

N A R O D N I Z D R A V S T V E N I L I S T

GODINA LXI, broj 710-711/ 2019
OŽUJAK/TRAVANJ ■ CIJENA
7,00 kn ■ ISSN 0351-9384 ■
Poštarina plaćena u pošti 51000 Rijeka



**DOSTUPNOST
ZDRAVSTVENE ZAŠTITE
- svima, svugdje**



NARODNI ZDRAVSTVENI LIST

dvomjesečnik za unapređenje
zdravstvene kulture

IZDAJE

NASTAVNI ZAVOD ZA JAVNO
ZDRAVSTVO PRIMORSKO-
GORANSKE ŽUPANIJE U SURADNJI
S HRVATSKIM ZAVODOM
ZA JAVNO ZDRAVSTVO

ZA IZDAVAČA

Prof.dr.sc. Vladimir Mićović, dr.med.

UREĐUJE

Odjel socijalne medicine
Odsjek za zdravstveni odgoj
i promociju zdravlja

REDAKCIJSKI SAVJET

Doc.dr.sc. Suzana Janković, dr.med.;
Nikola Kraljik, dr.med.; prof.dr.sc.
Vladimir Mićović, dr.med.; doc.
dr.sc. Sanja Musić – Milanović,
dr.med.; Ankica Perhat, dipl.oec.;
Tibor Santo, dr.med.; Vladimir
Smešny, dr.med.; prim.mr.sc.
Ankica Smoljanović, dr.med.

UREDNIKA

Doc.dr.sc. Suzana Janković, dr.med.

LEKTORICA

Vjekoslava Lenac, prof.

GRAFIČKA PRIPREMA I OBLIKOVANJE

Novi list d.d./Karin Hofbauer

FOTOGRAFIJE: iStockphoto

TISAK

Kerschoffset Zagreb d.o.o.

UREDNIŠTVO

Radojka Grbac, bacc.paed.

Nađa Berbić

51 000 Rijeka, Krešimirova 52/a

tel. 21-43-59, 35-87-92

fax 21-39-48

<http://www.zzjzpgz.hr> (od 2000.g.)

Godišnja pretplata 36.00 kn

Žiro račun 2402006-1100369379

Erste&Steiermarkische Bank d.d.

«NZL» je tiskan uz potporu
Primorsko-goranske županije i
Odjela gradske uprave za zdravstvo
i socijalnu skrb Grada Rijeke.

SADRŽAJ

VLADIMIR SMEŠNY

Dostupnost zdravlju: Sveopća,
svima i svugdje 3

SVJETSKI DAN ZDRAVLJA 2019.
GODINE

Univerzalna pokrivenost zdravstvenom
zaštitom 4

PRIMORSKO-GORANSKA ŽUPANIJA

Trajna ulaganja u zdravlje 6

NZZIZ PGŽ

Usmjereni zdravlju, ne bolesti 7

DOM ZDRAVLJA PGŽ

Zdravstvena zaštita za cijelu Županiju .. 9

ZAVOD ZA HITNU MEDICINU PGŽ

Brzi kad je najhitnije 12

KLINIČKI BOLNIČKI CENTAR RIJEKA

Vodič za bolesnike 14

KLINIKA ZA ORTOPEDIJU I
TRAUMATOLOGIJU LOVRAN

Duga tradicija i visoka kvaliteta
oblikovale prepoznatljiv brend 18

THALASSOTHERAPIA OPATIJA

Liječenje i odmor uz izvrsne
medicinske uvjete 20

THALASSOTHERAPIA CRIKVENICA

More kao lijek 22

PSIHIJATRIJSKA BOLNICA RAB

Bolnica koja tako ne izgleda 25

LJEČILIŠTE VELI LOŠINJ

Medicinski usmjeren odmor na mjestu
jedinstvene ljepote 27

ATOPIJSKI DERMATITIS

Njega kože najvažnija prevencija 29

O ZDRAVLJU UKRATKO

S proljećem stižu i alergije 31

Umetak

POVODOM 19. OŽUJKA
MEĐUNARODNOG DANA OČEVA

Tate, sretan vam vaš dan!



DOSTUPNOST ZDRAVLJU:



sveopća, svima i svugdje

Piše
Vladimir Smešny
dr. med.



Jedan od načina kako postići veću odgovornost za zdravlje svih i svugdje jest dodatni napor onih koji puno znaju da uvjere veliku većinu, koja manje ili premalo zna, da se zdravlje može i mora čuvati, nastoji unaprijediti, a bolest, ako je neizbježna, otkriti što ranije

Ovo je vrlo slobodan prijevod ovogodišnje poruke Svjetske zdravstvene organizacije (SZO) uoči Svjetskog dana zdravlja 7. travnja ove, 2019. godine (Universal health coverage: everyone, everywhere).

Mali pogled unatrag. Malo je točaka svjetske povijesti gdje je Hrvatska ostavila pečat. Kad je zdravlje u pitanju, jedna ili prva bila je uloga hrvatskog profesora Andrije Štampara u osnivanju SZO, organizacije Ujedinjenih nacija, nakon najkrvavijeg rata u povijesti čovječanstva, onog Drugog. Druga je, naravno u zajedništvu s ostalim republikama tadašnje Jugoslavije, Dom zdravlja. Nije naknadna prepotencija reći da je Hrvatska u tome bila za korak ispred ostalih, a naša Rijeka za još jedan korak ispred drugih većih gradova (prostorna rješenja uz pomoć „samodoprinosaa“). Bio je to svjetski prilog rješenju „primarne zdravstvene zaštite“ (rekao tada

glavni direktor SZO, prilikom posjeta Hrvatskoj), prilog organizacijskom rješenju velike (i trajne) krize „opće zdravstvene zaštite“.

Zašto neke zajednice ruše svoje spomenike, svoja postignuća, vjerojatno je problem „narodnog zdravlja“ kojim se bave svi, ili se ustvari nitko ne bavi. No, nije to tema u ovoj prigodi.

Jedan od načina kako postići veću odgovornost za zdravlje svih i svugdje jest dodatni napor onih koji puno znaju da uvjere veliku većinu, koja manje ili premalo zna, da se zdravlje može i mora čuvati, nastoji unaprijediti, a bolest, ako je neizbježna, otkriti što ranije.

Tečajevi ne mogu zamijeniti desetljeća školovanja

Svjedočimo raskoraku u broju potrebnih zdravstvenih radnika i onih raspoloživih, posvećenih zdravlju. Znanost i znanje rastu.

Šire se, ali sporije od rasta potrebitih. Raste, nažalost, broj onih koji se petljaju u nešto za što nije dovoljna „jedna prepisana zadaća“ ili malo „vježbanja bez pripreme i razumijevanja“. Kad čine više štete nego koristi, upisuju se na listu uzročnika bolesti, onih prirodnih i onih koje čovjek sam sebi sprema. Samo čovjek (kao vrsta) može pokušati zamijeniti dvanaest godina školovanja, šest godina studiranja, pet godina specijaliziranja, tri godine supspecijaliziranja i, po mogućnosti, znanstveni doktorat (da bi netko postao „obični liječnik“ u kliničkoj-sveučilišnoj bolnici) s višetjednim tečajem gdje netko nudi i potpisuje „zvanje“: „XY-terapeut“ (naravno, tuđica zamjenjuje „onaj koji liječi“ da ne bi odmah bilo sumnje da se radi o „nadriliječništvu“).

Na kraju ovog protesta s puno dobrih namjera, treba se vratiti na početak. Možda bi na adresu SZO trebalo uputiti prosvjed, jer u svojim ciljevima i porukama ne spominje zdravstveni odgoj i obrazovanje. I to usprkos činjenici da svijetom kroče milijarde siromašnih, ne samo gladnih hrane već i znanja, pa je oslonac na znalce očekivan, ali ne bi trebao biti jedini. Na koncu su, odmah nakon gladnih, „(namjerni) proizvođači“ bolesti, oni kojima tepamo da „uživaju“ u previše cigareta, alkohola, droge, nezdrave hrane i drugih „blagodati“ razvijenog svijeta.

Teško je i ovom prigodom ne sjetiti se da je neki dan u snježnoj Švicarskoj ustanovljeno da dvadeset i četiri (javno poznate) (naj)bogatije osobe raspoložuju sredstvima većim od onoga što imaju dvije milijarde onih drugih.

Kad zdravlje nije vrijednost, da li je to onda bolest?

Što to sve SZO stalno poručuje, prigodna je, ali i trajna tema. Od svog osnutka ona širi optimizam kao okružje u borbi za nešto tako vrijedno kao što je zdravlje. Zahtijeva predanost i upornost onih koji nešto o tome razumiju, makar ulijetali u proturječja ili na rubove utopije.

Kad se početkom sedamdesetih godina prošlog stoljeća stvorila kritična masa entuzijasta, nastaje pokret „Zdravlje za sve do 2000.“. Danas, gotovo pola stoljeća kasnije, znamo da se cilj nije ostvario. Zašto? Svaka generacija, izgleda, mora sama naučiti da vrijeme kao nedodirljivo ide i izmiče brže nego što oni koji shvaćaju uspiju pomaknuti one kojima to nije baš tako lako. Postoji još jedno objašnjenje (ako je točno, onda je opasno): zdravlje, nažalost, sigurno nije vrijednost onima kojima je ono „zlatno tele“, profit (i samo profit). Da li je to onda bolest? Izgleda da jest!

