ZDRAVSTVENI DOM NOVO MESTO

Novi dan

interni časopis
številka 22
leto 7
junij 2005

UVODNIK

Foto: Andreja Češarek

Pred vstopom v poletje – nekaj resnega. Vode, ki stojijo, se usmradijo. Lepše lahko rečemo, da postanejo kalne. To je neizpodbitna resnica. To je zakon narave, preko katerega ne moremo. Pa vendar tudi v kalni vodi še vztrajajo ribice, lokvanj poganja čudovito zelene liste na dolgih in trdnih pecljih. Cvetovi med njimi se bleščijo od beline, ki jo mehča nadih rožnate barve. Opažam, da smo vsi po vrsti sitni in nezadovoljni. Pogosto polni malodušja in prikritega besa. Skoraj vsi – tudi jaz. Nobenega velikega razpravljanja ne želim. Upam si reči – tudi to je zakon – zakon našega časa, ki ga ustvarjamo sami.

Urednica Dular Nežka, dr.med

Foto: Andreja Češarek

Za poživitev prve strani našega časopisa in za majčkeno veselje v Vaših srcih pa še cvetoča vejica tega poletja.

LAŽJE IN HITREJE DO NUJNE MEDICINSKE POMOČI

V Zdravstvenem domu Novo mesto smo 5. aprila pripravili slovesnost, ki se je je med ostalimi povabljenimi gosti udeležil tudi minister za zdravje dr. Andrej Bručan.

Zbrane je nagovoril direktor Zdravstvenega doma Novo mesto Emil Balažić, dr.med., specialist internist, ki je predstavil 115 milijonov vredno naložbo – nov urgentni vhod, prenovljene prostore prehospitalne enote in dispanzerja za ženske ter reanimobil.

Nov urgentni vhod je urejen na spodnji strani Zdravstvenega doma. Vhod je namenjen izključno nujni medicinski pomoči. Ker je bližje dovozni poti, je tudi lažje dostopen. Z ureditvijo vhoda so delno prenovljeni tudi prostori prehospitalne enote in pridobljen prostor za 24-urno delovanje dispečerske službe, ob tem pa je v kleti urejen še prostor za centralno sterilizacijo.

Ob tej priložnosti je predsednik uprave KRKE, tovarne zdravil, d.d. Jože Colarič predal namenu nov reanimobil, za katerega je sredstva (10 milijonov) prispevala KRKA, 7 milijonov (za predelavo in opremo) so prispevali donatorji – Adria Mobil d.o.o. Novo mesto, Avtogalant – izdelava izpušnih cevi, Jožica Novak, s.p. Novo mesto, Avtogalant Trgovina d.o.o. Novo mesto, FerroČrtalič d.o.o. Dolenjske Toplice, Gimpex d.o.o. Novo mesto, Medic Team Trgovina, Zastopanje d.o.o. Novo mesto, Mizarstvo Bobič d.o.o. Novo mesto, Mobitel d.d. Ljubljana, Občina Dolenjske Toplice, Steklarstvo in okvirjanje slik Miran Vidmar, s.p., Novo mesto in Tabakum Export Import d.o.o. Novo mesto, preostali denar pa je v obliki opreme dodal še sam Zdravstveni dom.

S prenovo prostorov dispanzerja za ženske smo poskrbeli za večjo intimnost, pridobili smo prostore za diagnostiko ginekoloških bolezni, možni bodo tudi manjši kirurški posegi.

Zadovoljni pa so tudi občani Šentjerneja, saj je tamkajšnja zdravstvena postaja dobila novo pediatrično ambulanto. Uradna otvoritev ambulante je bila 5. maja 2005.

»Želimo kupiti še nov ultrazvok in CTG ter mamograf. Ultrazvok dojk in pregled nuhalne svetline za dojenčke sedaj izvajamo v ambulanti za ultrazvok srca. Denar za nakup prepotrebnih aparatov bomo skušali zbrati z donatorstvom,« je povedal direktor dr. Emil Balažić.

Irena Češarek

NOVA PEDIATRIČNA AMBULANTA V ŠENTJERNEJU

V občini Šentjernej so bogatejši za pridobitev, ki so jo nekateri še posebej željno čakali. V prostorih tamkajšnje zdravstvene postaje so namreč odprli novo pediatrično ambulanto, ki bo služila varovanju zdravja več kot 200 predšolskih in šolskih otrok z območja šentjernejske in škocjanske občine. Naložba je stala 20 milijonov tolarjev, denar zanjo pa so prispevali Zdravstveni dom Novo mesto, šentjernejska občina in donatorji. Kot je povedal šentjernejski župan Franc Hudoklin, so na lanski dobrodelni prireditvi ob občinskem

Župan občine Šentjernej Franc Hudoklin in naš direktor pri otvoritvi nove pediatrične ambulante v Zdravstveni postaji Šentjernej.

prazniku za to zbrali dobra 2 milijona, ki so ju namenili za nakup potrebne opreme v ambulanti. Dr. Emil Balažić, direktor Zdravstvenega doma Novo mesto je poudaril, da je to dejavnost, ki je doslej v zdravstvenih postajah niso izvajali. Glede na to, da obseg dela presega zmogljivosti ene same pediatrične ambulante, bo del šolske mladine še naprej obiskoval dosedanjo zdravnico Slavko Žibert Vizec, vodjo Zdravstvene postaje Šentjernej.

Otroci so bili nove ambulante verjetno še najbolj veseli.

OBNOVITEV DISPANZERJA ZA ŽENSKE

18. oktobra 2004 smo bili zaposleni v dispanzerju za ženske obveščeni, da se čez dva dni začnejo gradbena dela v naši enoti. Ni bilo veliko časa za razmišljanje. Postavljeni smo bili pred dejstvo, kako stvari v najkrajšem času preseliti v enote, kjer smo kasneje delali, material, ki ga nismo nujno rabili za opravljanje tekočega dela, pa preseliti v delavnico in garaže Zdravstvenega doma.

Naslednji dan smo že delali v drugih prostorih, ki so bili prostorsko skromnejši, vendar pa smo bili povsod, kjer smo bili nastanjeni, toplo in prijateljsko sprejeti. Tudi naše pacientke so se na naše nove prostore in nove ordinacijske čase hitro navadile. Še sedaj, ko delamo v prostorih dispanzerja za ženske, nas nekatere iščejo v prejšnjih enotah.

Obnovitvena dela so potekala dobre štiri mesece. 28. februarja 2005 smo se preselili nazaj v prenovljene in lepe prostore dispanzerja za ženske. Iz prejšnje velike čakalnice so nastale štiri čakalnice, ki so med seboj ločene in zagotavljajo pacientkam zasebnost, čakalnice pa povezuje skupni hodnik. Enota dispanzerja za ženske obsega štiri ginekološke ambulante, štiri sestrske sobe, dva prostora za izvajanje zdravstveno-vzgojnega dela, sobo za UZ in CTG.

Velikokrat smo se na dispanzerju medicine dela, prometa in športa ter na pljučnem dispanzerju pošalili in po tihem dogovorili, da se ob otvoritvi dobimo na dispanzerju za ženske in s tem okrepimo nadaljnje prijateljsko sodelovanje.

To se je tudi v resnici zgodilo.

5. aprila letos ob 13. uri sta trak prerezala minister za zdravje Andrej Bručan dr.med. in direktor Zdravstvenega doma Emil Balažić, dr.med. ter s tem uradno odprla prenovljene prostore dispanzerja za ženske. Poleg povabljenih gostov so se ogleda udeležili tudi zdravstveni delavci, pri katerih smo med izvajanjem obnovitvenih del gostovali. Po končanem ogledu DZŽ smo ob soku in pecivu izmenjali prenekatere misli z željo, da se taka srečanja še kdaj ponovijo v zadovoljstvo nas vseh.

V največje veselje pa so nam naše zadovoljne pacientke, ki spontano povedo, da imamo zelo lepe prostore, v katerih se počutijo lepo in udobno.

M.M.

TEKMOVANJE ZA ČISTE IN ZDRAVE ZOBE

Tekmovanje za čiste in zdrave zobe ob zdravi prehrani ima v Sloveniji že 22 - letno tradicijo.

Kot že v nekaj preteklih letih sva tudi letos uspešno zaključili tekmovanje na dvaindvajsetih šolah dolenjske regije. Tekmovalo je okoli 126 razredov in najboljši izmed teh so se 12. maja udeležili zaključne prireditve v športni dvorani Leona Štuklja.

Vsi so prejeli praktične nagrade, najboljši pa so si prislužili še malo več.

