

## Novosti-Izkušnje-Pobude

---

### UČNA URA ZDRAVSTVENE VZGOJE V ŠOLI ZA MED. SESTRE (v Ljubljani, Plečnikov trg 1)

V trajnem, skladnem in enakopravnem sodelovanju med zdravstvenimi šolami in organizacijami združenega dela v zdravstvu vidimo dobre možnosti za vzgojo in izobrazbo bodočih med. sester. Želimo novih kvalitet v metodah poučevanja, vzgojnih prizadevanjih in v medsebojnih odnosih. Iščemo možnosti takega sodelovanja. Praktični pouk je v šoli za med. sestre bistveni del celotnega učnovzgojnega procesa. Večino praktičnega pouka opravljajo učenke prav na bolniških enotah kliničnega centra. Vsak dan jih srečujemo tu. Jutri, pojutrišnjem bodo naše sodelavke. Mnogokrat so prvi vtisi in prvi stiki z delom na bolniških oddelkih zelo pomembni za oblikovanje mlade deklice in za njen odnos do bodočega poklica. Štirinajst, petnajstletne prihajajo, resnično še premlade za srečavanje s trpljenjem in smrtjo. Na videz so že dekleta in mnogokrat pozabljamo, da je za videzom otrok, odtrgan od doma, obremenjen z iskanjem ravnovesja v burnem telesnem in duševnem dogajanju.

Ko jih srečujemo, gredo pogosto neopazno mimo nas. Dekleta pa nas vidijo, ocenjujejo. Predvsem vidijo naš odnos: do bolnika, do sodelavcev, do dela, do njih samih. Po tem, kar spoznavajo, sodijo svoje bodoče delo, svoj poklic. In dostikrat se zgodi, da se po končani zdravstveni šoli ne zaposlijo v zdravstvu ali pa nadaljujejo s študijem.

Kakšne odnose doživljajo na praktičnem pouku in kaj pričakujejo od zdravstvenih delavcev na delovnem mestu, so spregovorile učenke četrtega razreda zdravstvene šole pediatrične smeri pri pouku zdravstvene vzgoje. Pri tem pouku med drugim uporabljajo tudi učne in vzgojne metode, ki znova pridobivajo veljavo, to je skupinsko delo. Dekleta so si z anonimno anketo sama izbrala temo razgovora »Medsebojni odnosi na delovnem mestu«. Res je, da še niso zaposlene, vendar menijo, da so živo vključene v stvarno življenjsko in delovno situacijo na bolniških enotah.

Ko sta me med. sestra Dina Urbančič, učiteljica zdravstvene vzgoje, in med. sestra Kristina Čibašek povabili k sodelovanju, ni nisem dobro predstavljala, kako poteka ta pouk. Sodelovala naj bi, nekaj prispevala in nekaj pridobila, saj so v skupini vsi člani učitelji in hkrati tudi vsi učenci.

Razgovor, ki ga je vodila med. sestra Čibašek, je obotavljaše stekel. Tudi za prisotne učenke je bil ta pouk prvič v taki obliki.

Začele so z izkušnjami iz t. i. počitniške prakse. Učenke, bodoče med. sestre, so povedale, da je na bolniških oddelkih čutili različen odnos do štipendistk in neštopen, distk. To se kaže v tem, da neštipendistk ne vabijo na delovne sestanke, čeprav bi želele sodelovati, ker tudi nje zanimajo dogajanja na bolniških enotah in ker bi tako spoznale samoupravljalvsko prakso. V preteklih počitnicah, ko so po končanem prvem razredu opravljale proizvodno delo v TOZD tehnične službe kliničnega centra, so se v delovno in samoupravljalvsko prakso dobro vključile in bile so zelo zadovoljne.

Tudi sicer so štipendistke bolj pritegnjene v strokovno delo. Vse prepogosto se zgodi, da v počitniški praksi učenke uporabljajo kot »kurirke«, ki vse dopoldne no-

sijo material v različne laboratorije ali pa brez potrebnih strokovnih navodil zgolj spremljajo bolnike na razne preiskave. In ker niso dovolj poučene in vodene, sedijo z bolniki in dolgo, vse predolgo čakajo v čakalnicah.