SVJETSKI DAN ZDRAVLJA 2019. GODINE

UNIVERZALNA POKRIVENOST zdravstvenom zaštitom



Ključne činjenice:

- Barem polovica svjetske populacije još uvijek nema pokrivenu nužne zdravstvene usluge.
- Oko 100 milijuna ljudi još je uvijek gurnuto u ekstremno siromaštvo (žive od 1,90 američkih dolara ili manje na dan) jer moraju platiti zdravstvenu zaštitu.
- Preko 800 milijuna ljudi (gotovo 12 posto svjetske populacije) troši najmanje 10 posto svog kućnog budžeta na plaćanje zdravstvenih usluga.
- Sve države članice UN-a dogovorile su se da će pokušati doseći univerzalnu pokrivenost zdravstvenom zaštitom (UPZZ) do 2030. godine, kao dio ciljeva održivog razvoja.

Što je univerzalna pokrivenost zdravstvenom zaštitom (UPZZ)

UPZZ znači da svi pojedinci i zajednice dobiju zdravstvene usluge koje trebaju, a da zbog toga nemaju financijskih poteškoća. To uključuje puni spektar svih nužnih, kvalitetnih zdravstvenih usluga, od promocije zdravlja i prevencije bolesti do liječenja, rehabilitacije i palijativne njege.

UPZZ omogućuje svima zdravstvenu zaštitu koja pokriva najvažnije uzroke bolesti i smrti i osigurava da kvaliteta tih usluga bude dovoljno dobra da unaprijedi zdravlje ljudi koji ih koriste.

Zaštita ljudi od financijskih posljedica zbog plaćanja zdravstvenih usluga iz

vlastitog džepa smanjuje rizik od toga da ljudi padnu u siromaštvo, jer iznenadna bolest zahtijeva od njih da potroše svoje životne uštedevine, prodaju svoju imovinu ili posuđuju novac, što uništava njihovu budućnost, a često i budućnost njihove djece.

Postizanje UPZZ jedan je od ciljeva koje su narodi diljem svijeta postavili kada su usvojili Ciljeve održivog razvoja 2015. godine. Zemlje koje napreduju prema UPZZ napredovat će i prema drugim ciljevima vezanim uz zdravstvo, ali i ostalim ciljevima. Dobro zdravlje omogućuje djeci da uče i odraslima da zarađuju, pomaže ljudima da pobjegnu od siromaštva i predstavlja temelj za dugoročni ekonomski razvoj.

Što UPZZ nije

Mnogo je stvari koje nisu u djelokrugu univerzalne pokrivenosti zdravstvenom zaštitom:

- UPZZ ne znači besplatnu pokrivenost svim mogućim zdravstvenim intervencijama, bez obzira na cijenu, budući da ni jedna zemlja ne može pružiti sve usluge bez naplate, a da to bude održivo.
- UPZZ nije pitanje samo financiranja zdravstvene zaštite. Taj pojam obuhvaća sve komponente zdravstvenog sustava: sustave dostupnosti zdravstvene zaštite, zdravstvene radnike, zdravstvene

ustanove i mreže komunikacije, zdravstvene tehnologije, sustave informiranja, mehanizme osiguranja kvalitete te zakonodavstvo i upravljanje.

- UPZZ ne znači osiguranje samo minimalnog paketa zdravstvenog osiguranja, već i osiguravanje progresivnog povećanja pokrivenosti zdravstvenim uslugama i financijskom zaštitom u trenutku kada postane dostupno više sredstava.
- UPZZ se ne odnosi samo na usluge namijenjene pojedincima, već i na društvene mjere poput javnozdravstvenih kampanja, kloriranja vode, kontrole razmnožavanja komaraca i dr.
- UPZZ se ne odnosi samo na zdravlje; uvođenje UPZZ-a korak je naprijed u ostvarenju jednakosti, razvoja prioriteta i društvene uključenosti.

Kako napraviti napredak prema ostvarenju UPZZ-a

Mnogo zemalja već napreduje prema UPZZ-u. Sve zemlje mogu poduzeti mjere za ubrzanje napretka ili održanje ciljeva koje su već postigle. U zemljama gdje su zdravstvene usluge tradicionalno bile dostupne, vlade teško nalaze rješenja za praćenje stalno rastućih zdravstvenih potreba u populaciji i povećanja zdravstvenih troškova.

Uvođenje UPZZ-a zahtijeva osnaživanje zdravstvenih sustava u svim zemljama. Ključne su snažne strukture financiranja. Kada ljudi moraju platiti većinu zdravstvenih usluga iz vlastitog džepa, siromašni si često ne mogu priuštiti sve zdravstvene usluge koje su im potrebne, a čak i bogati mogu biti izloženi novčanim poteškoćama u slučaju teške ili dugotrajne bolesti. Udruženi fondovi, primjerice obavezni i dobrovoljni, mogu podijeliti financijske rizike bolesti diljem populacije.

Unapređenje pokrivenosti zdravstvenim uslugama i zdravstvenih ishoda ovisi o dostupnosti, pristupačnosti i mogućnosti zdravstvenih radnika da pruže kvalitetnu, integriranu zdravstvenu skrb, orijentiranu prema ljudima. Ulaganje u kvalitetnu primarnu zdravstvenu zaštitu bit će ključno u dostizanju UPZZ-a diljem svijeta. Dobra vlada, dobri sustavi nabave i opskrbe medicinskim i zdravstvenim tehnologijama i dobro financiran sustav informiranja unutar zdravstva - druge su nužne komponente.

Primarna zdravstvena zaštita

Primarna zdravstvena zaštita pristup je zdravlju i blagostanju baziran na potrebama i okolnostima pojedinaca, obitelji i zajednica. Zasniva se na sveobuhvatnom i povezanom tjelesnom, duševnom



i društvenom zdravlju i blagostanju. Radi se o pružanju kompletne zdravstvene zaštite pojedincu u svim fazama života, a ne samo o liječenju pojedinih bolesti. Primarna zdravstvena zaštita osigurava da ljudi prime sveobuhvatnu zdravstvenu zaštitu, od promocije i prevencije do liječenja, rehabilitacije i palijativne zdravstvene zaštite, što je moguće bliže u svakodnevnom okruženju. Primarna zdravstvena zaštita najučinkovitiji je i najefikasniji način dostizanja univerzalne zdravstvene zaštite diljem svijeta.

Kako bi se zadovoljili zahtjevi za zdravstvenim djelatnicima u pogledu ciljeva održivog razvoja i ciljeva univerzalnog zdravstvenog osiguranja, do 2030. godine potrebno je više od 18 milijuna dodatnih zdravstvenih radnika. Najveće razlike u potrebama i ponudi zdravstvenih radnika nalaze se u zemljama sa srednjim i niskim dohotkom. Rastuća potražnja za zdravstvenim radnicima predviđa da će se

do 2030. godine u globalno gospodarstvo dodati oko 40 milijuna radnih mjesta u zdravstvenom sektoru. Potrebna su ulaganja u zdravstveni sektor i obrazovanje zdravstvenih radnika, i to i iz privatnih i iz javnih resora. UPZZ naglašava ne samo to koje su usluge pokrivene, već i kako su financirane, vođene i dostupne. Osnovna promjena u dostupnosti usluga potrebna je s ciljem fokusiranja na potrebe ljudi

i zajednica. To uključuje preusmjeravanje zdravstvenih usluga kako bi se omogućilo da se usluge pruže na optimalan način i s najboljom koordinacijom. Takva, preusmjerena zdravstvena zaštita omogućuje jačanje kapaciteta pojedinaca i zajednica za preuzimanje aktivnije uloge u očuvanju zdravlja.

Može li se UPZZ mjeriti

Da. Praćenje napretka prema UPZZ-u mora se usredotočiti na dva pokazatelja:

1. koji udio populacije ima pristup nužnim i kvalitetnim zdravstvenim uslugama,
2. koji udio populacije troši veliki dio svog kućnog budžeta na zdravlje.

U suradnji sa Svjetskom bankom, Svjetska zdravstvena organizacija razvila je okvir praćenja napretka UPZZ-a praćenjem obje te kategorije.

Svjetska zdravstvena organizacija

NARODNI ZDRAVSTVENI LIST

PRETPLATA



Ako se želite pretplatiti na Narodni zdravstveni list, dovoljno je da nazovete tel. broj 051/214 359, 358 792 ili pošaljete dopisnicu sa svojim podacima (ime, prezime, adresa) u

NASTAVNI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

Odjel socijalne medicine

Krešimirova 52a, 51 000 Rijeka

PRIMORSKO-GORANSKA ŽUPANIJA

TRAJNA ULAGANJA u zdravlje

Piše
Pročelnica Upravnog odjela
za zdravstvo PGŽ
Izv. prof. dr. sc. **Đulija Malatestinić**,
dr. med.

U području zdravstva, Primorsko-goranska županija osnivač je i vlasnik osam zdravstvenih ustanova. To su Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije, Dom zdravlja Primorsko-goranske županije, Zavod za hitnu medicinu Primorsko-goranske županije, Thalassotherapia Crikvenica, Thalassotherapia Opatija, Lječilište Veli Lošinj, Psihijatrijska bolnica Rab i Ljekarna Jadran Rijeka.