4.a razred iz OŠ Grm z učiteljico Ireno Može je skozi celotno tekmovanje zbral vseh 105 možnih točk in tako dobil naslov »Naj razred Slovenije«. Ob tej priložnosti bi se radi zahvalili tudi zobozdravnici Pogačarjevi in asistentki Nadi v Grmski zobni ambulanti za dodatno vzpodbudo.

Na prireditvi je otroke zabaval otroški animator Sten Vilar. S plesno točko akrobatskega rock&rolla sta prireditev polepšala mlada plesalca iz OŠ Žužemberk Anja in Jan.

Prireditev sva uspešno organizirali s pomočjo sponzorjev: trgovina Spar, Mercator Novo mesto, Era, Šolski center Novo mesto, Občine Dolenjske Toplice, Šentjernej in Žužemberk, Tovarna zdravil Krka, tovarna Dana, Lek Ljubljana, B-Trade, Glaxosmithkline, Pekarne Grosuplje, Siver Kids S'Oliver, zasebni zobozdravniki: dr.Ferlež, dr. Ursič, dr. Zatežič, dr. Škof, dr. Uran, dr. Novak in dr. Vlašič.

Pa še enkrat hvala vodstvu Zdravstvenega doma za podporo in zaupanje v najino delo.

Zdravstveni tehnici v zobni preventivi Marjanca Kušljan in Sandra Škedelj.

CELOSTNA OBRAVNAVA STAROSTNIKA

Pa starost prileze na skrivaj in te trdo objame, razbije te in vrže v kraj, iz rok ti veslo vzame. (Hamlet, Shakespeare)

društvo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Novo mesto

V lepem in mirnem okolju najmlajšega slovenskega mesta stoji Dom starejših občanov Trebnje, ki je septembra praznoval svojo peto obletnico. V začetku marca smo se k njim na obisk povabile dolenjske medicinske sestre in zdravstveni tehniki. Poleg direktorice DSO Trebnje gospe Majde Ivanov nam je dobrodošlico zaželela tudi županja občine Trebnje gospa Marica Škoda. Šopku čestitk ob dnevu žena so se pridružili nežni zvoki violin s klavirsko spremljavo.

Postopek in dokumentacijo pri sprejemu in nastanitvi varovanca v DSO nam je predstavila direktorica DSO Trebnje Majda Ivanov, dipl. upr. org.. Zaradi daljše življenjske dobe in naraščanja kroničnih bolnikov je prošenj za sprejem v Dom vedno več, kot je njihova zmogljivost. V Sloveniji že 5% ljudi starejših od 65 let potrebuje domsko oskrbo. Tudi v bolnišnicah se ležalna doba skrajšuje, domači pa pogosto ne zmorejo skrbeti za svojca, ki so ga odpustili iz bolnišnice in tak človek navadno pride v Dom. Tako se dogaja, da Domovi vse pogosteje postajajo negovalne bolnišnice. Direktorica je podala pobudo za regijsko sodelovanje vseh zdravstvenih in socialnozdravstvenih zavodov in reševanje te naraščujoče problematike. Marija Petek, dr. med., spec. spl. med. je orisala možnosti zdravljenja v primeru poslabšanja zdravstvenega stanja pri oskrbovancu. Strokovni del srečanja je zaključila Hermina Smole, dipl. med. s. s predavanjem o pogojih in možnostih izvajanja zdravstvene nege v socialno varstvenem zavodu. Kot vodja zdravstvene nege in oskrbe v DSO Trebnje se pogosto srečuje s kadrovskimi normativi na eni in dejanskimi potrebami na drugi strani. Kako z znanjem iskati vedno nove odgovore na vedno nova vprašanja, je lepo opisala v svojem prispevku Prehojena pot ali kako prav delati, ki je izšel v domskem glasilu Naši skupni dnevi: "Kako oblikovati sistem dela, ki bo dovolj natančen, da ne bo nihče spregledan? Kako prelisičiti pravila ustanove in stanovalcem ponuditi dom? Kako sestopiti s položaja moči – češ, mi že vemo, kaj je dobro za vas – in slišati želje in pričakovanja naših uporabnikov? Kako prepoznati in ponuditi prave rešitve vsem tistim, ki želja ne znajo, ne morejo ali celo ne želijo na glas povedati, so pa zapisane v očeh, povedane z dotikom ali izkričane v dejanjih nemoči? In kako povezati svet vživljanja in človečnosti s svetom kadrovskih normativov, pravili oblikovanja cen, togimi zakonskimi predpisi in zraven ohraniti neokrnjenost posameznika?" S takimi in podobnimi vprašanji se medicinske sestre vsakodnevno srečujemo pri svojem delu.

Po ogledu resnično lepega Doma je sledilo družabno srečanje ob bogato obloženi mizi. Povabiti na obisk in pogostiti več kot dvesto ljudi ni kar tako. V imenu Društva medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Novo mesto se zahvaljujem gostiteljem za prijazen sprejem.

Marjeta Berkopec,
Levstikova 4, Novo mesto

V pričakovanju dopusta na "našem" Pagu. Veliko potrpežljivosti vam želimo že danes! Pripravite se na prijetno pot!

IZ LETNEGA POROČILA ZDRAVSTVENEGA DOMA

DELOVNO PODROČJE ZDRAVSTVENEGA DOMA NOVO MESTO

Na podlagi 51. člena Zakona o zavodih (Ur.l. RS, št. 12/91, 17/91, 45/94, 8/96, 36/2000) je Skupščina občine Novo mesto dne 15.05.1991 sprejela Odlok o ustanovitvi Zdravstvenega doma Novo mesto. Javni zavod v sedanji organiziranosti je bil ustanovljen za izvajanje osnovnega zdravstvenega varstva, ki obsega preprečevanje bolezni in poškodb, odkrivanje, diagnostiko, zdravljenje in rehabilitacijo na ambulantni in dispanzerski način v poslovnih prostorih zavoda, na terenu in na domu bolnika za prebivalce na območju takratne občine Novo mesto in za druge ljudi, ki potrebujejo zdravstveno pomoč. Naš zavod pri tem ravna enako ne glede na nacionalnost, vero, spol in drugačnost.

Dejavnost zavoda se izvaja na podlagi

- Zakona o zdravstveni dejavnosti
- Nacionalnega programa zdravstvenega varstva RS
- Pogodbe o izvajanju programa zdravstvenih storitev sklenjene z Zavodom za zdravstveno zavarovanje Slovenije
- Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju
- pogodb z drugimi naročniki (podjetja, ministrstva).

Zakon o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju ureja in določa sistem zdravstvenega varstva in zdravstvenega zavarovanja, ureja odnose med zdravstvenim zavarovanjem in zdravstvenimi zavodi ter uveljavljanje pravic iz zdravstvenega zavarovanja. Zavodi smo pri opravljanju in načrtovanju svoje dejavnosti dolžni zagotavljati pogoje za uresničevanje zdravstvenega varstva z razvijanjem in uporabo zdravju in okolju neškodljivih tehnologij ter z uvajanjem ukrepov za varovanje in krepitev zdravja pri nas zaposlenih delavcev oziroma varovancev.

Zakon o zdravstveni dejavnosti opredeljuje ukrepe in aktivnosti, ki jih po medicinski doktrini in ob uporabi medicinske tehnologije opravljajo zdravstveni delavci in sodelavci pri varovanju zdravja, preprečevanju, odkrivanju in zdravljenju bolnikov in poškodovancev.

ORGANIZACIJSKA STRUKTURA ZDRAVSTVENEGA DOMA NOVO MESTO

Zavod ima organizirano **primarno in specialistično zdravstveno varstvo** na naslednjih lokacijah:

- **Novo mesto** (Kandijska c.4, Dom starejših občanov, Osnovni šoli Grm in Bršljin)
- **Šmarjeta** (družinska medicina, mladinsko in splošno zobozdravstvo)
- **Šentjernej-Škocjan** (družinska medicina, mladinsko zobozdravstvo, patronaža)
- **Žužemberk** (družinska medicina, mladinsko in splošno zobozdravstvo, patronaža)
- **Mirna Peč** (mladinsko in splošno zobozdravstvo, splošna ambulanta)
- **Dolenjske Toplice** (družinska medicina, mladinsko in splošno zobozdravstvo)

REALIZACIJA DELOVNEGA PROGRAMA

V letu 2004 je bilo v Zdravstvenem domu Novo mesto realiziranih:

- 948.434 količnikov iz obiskov (107,64 % plana) in 722.008 količnikov iz glavarin (101,88 % plana) v ambulantah splošne in družinske medicine, otroškem in šolskem dispanzerju,
- 101.466,80 količnikov iz obiskov (95,48 % plana) in 108.186 količnikov iz glavarin (101,63 % plana) v ambulantah Dispanzerja za ženske,
- 1.226.377,76 točk (112,37 % plana) v patronažni službi, ambulantni fizioterapiji, mentalno higienskem dispanzerju in specialističnih ambulantah, ter 336.438,00 točk (162,06 % plana) v diagnostičnem laboratoriju.
- 852.967,96 točk (104,36 % plana) v zobozdravstveni dejavnosti in
- 331.346 kilometrov (124,04 % plana) in 342.316 točk (211,38 % plana) v reševalni službi.

