

12. maj - Mednarodni dan medicinskih sester

12. maja praznujejo medicinske sestre in zdravstveni tehniki v Sloveniji in po vsem svetu.

Letošnji mednarodni dan poteka pod geslom - **Medicinske sestre: glas za vse nas in za zdravje po svetu.**

»V mednarodnem letu medicinskih sester in babic so oči sveta uprte v nas, v naš poklic na način, kot ga nismo mogli predvideti, si ga niti zamisliti. A tudi v teh izrednih razmerah smo dokazali, da skupaj resnično zmoremo veliko. Ne glede na razmere so naša glavna skrb vedno pacienti, za kar pogosto tvegamo tudi lastno zdravje. Ta tragična epidemija razkriva, kako nenadomestljivi smo, in dokazuje, da smo temelj zdravstvenega sistema,« je povedala **Monika Ažman, predsednica Zbornice – Zveze.**

Medicinske sestre, zdravstveni tehniki in babice, ne glede na to, ali delujejo v kurativi ali preventivi, so te dni solidarno in nesebično v »prvih bojnih linijah« proti širjenju in v pomoč obolelim zaradi novega koronavirusa, za kar si zaslužijo vse priznanje. Kljub njihovi nepogrešljivosti v zdravstvu so pogosto spregledane in podcenjene. Zaradi vseh potreb, zlasti pa v kriznih razmerah, kakršne predstavlja aktualna pandemija COVID-19, so tudi preobremenjene.

O delu v trenutnih razmerah so strnile svoje misli:

»V času epidemije medicinske sestre Zdravstvenega doma Slovenj Gradec aktivno sodelujemo na različnih področjih. Sodelujemo v ambulanti za obravnavo bolnikov s sumom na COVID 19 - Covid ambulanta, saj smo vstopna točka za jemanje brisov, delamo v triaži pacientov ob vstopu v zdravstveni dom, koordiniramo klice pacientov k osebni zdravniku (za recepte, tehnične pripomočke, napotnice), vključujemo se v službo nujne medicinske pomoči. Bili smo tudi vstopna točka za nosečnice koroške regije in smo INFO točka za zobozdravstvene storitve. Patronažna služba ves čas trajanja epidemije, na terenu izvaja številne preventivne in kurativne obiske pacientov, katerih opustitev bi predstavljala škodo za njihovo zdravstveno stanje. Vse obravnave izvajajo ob doslednem upoštevanju higienskih in zaščitnih ukrepov in skladno s priporočili stroke».

Danica Repas, dipl.m.s.,spec., Pomočnica za področje zdr.nege, ZD Slovenj Gradec

»Center za krepitev zdravja (CKZ) Koroška je moral v času epidemije za nekaj časa žal zapreti svoja vrata. Vendar smo se strokovne delavke CKZ Koroška (diplomirane medicinske sestre, kineziologinja, dietetičarka, psihologinja, fizioterapevtki) organizirale na drugačen način in ljudem, kljub vsemu predajamo svoja znanja v okviru naših strokovnih kompetenc in znanj. Tako diplomirane medicinske sestre sodelujemo v COVID in pediatrični ter šolski ambulanti. Celoten tim CKZ dnevno pripravljamo priporočila, članke, navodila, snemamo posnetke, pripravljamo igre, pesmice, recepte in še veliko več za različne starostne skupine ljudi in različne potrebe po krepitevi zdravja, kljub in še posebej, v tej težki situaciji. Te prispevke objavljamo na spletni strani <https://krepimozdravje.si/> in FB strani ter na spletnih straneh Zdravstvenega doma Slovenj Gradec in Zdravstvenega doma Dravograd».