U zdravstvenom zakonodavnom okviru Republike Hrvatske, područje odgovornosti za zdravlje područne (regionalne) samouprave regulirano je posebnim zakonom kojim se ističe obveza županija da organiziraju provedbu javnozdravstvenih mjera, epidemiološke i zdravstveno-ekološke djelatnosti te mjere prevencije bolesti. Nadalje, Županija brine o popunjavanju Mreže javne zdravstvene službe, čime osigurava jednaku dostupnost zdravstvene zaštite svim stanovnicima. Mreža javne zdravstvene službe sadrži broj i raspored zdravstvenih ustanova i drugih subjekata koji pružaju zdravstvenu zaštitu na području Županije.

Primjena načela „uključenosti zdravlja“

Osim što je ispunila te zakonske obveze, Primorsko-goranska županija je, u svojim strateškim dokumentima, primijenila načelo „uključenosti zdravlja“. Dugoročno se

Županija je investirane u zdravlje i uspješan razvoj županijskih zdravstvenih kapaciteta i zdravstvenih programa iznad standardne razine zaštite, dugoročno odredila kao najučinkovitiju strategiju unaprjeđenja zdravlja stanovništva, kako bi u konačnici pridonijela povećanju kvalitete života i socijalnog blagostanja

odredila za trajni pristup ulaganja u zdravlje kao najučinkovitiju strategiju unaprjeđenja zdravlja stanovništva, putem razvoja zdravstvenih programa iznad standardne razine zaštite, sve kako bi u konačnici pridonijela povećanju kvalitete života i socijalnog blagostanja.

Upravni odjel za zdravstvo koordinira izradu brojnih planskih i strateških dokumenata, kao Plana zdravstvene zaštite

Županijski zdravstveni kapaciteti stručno značajni i popunjeni

Zdravstvene ustanove kojima je Županija osnivač čine značajne kapacitete zdravstvene djelatnosti, prepoznatljive po stručnim i znanstvenim postignućima unutar zdravstvenog sustava Republike Hrvatske i šire. Prema podacima za 2018. godinu, u tim je zdravstvenim ustanovama bilo zaposleno više od 1 900 djelatnika. Stacionarne zdravstvene ustanove – specijalne bolnice raspolagale su s oko tisuću ležajeva i u dijelu pružanja zdravstvene zaštite u potpunosti su popunjene.

Primorsko-goranske županije. Izradom stručne podloge za odabir zdravstvenih prioriteta sudjeluje i u kreiranju javnozdravstvene politike; koordinira izradu Plana za zdravlje Primorsko-goranske županije u okviru projekta Zdrava županija, u petogodišnjim ciklusima. Upravni odjel potaknuo je i osigurao financijsku podršku za brojna istraživanja „odrednica zdravlja“, među kojima se posebno ističe istraživanje učestalosti korištenja sredstava ovisnosti kod srednjoškolaca u Županiji. Odjel za zdravstvo pokrenuo je izradu dokumenta Strategija razvoja zdravstvene industrije, s Akcijskim planom za razdoblje od 2012. do 2020. godine, te dokumenata Socijalna karta Primorsko-goranske županije, s Akcijskim planom, 2007. i Socijalna karta Primorsko-goranske županije, s Akcijskim planom za 2012. godinu. Županija, putem Upravnog odjela za zdravstvo, osim što osigurava strukturalne preduvjete za obavljanje zdravstvene zaštite ustanova čiji je osnivač, trajno osigurava i sredstva za nadstandardnu razinu zdravstvene zaštite. Također, sufinancira ostale ustanove iz područja zdravstvene skrbi na svojem području: Klinički bolnički centar Rijeka i Hospicij „Marija Krucifiksa Kozulić“.

primorsko
goranska
oksid
županija

NASTAVNI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

USMJERENI ZDRAVLJU, ne bolesti



NASTAVNI ZAVOD ZA
JAVNO ZDRAVSTVO
PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

Piše

Doc. dr. sc. **Željko Linšak**, dipl. san. ing.

Zavodi za javno zdravstvo ustanove su čija je uloga da štite i unapređuju zdravlje i sigurnost stanovnika na području županije koju pokrivaju. U Republici Hrvatskoj postoji 21 županijski zavod za javno zdravstvo i jedan državni, nacionalni zavod.

Vjerojatno ne postoji ni jedan stanovnik Hrvatske koji nije došao u doticaj s jednom od djelatnosti zavoda. Zavodima je osnivač županija, a obavljaju sljedeće djelatnosti: školsku medicinu, mikrobiologiju, epidemiologiju, zdravstvenu ekologiju, socijalnu medicinu te mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti.

Primjerice, svi mi koji imamo djecu dolazimo u kontakt sa školskom medicinom prilikom upisa djece u školu. Tada s djecom odlazimo u, nekada zvane, dispanzere, gdje djeca prolaze liječnički pregled

Opsežnim djelatnostima i mjerama, laboratorijskim kontrolama kakvoće i prevencijom koja nas prati cijeli život, zavodi za javno zdravstvo štite nas, ali i uče, da i sami budemo odgovorni za svoje zdravlje



specijalista školske medicine. Školska medicina prati nas i kroz srednju školu, sve do završetka fakulteta.

Od savjetovališta do laboratorija

U Nastavnom zavodu za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije djeluje niz savjetovališta. U svako od savjetovališta može se doći bez uputnice i bez straha od osude okoline. U Centrima za mlade zavodski psiholozi i psihijatri pomažu u rješavanju problema djece, bilo zbog škole, posla ili ljubavi. U ginekološko savjetovalište učenice i studentice mogu doći direktno „s ulice“, bez straha i srama. Ako je riječ o korištenju nekoga od sredstava ovisnosti (droga, alkohol, kocka, internet), stručni tim zavoda, koji čine psiholozi, psihoterapeut, socijalni pedagog, učitelj i liječnik, pomoći će u borbi za zdravlje. U psihološkom savjetovalištu klinički psiholozi obavljaju individualni rad s djecom i njihovim roditeljima te psihodijagnostiku.

Još prije nego što nam se djeca upišu u školu, nažalost zbog briga i nespavanja noći ili na svu sreću zbog stjecanja imuniteta, uspješno smo preboljeli razne dječje zarazne bolesti te su nas pedijatri slali na bris grla ili nosa, vađenje krvi ili pak bakteriološku analizu stolice. Upravo uzimanje brisova, vađenje krvi, mikrobiološka pretraga stolice odrađuju se u laboratorijima odjela mikrobiologije. Dakle,

pretrage za šećer, masti i sedimentaciju rade domovi zdravlja, ali pretrage na najčešće zarazne bolesti rade zavodi. Osim utvrđivanja salmonele u stolici, tuberkuloze na plućima i urinarnih infekcija, mikrobiološki laboratoriji zavoda rade i test intolerancije na hranu za preko sto alergena, uz mišljenje nutricionista. Također se određuju indikatori upalnih bolesti crijeva, tzv. kalprotektin.

Ako smo poslovno vezani za ugostiteljstvo, proizvodnju hrane i slično, prije stupanja na posao moramo izraditi sanitarnu knjižicu te proći liječnički pregled epidemiologa i odslušati tečaj higijenskog minimuma. I to se može obaviti isključivo u zavodima za javno zdravstvo. A ako ste vlasnici, primjerice, ugostiteljskog objekta, onda morate raditi po HACCP sustavu, provoditi internu kontrolu uzimajući brisove i uzorke hrane, imati nadzor nad provedbom DDD mjera... I za sve navedene poslove sklapate ugovor s Epidemiološkim odjelom Zavoda.

Od ugriza psa do peluda u zraku

Ako namjeravate putovati izvan EU ili ste pomorac, također morate doći u Zavod, na cijepljenje. Nakon ugriza psa ili neke druge životinje (lisice, ježa ili slično), nakon obrade kod obiteljskog liječnika ili liječnika na hitnoj, bit ćete upućeni u Epidemiološki odjel Zavoda, na obradu (anketu, cijepljenje).

Zdravstveno - ekološki odjel Zavoda ima zadatak praćenja okoliša kako bi se moglo preventivno djelovati na ljudsko zdravlje. Primjerice, praćenje kakvoće vode za piće i kakvoće zraka temeljne su obveze Odjela zdravstvene ekologije. Osim vode i zraka, pratimo i kakvoću hrane i predmeta koji dolaze u dodir s hranom. Svatko tko proizvodi hranu, ili je prodaje, mora napraviti analizu hrane, i to se najčešće radi u zavodima. Svatko tko se kupuje u bazenima zna da isključivo zavodi kontroliraju bazensku vodu. Svatko tko ima šternu, zna da može u zavod donijeti vodu na analizu. Stručnjaci zdravstvene ekologije (sanitarni, kemijski, prehrambeni inženjeri, liječnici i biolozi) educiraju korisnike o sigurnom rukovanju pesticidima, ispituju otpad u centrima za gospodarenje otpadom, otpadne vode komunalnih poduzeća i industrije, kvalitetu mora u sezoni kupanja, pelud u zraku...