Poleg tega so bili v letu 2004 opravljeni še zdravstveno vzgojni programi za ogroženo populacijo (delavnice) in dejavnosti, ki so plačevane v »pavšalu«: dežurna služba v osnovni dejavnosti, nujna medicinska pomoč, dežurna služba v zobozdravstvu, zdravstvena in zobozdravstvena vzgoja, Center za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog in Razvojna ambulanta.

FINANČNO POROČILO

Celoten prihodek v letu 2004 znaša 2.408.681.872,27 Sit in je za 7,52% višji kot leta 2003 in 4,96% od planiranega.

Celotni stroški v letu 2004 znašajo 2.375.569.992,67 Sit in so za 6,05% višji od lanskoletnih in 3,52% od planiranih. Sestavljajo jih materialni in nematerialni stroški in stroški dela.

- Materialni in nematerialni stroški znašajo 672.332.289,67 Sit. V strukturi celotnih stroškov predstavljajo 28,30% in so za 11,41% višji od lanskoletnih in 4,78% od planiranih.
- Stroški dela predstavljajo v strukturi celotnih odhodkov kar 71,70% in so za 4,08% višji od lanskoletnih in 3,03% od planiranih.

Po pokritju stroškov poslovanja nam ostaja pozitiven rezultat v višini 33.111.879,60 Sit. V letu 2004 smo imeli veliko investicijskega vzdrževanja, a še vedno manj kot smo planirali, ker so se dela podalj-

NOVO MESTO ZA LETO 2004

šala v leto 2005 in s tem tudi stroški. Potrebe po posodobitvi in zamenjavi osnovnih sredstev so velike, a planiranih novih nabav nismo v celoti izvršili, zato nam je to prioriteta za leto 2005.

Bilanca stanja:

- Nabavili smo za 79.401.453,30 Sit osnovnih sredstev in drobnega inventarja in za 5.026.715,06 Sit skupinskega drobnega inventarja. Nove nabave vključujejo tudi za 6.475.500,00 Sit osnovnih sredstev, ki smo jih kupili iz doniranih sredstev in za 10.188.928,00 Sit podarjenih osnovnih sredstev.
- Kratkoročne terjatve do kupcev znašajo 71.295.340,21 Sit.
- Konec leta je bilo na zalogi za 10.171.946,34 Sit materiala.
- Obveznosti do dobaviteljev znašajo 128.176.813,85 Sit.

KADROVSKO POROČILO

V našem zavodu predstavljata število in sestava zaposlenih pomemben faktor vsakega delovnega procesa, še posebej pa to velja za zdravstveno službo, kajti brez zadostnega števila primerno usposobljenih delavcev si ne moremo zamisliti zadovoljivega zdravstvenega varstva.

V letu 2004 smo imeli predvsem težave glede novih zaposlitev zdravnikov oz. zdravnikov specialistov. Ne glede na to, da smo imeli objavljena prosta delovna mesta v vseh možnih medijih, nismo uspeli najti zdravnika, ki bi bil pripravljen delati v splošno medicinski oz. urgentni službi. Na prosta delovna mesta so se javili zdravniki iz republik bivše Jugoslavije, ki pa nimajo licenc za delo v Sloveniji.

V Zdravstvenem domu Novo mesto opravlja svoje delo 65 zdravnikov in imajo vsi licence. Trije zdravniki so na specializaciji in bodo po končanem šolanju pridobili licenco. Sedaj pa opravljajo svoje obveznosti pod mentorstvom.

V Zdravstvenem domu Novo mesto je bilo na dan 31. 12. 2004 zaposlenih 292 delavcev.

11 delavcev je zaključilo šolanje na Medicinski fakulteti – (specializacije zdravnikov) in na Visoki šoli za zdravstvo (dipl. medicinske sestre).

V letu 2004 se lahko pohvalimo s pridobitvijo Certifikata za sistem vodenja za Izvajanje primarnega in sekundarnega zdravstvenega varstva prebivalstva s preventivno in urgentno reševalno dejavnostjo, ker izpolnjujemo zahteve standarda ISO 9001:2000. Zavedati pa se moramo, da kakovost ustvarjamo, vzdržujemo in smo zanjo odgovorni vsi zaposleni, zato nas v letu 2005 čaka še veliko dela na tem področju v obliki notranjih in zunanjih presoj.

TUDI NAŠA RISBA VELIKO POVE.....

Tudi naši otroci, to so otroci z motnjo v duševnem in telesnem razvoju, ki obiskujejo delovno terapijo v Razvojni ambulanti Zdravstvenega doma Novo mesto, radi rišejo in ustvarjajo. Z njihovimi izdelki si zelo radi polepšamo naše prostore. Še raje pa jih pokažemo vam.

Ker nam naši otroci ne znajo vsega pokazati ali povedati, so njihove čudovite stvaritve sporočila, s katerimi nam želijo nekaj povedati.

Zelo se razveselijo, ko odkrijejo, da svinčnik pušča sled na papirju, večkrat tudi v ustih, na mizi ali steni. Toda, saj se šele učijo, kje se lahko riše. Z gibanjem celega telesa se trudijo za to, da nastane vidna sled. S celo roko obvladujejo barvice, močno pritiskajo in ob tem nastajajo luknje v papirju....

Koliko truda vložijo, da pridejo do nihalnih gibov s črtami, valovi, loki, spiralami. In kje so še krogi pa križi in geometrijski liki. Zelo srečni so, ko narišejo mamo, očka, sebe. Narišejo se tako, kot se doživljajo sami in kakršno predstavo imajo o sebi.

Potem pridejo na vrsto poševnice, strehe v omejitve.... Pa težko spoznavanje položajev v prostoru – nebo bom narisal zgoraj, travo spodaj. Kako velika je hiša, kakšne barve je sonce? Cel kup nejasnosti in vprašanj. Če jim po mnogih ponovitvah uspe narisati majhne vzorčke z valovi, venčki, oboki, je to za

njih že velik korak.

Vsi ti prizadevni otroci, si ob risanju izurijo spretnost roke, celega telesa, oči. S tem si izpolnijo vse motorične pogoje, da se naučijo tudi podpisati ali celo pisati.

Otroška risba nam odraža to, kako otrok zaznava sebe in okolje. Barve, velikosti, razvrstitev predmetov na risbi pa nam razkrivajo njihove razvojne posebnosti in zgodaj odkrijejo motnje.

A vendar. Risanje je pomemben del delovne terapije, ki naj bi ga vsi upoštevali. Ne jezite se, če je otrok popackan! Ne vsiljujte jim svojih misli, kako naj riše! Ne grajajte njihovih izdelkov! Izgubil bo voljo do risanja.

Dajte jim papir in barvice in spodbujajte ga k risanju. Tako, da rišete z njim!

Tudi mi se tako »učimo« z njimi in od njih.

Skupaj si oglejmo sporočila njihovih risb in vsi bomo bogatejši za nova spoznanja.

Darja Galič,
višja nevrodelovna terapevtka
Razvojna ambulanta ZD Nm

Mentorica likovnih izdelkov: Darja Galič

PODELITEV PRIZNANJA ČLOVEK IN POL

Sindikat delavcev v zdravstveni negi Slovenije vsako leto ob redni letni skupščini podeljuje najbolj zaslužnim članom priznanja v promociji sindikalnega dela. Priznanje se imenuje »ČLOVEK IN POL«. Letošnje leto je tako zaznamovalo tudi našo kolegico in sodelavko Darinko Petrič.

Darinka je aktivna članica SDZN že od samega začetka in je tudi predsednica naše SE ZD Novo mesto. Ves ta čas je aktivno vključena v politiko poslovanja zavoda in zastopa interese članstva. S svojim avtoritativnim nastopom, podkovanim z znanjem, razoroži marsikaterega nasprotnika. Predvsem pa je zelo prodorna pri pogajanjih s poslovodnim organom. Tako se je v njenem desetletnem obdobju delovanja izboljšalo v zavodu:

- nagrajevanje dežurstva,
- odgovornim medicinskim sestram se je uvedel dodatek na odgovornost,
- uredil se je status diplomirane medicinske sestre,
- uredilo se je delovno mesto zdravstveni tehnik v nujni medicinski pomoči,
- dajala je pripombe in predloge glede sistematizacij in internih pravilnikov,
- predvsem pa se je podvojilo število članstva.