Dejale so: bi kaj svetovale sošolkam, ki gredo prvič na praktični pouk, potem bi jih prav gotovo opozorile, naj se ne zadovoljijo s tem, da bodo zgolj nekakšne kurirke.

Med. sestra Čibašek je opozorila učenke, da je tudi spremljanje bolnika strokovno delo, ki je potrebno in ob katerem se lahko marsičesa naučijo. Dekleta so se s to trditvijo strinjala, vendar bi hotele za vsakega bolnika, ki ga spremljajo, vedeti: zakaj gre na preiskavo, kako je pripravljen, kakšen je potek preiskave, kaj in kako naj bolniku pomagajo, kdaj je naročen na preiskavo itd.

Še več hočejo: Bolnika je treba naročiti ob določeni uri, ker mnogi težko čakajo. Tudi čas sestre je dragocen in zakaj so npr. vsi bolniki v neki ambulanti naročeni ob 8 uri, čeprav nekateri pridejo na vrsto šele ob 12 uri. Zdravstveni delavci si prevelikokrat dovolimo, da nas bolniki čakajo dolgo in po nepotrebnem.

Na vprašanje, kaj k temu predlagajo, so bile mnenja, da je z dobro organizacijo dela mogoče odpraviti vse te nepravilnosti. V skupnem razgovoru pa so ugotovile, da na bolniških enotah same premalokrat sprašujejo, zakaj je tako; več so pisale o tem v svojih dnevnikih in njihove učiteljice bi to lahko posredovale dalje. Dejale so tudi da so v dvomu in da bi komaj kaj zaleglo, če bi same predlagale izboljšanje in se zato raje umaknejo.

»To je škoda«, je menila bolj izkušena članica skupine. »Če ne bo spodbud, ne bo nikoli nič novega, nič boljšega. Če kar odnehajo, je to umik. Prepogosto se umikamo. Reagirati je treba.«

V nadaljevanju pogovora so učenke povedale, da na bolniških enotah strokovna opravila večkrat opravljajo drugače, kot se učijo v šoli češ da »po šolsko« ni časa delati. Učenke so priznale, da so pri delu v začetku bolj počasne in da bi morale storiti več, da bi v vseh opravilih iz nege dosegle zlahtno večščino, med. sestre na bolniških enotah pa bi morale prisluhniti delu »po šolsko«, če je slednje strokovno neoporečno. Učenke so tudi dejale, da jih zelo moti, če med. sestra ni strpna, če jih obravnava, kot da nič ne znajo. Najhujši pa je občutek, da so na praksi v napoto. Rade pa delajo tam, kjer je delo dobro organizirano in kjer imajo občutek, da so koristne.

Ustavile so se tudi ob ustaljeni navadi, da se večji del jutranje nege bolnika mora opraviti do vizite. Zato mora biti vse opravljeno na hitro, tudi hranjenje, zlasti pri otrocih poteka prehitro, ponekod zato celo nestrokovno in grobo, kar so zelo kritično ocenile.

Zakaj ni nega bolnika razporejena čez cel dan? (tu so omenjale predvsem temeljito umivanje, posteljne kopeli, kopianje v kadi in pod prho). Tako bi lahko nego tudi bolje prilagodili potrebam posameznih bolnikov.

Na določeno postavljeno vprašanje ali zdravniki terjajo, da je osebna higiena bolnikov končana do vizite, smo slišali odgovor: »Sodoben zdravnik prav gotovo razume, da je delo med. sestre prvenstveno namenjeno bolniku«. Negovati bolnike na hitro, površno in brez posluha za potrebe posameznega bolnika, je huda strokovna napaka.

Ugotovili smo, da se o teh pomembnih problemih premalo pogovarjamo. S strpnim razgovorom bi dosegli marsikaj, kar bi bilo za bolnike koristno.