S vremena na vrijeme zainteresiraju se, najčešće mediji, za broj rođene djece, umrlih ljudi, oboljelih... Tada Odjel socijalne medicine objavljuje razne statističke podatke od važnosti za Županiju. Također, navedeni odjel podsjeća nas da sami budemo odgovorni za svoje zdravlje te da se javljamo na liječnike preglede i razne preventivne zdravstvene programe.

Da zaključimo, zavodi za javno zdravstvo štite nas i unaprjeđuju naše zdravlje. Međutim, i mi sami moramo biti odgovorni, kako ne bismo postali samo brojka u statistici odjela socijalne medicine.

NARODNI ZDRAVSTVENI LIST

PROMIDŽBA



Ako želite oglašavati u našem listu, javite se na telefone:

051/21 43 59 ili 051/35 87 92

DOM ZDRAVLJA PGŽ



ZDRAVSTVENA ZAŠTITA za cijelu županiju



DOM ZDRAVLJA
Primorsko-goranske županije

Piše

Rozmari Tusić, mag. med. techn.

S devet ispostava, Dom zdravlja PGŽ pruža primarnu, dio specijalističke zdravstvene zaštite, dvije otočke hemodijalize, ali provodi i neke posebne zdravstvene programe te pet EU projekata

Dom zdravlja Primorsko-goranske županije zdravstvena je ustanova čiji je osnivač Primorsko-goranska županija. Pruža zdravstvene usluge na području čitave Županije, na površini od 3 582 četvornih km, u 14 gradova i

22 općine te 536 naselja u sastavu gradova i općina. Osnovan je 2003. godine, udruživanjem dotadašnjih devet domova zdravlja koji su djelovali na području PGŽ, a koje danas čine ispostave Crikvenica, Čabar, Delnice, Krk, Mali Lošinj, Opatija, Rab, Rijeka i Vrbovsko.

Osnovna je djelatnost Doma zdravlja pružanje zdravstvenih usluga na razini primarne zdravstvene zaštite. Dom zdravlja pruža i određene usluge u okviru sekundarne zdravstvene zaštite, a provodi i posebne programe.

Primarna zdravstvena zaštita vodi se kroz opću/obiteljsku medicinu, pedijatriju, ginekologiju, dentalnu medicinu, patronažnu službu, medicinu rada, zdravstvenu njegu u kući, sanitetski prijevoz i laboratorijsku dijagnostiku.

Od specijalističke zdravstvene zaštite, djelatnosti su RTG - dijagnostika, interna medicina, oftalmologija, pulmologija, urologija, psihijatrija, fizikalna medicina i rehabilitacija, opća kirurgija, oralna kirurgija, dentalna protetika i ortodoncija. Osim navedenih djelatnosti, Dom zdravlja ima organizirane odjele hemodijalize na Rabu i Malom Lošinj, radi pružanja usluga ne samo domicilnom stanovništvu, već i turistima tijekom čitave godine.

Specijalisti putuju do pacijenata

U Ispostavi Mali Lošinj postoji stacionar s 14 kreveta, u kojem se pruža stacionarna zdravstvena zaštita radi opservacije, kako bi se spriječili nepotrebni transporti pacijenata na kopno. U ispostave koje su udaljene više od 50 kilometara od Rijeke organiziran je dolazak specijalista Doma zdravlja, kako bi se povećala dostupnost zdravstvene zaštite. Tako specijalisti oftalmologije odlaze na otoke Rab, Mali Lošinj i Krk, specijalist psihijatar u Delnice i specijalist interne medicine na Krk. Tijekom ljetnih mjeseci Dom zdravlja organizira rad turističkih ambulanti, u kojima svi turisti mogu dobiti zdravstvenu uslugu. U gradovima Opatija i Cres turističke ambulante rade tijekom cijele godine.

Na području Primorsko-goranske županije radi i pet mobilnih palijativnih timova,

Projekti Doma zdravlja

Dom zdravlja sudjeluje u pet EU projekata.

Projekt +Health/Cross Health radi na jačanju partnerstva između javnih tijela i dionika u zdravstvenom sektoru, kako bi zajednički razvili nove prekogranične procedure i jedinstveno certificiranje institucija, što će dugoročno smanjiti regionalne nejednakosti, urbano-ruralnu podjelu u dostupnosti službi i kvaliteti zdravstvenih usluga te povećati kvalitetu života.

U okviru projekta SELFIE, Dom zdravlja Primorsko-goranske županije sudjeluje u primarnom prospektivnom opservacijskom kohortnom istraživanju hrvatskog modela integrirane kronične skrbi bolesnika s multimorbiditetom – palijativne skrbi.

Projekt SEFAC namjerava osnažiti pojedince s kroničnim bolestima za kvalitetniji život kroz integrirani pristup, okupljanjem osoba koje su u riziku od oboljenja ili oboljelih od šećerne bolesti tipa 2 i kardiovaskularnih bolesti, procjenjujući zdravstveno-ekonomske ishode. Dom zdravlja Primorsko-goranske županije, kao suradna ustanova Medicinskog fakulteta u Rijeci, koji provodi istraživanje na području Hrvatske, sudjeluje u aktivnostima uključivanja pacijenata u projekt uz pomoć zdravstvenih djelatnika i sudjelovanja u javnim događanjima.

Unapređenje primarne zdravstvene zaštite na otocima Primorsko-goranske županije (Operativni program konkurentnost i kohezija) radi na unapređenju primarne zdravstvene zaštite stanovništva poboljšanjem dostupnosti i kvalitete zdravstvenih usluga (pedijatrijskih, oftalmoloških, stomatoloških, internističkih, UTZ i RTG – dijagnostike te opće/obiteljske medicine) na otocima Krku, Lošinj, Cresu i Rabu. Projekt će se realizirati obnovom postojeće opreme (RTG - uređaj na Krku, stomatološka oprema na Krku, Vrbniku i Rabu te opća oprema na Krku, Lošinj i Rabu) i nabavom nove opreme, a time i usluga (ultrazvuk na Krku i Cresu, oftalmološka oprema na Krku i Rabu, EKG - uređaji na Lošinj i Cresu, defibrilatori na Krku, Lošinj i Rabu i druga opća oprema) te prilagodbom zgrade osobama s težom pokretljivošću na Malom Lošinj.

Projektom Specijalističko usavršavanje doktora medicine financira se specijalističko usavršavanje 11 doktora medicine (5 obiteljske medicine, 4 ginekologije i opstetricije, 1 pedijatrije i 1 kliničke radiologije) za čitavo područje Primorsko-goranske županije. Projekt je prijavljen po programu Operativni ljudski potencijali, a financiran iz Europskog socijalnog fonda. Imajući u vidu ozbiljan nedostatak zdravstvene radne snage u Republici Hrvatskoj, cilj je ovoga projekta poboljšati pristup zdravstvenoj skrbi putem održivog povećanja broja specijalista, čime se neposredno osigurava bolja pokrivenost depriviranih područja unutar Primorsko-goranske županije, a time ranjivijih skupina stanovnika.

koji pružaju zdravstvenu skrb palijativnim pacijentima u njihovom domu.

Dojenčad, trudnice, branitelji, sportaši, socijalno ugroženi posebno zbrinuti

Osim tih djelatnosti, uz potporu Primorsko-goranske županije i jedinica lokalne samouprave, Dom zdravlja organizirao je Savjetovalište za prehranu dojenčadi. Svrha je savjetovališta prije svega promoviranje dojenja. U savjetovalištu roditelji mogu dobiti savjete o rješavanju problema vezanih za dojenje, ali i o dohrani djece. Socijalno ugrožene obitelji mogu nabaviti adaptirano mlijeko ili dodatke prehrani, uz određene kriterije. Osim

toga, organizirano je i savjetovalište za prehranu u kojem se može dobiti savjet o zdravim prehrambenim navikama radi sprečavanja bolesti ili o rješavanju nastalih problema.

U sklopu Doma zdravlja radi i Centar za psihosocijalnu pomoć stradalnicima domovinskog rata. U Centru se obavlja trijaža, ovisno o vrsti problema, savjetovanje i informiranje, bračni i obiteljski tretmani, radionice, pruža se pravna pomoć i pomoć pri zapošljavanju. Organizirani su i mobilni timovi koji obilaze potrebite na terenu te klubovi branitelja.

Tečajevi za trudnice organiziraju se na 5 lokaliteta. Na tečaju se usvajaju znanja o trudnoći, vještine potrebne tijekom



poroda, te vještine za njegu novorođenčeta. Patronažne sestre vode grupe za potporu dojenju. Grupe pružaju praktične savjete vezane uz dojenje i pomoć u slučaju teškoća pri dojenju. Osim grupa za potporu dojenju, Dom zdravlja organizira i Malu školu dojenja koja je namijenjena trudnicama, dojiljama i članovima njihovih obitelji radi proširenja znanja, sprečavanja nastanka te otklanjanja eventualnih poteškoća tijekom dojenja.

Primorsko-goranska županija, Grad Rijeka i Dom zdravlja Primorsko-goranske županije partneri su u realizaciji projekta Sportske ambulante. Cilj je projekta objedinjavanja zdravstvene zaštite registriranih

sportaša u Rijeci i Primorsko-goranskoj županije te provođenje obveznih pregleda opće zdravstvene sposobnosti sportaša.