Vsako leto poskrbi za obdaritev članov tako ob 8. marcu kakor tudi pred Novim letom. Darinka je zdravstvena tehnica z dolgoletnimi izkušnjami v splošni ambulanti, sedaj na delovnem mestu dispečerja v PHE enoti. S svojim humanim in vedrim nastopom vsak dan dokazuje svoje vrednote in širi sindikalizem med mladimi, kjer je zelo priljubljena in ji zaupajo. Zato si zasluži priznanje ČLOVEK IN POL.

Za prejeto zasluženo priznanje ji iskreno čestitamo!

Zlatka Kužnik,
Sindikalna enota delavcev v zdravstveni negi Zdravstvenega doma Novo mesto

TUDI GLUHI SO MED NAMI

Strokovno srečanje ob dnevu zdravja smo v DMSZT Novo mesto namenili gluhim in naglušnim. Po ugotovitvah svetovne zdravstvene organizacije je gluhost druga največja invalidnost, takoj za duševno boleznijo. Definicij o tem, kdo je gluh, je več. Za vsako večjo izgubo sluha se raje uporablja izraz slušno prizadet. Gluhota oziroma popolna nezmožnost slišanja je redka. Večina gluhih lahko sliši zvoke v nižjem frekvenčnem območju, vendar tisto, kar slišijo ne zadostuje za učinkovito komunikacijo. Zaznavanje znakov ni isto kot razlikovanje znakov.

Jožica Kupljenik, *prevajalka slovenskega znakovnega jezika*

O gluhosti in naglušnosti nam je spregovorila Vesela Banič, sred. med. sestra., viš. soc. delavka, predstavila je tudi delovanje Društva gluhih in naglušnih Dolenjske in Bele krajine, saj je strokovna delavka tega društva. Svetovna organizacija gluhih (WFD) je bila ustanovljena leta 1951 v Rimu. V Sloveniji je približno 3000 gluhih oseb in deluje enajst regijskih društev. Dolenjsko društvo gluhih in naglušnih deluje od leta 1956 in trenutno šteje 350 članov. Slišeči ljudje uporabljamo pri komuniciranju tri tisoč besed in se sploh ne zavedamo kako velike so težave gluhih, saj ti za sporazumevanje uporabljajo 1600 do 1800 znakov in le 100 do 300 besed. Zaradi komunikacijske oviranosti so med vsemi invalidi najmanj izobraženi. Tudi v vsakdanjem življenju naletijo na veliko ovir, ker jih ljudje ne prepoznajo tako kot slepega, ki ima belo palico ali invalida na vozičku. Tudi če gledajo sogovornika iz ustnic lahko razberejo le do 40% povedanega.

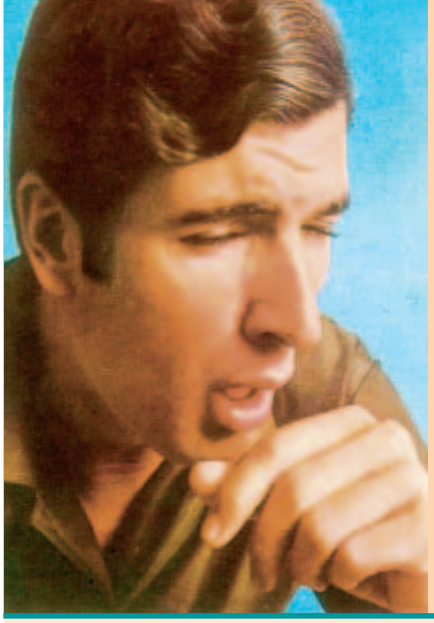
V Sloveniji je bil leta 2002 sprejet zakon o uporabi slovenskega znakovnega jezika. Slovenija je petindvajseta država na svetu, ki priznava znakovni jezik in tako omogoča gluhim osebam, da komunicirajo v svojem jeziku. Z uvedbo zakona se je povečala tudi potreba po prevajalcu slovenskega znakovnega jezika. O znakovnem jeziku in prevajanju je spregovorila Jožica Kupljenik, zdrav. teh., prevajalka znakovnega jezika. V Uradnem listu RS je zapisano, da je tolmač slovenskega znakovnega jezika oseba, ki gluhim osebam tolmači slovenski govorni jezik v znakovni jezik in slišečim osebam tolmači znakovni jezik v slovenski govorni jezik. Gluhi lahko izkoristijo 30 ur na leto za tolmača, ki ga plača Zavod za zdravstveno zavarovanje. Učenci in študentje pa so upravičeni do sto ur letno. V Sloveniji obstaja lista tolmačev, dolenjsko regijo pokrivata dve tolmačici. Predavateljica je poudarila, kako pomembno je, da si za gluhega človeka, ki pride v ambulanto ali bolnišnico vzamemo čas, smo z njim potrpežljivi in ga ne priganjamo, ker bo le tako lahko razumel naša navodila.

Za konec nam je Maja Kuzma v znakovnem jeziku predstavila pravljico o žabjem kralju. Maja je dijakinja srednje kemijske šole in je kljub temu, da je gluha, gluhi so tudi njeni starši, odličnjakinja.

Udeležence seminarja je pozdravil tudi predsednik Društva gluhih in naglušnih Dolenjske in Bele krajine gospod Vladimir Kastelic.

Po družabnem delu srečanja smo se nasmejali komediji Babilon v izvedbi Violete Tomič.

Marjeta Berkopec



BREZ ALERGIJE JE ŽIVLJENJE LEPŠE

Danes ima že skoraj vsak peti človek težave, ki so povezane z alergijo. Po napovedih strokovnjakov naj bi bila do leta 2020 alergična polovica Zemljanov. Vzrok je predvsem v vse večjem onesnaževanju našega planeta in ogrevanje ozračja. Verjetnost, da bodo alergiki tudi otroci alergičnih staršev, kar 70-odstotna. Če je alergičen samo eden od staršev, je verjetnost za razvoj alergije pri otroku manj kot 30-odstotna, pri starših brez alergije pa manj kot 10-odstotna.

Alergijske reakcije po piku žuželk so poznali že stari Egipčani. Prvi zapisi o alergijskih reakcijah so iz leta 1699. Pomen alergijske reakcije so pojasnili v začetku 20.stoletja. (Waterhouse, 1914).

Alergije so neprijetna nadloga. Z znanjem, dobro voljo in primernim zdravljenjem lahko odpravimo večino težav.

Alergen

Alergen je snov, ki vstopi v telo, aktivira imunski sistem in povzroči nastajanje specifičnih protiteles. Alergen je lahko naravnega izvora ali pa je sintetizirana kemična spojina.

Alergija

Beseda alergija je grškega izvora in pomeni reagirati drugače. Danes se uporablja predvsem v smislu »preobčutljivega odzivanja«. Včasih rečemo, da smo alergični na tega ali onega, s čimer ponavadi izrazimo svojo preobčutljivost. Podobno je tudi pri alergijah, saj telo pretirano reagira ob stiku s sicer nenevarno snovjo. Naš imunski sistem včasih pretirava in se nepričakovano upre nekaterim živilom, cvetnemu prahu, zdravilom, sestavinam tkanin, dlaki domačih živali. Poznamo že več kot 20 000 alergenov, ki se jim naše telo lahko upre. Ob stiku z njimi se sluznica v ustih, nosu in očeh razdraži, boli nas glava, imamo drisko, v najhujšem primeru lahko pride do krčev v sapnicah in nepravilnega delovanja krvnega obtoka. Najpogostejši alergen, ki je v več kot 90 odstotkih povzročitelj celoletnega alergijskega rinitisa, je pršica hišnega prahu.

Pršica

Antigen

Antigen je vsaka snov, ki se specifično veže s protitelesom.

Anafilaktični šok

Anafilaktični šok je najhujša oblika takojšnje preobčutljivostne reakcije, ki se lahko konča s smrtjo. Ob stiku preobčutljive osebe z alergenom je prizadetih več organskih sistemov hkrati. Pojavi se srbenje, pospešen utrip, otežено dihanje, krč v dihalih, hitrejši srčni utrip in v skrajnem primeru šok in srčna odpoved. Do anafilaktičnega šoka pride največkrat po pikih žuželk in zaužitju nekaterih zdravil ali hrane.

Če smo alergični, je pik čebele lahko zelo nevaren

Atopija

Atopija je dedna nagnjenost za tvorbo posebnih protiteles za elergene, ki pri večini ljudi ne povzročajo imunskih reakcij. Pri takem človeku (atopiku) dedni zapis naroča imunskemu sistemu, da ob stiku s tujo snovjo tvori veliko protiteles.