Učakar Mateja, mag. zdr. nege, Vodja CKZ, Slovenj Gradec

»V zdravstvenem vzgojnem centru Zdravstvenega doma Ravne na Koroškem smo bili ravno v izvajanju delavnice Zdravo hujšanje. Njeni udeleženci so bili zelo motivirani, delavnico so radi obiskovali in bili pri svojem hujšanju tudi uspešni. Že teden dni pred razglasitvijo epidemije so bili nekateri udeleženci prestrašeni, čemur je sledil upad obiska delavnice že pred razglasitvijo epidemije. Kot vodja delavnice Zdravega hujšanja sem z vsakim udeležencem opravila telefonski pogovor, v katerem sem mu razložila zakaj delavnic ne smemo izvajati. Vsi udeleženci so dobili vso gradivo in napotke za nadaljevanje zdravega življenjskega sloga doma. Ker smo še vedno v času, ko se preventive dejavnosti ne smejo izvajati oz. se pripravljamo na njihov zagon, sem vse udeležencem poslala spodbudno SMS sporočilo z željo po uspehu še naprej in jim zastavila vprašanje o njihovem napredku, želim vse uspešno tudi v naprej. Verjetno bo nadaljevanje delavnice možno v jeseni. Odziv udeležencev je bil presenetljiv, saj se večina trudi živeti zdrav življenjski slog tudi v času epidemije. Presenetili so me odgovori, da imajo dovolj časa za aktivnosti in načrtovanja zdrave prehrane, ker je kar nekaj izmed njih na čakanju na delo in so doma. Obljubila sem jim, da se do poletja zagotovo slišimo po telefonu. Do takrat seveda vsi

upamo, da bo epidemiološka slika bolezni v Sloveniji ugodna in da bomo lahko tudi medicinske sestre na področju zdravstvene vzgoje začele s svojim delom po ustaljenih tirnicah.«

Bojana Vrhovnik, dipl.m.s., Zdravstveno vzgojni center, ZD Ravne na Koroškem

»Epidemija nam je preprečila naše vsakdanje delo s pacienti, zato smo medicinske sestre iz zdravstvenega doma Dravograd začele izvajati vse ukrepe za preprečevanje širjenja virusa.

Vloga medicinskih sester je bila v tem času izrednega pomena. Medicinske sestre smo osebe, katerim ljudje zaupajo, zato smo delovale zdravstveno vzgojno in preventivno, bodisi neposredno s pacienti ali po telefonu.

Naše delo, delo medicinskih sester vidimo predvsem v preprečevanju širjenja okužbe, na ta način, da ozaveščamo ljudi, jim ponudimo pomoč in sodelujemo z njimi. Medicinske sestre smo se vključevale v različne oblike dela, nekatere so delale neposredno s pacienti, nekatere preko različnih oblik inf. tehnologije. V namen sodelovanja s pacienti smo se v naši ustanovi posluževali različnih oblik obveščanja in komuniciranja. Naše paciente smo ozaveščali po telefonu, e pošti, spletu, Facebooku, KTV Dravograd, ter osebno pri obisku zdravnika.

Kot medicinski sestra se mi zdi zelo pomembno, da imajo pacienti občutek varnosti, ter da vedo kje in kako lahko pomoč, ki jo potrebujejo dobijo.

V času epidemije so ljudje zelo zbegani, prestrašeni, zato je nujno, da jim ponudimo pomoč. Opravile smo veliko delo s svetovanji po telefonu. Veliko krat so mi po telefonu povedali, da jim že kratek pogovor veliko pomeni in da so pomirjeni. Medicinske sestre smo osebe, ki jim ljudje zaupajo, zato je naša naloga, nudenje pomoči, podpore, ter dajanje napotkov. To delo tudi sicer redno opravljamo, ampak v času epidemije je naše delo še posebej izraženo. Vesela sem, ko slišim, da je nekdo hvaležen, pomirjen, vesel in zadovoljen, in jaz se ob tem počutim veselo in srečno. Vsi smo se trudili po svojih najboljših močeh in smo želeli vsem ljudem pomagati. Zahvala gre vsem sodelavkam in sodelavcem, ki so v teh časih prispevali k boljšemu počutju naših pacientov in pripomogli k zavezitvi širjenja virusa. «