Mogući i sistematski pregledi

U Domu zdravlja moguće je obaviti i sistematske preglede. Sistematski pregledi sastoje se od skupa laboratorijskih, radioloških i ostalih dijagnostičkih postupaka te specijalističkih pregleda. Razlikuju se po obujmu i kreiraju se individualno, ovisno o potrebama klijenata. Sistematskim pregledima uglavnom se prevenira i pravovremeno dijagnosticira bolest, što bitno utječe na poboljšanje kvalitete života, pravovremenu reakciju u slučaju potrebe, smanjenje odsutnosti

djelatnika s posla, smanjenje troškova liječenja i ostalih troškova vezanih uz liječenje, a ostvaruju se i brojni drugi pozitivni učinci.

Tijekom vikenda, kao i blagdanom, u djelatnosti opće/obiteljske zaštite, zdravstvene zaštite predškolske djece i dentalne zdravstvene zaštite organizirano je dežurstvo. Tu je moguće dobiti zdravstvenu zaštitu za akutna stanja kod kojih je potrebna zdravstvena zaštita, a nije potrebna intervencija hitne medicine ili bolničko liječenje.

Dom zdravlja Primorsko-goranske županije danas zapošljava 788 djelatnika, od kojih je 697 zdravstvenih radnika, a 91 nezdravstveni.

ZAVOD ZA HITNU MEDICINU PGŽ



Brzi kad je NAJHITNIJE

Piše
Davor Vukobrat, dr. med.
spec. hitne medicine

U Primorsko-goranskoj županiji utemeljena je prva organizirana hitna medicinska služba (HMS) u Republici Hrvatskoj. Bilo je to prije punih 125 godina, u gradu Opatiji, 14. siječnja 1894. godine.

Zavod za hitnu medicinu PGŽ, kao jedinstvena županijska ustanova koja pruža izvanbolničku hitnu medicinsku skrb, počeo je djelovati 2011. godine. Sjedište ustanove je u Rijeci, gdje se nalaze uprava, timovi za grad Rijeku i okolicu,

kao i medicinska prijavno-dojavna jedinica (MPDJ). Pored toga, Zavod ima i devet vanjskih ispostava diljem Županije, a to su: Opatija, Crikvenica, Rab, Krk, Mali Lošinj, Cres, Delnice, Vrbovsko i Čabar (Prezid). Od 2015. godine Zavod za hitnu medicinu PGŽ nositelj je certifikata prema međunarodnoj normi ISO 9001:2015 za uspješno ustrojen sustav upravljanja kvalitetom. U Zavodu za hitnu medicinu PGŽ radi oko 240 djelatnika, raspoređenih u 45 timova s liječnikom, 25 timova bez liječnika, pet timova MPDJ-a i šest timova pripravnosti. Zavod raspolaže s ukupno 46 vozila za hitnu medicinu, među kojima su i dva

Jedinstveni telefonski broj za poziv hitne medicinske službe je 194. Osoba koja poziva 194 treba s medicinskim dispečerom razgovarati mirno i razgovijetno. Potrebno je precizno opisati gdje se nalazi osoba za koju se zove, u kakvom je



trenutno stanju te je li joj već ukazana kakva pomoć. Potrebno je ostaviti svoje podatke i broj telefona s kojeg se zove, kako bi medicinski dispečer mogao ponovno nazvati pozivatelja. Uvijek treba pažljivo slušati sve upute medicinskog dispečera da bi pozivatelj znao što raditi do dolaska tima hitne medicine

specijalna terenska vozila za rad u zimskim uvjetima, kao i prikolica za masovne nesreće.

Kako zvati hitnu medicinsku službu

Srce cijelog sustava HMS-a jest medicinska prijavno-dojavna jedinica (MPDJ) u koju se slijevaju pozivi za hitnom intervencijom iz cijele Županije. U MPDJ-u rade medicinski dispečeri koji primaju svaki poziv te, prema potrebi, na mjesto nesreće ili naglo nastalog oboljenja šalju uvijek najbliži tim, neovisno o tome iz koje je on ispostave.

Jedinstveni telefonski broj za poziv hitne medicinske službe je 194. Osoba koja poziva broj 194 treba s medicinskim dispečerom razgovarati mirno i razgovijetno. Potrebno je precizno opisati gdje se nalazi osoba za koju se zove, u kakvom je trenutno stanju te je li joj već ukazana kakva pomoć. Potrebno je ostaviti i svoje podatke i broj telefona s kojeg se zove, kako bi medicinski dispečer mogao ponovno nazvati pozivatelja. Uvijek treba pažljivo slušati sve upute medicinskog

Stanja kad je poziv opravdan i nužan

A kada treba pozvati hitnu medicinsku službu? HMS treba zvati samo za hitna medicinska stanja, tj. kada je izravno ugrožen život ili je teško narušeno zdravlje, kao npr. u slučaju:

- *naglo nastalih poteškoća u disanju,*
- *gušenja stranim tijelom,*
- *zastoja rada srca i disanja,*
- *gubitka svijesti,*
- *iznenadne boli u prsnom košu,*
- *iznenadnog ubrzanja usporenja rada srca ili nepravilnih otkucaja srca,*
- *grčeva (konvulzija),*
- *otežanog govora, slabosti ili oduzetosti dijela tijela, iskrivljenosti lica,*
- *ozljeda nastalih u prometnim nesrećama i ostalih iznenadno nastalih ozljeda,*
- *neuobičajenog krvarenja na bilo koji od prirodnih otvora tijela,*
- *opekline,*
- *udara električne struje ili groma,*
- *pothlađivanja, toplinskog udara,*
- *utapanja,*
- *otrovanja lijekovima, narkoticima, kemikalijama,*
- *jake alergijske reakcije,*
- *iznenadne i neuobičajene boli,*
- *iznenadnih promjena ponašanja koje dovode u opasnost bolesnika ili okolinu.*

Što učiniti dok pomoć stigne

Što treba učiniti osoba koja je zatražila pomoć od medicinskog dispečera i koja čeka dolazak tima HMS-a? Treba:

- *ostati smiren i umirivati pacijenta,*
- *utopiti ga i održavati ga budnim, ne davati mu ništa jesti ili piti,*
- *ne pomicati pacijenta koji je doživio prometnu nesreću, pao s velike visine ili je bez svijesti,*
- *započeti pružati prvu pomoć sukladno uputama medicinskog dispečera,*
- *osvijetliti ulazna vrata i kućni broj,*
- *poslati nekoga da dočeka tim HMS-a ako je to moguće,*
- *osloboditi prolaz do pacijenta*
- *zatvoriti kućne ljubimce*
- *pripremiti medicinsku dokumentaciju.*



dispečera da bi pozivatelj znao što raditi do dolaska tima HMS-a. Svaki medicinski dispečer obučan je za primanje hitnih medicinskih poziva i davanje telefonskih uputa za pružanje prve pomoći do dolaska tima hitne medicinske službe. Zbog toga ni jedno pitanje dispečera nije suvišno. Zauzeta telefonska linija znači samo da medicinski dispečer razgovara s osobom koja također treba hitnu medicinsku pomoć. Svaki nepotreban ili lažni poziv zauzima telefonsku liniju i onemogućava da pomoć hitne medicinske službe dobiju oni čiji je život ugrožen.

Osobama čiji život nije u opasnosti, medicinsku skrb pružit će izabrani liječnik opće/obiteljske medicine. Hitna medicinska služba ne obavlja kućne posjete.

KLINIČKI BOLNIČKI CENTAR RIJEKA

Jedan od pet kliničkih bolničkih centara u Hrvatskoj, KBC Rijeka, kao centralna bolnička ustanova za tri županije, medicinski skrbi za oko 600 000 stanovnika i smještena je na tri lokaliteta, Rijeka, Sušak i Kantrida



VODIČ ZA BOLESNIKE



Piše

Goran Ušljebrka, V.d. rukovoditelja Službe za informacijsko-dokumentacijske poslove

Klinički bolnički centar Rijeka (KBC Rijeka) jedan je od pet kliničkih bolničkih centara u Hrvatskoj i centralna je bolnička ustanova ovoga dijela Republike Hrvatske. Regionalni je bolnički centar za tri županije, koji medicinski skrbi za oko 600.000 stanovnika.

KBC Rijeka smješten je na trima lokalitetima (Rijeka, Sušak i Kantrida). Namjera je, na njegovom razvojnog putu,



I POSJETITELJE

objediniti sve lokalitete „pod jedan krov“, u novosagrađenoj bolnici na Sušaku.

Riječki lokalitet

Na riječkom lokalitetu KBC-a Rijeka nalaze se sljedeće specijalnosti:

Klinike za anesteziologiju i intenzivno liječenje; za dentalnu medicinu; dermatovenerologiju; ginekologiju i porodništvo; infektivne bolesti; za internu medicinu (Zavodi za gastroenterologiju, endokrinologiju, dijabetes i bolesti metabolizma, za hematologiju, Odjel za kliničku imunologiju i reumatologiju); za kirurgiju (Zavod za digestivnu kirurgiju, za opću i onkološku kirurgiju, Odjel za plastičnu i rekonstrukcijsku

kirurgiju); za neurologiju; oftalmologiju; otorinolaringologiju i kirurgiju glave i vrata; psihijatriju; radioterapiju i onkologiju; Klinički zavodi za kliničku mikrobiologiju; za laboratorijsku dijagnostiku; nuklearnu medicinu; patologiju i citologiju; radiologiju; za

transfuzijsku medicinu, Zavodi za audiologiju i fonijatriju; za medicinsku fiziku i zaštitu od zračenja; palijativnu medicinu i Odjel za kliničku farmakologiju.