Histamin

Histamin je eden najpomembnejših posrednikov pri alergijskih reakcijah. Posledice njegovega delovanja so za telo škodljive (razširitev krvnih žil in padec krvnega tlaka, vnetje in nabrekanje sluznice ter izločanje sluzi, krčenje mišic sapnika, krči v želodcu in črevesju, pordela koža).

Imunski sistem

Imunski sistem je skupek različnih celic, ki telo branijo pred škodljivimi snovmi. Vsiljivca prepoznajo, razgradijo, nevtralizirajo in odstranijo iz telesa.

Protitelesa

Protitelesa proizvaja imunski sitem. Protitelesa so imunoglobulini in njihova naloga je, da tuje snovi naredijo telesu neškodljive.

Psevdoalergija

Psevdoalergija se kaže kot alergija in se pojavi pri ljudeh, ki nimajo atopije. Pri teh reakcijah imunski sistem ni vključen. Pojavi se, če pojemo čokolado, hrano z veliko kvasa, spijemo rdeče vino ali pa zaužijemo kaj drugega, kar vsebuje veliko histamina. Pojavijo se enaki simptomi kot pri alergiji (npr. rdečica, srbenje).

Preobčutljivost

Preobčutljivost (senzibilizacija) se pojavi ob prvem stiku z alergenom in je neke vrste imunski spomin. Ko se telo prvič sreča z alergenom, si ga zapomni. Ob drugem in vseh naslednjih ponovnih stikih z alergenom pa pride do preobčutljivostne alergijske reakcije. Preobčutljivost za določeno snov se pri nekaterih ljudeh razvije v nekaj dneh, pri drugih pa v več letih.

ZADUŠITVE

Dojenčki in majhni otroci dajo v usta vse, kar jim pride pod roke. Zavarujte jih tako, da drobne predmete shranjujete zunaj njihovega dosega.

Drobni predmeti ne smejo biti nikoli na tleh ali na nizkih policah. Naučite starejše otroke, da bodo shranjevali svoje igrače na višje police.

Otrok se lahko zaduši z naslednjimi predmeti: varnostnimi sponkami, majhnimi deli igrač, frnikolami, nenapihnjenimi baloni, žeblji, koščki barvic, risalnimi žebljički, nakitom, vijaki, majhnimi baterijami.

NASVET

DROBNE PREDMETE HRANITE ZUNAJ DOSEGA MAJHNIH OTROK!

Koščki trde hrane so lahko nevarni za otroke mlajše od 4. let. Posvetujte se z zdravnikom, kdaj je vaš otrok dovolj star, da lahko je lešnike, rozine, trde bombone, surovo korenje, grozdje, pokovko itd. Najbolj nevarni so arašidi. Bodite pozorni in pozanimajte se, kdaj so otroci dovolj stari, da jih lahko zdravite s tabletami in kapsulami.

OPOZORILO STARŠEM

Zaradi zadušitve s hrano ali drobnimi predmeti vsako leto umreta dva otroka, mlajša od dveh let.

Prva pomoč pri dušenju, kadar je otrok pri zavesti:

Če otrok lahko kašlja, govori ali diha brez večjih težav, ne posredujte in čimprej poiščite zdravniško pomoč.

Če otrok ne more kašljati, govoriti ali dihati, mu dajte prvo pomoč.

Za dojenčka:

1. Poskusite s štirimi hitrimi udarci po hrbtu!
2. Če se tujek ne sprosti, štirikrat pritisnite tako, da položite dva prsta na prsno kost med bradavički, pritisnite navzdol in popustite!
3. Ponavljajte toliko časa, dokler dotok zraka ni sproščen!

Za otroka:

1. Postavite se za otroka in ga objemite tako, da je vaša pest med njegovim popkom in konico prsne kosti!
2. Štirikrat močno in hitro pritisnite navzdol in navzgor!
3. Ponavljajte toliko časa, dokler dotok zraka ni sproščen!

Če je otrok nezavesten, pomodrel, ali če več ne diha, nemudoma pričnite z umetnim dihanjem. Če je kdo v bližini, ga prosite, da pokliče zdravniško pomoč.

Iz publikacije Inštituta za varovanje zdravja RS

Z GIBANJEM DO ZDRAVJA

PRVI KORAK

Za tiste, ki se dolgo časa niso ukvarjali s telesno dejavnostjo, je pomembno, da začno in napredujejo počasi in zmerno. Dober način je ta, da vse, kar so doslej počeli, počno tako, da bo v to potrebno vložiti nekaj več energije. Potem pa naj opravljanje teh dejavnosti postane njihov življenjski slog.

Najbolje je začeti s hojo. Zakaj ne bi poskusili takole:

- Izstopite iz avtobusa eno postajo prej, dalje pešačite!
- Enkrat na teden pustite avto doma in pojdite na delo peš (ali vsaj del poti)!

Bodite malo bolj dejavni vsak dan! Zakaj ne bi poskusili takole:

- Namesto z dvigalom pojdite po stopnicah!
- Do trgovine, pošte, banke pojdite raje peš, kot da se peljete z avtomobilom!

- Pojdite z družino redno plavat!
- Potegnite na plan vaše staro kolo in se z njim odpeljite k prijateljem!
- Potem, ko mislite, da ne morete več, na zabavi zaplešite še na eno melodijo!

PRIPRAVLJENI NA ZAČETEK

Ste dovolj pripravljeni na to, da začnete s telesno dejavnostjo? Večina ljudi je dovolj »fit« in lahko začne telesno dejavnost takoj povečevati..

V seeno pa bodite previdni, če imate:

- težave s srcem,
- visok krvni tlak
- nepojasnjene bolečine v predelu prsnega koša,
- vrtoglavico in slabost, bolečine v kosteh ali sklepih, ki se pri telovadbi ali gibanju povečajo.

Če imate naštete bolezni oziroma težave ali vas kakorkoli skrbi, da bi povečali telesno dejavnost, se posvetujte z vašim zdravnikom.

»Ko boste postali bolj aktivni, naj traja ta aktivnost malo dalj časa! Vaš cilj naj bo 30 minut na dan. Če boste to počeli redno, bo korist od tega še večja!«

Iz brošure Z gibanjem do zdravja

RAZMIŠLJANJA ...

JUTRANJA KAVICA

Pridejo dnevi, ko se zjutraj zbudimo bolj utrujeni, kot smo legli spat.

Moje prvo jutranje opravilo je jutranja nega in kuhanje kave. Največkrat si jo skuham sama, jo odnesem za hišo, kjer sedem na pručko. Začnem si ogledovati okolico, ki je obdana z zelenjem in cvetjem.

Neverjetno, kako so ptice zjutraj glasne in prav tekmujejo med seboj, katera bo preglasila drugo z žvrgolenjem. Ni razlike med kosi, grlicami, vrabci – vsi neutrudno skačejo z veje na vejo in neprestano žvrgolijo svoje pesmi. Tudi žolna ima vsak dan ogromno dela na lesenem električnem drogu.

Ptice zelo rade obiskujejo zelenjavni vrt in ne glede na to, da jih opazujem, brez strahu odtrgajo s kljunom košček solate in spet odletijo.

Oči mi uhajajo na cvetlice, ki v raznih barvah krasijo grede; tudi rosa, ki kot kristali v jutranjem soncu obdaja cvetje in zelenico, je nekaj posebnega.

Težko bi našla dovolj lepih besed, da bi to lepoto opisala na papirju.

Te lepe trenutke si lahko privoščim samo takrat, kadar nisem v službi. Zato se teh lepih trenutkov spominjam še med tednom in se že vnaprej veselim jutranje kavice v družbi ptic in jutranje rose.

M.M.

Ker smo sodelovali, ker smo bili dobri, ker smo ponosni nase – objavljamo, čeprav smo že malo pozni...

ZIMSKE D.Š.I. (DELAVSKE ŠPORTNE IGRE) - FEBRUAR 2005

Ni res, da Dolenjci nismo smučarski navdušenci! Poleg tega, da imamo zadnja leta vedno največ snega, se nas tudi vsako leto več zbere na zimskem delu D.Š.I. - na tekmovanju v veleslalomu in v smučarskem teku. Samo vprašajte Matjaža (dr. Reclja), ki je tam z repa štartne liste vozil okoli vratic že po pravih malih kanjonih.

No, pa lepo po vrsti.

Obe tekmovanji se odvijata na domačem terenu - smučišču Rog – Črmošnjice (po domače na Gačah). Smučišče vas večina verjetno pozna, tekaška proga pa je krožna, dolga 2 km in poteka v gozdu desno od smučišča. Je zelo lepo speljana in razgibana, na njej sta dva hujša vzpona.