Učenke se tudi ne morejo načuditi dejstvu, da nekatere mlade medicinske sestre, ki so komaj končale z rednim šolanjem, nimajo pravilnega odnosa do njih. Res je to, da so le nekatere, pa je vendar vsaka odveč.

Še to so povedale: »Zelo smo hvaležne vsem, ki nas na praksi lepo sprejmejo in vodijo. Približno šestkrat letno menjamo učno bazo za praktični pouk. Spreminjati okolje in se mu prilagajati tako pogostokrat, ni majhna obremenitev. O medsebojnih odnosih med ljudmi je treba več razmišljati. Potrebna je tudi pohvala. Zavedamo se,

da nas je treba tudi opominjati, toda ne pred bolniki. Vemo, da se moramo naučiti še marsičesa in da bomo morale biti dovolj vztrajne in pogumne, da bomo svojo osnovno dejavnost, tj. nego bolnika kultivirale, strokovno razvijale, prilagajale potrebam in v zadovoljstvo bolnika in jo tudi uveljavljale.«

S tem ugotovitvami so zaključile svoja razmišljanja osemnajst — devetnajstletna dekleta, danes še učenke, jutri pa že mnoge med njimi naše sodelavke.

Nam in vsem, ki na ta ali oni način sodelujemo v učnovzgojnih prizadevanjih, je bila posredovana vsebina skupinskega razgovora zato, da bi bilo naše sodelovanje vsak dan uspešnejše, našim bolnikom pa že jutri boljše.

Obsežnejši zapis je pripravila Mara Hostnik, izpilile so ga učiteljice šole in dokončno oblikovale učenke četrtega razreda srednje šole za medicinske sestre v Ljubljani.

## **PRVI PODIPLOMSKI ŠTUDIJ ZA PREDZAKONSKO IN ZAKONSKO SVETOVANJE**

Podiplomski študij za predzakonsko in zakonsko svetovanje je prva skupina že uspešno zaključila. Sestavljalo jo je 16 slušateljev, ki so sociologi, pravniki pedagogi, psihologi in zdravniki in so se na enosemestrskem podiplomskem študiju usposabljali za opravljanje svetovalne dejavnosti za področje predzakonskega in zakonskega svetovanja v skladu s 15. členom zakona o zakonski zvezi in družinskih razmerjih. Novost tega zakona je določilo, da morajo biti do 1. 1. 1980 ustanovljene zakonske svetovalnice pri organih občinskih skupnosti socialnega skrbstva. Te svetovalnice bodo organizirale za vse, ki se bodo želeli poročiti, obvezne tečaje predzakonskega svetovanja, da bi jih vsestransko informirale in z zdravstveno vzgojo omogočale vsem bodočim zakoncem, da se pripravijo na skupno življenje. Bodoča zakonca bosta morala potrdilo o obisku zakonske posvetovalnice predložiti matičarju ob prijavi nameravane sklenitve zakonske zveze.

Študij omenjenih strokovnjakov je organizirala katedra za socialno medicino medicinske fakultete v Ljubljani skupno z Zavodom SR Slovenije za zdravstveno varstvo ter s svetovalnim centrom za otroke, mladostnike in starše v Ljubljani. Predavali so vidni eminentni in znani predavatelji, ki so se zelo trudili, da so podali snov v kar se da zanimivi in koncizni obliki, kajti gradiva za zakonsko svetovanje je resnično ogromno. Usposabljanje strokovnjakov je bilo organizirano v obliki predavanj, seminarjev in vaj. Tako so si slušatelji pridobili poleg splošnega vpogleda v to področje še teoretične osnove iz različnih disciplin, ki kakorkoli zadevajo probleme družine in družinskih razmerij.