Sve medicinske djelatnosti koje se nalaze na riječkom lokalitetu KBC-a imaju i specijalističke i supspecijalističke ambulante u okviru polikliničke službe.

Na riječkom lokalitetu djeluje i Objedinjeni hitni bolnički prijam OHMP (bivši Centar za hitnu medicinu), u koji trebaju doći hitni pacijenti s ozljedama i bolestima iz područja medicinskih specijalnosti koje djeluju na riječkom lokalitetu.

Slučajevi za riječki Objedinjeni hitni bolnički prijam (OHBP)

Primjeri hitnoća za koje se potrebno javiti na riječki OHBP: iznenadna snažna bol u predjelu trbuha, ozljede trbuha, iznenadno krvarenje iz probavnog sustava, iznenadna neizdrživa bol u glavi, oduzetost dijela tijela, obilna nemenstrualna krvarenja iz rodnice, opekline većeg dijela tijela, glavobolja, mučnina i povraćanje uz visoku temperaturu, strano tijelo u oku, krvarenje iz oka, iznenadan gubitak vida, iznenadna snažna bol u uhu, krvarenje iz uha, strano tijelo u grlu, nemogućnost gutanja, iznenadni napad panike.



Sušački lokalitet

Na sušačkom lokalitetu KBC-a Rijeka nalaze se sljedeće specijalnosti:

Klinike za anesteziologiju i intenzivno liječenje; za internu medicinu (Zavodi za kardiovaskularne bolesti, nefrologiju, dijalizu i transplantaciju bubrega, za pulmologiju); za kirurgiju (Zavodi za kardiotorakalnu kirurgiju, za traumatologiju,

vaskularnu kirurgiju); za maksilofacijalnu kirurgiju; neurokirurgiju; urologiju, Klinički zavodi za laboratorijsku dijagnostiku; za radiologiju; transfuzijsku medicinu, Zavodi za fizikalnu i rehabilitacijsku medicinu te za podvodnu i hiperbaričnu medicinu.

Sve medicinske djelatnosti koje se nalaze na sušačkom lokalitetu KBC-a imaju i specijalističke i supspecijalističke ambulante u okviru polikliničke službe.

Na sušačkom lokalitetu djeluje i Objedinjeni hitni bolnički prijam, u koji trebaju doći hitni pacijenti s ozljedama i bolestima iz područja medicinskih specijalnosti koje djeluju na tom lokalitetu.

Dječja bolnica Kantrida

U Dječjoj bolnici Kantrida nalaze se sljedeće specijalnosti:

Klinike za anesteziologiju i intenzivno liječenje; za dječju kirurgiju; pedijatriju, Klinički zavodi za laboratorijsku dijagnostiku; za radiologiju, Zavodi za audiologiju

i fonijatriju; za fizikalnu i rehabilitacijsku medicinu te za kliničku, zdravstvenu i organizacijsku psihologiju.

Sve medicinske djelatnosti koje se nalaze na Kantridi imaju i specijalističke i supspecijalističke ambulante u okviru polikliničke službe. Na Kantridi djeluju dvije

Primjeri hitnoće za sušački OHBP

Primjeri hitnoća za koje se potrebno javiti na sušački OHBP: iznenadna bol u grudnom košu, trnjenje lijeve ruke, ubrzan i nepravilan puls popraćen vrtoglavicom, ozljede u prometnim nesrećama, prijelomi, ozljede glave, ozljede kralježnice, iznenadno otežano disanje, iznenadna nemogućnost mokrenja te bolnost i napetost donjeg dijela trbuha.



hitne ambulante: hitna pedijatrijska i hitna ambulanta dječje kirurgije.

Naručivanje na pregled

Pacijenti se za pregled mogu naručiti putem web-obrasca na službenim stranicama KBC-a Rijeka (<http://kbc-rijeka.hr/narucivanje-pacijenata>). Uz web-obrazac moguće se naručiti i direktno na navedenim lokalitetima (donijeti zdravstvenu iskaznicu i uputnicu doktora primarne zdravstvene zaštite) te putem telefaksa (poslati presliku uputnice doktora primarne zdravstvene zaštite ili presliku nalaza doktora specijalista s indiciranom zdravstvenom uslugom uz kontakt-telefon pacijenta).

RIJEKA

Tel: 051/658-888

Fax: 051/658-898

SUŠAK

Tel: 051/407-555

Fax: 051/407-556

KANTRIDA

Tel: 051/659-200

Fax: 051/659-208

Za **ginekološki pregled**, uz web-obrazac, pacijentice se mogu naručiti u prizemlju riječke Poliklinike ili na broj telefaksa 051/658-257. Broj telefona za informacije o naručivanju jest 051/658-441.

Za **pretrage magnetske rezonancije (MR) ili kompjutorizirane tomografije (CT)** možete se naručiti osobno na šalteru Kliničkog zavoda za radiologiju (lokaliteti Rijeka i Sušak). Također, potrebnu dokumentaciju možete poslati putem pošte na adresu:

- KBC Rijeka, Klinički zavod za radiologiju, za MR/CT, Krešimirova 42, 51000 Rijeka (lokalitet Rijeka)
- KBC Rijeka, Klinički zavod za radiologiju, za MR/CT, Tome Strižića 3, 51000 Rijeka (lokalitet Sušak)

Kako biste se naručili, potrebno je priložiti: uputnicu, preporuku liječnika specijalista za obavljanje pretrage MR-a ili CT-a, rendgenske snimke u slučaju MR/CT-a kralježnice i zglobova. Za MR pretragu potrebna je i ispunjena Suglasnost za magnetsku rezonanciju (dobivate je na šalteru prilikom predaje dokumentacije).

Za **pretragu ultrazvuka dojki** možete se naručiti osobno na šalteru Kliničkog zavoda za radiologiju (lokaliteti Rijeka i Sušak). Također, potrebnu dokumentaciju možete poslati putem pošte na adresu: KBC Rijeka, Klinički zavod za radiologiju, za UTZ, Krešimirova 42, 51000 Rijeka (lokalitet Rijeka). Kako biste se naručili, potrebno je priložiti: uputnicu, prethodne nalaze ultrazvuka (ako ste ranije radili ultrazvuk) i mamografske snimke koje moraju biti učinjene unutar posljednjih godinu dana za žene od 50. do 70. godine, a unutar posljednje dvije godine za žene od 40. do 49. godine.

Za brojne postupke pacijente mogu naručiti izravno njihovi obiteljski liječnici

Za veliki dio dijagnostičko-terapijskih postupaka pacijente mogu izravno naručiti njihovi obiteljski liječnici. Naručivanje pacijenata telefonom nije moguće, a brojevi telefona služe isključivo za informacije o naručivanju!

Radno vrijeme, vađenje krvi, liste čekanja, posjete

Radno vrijeme Bolničke jedinice za centralno naručivanje radnim je danom od 8 do 20 sati (lokalitet Rijeka), odnosno od 8 do 16 sati (lokalitet Sušak). Krv je moguće izvaditi radnim danom od 7.15 do 10 sati i na sušačkoj i na riječkoj Poliklinici, dok se nalazi izdaju od 12 do 15 sati.

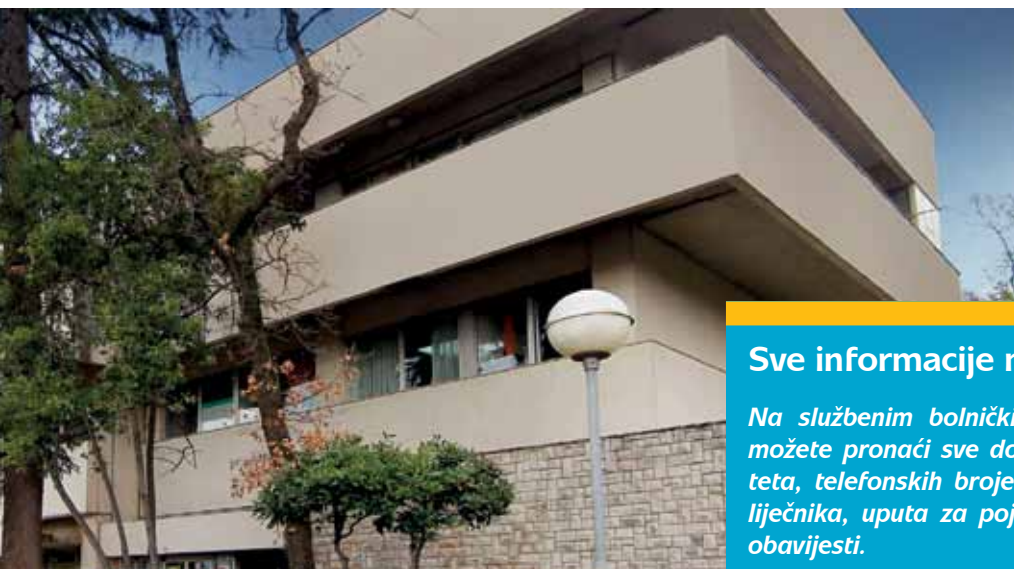
Informacije o listama čekanja možete saznati u radno vrijeme Bolničke jedinice za centralno naručivanje, putem besplatnog telefona 0800 530 530 ili putem e-mail adrese: info-listecekanja@kbc-rijeka.hr.