Tekmovanje v veleslalomu je potekalo v soboto, 11. februarja. Častno nas je zastopal Matjaž Recelj (edini predstavnik ZD), ki je bil v svoji kategoriji deveti (od 31 tekmovalcev). Glede na dane razmere (glej zgoraj) je to odličen rezultat.

Tekmovalci v smučarskem teku pa smo se pomerili kar v popoldanskih urah, v četrtek, 17. februarja. Kdor je "uletel" še poln službenega adrenalina, je lahko "prepihal" oba klanca. Tokrat sva barve ZD zastopali Nevenka Gošnik in Jelka Repar. Moških junakov ni bilo...vabljeni prihodnje leto! Nevenka je kljub virozi tekla borbeno in bila druga - srebrna, jaz pa v svoji starostni skupini tretja - bronasta. Tako se cilj za naslednje leto kaže sam po sebi: štartamo na zlato! Čeprav - težka bo. "Punce" so zelo zagnane. Po končanem tekmovanju je sledila še manjša slovesnost - podelitev medalj, v krasnem ambientu sredi zasneženih roških smrek.

Pridružite se nam! Smučarski tek je eden najbolj zdravih in celovitih športov - gibanje v naravi, razgiba celo telo, krepi srčno-žilni sistem in kapaciteto pljuč. Če vas je strah medvedov na Rogu ... hm, no ja, potem lahko začnete tudi z biatlonom:)

Še bolj pa VSE sodelavce vabim k udeležbi na igrah v spomladanskem delu, ko bodo potekala tekmovanja v teku, kolesarjenju, tenisu, namiznem tenisu, badmintonu, plavanju, veslanju, košarki...RAZGIBAJMO ŽIVLJENJE!

(Informacije dobite pri Petru Černe na reševalni službi, ki ima tudi program vseh tekmovanj)

Jelka Repar

PRISRČNA

☺ Vstopil je pacient, naredil užaloščen pogled in rekel:
»Gospa doktor, jaz sem čisto navadna tuna, rad bi bil pa CALVO!«
Pogledala sem ga, se prav prijazno nasmehnila, ga pobožala po goli glavi in rekla:
» Saj ste! Vaša želja je izpolnjena, Vi ste CALVO!«
(CALVO po italijansko pomeni plešast).
Komentar k zgodbi: To ni bil gospod Tonček iz TV reklame in jaz ga nisem nadrla.

Nežka Dular, dr. med.

1. PREKMURSKI ZDRAVNIŠKI TEK

V soboto, 16. aprila 2005, sem se že petič udeležil zdravniškega teka v Murski Soboti. Tekaška proga, bolje steza, je za moške dolga 6700 metrov, za ženske pa 4500 metrov. Poteka v ravnini križem kražem skozi soboški mestni park.

Letos nas je prvič spremljalo lepo sončno in prijetno toplo pomladansko zgodnje popoldne. Prejšnji štirje teki so bili vselej v dežju.

Organizacija teka, ki so jo brezhibno opravili murskosoboški zdravniki, tudi sami tekači, je bila pod okriljem Zdravniškega športnega društva Medicus. Pokrovitelji in sponzorji so poleg glavnega, novomeške Krke, tudi druge farmacevtske družbe, mestna občina Murska Sobota in drugi.

Letos je bilo na startu nekaj po dvanajsti uri petinštirideset tekačic in tekačev. Bil sem med najstarejšimi udeleženci in žal tudi edini iz dolenjske zdravstvene regije. Moram priznati, da je velika večina udeležencev opravila s progo precej hitreje kot jaz, vendar pa tekaški užitki, ki jih je težko izraziti z besedami, tako trajajo dlje.

Udeleženci teka so si za spomin lahko kupili fotografije s tekaške steze, ki jih je posnel uradni fotograf. Dve od številnih prilagam kot »dokaz« svoje zmage nad tekaško progo v ozelenelem mestnem parku.

V hotelu Zvezda je po teku sledil družabni del prireditve s tradicionalnim bogračem in prekmursko gibanico. Postregli so nam z v hotelu zvarjenim pivom in pijačo po želji. Zakuski je sledilo predavanje o vplivu teka oziroma rekreativnega napora na krvni tlak.

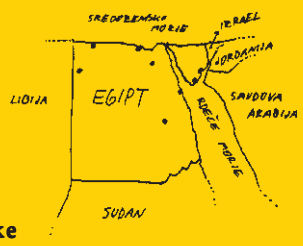
Na koncu je bila še razglasitev rezultatov s podelitvijo kolajn, diplom in praktičnih športno obarvanih daril.

Razšli smo se s prijateljskimi pozdravi in obljubo, da se ob letu zopet snidemo – na 6. prekmurskem zdravniškem teku.

Ivan Mrzlikar, dr.dent.med., spec.orl.krg.

EGIPT

FOTOREPORTAŽA



Užival na potovanju po Egiptu in slike pripravil Matjaž Recelj, dr.dent.med.

Rdeče morje s svojimi koralnimi grebeni je meka za potapljače. Raznolikost flore in favne prevzame vsakega.

Ob tako udobnih lokalčkih v mestu Dahab postane jasno, zakaj je bil Dahab hipijevska prestolnica Egipta.

Samostan Sv. Katarine pod sveto goro, kjer v sožitju bivata krščanska in muslimanska filozofija.

Prelepa mošeja v Aleksandriji

Aleksandrija

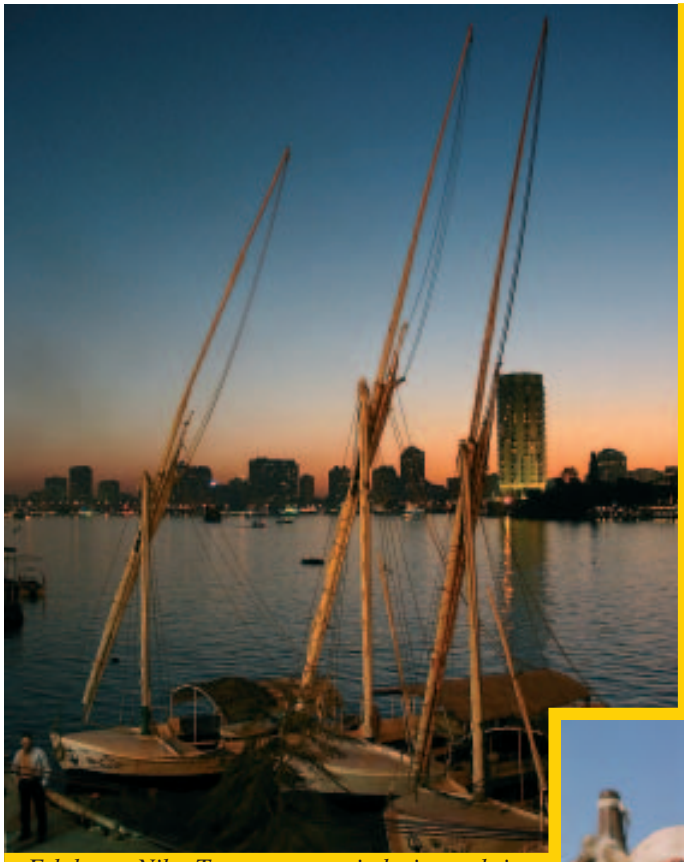
Ostanki trdnjave v oazi Siwa, ki je narejena iz blata in jo je dobesedno stopilo tridnevno deževje v začetku 20. stoletja.

Pešci so v Egiptu ogrožena vrsta.

Eno od kopališč s sladko vodo v oazi Siwa. Tu naj bi se kopala celo Kleopatra.

Oslovska vprega je priljubljeno prevozno sredstvo. Verjetno zato, ker je poceni. Udobje spada namreč v kategorijo: »Bolje se je slabo peljati, kot dobro peš iti.«

Oaza Siwa



Feluke na Nilu. Te transportne jadrnice so krive, da so v tem področju tako pozno izumili kolo.

Izgubljeni v puščavi.

Rodne planjave ob Nilu.

Bližnje srečanje s kamelo.

Feluke se vračajo v pristan.

Kavarna »El Fishawy« v Kairu je odprta noč in dan, vsak dan že 200 let.

Sfinga in v ozadju Keopsova piramida. Včasih so tekmovali, kdo bo prvi na vrhu piramide, zdaj pa so tovrstna tekmovanja prepovedana, ker so se pogosto končala s smrtjo katerega od tekmovalcev. Piramide so namreč zelo strme.

Popotna druščina.

AFORIZMI

Duševni bolnik je kot Kristus ponotranjil bolečino vsega sveta in jo zaklenil v sebi. Pozunanjil pa je svojo iskreno in razgaljeno dušo, kot bi hotel trmasto strniti celotno podobo razklane ljubezni tudi pri sodobnem človeku.