Njihovo izobraževanje za svetovalno delo je pomembna naloga naše družbe. Zakaj? Naša družina doživlja veliko spremembo. Po besedah tovarišice Vide Tomšičeve so te spremembe posledica dosežkov našega samoupravno-socialističnega načina mišljenja in življenja. Tako se tudi v družini — kot osnovni skupnosti naše družbe — krepi samoupravni način obnašanja ter težnja za uveljavljanjem novih medčloveških odnosov, katerih rezultat naj bo družina kot emocionalna človeška skupnost, ki omogoča vsem svojim članom osebnostni razvoj in lastno srečo. Naloga svetovalne službe je odkrivati, katera bistvena vprašanja so pri mladih, ki vstopijo v zakonsko zvezo, odprta, nerazrešena, katera so še obremenjena s predsodki preteklosti in podobno. Vsebinska teh razgovorov bo raznolična. Ne bodo se omejevali samo na odnose med spoloma, temveč bo tudi poudarek na odnose do otrok, na spoznanje vsestranskih pravic in dolžnosti ter

na možnosti prilagajanja in reševanja problemov. Svetovalno delo je torej načrtno spoznavanje mladih o vstopu v zakonsko zvezo s problemi, zaradi katerih prihaja v družinah do nesoglasij in razvez. Področje teh problemov pa je zelo obsežno, zahteva od svetovalca veliko znanja z vseh vidikov družinskega življenja, zato bo svetovalno delo uspešno le kot timsko delo — delo vseh, ki bodo lahko dali ustrezno strokovno pojasnilo za vse probleme, ki jih bodo mladi postavljali.

S tem kratkim prispevkom želimo obvestiti zdravstvene delavce in sodelavce o pomenu in nujnosti takega študija, ki je zelo zanimiv in koristen. Potrebno je, da se čim večje število slušateljev še naprej vpisuje v ta podiplomski študij, da bomo lahko zamisel o svetovalnicah in čimbolje uresničili.

Dr. Marija Djurdjević  
»Zdrav. varstvo« št. 5/79

### NEVARNOST OZKIH HLAČ

Eden velikih ginekologov sedanosti, profesor Comel z univerze v Pisi, svari pred hudim sovražnikom našega zdravja, pred ozkimi hlačami, »preozke hlače«, ki stiskajo boke, povzročajo tolščne blazinice na stegnih,« trdi italijanski zdravnik.

Moda kavbojk, bodisi iz žameta ali iz modrega platna, ki poudarja noge in stegna, prav gotovo prispeva svoj delež k ogroženosti našega zdravja. Blue jeans, kot jim pravimo, stiskajo spodnji del trupa kot primež in ovirajo krvni obtok, ne samo zadnjice, kot pri drugih hlačah, ampak tudi stegna in kolena vse tja do meč.

Premalo prekrvljene žile začno tvoriti napihnjene blazinice kože, ki jih imenujemo tudi z malce nenavadnim imenom »pomarančna koža«. Te blazinice, nekateri jih imenujejo tudi jahalne hlače — spominjale naj bi namreč na spodaj stisnjene, zgoraj razširjene jahalne hlače — grenijo življenje ženskam, ki so tako ponosne na popolno lepoto svojega telesa.

Če pustimo v nemar to lepotno nakazo, naj pristavimo, da zaradi pretesnih hlač kaj pogosto nastanejo krčne žile, saj oviran krvni obtok povzroča nabreklost žil in velike modre madeže, ki kazijo videz ženskih nog.

Zmanjšana prepustnost krvnega obtoka povzroči tudi različne izpuščaje, čire, a tudi za trombozo najdejo zdravniki vzrok v nepravilnem krvnem obtoku. Tromboza pa, kot vemo, ima lahko usodne posledice. Torej, preden se odločite za nakup kar se da tesnih hlač, pomislite na vsa ta zdravniška opozorila in morda se boste odločili drugače.

Groba tkanina, iz katere izdelujejo blue jeans, pretirano stisne vagino, zato zdravniki svarijo pred pretiravanjem z modo pretesnih kavbojk, saj večkrat le-te povzročijo prav boleče infekcije v mednožju.