Ako ne možete doći na zakazani termin pregleda ili pretrage, molimo vas da nas izvijestite o izostanku kako bismo u vašem terminu mogli obraditi sljedećeg pacijenta. Narudžbu možete otkazati pozivom na besplatni broj telefona 0800 7999, slanjem e-maila na adresu otkazivanje@hzzo.hr ili popunjavanjem web-forme na stranicama www.hzzo.hr.

Posjeti u KBC-u Rijeka dopušteni su radnim danom od 15.30 do 17.30 sati te vikendom i praznikom od 14 do 17 sati. Opće informacije o tome leži li vaš rođak u bolnici, od kada i na kojem odjelu, dobit ćete telefonom, ako se predstavite. Podaci o zdravstvenom stanju tajni su i može ih dobiti samo najuža rodbina bolesnika ili skrbnik djeteta, u osobnom razgovoru s ordinirajućim liječnikom.

Sve informacije na bolničkim web-stranicama

Na službenim bolničkim web-stranicama (www.kbc-rijeka.hr) možete pronaći sve dodatne informacije – poput mapa lokaliteta, telefonskih brojeva klinika i odjela, liste čekanja, imena liječnika, uputa za pojedine pretrage i sve aktualne novosti i obavijesti.



KLINIKA ZA ORTOPEDIJU I TRAUMATOLOGIJU LOVRAN



DUGA TRADICIJA I VISOKA KVALITETA

oblikovale prepoznatljiv brend

Piše
Prof. dr. sc. **Branko Šestan**, dr. med.
Specijalist ortoped, supspecijalist dječje
ortopedije

Klinika za ortopediju i traumatologiju Lovran djeluje u nekadašnjem luksuznom hotelu Grand hotel Laurana, izgrađenom 1903. godine, namijenjenom aristokraciji tog vremena kao klimatsko lječilište. Smještena na uzvisini, okružena parkom uz samo more, dominira u pejzažu Lovrana. Zgrada je zavedena u registar nepokretnih spomenika kulture te se kroz godine

kontinuirano održavala. U Prvom svjetskom ratu preuzima je talijanska vojska, a od 1943. godine njemačka, pri čemu je, osim vojne bolnice, istodobno bila vojarana i zatvor. Kao vojna bolnica djeluje od završetka Drugog svjetskog rata do 1953. godine, kada se osniva civilna Ortopedska bolnica Lovran, kao centar za liječenje koštano-zglobne tuberkuloze. Krajem 50-ih počela se razvijati fizikalna medicina i rehabilitacija te je izgrađen bazen. Osnutkom Medicinskog fakulteta u Rijeci 1956. godine, bolnica postaje i nastavna baza pa se 1971. godine osniva Katedra za ortopediju i fizikalnu medicinu. Status

Tijekom godina Klinika raste u skladu sa svjetskim postignućima i trendovima na području djelatnosti koje obavlja, među ostalim i Referentni je centar Ministarstva zdravlja za bolesti i ozljede koljenskoga zgloba, iako se u njoj obavljaju i drugi složeni operativni zahvati. Uz klinički, znanstvenoistraživački rad visoko je rangiran u svjetskim razmjerima

Velik napredak medicinskog vježbanja s naglaskom na vodeno

Stacionarno liječenje obuhvaća pet ortopedskih odjela, opremljenih prema standardima, s klimatiziranim sobama i prilagođenim sanitarnim čvorovima. U bolnici postoji mogućnost smještaja bolesnika u jednokrevetnim i dvokrevetnim sobama s kupaonicom, telefonom, TV-om i pristupom internetu, uz mogućnost boravka osobe iz pratnje uz nadoplatu. Svim bolesnicima pruža se liječenje, njega i rehabilitacija u skladu s potrebama i željama bolesnika, uz neizostavne svakodnevne timske vizite.

Unatrag nekoliko godina, u potpunosti je obnovljen odjel fizikalne medicine i rehabilitacije za ambulantnu fizikalnu terapiju. Odjel vodi specijalist fizikalne medicine i rehabilitacije, kao i ambulantu za elektromioneurografiju (EMNG), opremljenu suvremenim uređajem. Individualiziranu rehabilitaciju kod kroničnih stanja ili stanja nakon ozljede mišićno-koštanog sustava provodi 17 fizioterapeuta. Naglasak je na medicinskom vježbanju u vodi, ili u dobro opremljenoj dvorani površine 200 m². Uz navedeno, odjel se može pohvaliti novim trakcijskim stolom za dekompresijsku terapiju kralježnice, suvremenim elektrostimulatorima, udarnim valom, biofeedback uređajem te nizom elektroaparata koji djeluju na smanjenje boli i poboljšanje funkcije. Rana postoperativna rehabilitacija većinom se provodi na ortopedskim odjelima, pri čemu fizioterapeuti educiraju bolesnike i vježbaju s njima, uz upotrebu raznih pomagala. Koriste se i kinematičke udlage, koje omogućavaju rasteretno gibanje, kao i uređaji koji smanjuju oteklinu i povećavaju mišićnu aktivnost.

kliničke bolnice dobila je 1976. godine. Klinički i znanstveni rad neprestano se razvija. Sredstvima Ministarstva zdravlja Republike Hrvatske 2007. godine u potpunosti se obnavlja operacijski odjel, s pet operacijskih dvorana, s prijeoperacijskom pripremom bolesnika, sobom za oporavak, jedinicom intenzivne njege, koštanom bankom i apartmanskim smještajem. Odjel je opremljen prema svjetskim standardima. Klinika za ortopediju Lovran postaje 2009. godine Referentni centar Ministarstva zdravlja za bolesti i ozljede koljenskoga zgloba.

Visoko vrednovana klinička i znanstvenoistraživačka postignuća

Tijekom godina Klinika raste u skladu sa svjetskim postignućima na području djelatnosti koje obavlja. Tradicionalno se organiziraju znanstveni i stručni skupovi, predavanja, tečajevi i radionice iz područja ortopedije, traumatologije, anesteziologije, reanimatologije, intenzivnog liječenja, fizikalne medicine i rehabilitacije, sestrinstva i radiološke tehnologije. Proteklih godina objavljene su publikacije u visokorangiranim svjetskim časopisima, što također potvrđuje nivo znanstvenoistraživačkog i

kliničkog rada. Objavljeni su i udžbenici s ciljem predaje znanja i iskustva budućim liječnicima. Kontinuiranom edukacijom, praćenjem trendova, nabavom opreme i materijala, uz razvijanje vještina i kreativnosti, u Klinici su prvi put izvedeni složeni operativni zahvati. Klinika ima 110 kreveta i 220 zaposlenih.

Rad u Klinici odvija se kroz ortopedsko-traumatološku, anesteziološku te fizijatrijsko-rehabilitacijsku djelatnost. Organizirana je i 24-satna hitna ortopedsko-traumatološka i anesteziološka služba. U ortopedsko-traumatološkim ambulantama godišnje se pregleda oko 30.000 bolesnika, od čega oko 4.000 hitnih slučajeva i 2.400 ultrazvučnih preventivnih pregleda dječjih kukova. U Klinici je zaposleno 27 liječnika specijalista. Operativni program odvija se u pet operacijskih dvorana, u kojima se obavi oko 5.000 operacija godišnje, ponajviše ugradnja umjetnih zglobova kuka, koljena, gležnja, ručnog zgloba i ramena, te oko 1.700 artroskopskih operacija. Pri ugradnji djelomičnih i totalnih endoproteza koriste se standardne i minimalno invazivne operativne tehnike. Izvode se najzahtjevniji, složeni operativni zahvati prema standardima moderne ortopedije, kao što su liječenje

Liječenje kao pozitivno iskustvo

Zbog njenog zemljopisnog položaja, Klinici najviše gravitiraju bolesnici iz Primorsko-goranske i Istarske županije, kao i svi drugi bolesnici koji traže pomoć, uključujući i strance koji svoje liječenje plaćaju. Svi osiguranici liječe se na teret HZZO-a. Za ortopedski ili fizijatrijski pregled, ultrazvučnu ili EMNG dijagnostiku moguće je naručiti se s uputnicom izabranog liječnika primarne zdravstvene zaštite ili nalazom specijalista, u kojoj je indicirana zdravstvena usluga. Osim predajom uputnice na prijemu, moguće je naručiti se putem sustava centralnog naručivanja na br. fax: 051/710-237 ili na e-mail: narucivanje.lovran@gmail.com, pri čemu je potrebno dostaviti skeniranu uputnicu ili nalaz specijalista te adresu, broj telefona i broj fax-a ili e-mail adresu na koju će se dostaviti datum pregleda. Ako je indiciran operativni zahvat, bolesnik se stavlja na listu čekanja, a svoj status može pratiti i na web stranici <http://www.orto-lovran.hr/lista-cekkanja.html>.