V človekovih slabostih in nepopolnostih najde veliki zapeljivec zlodej najboljše zavetje in potuho.

Še sreča, da živalim človek ni za vzgled. Sicer bi morali vse živali cepiti proti človeški steklini, ki prinaša samouničenje in temo.

V ljubezni pogosto nastopajo srčne ošpice – črna luknja razuma. Skali se zunanji in izostri notranji pogled na življenje. Traja tako dolgo, dokler drži božanska narkoza.

Globina ljubezni se pri moškem vzvalovi, pri ženski zgosti.

Ljubosumnost je kot »volčje žrelo« za »mačji kašelj«. Z motnim pogledom skaljenih oči in z izkrivljeno domišljijo premore fatamorgano nezvestobe. Vidi tudi tisto, česar ni. Njena nedolžna žrtev pa največkrat človeško »izkrvavi«.

Cveto Gradišar, dr.med.

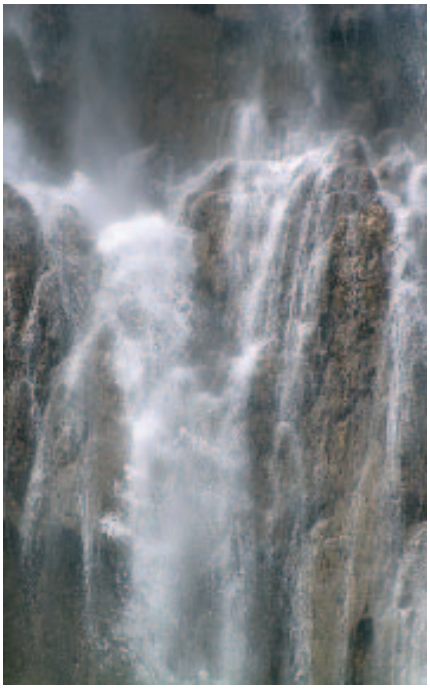


Foto: Andreja Češarek

VSEVEDNIK - Oči, zakaj je nebo modro?

Oči, kako da si tako kosmat?

V telesu so snovi in potekajo fiziološki procesi, zaradi katerih se moški razlikuje od ženske. V moškem telesu je hormon testosteron, v ženskem pa estrogen. Vendar to še ni odgovor na vprašanje. Pravo vprašanje je, zakaj so ženske manj poraščene, kot naj bi bile, glede na to, da so bili naši predniki podobni šimpanzom.

Človek je dlake izgubil v evoluciji. Kako? Zdrava pamet pravi, da ima vse skupaj opraviti s hitrejšim ohlajevanjem telesa. Človek, ki je stal pokonci in je bil po telesu kar najmanj poraščen, je lahko učinkoviteje izkoristil veter za ohlajanje telesa, saj je znoj prej izhlapel s kože. To je pomenilo, da je neporaščen človek v primerjavi z močno poraščenim lahko z isto količino vode prehodil dvakrat večjo razdaljo, kar je bila prednost.

Razlog, zakaj so ženske manj poraščene, bi lahko bil ta, da so moškim takšne ženske pač bolj všeč. Tudi današnje raziskave kažejo, da imajo najprivlačnejše manekenke nekaj obraznih potez sedemletnih otrok, najpogosteje majhno čeljust. Druga značilnost mladosti je neporaščenost. Zato so za manjšo poraščenost žensk najbrž krivi moški, ki so sicer prvotno iskali predvsem plodnost.

Ali je barva, ki jo vidim jaz, enaka barvi, ki jo vidiš ti?

Na to vprašanje ni mogoče natančno odgovoriti. Tudi če poznate vse možne principe, po katerih delujejo možgani, je še vedno nemogoče trditi, da je odtenek rdeče, ki jo vidim jaz, enak odtenku, ki ga vidiš ti.

Veliko bolj zanimiva in življenjska postane zadeva takrat, ko nekdo neko stvar označi za, denimo, oranžno. Kako naj jaz vem, kaj si s tem mislil ti? Temu pravimo barvna kategorizacija, ki postane praktično vprašanje na pri-

mer pri izdelovanju računalniških programov, ki jih bodo uporabljali po vsem svetu.

Nekatere kulture oranžne barve sploh ne vidijo. Zanje je to rdečkasto rumena barva. Že v angleščini je na primer za posamezne odtenke modre barve več izrazov kot v slovenščini. Na Papui Novi Gvineji pa obstajajo plemena, ki imajo za ves barvni spekter samo štiri besede. Pa jim skušaj razložiti, kakšna je zeleno kodrlajsasta barva.

Zakaj pes zakoplje kost?

Ne glede na to, koliko konzerv prvovrstne in z vitamini obogatene hrane vam uspe spraviti v gobec vašega Reksa, je dejstvo, da vaša uboga žival še

vedno živi po nagonih in eden najpomembnejših je strah pred lakoto. Pes zakoplje kost zato, ker so psi to od nekdaj počeli v naravi. To je nagonska zaščita pred morebitnim pomanjkanjem hrane v prihodnosti. Ta nagon je pri nekaterih pasmah močnejši kot pri drugih. Labradorci in prinašalci so k temu bolj nagnjeni, igrivi psi pa manj.

KADROVSKO POROČILO

november 2004 - april 2005

PRIŠLI:

Enota za zdravstveno varstvo odraslih:

Splošna medicina;

1. Tatjana Pakar, zdr.teh. – pripravnica – določen čas
2. Mihaela Car, dr.med. – specializantka na kroženju – določen čas

Patronažna služba;

1. Marija Nagode, vms

Enota za zdravstveno varstvo otrok in mladine:

Otroški dispanzer;

1. Snježana Miladinović, zdr.teh. – določen čas
2. Nataša Slak, zdr.teh. – določen čas

Šolski in otroški dispanzer – ZP Šentjernej;

1. Nataša Medvešek, prof.zdr.vzg.

Enota za specialistično zdravstveno varstvo:

Dispanzer za bolezni pljuč, srca in ožilja;

1. Polona Bukovec – določen čas

Fizioterapija:

1. Anita Bartolj, dipl.fiziot. – pripravnica – določen čas

ODŠLI:

Enota za zdravstveno varstvo odraslih:

Patronažna služba;

1. Nevenka Udovič, vms – upokojitev

Enota za zdravstveno varstvo otrok in mladine:

Otroški dispanzer;

1. Nataša Rustja - upokojitev
2. Maja Janežič, dipl.babica – potek določenega časa

Enota za zobozdravstveno varstvo:

Mladinsko zobozdravstvo;

1. Mateja Malavašič, dr.dent.med. – sporazumna prekinitev

IZOBRAŽEVANJE:

Zorica Milić, dr.med. je opravila specialistični izpit iz družinske medicine in si pridobila naziv specialistka družinske medicine.

Barbara Kastrevc, dr.dent.med. je uspešno zaključila podiplomski tečaj iz otroškega in preventivnega zobozdravstva.

Marija Medle, Alja Klobčaver, Vlasta Femc, Marinka Dimc in Darja Kastelic so uspešno končale študij na Visoki šoli za zdravstvo in si pridobile naziv diplomirana medicinska sestra.

Irena Medvešek je uspešno končala Fakulteto za farmacijo in si pridobila naziv diplomirala inženirka laboratorijske biomedicine.

ISKRENE ČESTITKE!

IZ NAŠIH VRST

Mali Anej in mamica Vera Slana Biličič, dipl. fizioterapevtka se še veselo »crkljata« doma.

Mala Ela in bratec Feliks razveseljujeta očka Gašperja Fortuna, dr.stom.med.

VESELE IZ AMBULANTE

☺ Na preventivnem pregledu vprašam:
»Kakšno mleko pijete?«
»Ja, živalsko,« mi hitro odgovori pacient.

☺ Pacientka mi je rekla:
»Bila sem tako bolna, da sem bila celo popoldne ZAROLETANA (v temi).«

☺ »Boli me RITNA KLJUKA (trtica).«

☺ Pride pacient in pravi:
»Sem nahoden kot hudič!«
»Ali vas kaj glava boli?« ga vprašam.
»Kot sto mater!« odgovori.
»Ali kašljate?«
»Nabijam kot sto bogov!«

☺ Pacientu sem dala navodila glede preventivnega pregleda.
»Sem pa dobil list kot za na servis za avto!« je komentiral.

☺ Pacient je povedal, da je prebolel MAGNETIKS – meningitis.

☺ Spet drugi mi je povedal, da sem dala neke ŽGEČKLIVE tablete – žvečilne tablete.

☺ Pacienta poslušam, kako diha.
»Pljuča imate popolnoma čista,« mu rečem.
»Saj sem se zjutraj skopal,« mi hitro pove.

