področij iz Slovenije in tujine.

Častna pokroviteljica kongresa je predsednica Republike Slovenije, dr. Nataša Pirc Musar.

Kongres poteka v sodelovanju z:

- Zbornico zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zvezo strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije
- Sekcijo reševalcev v zdravstvu
- ZD dr. Adolfa Drolca Maribor

Udeležence čaka izjemno bogat in aktualen program:

- 28 vrhunskih predavanj priznanih predavateljev z vsega sveta
- 7 strokovnih delavnic
- Ultrasound Course by WINFOCUS – specializiran tečaj ultrazvoka

Komu je kongres namenjen?

Dogodek je primeren za:

- diplomirane zdravstvenike in diplomirane medicinske sestre
- tehnike zdravstvene tehnike in srednje medicinske sestre
- zdravnike
- pripadnike Slovenske vojske
- člane Rdečega križa, Civilne zaščite
- prve posredovalce in gasilce
- študente medicine in zdravstvenih ved
- ter vse, ki delujejo na področju nujne medicinske pomoči

Udeleženci bodo za sodelovanje prejeli licenčne točke.

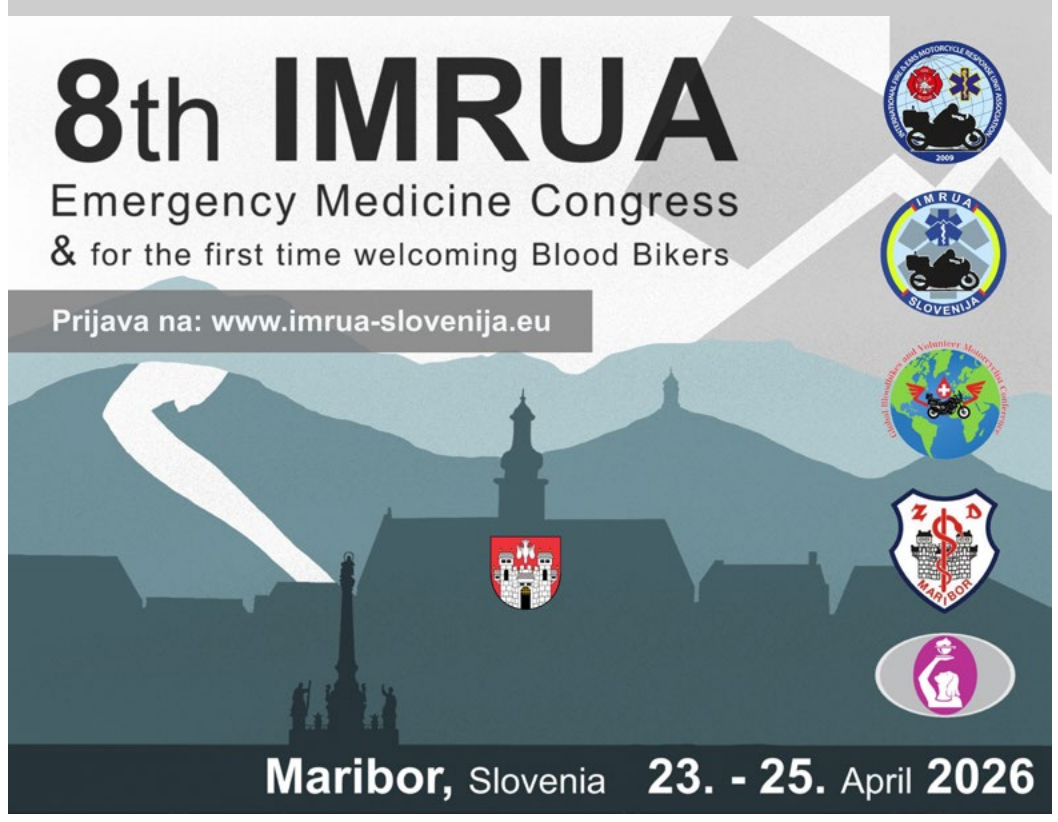
Veselimo se srečanja z vami v Mariboru!

Kotizacija: 160 €

Zakaj se udeležiti?

Pridite, obnovite in nadgradite svoje znanje, izmenjajte izkušnje, spoznajte nove kolege iz celega sveta ter postanite del edinstvene strokovne in prijateljske skupnosti IMRUA.

Več informacij in prijava: **www.imrua-slovenija.eu**



GLAVNA UREDNICA: Anita Prelec / ODGOVORNA UREDNICA: Ksenija Pirš / UREDNIŠKI ODBOR: Marjeta Berkopec, mag. Andreja Krajnc, Tea Bevk, Tadeja Drenovec, Zala Marn, Nataša Radovanović / STROKOVNA RECENZIJA: Anita Prelec / LEKTORIRANJE: Jelica Žalig Grce / NAKLADA: 16.350 izvodov / NASLOV UREDNIŠTVA: UTRIP, Ob železnici 30 a, Ljubljana, Tel. št.: 01 544 5480, F.: 01 544 5481 / TRR Zbornice – Zveze pri NLB, d. d., poslovalnica Tavčarjeva, Ljubljana, številka: SI56 0201 5025 8761 480 / OGLASI: Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije – Zveza strokovnih društev medicinskih sester, babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije, Tel. št.: 01 544 5480, F.: 01 544 5481, trzenje@zbornica-zveza.si / OBLIKOVANJE IN PRIPRAVA ZA TISK: Barbara Kralj, PRELOM d. o. o., www.prelom.si / TISK: Salomon d. o. o. / SPLETNA STRAN ZBORNICE – ZVEZE: www.zbornica-zveza.si, Utrip (online) / ELEKTRONSKI NASLOV UTRIPA: utrip@zbornica-zveza.si / SPREMEMBO SVOJIH OSEBNIH PODATKOV (naslov, priimek ...) POŠLJITE NA NASLOV: clanarina@zbornica-zveza.si, ISSN 1581-3738 / REVIJA IZIDE 6-KRAT LETNO. / Datum izida: 5. 2. 2026 / FOTOGRAFIJE ZA NASLOVNICO: Podelitev najvišjih odlikovanj države za izjemne zasluge in dejanja posebnega pomena za blaginjo Slovenije (Fotografija: arhiv Zbornica – Zveza) / 50 let Sekcije medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v operativni dejavnosti (Fotografija: arhiv strokovne sekcije) / Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v urgenci – 30 let strokovne rasti in povezovanja (Fotografija: arhiv strokovne sekcije)