Lea Rebrnik, dipl.m.s., spec., Krepitev zdravja, ZD Dravograd

»Na Oddelku za pediatrijo Splošne bolnišnice Slovenj Gradec smo, za čas epidemije, bili primorani zelo hitro ustvariti novo delovno okolje. Ambulantno delovišče našega oddelka smo preuredili za paciente s sumom na COVID-19. Prej ambulantne prostore smo preoblikovali v 4 bolniške sobe, z pregradno steno na hodniku smo ločili COVID odsek od čistega dela oddelka. Spremenili smo način dela, strogo smo ločili zaposlene, naučili smo se pravilno uporabljati zaščitno opremo. Odločitve so morale biti hitre. Na začetku smo bili vsi zelo prestrašeni, kasneje smo postali suvereni. 20.4.2020 smo postopoma pričeli z ambulantnim delom, ki smo ga do 8.5.2020 izvajali na Oddelku za pediatrijo. Tako smo na oddelku uredili iz bolniških sob delovno okolje za ambulantno delo. 8.5.2020 smo zaradi lažje organizacije in kvalitete dela selili COVID delovišče na Oddelek za pediatrijo in trenutno imamo urejenih 7 bolniških sob za paciente s sumom na COVID. Tako smo lahko ponovno uredili ambulantno delo v pritličju, vsem pacientom zagotovili lastni vhod in jih ločili od starejših otrok.

Ves čas smo sledili vsem navodilom, pravilnikom, ki so se naglo spreminjala. Zahtevalo je veliko organizacijskih sprememb. Predvsem pa nas je bilo strah, bili smo psihično zelo obremenjeni. Epidemija pa je prinesla tudi nekaj pozitivnega, zaposleni smo se v tem času zelo povezali. Bili so tudi dnevi, ko smo drug drugega včasih tudi tolažili.«

Natalija Solero, dipl.ms.s., Glavna medicinska sestra Oddelka za pediatrijo, SB SG

»V času epidemije Covid 19 smo pokazali, da skupaj zmoremo saj smo kljub nenehnemu prilagajanju razmeram v nastali situaciji pokazale moč, složnost in pripadnost. Potrebna je bila reorganizacija službe z uvedbo stalne pripravljenosti ene medicinske sestre na domu. Skupaj smo dorekli in uredili delovne pogoje za varno izvedbo intubacije pacientov s potencialno okužbo in izdelali navodila za nadaljnjo oskrbo le teh med operacijo. «

Lucija Bahč, dipl.m.s., Odgovorna medicinska sestra Enota za anestezijo SB SG

»V Urgentnem centru Splošne bolnišnice Slovenj Gradec smo delo, v času epidemije organizirali tako, da pacienti, ki so potencialno okuženi z novim koronavirusom, v ustanovo vstopajo preko COVID UC. Mislimo, da smo medicinske sestre pomembne pri obvladovanju zdravstvene krize in smo bistvena vez med pacientom, ostalim zdravstvenim timom ter njegovimi svojci. Za te paciente smo prvi stiku v prvi »bojni liniji« in smo ob njem ves čas njegove obravnave. Ravno zato, je subtilna ocena medicinske

sestre izrednega pomena. Pomembna je naša usposobljenost ter znanje, da se v dani situaciji odzovemo strokovno in kakovostno. Spoznali smo, da je prva in najpomembnejša stvar to, da imamo na voljo dovolj zaščitne opreme (OVO) in takoj smo pristopili k izvedbi izobraževanja o pravilni uporabi OVO med zaposlenimi v zdravstveni negi v UC. V tej epidemiološki situaciji se je pokazalo kaj je v resnici timsko delo. Zaupanje med sodelavci ter budno opazovanje vsega, kar se dogaja okrog nas, je za varno delo neizogibno. Delo s COVID 19, ali sumom nanj, pacienti, je za medicinske sestre psihično in fizično zahtevno, saj se pri svojem delu soočamo z nečim novim in neznanim in to je velik izziv za vse. Kritično razmišljanje in delo medicinske sestre je v tej dani situaciji neprecenljivo, saj le tako vidi kako se delo odvija in lahko poda predloge za izboljšave dela.«