☺ »Pogosto VETRIM zadnje čase,« mi je pacient zelo resno povedal.
Ker sem že malo stara in že slabo slišim, je revež moral še enkrat povedati, da VETRI.
»Ja kaj pa je to?« sem ga vprašala pa je rekel:
»Oprostite, prdim!«

☺ S pacientom se prerekam glede količine predpisanih zdravil. Ves razburjen me pogleda in pravi: »Ne me GOL'FAT - zares nimam več tablet.

☺ Ambulanti za sladkorno bolezen v okrajšavi - ADA , pacienti pravijo PARTIJSKA ambulanta.

☺ Paciantka pravi: » Sem tako utujena, da se komaj VLAČIM.«

ŠE DVE IZ ŽUŽEMBERKA

☺ Včasih je v naši ambulanti vse polno ljudi. En pacient je pri meni, dva čakata pred vrati ambulante, dva stojita pri sestri, v čakalnici pa je vse črno od ljudi. In takrat moja sestra Andreja reče: »Samo skozi strop še not ne lezejo!«

☺ V Žužemberku za lepo, veliko punco rečejo, da je KOMAJSA.
»Ja, kaj pa je to?« vprašam nevednica.
»Ja, ena taka velika DRANGLA,« mi pojasnijo.

ŠE ENA ŽALOSTNA

☺ Pacient je svoj samogovor zaključil z besedami:
»Se bo treba kar FENTAT.«

Nežka Dular, dr. med.

HUMOR

Brez posledic

Matjaž se oglasi pri ginekologu in mu reče:

»Oprostite, gospod doktor, da vas nadlegujem. Moja žena je noseča štiri mesece in včeraj je padla po stopnicah ter si zlomila nogo. Zlom je kompliciran in bojim se, da se bo otroku kaj poznalo.«

»Brez skrbi,« ga miri ginekolog, »tudi moji mami se je zgodila nesreča, ko sem jaz prihajal na svet – gramofon ji je padel na glavo, vendar je vse ostalo brez posledic, brez posledic, brez posledic...«

Uporabna kukala

»Zakaj imajo Gorenjska vrata dva kukala: zgoraj in spodaj?«

»Zgoraj, da Gorenjci vidijo, kdo je prišel, spodaj pa, da vidijo, kaj je prinesel!«

Puljenje

Zakonski par sedi v zobozdravstveni čakalnici. Ko vstopita v ordinacijo, vpraša mož:

»Koliko stane puljenje zoba?«

»Pet tisoč tolarjev z injekcijo in dva tisoč brez injekcije.«

»Kar brez injekcije. Draga, usedi se na stol.«

Zobobol

Uradnik pride k zobozdravniku in pove, da ga strašno boli zob.

»Vzemite teh pet obrazcev, jih izpolnite ter se vrnite naslednji teden« mu reče zobar.

Navodilo

Mama je peljala malega Mihca k zobozdravniku, med potjo pa mu je dejala:

»Bodi dober, Mihec, in široko odpri usta, da bo dal zobozdravnik lahko svojo roko ven!«

Stisnjeni zobje

»Sedaj bo malce bolelo. Stisnite zobe in na široko odprite usta!« reče zobozdravnik pacientu.

Obljuba

Gorenjec je peljal dekle mimo kioska s hitro prehrano.

»Joj, kako lepo diši!« reče dekle.

»Če boš pridna, te bom še dvakrat peljal mimo« ji reče Gorenjec.

Nogometna tekma

Nogometna tekma v neki gorenjski vasi. Sodnik je vrgel kovanec za en tolar z namenom, da moštvi izbereta strani igrišča. Posledica: »Dvesto težko poškodovanih!«

Drago puljenje

»Poslušajte, ali ni 20 tisočakov preveč za to, da ste mi izpulili le en zob?« se čudi pacient.

»Nič ni preveč! Tako ste vpili, da so čakalnico zapustili trije pacienti!«

NAGRADNA KRIŽANKA

POMOČ **AACHEN** - mesto v Nemčiji **AMADO** - brazilski pisatelj (Jorge) POMOČ
ČAIRE - jap. keramična posoda za čaj

								DOMIŠLJAV PUHOGLAVEC	PAPEŽEVA OBLAST, PAPEŠTVO	ZABELA	ZVIJAČA, NAMEN	IZDELOVANJE TEKSTILNIH IZDELKOV S KVAČKO	GERMANSKI OREL
								MANJŠA PRIPRAVA ZA SPENJANJE					
								NAKUP, PRESKRBA					
								IZDELOVALEC OPEKE					
								NEKDANJI SLOVENSKI ATLET (BORUT)					IGRALEC
								MAKEDONSKO KOLO	PENTLJA / REZULTAT RAČUNANJA				
	GOSPODARSKA DEJAVNOST V MANJŠEM OBSEGU	ČLOVEK, KI KREVSA, NERODA	DUHOVNIŠKI STREŽNIK PRI SLOVESNI MAŠI	OZADJE	BOG PASTIRJEV V GR. MIT.	SLOVENSKA PEVKA (MARTA)				VRSTA NIZ. JADRNICE / ZVEZA NEKATERIH VZHODNIH DRŽAV			
ZUNANJI TRDEN ZAŠČITNI DEL VOJAŠKEGA VOZILA						LITERARNO DELO V OBLIKI DIALOGOV					NOVI TESTAMENT / KIP VELIKANA		
LISTNATO DREVO Z BELIM LUBJEM						DRŽAJ / PRITLIKAVO PRAVLJIČNO BITJE			ČRN PRAH PRI GORENJU / LUKNJAČ				
POVRAČILO, POVRATNA TEKMA								SEČEVOD / INDIGO					
GROBA TKANINA ZA PLAŠČE					CENT, STOT (star.) / HRIB NAD BEOGRADOM							UMETNO PRIDOBLJEN RADIOAKTIVNI ELEMENT, Lw	SLOVENSKI PISATELJ (CANKAR)
SESTAVIL: PETER UDIR	GLAVNA SESTAVINA MASTI / VZDEVEK RADKA POLIČA								LETOPIS / MESTO V NEMČIJI, SEVERNO PORENJE				
KEMIJSKI SIMBOL ZA RADIJ			KDOR RAD KVANTA / TEKSTILNI IZDELEK							MITOLOŠKO BIVALIŠČE UMRLIH / 60 MINUT			
NIZEK ŽENSKI PEVSKI GLAS				NAPAD, NASKOK / ODPOSLANEC, SEL					VELIKA DIVJA RACA / MOSTOVŽ, POMOL				
TALNI ZIDEC (ljud.)						POBIRALEC DAVŠČIN / HRV. PEVKA (DRAGOVIĆ)					KEM. SIMBOL ZA RADON / JAP. KERAMIČNA POSODA ZA ČAJ		
	PASMA PSOV	BRAZILSKI PISATELJ (JORGE) / SPREMLJEVALEC EROSA						PANTALONI / KRAŠKO VIŠAVJE V JZ. HRVAŠKI					PLADENJ
JEDILNI LIST					OGRAJA, SPLETENA IZ ŠIBJA, PROTJA					STARI SLOVAN			
OPIS, PRIKAZ					RAZVALINA / TERITORIALNA OBRAMBA					TELICA / AMERIŠKI IGRALEC (PACINO)			
PONOVNI NATIS									RISBA, SKICA				
STAREŠINA									DREVORED				

Glavna in odgovorna urednica: Nežka Dular, dr. med.; **Tehnična urednica**: Irena Češarek; **Člani uredniškega odbora**: Andreja Grahek Cujnik, univ. dipl. ekon., Nevenka Gošnik, Marija Kuzmanovič; **Foto**: Dušan Erhovnic, Andreja Češarek, Arhiv ZD NM; **Grafična priprava**: Špes grafika, Novo mesto; **Tisk**: Žarko Šepic s.p. Novo mesto; **Naklada**: 500 izvodov

Geslo nagradne križanke oddajte v skrinjico na blagajno ali pošljite na naslov Zdravstveni dom, Kandijska 4, Novo mesto, pod oznako Nagradna križanka.

REŠITEV KRIŽANKE IZ PREJŠNJE ŠTEVILKE: vodoravno – barva, apoen, Sabre, krat, tvid, zimsko, vata, AN, obi, adverb, tla, vat, BAAS, opiat, Alata, dekret, DZ, Skobla, soda, Baku, kajmak, RR, amonal, enkalon, nagib, otrobi, astma, rele, čik, zaris, šnorkel, Ola, salom, Enns, rekvizit, alkil, ihta, INA, ataka.

GESLO NAGRADNE KRIŽANKE: ZIMSKO VESELJE

Nagrade za pravilno rešitev prejmejo: Zoran Mojca, Marija Kapš in Andreja Mesojedec.