Toda tudi moški niso izvzeti pri tegobah, ki jih prinašajo tako priljubljene, a vendar dokaj nevarne ozke kavbojke. Take blue jeans vse preveč stiskajo modnike, a stalen pritisk nanje jih seveda tudi neprestano draži. Ta del moškega telesa mora imeti nižjo temperaturo kakor ostali organizem, sicer preti moškemu nekaj, kar najbolj krni njegovo čast — neplodnost.

Prav tako je mogoče, da vsakdanje nošenje preozkih hlač povzroči okvaro semenovoda, po katerem normalno »potujejo« semenčice. Če pride do tega in vam splošni zdravnik ne more pomagati, se boste pač morali odločiti za kirurški poseg, za katerega pa ni nihče preveč navdušen.

»Farmakoinformator« št. 1/79

## TOVARIŠTVO NA DELOVNEM MESTU

Že dlje časa razmišljam, da bi napisala o tej tako lepi in tako prepotrebni vrlini o medsebojnih človeških odnosih. Živimo v svobodni deželi, v deželi, v kateri je delavec samoupravljaev. Ta beseda pa vsebuje svoj smisel, da se vsak človek lahko razvija v svobodno osebnost, brez vplivov, ki bi mu omejevali sprostiti svoje sposobnosti pri delu. Žal pa prihaja med ljudmi do določenih trenj, zaradi katerih se poruši medsebojna harmonija, kar slabo vpliva na delovni uspeh človeka. Osnova za dober delovni dan je vsekakor dobro počutje pri delu. Posebno je to pomembno za ljudi, ki so se odločili zdraviti tako zapleteno bitje, kot je človek. Zelo važno je, da pride naš bolnik v prostor in kraj, kjer si delovni kolektiv med seboj zaupa, si vzajemno pomaga in sodeluje. Pomembno je, da naš bolnik čuti, da smo ga sprejeli prijazno, da mu hočemo pomagati po svojih zmožnostih in znanju, saj je v bolezni človek še znatno bolj občutljiv in psihično spremenjen. Naš pravilen dostop k bolniku je stopnička več k njegovi ozdravitvi.

Zdravstveni delavci moramo črpati voljo in zavest do dela tudi iz majhnih in ne le velikih uspehov, moramo se veseliti tudi uspehov svojih delovnih tovarišev, kajti uspeh posameznika je uspeh skupnosti.

Med seboj se navadno le malo poznamo, pa čeprav vsak dan delamo skupaj in bore malo vemo drug o drugem. Priznani znanstvenik in psiholog prof. dr. Anton Trstenjak meni v enem svojih del: »Človek, ta neznanka! Odkriva skrivnost za skrivnostjo in vedno uspešneje rešuje uganke drobnega sveta atomov, sam sebi pa je pravzaprav vedno večja uganka. Sporazumel se je z nevidnimi in nevarnimi sestavinami atomov, s svojim bližnjim, ki ob njem živi in z njim vsak dan v družbi dela, pa se ne more sporazumeti. Našel je nešteto poti do skrivnosti nedoumne narave, a pota do človeka so mu le malo znana. Že način našega življenja je tak, da nas preveč razdvaja in med seboj odtuja.«

Poiskati moramo skupne pravilne poti, občutiti, da smo v naši svobodni deželi vsi enakovredni ljudje in brez stanovskih razlik, ki so že preteklost. Razvijajmo v sebi dobre človeške vrline, kot so: pomoč, tovarištvo in zaupanje. Tako bo življenje zdravstvenih delavcev v belem in modrem lepše in večji bo naš delovni elan. Zjutraj bomo prihajali na delo z občutkom, da se radi vračamo v svoj delovni kolektiv, in z odkritim pogledom se bomo srečevali s svojimi delovnimi tovariši.

Med. s. Anja Pogelšek

---

**RESNICE SO STARE, VENDAR JIH MORAMO PRILAGODITI NOVIM ZAHTEVAM,  
NOVIM NESREČAM ČLOVEŠTVA.**

Ćesar Cantú