Vesna Vravnek, dipl.m.s., Odgovorna medicinska sestra Urgentnega centra, SB SG

»V času negotovosti in strahu ob pojavu pandemije svetovnih razsežnosti smo se zaposleni v zdravstveni negi bili primorani naučiti in prilagoditi novim razmeram pri obravnavi pacientov. Pomembno je bilo neločljivo sodelovanje vseh članov tima, povezanost, usklajevanje vseh dejavnosti za čim boljše zadovoljstvo pacientov in vseh zaposlenih. To se je še posebej izrazilo v času pandemije COVID- 19. Poleg vzpostavitve delovanja izolacijskega oddelka COVID 19, smo morali poskrbeti morali tako za varnost pacientov, kot tudi za varnost celotnega tima, ki se je vključeval v delo. Ljudje smo različni in se v danih situacijah različno odzivamo, vendar pa smo se vsi člani negovalnega tima zavedali, da lahko le z dobrim sodelovanjem in delovanjem za iste cilje pripomoremo k zaježitvi širjenja virusa. Istočasno nismo pozabili na naše temeljno poslanstvo- krepitev zdravja, nego in oskrbo vseh, ki to potrebujejo in spoštovanje življenja, dostojanstva in pravic človeka. «

Lidija Reiter, dipl.m.s., glavna medicinska sestra Oddelka za interno medicino, SB SG

»V času epidemije COVID 19 smo na področju zdravstvene nege v bolnišnici Slovenj Gradec organizirali nove službe za obravnavo COVID in NE COVID ambulantnih in hospitalnih pacientov. Urgentni center je postal COVID center, pred centrom je delovala triaža v kateri je medicinska sestra s pomočjo anketnega vprašalnika razvrstila paciente brez in s sumom na bolezen. Vsi pacienti s sumom na bolezen so bili hospitalizirani na COVID oddelek kateri je deloval znotraj Oddelka za interno medicino. Na COVID oddelek smo prerazporedili kader zdravstvene nege iz vseh oddelkov bolnišnice. Izjemna pripravljenost medicinskih sester in tehnikov zdravstvene nege, vključevanje v obravnave pacientov katere so jim do takrat bile »neznane« sta premagali strah in negotovost v kriznih situacijah. Pediatrična in ginekološka služba sta ločeni poti obravnave organizirali znotraj svojih oddelkov. Od samega začetka epidemije smo sledili dokumentu »Načrt SB Slovenj Gradec v primeru pojava epidemije nalezljivih bolezni ob pojavi nalezljive bolezni«. Medicinska sestra in zdravnica za obvladovanje bolnišničnih okužb sta nenehno izobraževale zdravstveno osebje o uporabi zaščitne opreme. Na vsakem oddelku smo posebej obnovili znanje glede odvzema kužnin za diagnostiko, postopkov razkuževanja, ločevanja odpadkov, načela izolacije, transporta hrane in perila. S talnimi oznakami in napisi smo ločili čiste in nečiste poti v bolnišnici. Na vhodu bolnišnice je delovala kontrolna vstopna točka kjer so medicinske sestre vsakodnevno preverjale podatke pacientov in napotitve v ustrezne ambulante. Zaposleni v zdravstveni negi SB SG so v času krize pokazali strokovnost, pripravljenost na spremembe delovnega okolja, hitro vključevanje v nova okolja, timsko delovanje in požrtvovalnost. Ponosna sem kar sem vaša sodelavka. Iskrena hvala vsakemu posebej. «

Jelena Čubra, mag.zdr.nege, Medicinska sestra za pedagoško dejavnost, SB SG

» Ob mednarodnem prazniku medicinskih čestitamo vsem izvajalcem zdravstvene nege, ki kljub pogosto zahtevnim in napornim pogojem dela še vedno strokovno in zavzeto, z optimizmom ter s predanostjo izvajate svoje poslanstvo, to je skrb za sočloveka. «

OSTANITMO ZDRAVI

***Janja Pungartnik, dipl.m.s., mag.zdr.nege
Predsednica Strokovnega društva medicinskih sester, babic in
zdravstvenih tehnikov Koroške***

V Slovenj Gradcu, 12.5.2020