Uz želju da bolesnicima boravak u Klinici bude pozitivno iskustvo te da liječenje bude što uspješnije, svi djelatnici i sve službe Klinike nesebično se trude, njegujući dugu tradiciju kuće u kojoj rade i stvaraju.

dugotrajnih infekcija koštano-zglobnog sustava, zamjene umjetnih zglobova, nadomjesti kostiju, produženja kostiju, tumorska ortopedija te ugradnja masivnih koštano-hrskavičnih transplantata. Rekonstrukcija prednjeg križnog ligamenta koljena izvodi se autolognim koštano-tetivnim transplantatima, ali i transplantatima iz koštane banke, s kombinacijom autolognih i sintetičnih materijala. Izvodi se i niz drugih operativnih zahvata, a sve uz podršku vrhunskog anesteziološkog tima. U klinici je zaposleno 7 specijalista anesteziologije, reanimatologije i intenzivne medicine. U liječenju se primjenjuju najnovija znanja i metode iz opće i regionalne anestezije te metode primjene autologne transfuzije.

THALASSOTHERAPIA OPATIJA



LIJEČENJE I ODMOR uz izvrsne medicinske uvjete

Piše

Prof. dr. sc. **Viktor Peršić**, dr. med.

Specijalist kardiolog

Thalassotherapia Opatija specijalna je bolnica za medicinsku rehabilitaciju srca, pluća i reumatizma. Osnovana je 1957. godine, prvenstveno radi dijagnostike i liječenja, s posebnim naglaskom na prevenciju bolesti srca i krvnih žila.

Ustanova se sastoji od prostora i opreme raspoređenih u šest zgrada, međusobno povezanih. Ispred je parkirališni prostor na kojem pacijenti mogu besplatno parkirati tijekom pregleda. Ustanova zapošljava 233 djelatnika, od čega 20 liječnika specijalista interne medicine, 15 liječnika specijalista s užom specijalizacijom iz kardiologije, 5 liječnika specijalista fizikalne medicine i

Kao jedna od vodećih u Republici Hrvatskoj, u laboratoriju za funkcionalnu dijagnostiku, liječenje i prevenciju bolesti srca i krvnih žila, ustanova koristi magnetsku rezonanciju srca (MRI) i kompjutoriziranu tomografiju (MSCT koronarografija)



reumatologije, specijalista neurologije, specijalista dermatovenerologije, 3 specijalista radiologije, 3 specijalizanta kardiologije, specijalizanta kliničke radiologije, specijalizanta reumatologije te profesora psihologije. Osnivač ustanove je Primorsko-goranska županija, a ugovorna je ustanova Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje. Većina usluga dostupna je uz uputnicu HZZO-a.

Referentni centar i nastavna baza

Temeljem zasluga i primjene visokih stručnih standarda, Thalassotherapia Opatija postaje 1998. godine Referentni centar za zdravstveni turizam i medicinski programirani odmor Ministarstva zdravlja RH, te stječe status nastavne baze Medicinskog fakulteta u Rijeci i Medicinskog fakulteta u Osijeku. Od 2006. godine postaje Katedrom za rehabilitacijsku i sportsku medicinu Medicinskog fakulteta u Rijeci, a kasnije i Katedrom za fizikalnu medicinu Fakulteta zdravstvenih studija u Rijeci te nastavnom bazom Medicinskog fakulteta Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku.

Navedeno je Thalassotherapiji Opatija 2009. godine osiguralo i status Klinike za liječenje, rehabilitaciju i prevenciju bolesti srca i krvnih žila Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Rijeci, a 2012. godine dobiva i Referentni centar za rehabilitaciju srčanih bolesnika Ministarstva zdravlja RH te Dopusnicu Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta RH za znanstveno-istraživačku djelatnost. Thalassotherapia postaje 2015. godine i edukacijski centar Hrvatskog društva za estetiku lica Hrvatskog liječničkog zbora za estetsku medicinu.

Sve na jednom mjestu

Osnovna djelatnost Ustanove, u dijelu koji se odnosi na rehabilitaciju kardioloških bolesnika, usmjerena je prema tretmanu bolesnika s preboljelim akutnim infarktom miokarda, aorto-koronarnim premoštenjem i ugrađenom umjetnom valvulom. Bolesnici dolaze u ustanovu 10-14 dana nakon akutne faze infarkta, odnosno operativnog zahvata. Program rehabilitacije traje 21 dan i obuhvaća uobičajen medicinski tretman, programiranu tjelesnu aktivnost, mjere sekundarne prevencije kardiovaskularnih bolesti i otklanjanje eventualnih psihičkih

smetnji. Posebnu ulogu ima primjena stalne tjelesne aktivnosti u obliku kontroliranog, doziranog i intervalnog treninga. Intenzitet, trajanje i način primjene ovise o rezultatima prvog i kasnijih pregleda te o nalazu testa opterećenja. Primjenjivani oblici tjelesne aktivnosti mogu biti gimnastičke vježbe (vježbe disanja i oblikovanja), intervalni trening (dozirano opterećenje na ergometru), terenske kure na terenima različite konfiguracije, dozirane šetnje uz more, rekreacijsko plivanje ili sportske igre (stolni tenis, vožnja biciklom i dr.). Uspjehu psihosocijalne rehabilitacije pridonose razni načini psihologijskog testiranja, razgovori s psihologom i psihoterapija. Tijekom stacionarnog liječenja bolesnici se kontinuirano klinički prate i uobičajeno farmakološki tretiraju. U bolesnika s aritmijama učinak terapije provjerava se telemetrijom, holter-monitoringom i ultrazvukom srca. Na kraju liječenja daje se ocjena kliničkog stanja i upućuje pacijenta o daljnjem liječenju te se daje mišljenje o radnoj sposobnosti. Laboratorij za funkcionalnu dijagnostiku jedan je od većih u Republici Hrvatskoj, a raspolaže kapacitetom od 30 dinamičkih 24-satnih elektrokardiografskih pretraga (holter - monitoringa) i četiri ehokardiografske i četiri ergometrijske i ergospirometrijske ambulante dnevno. Kao jedna od vodećih ustanova u Republici Hrvatskoj, laboratorij u svakodnevnom radu za dijagnostiku, liječenje i prevenciju bolesti srca i krvnih žila koristi magnetsku rezonanciju srca (MRI) i kompjutoriziranu tomografiju (MSCT koronarografija).

Thalassotherapia je 2017. godine otvorila i laboratorij za kateterizaciju srca i angiografiju te odjel namijenjen implementaciji srčanih elektrostimulatora. Tako je jedina klinika u Hrvatskoj koja pruža invazivnu, neinvazivnu, preventivnu i rehabilitacijsku kardiologiju na istom mjestu.

Fizikalna medicina i rehabilitacija s reumatologijom

Thalassotherapia Opatija prepoznata je kao vrhunska ustanova za rehabilitaciju bolesnika s degenerativnim oboljenjima sustava organa za kretanje, reumatskim bolestima, sistemskim bolestima vezivnog tkiva, traumama i različitim neurogenim



oštećenjima. U djelatnosti za fizikalnu medicinu i rehabilitaciju koriste se najsuvremenije metode hidroterapije, kineziterapije i elektroterapije i nezaobilazni su dio liječenja velikog broja stacionarnih bolesnika, građana iz okruženja, a značajne su i u prevenciji i rehabilitaciji sportaša.

Biokemijsko - hematološki laboratorij

Današnji laboratorij u potpunosti je informatiziran i moderniziran te udovoljava najsuvremenijim zahtjevima moderne medicinske doktrine u dijagnostici i liječenju, prije svega kardioloških i reumatoloških bolesnika. U provođenju kliničkih istraživanja laboratorij surađuje s nekim od danas najznačajnijih svjetskih farmaceutskih kuća.

Dermatologija - utočište za diskretno liječenje

Dermatološka djelatnost u Thalassotherapiji obuhvaća uobičajene ambulantne postupke u dijagnostici, liječenju i praćenju dermatoloških oboljenja. Ona je dokazala svoju učinkovitost u liječenju više od 8.000 austrijskih bolesnika, koji blagotvorno djelovanje opatijskog mora i sunca uživaju već preko pet desetljeća.

Plastična, rekonstrukcijska i estetska kirurgija

Prateći trendove u medicini, ali i zdravstvenom turizmu, gdje je upravo estetska



kirurgija jedna od najtraženijih usluga, Thalassotherapia Opatija osigurala je primjenu suvremenih estetskih zahvata, u uvjetima vrhunskog medicinskog standarda, otvarajući 2016. godine u prostoru Thalasso Wellness Centra Opatija, Centar estetske kirurgije.

Sportska medicina - zdravstveni program prilagođen potrebama sportaša

Odsjek za sportsku medicinu ekipiran je za funkcionalno testiranje, planiranje, provedbu i praćenje treninga. Pomoću najmodernijih metoda dijagnostike, zdravstveni program prilagođava se potrebama sportaša te se, na temelju medicinskih pretraga, uviđaju njihove sportske mogućnosti. Thalassotherapia Opatija prepoznatljiva je i po programima rehabilitacije sportaša nakon sportskih povreda i kirurških zahvata.

Thalasso Wellness Centar Opatija

Na 2.600 četvornih metara osigurano je pružanje usluga jedinstvenog programa medicinskog wellnesa, čija je specifičnost nadzor liječnika-specijalista u pružanju velikog broja usluga: njege lica i tijela, različitih masaža, ručne i limfne drenaže, nekirurške liposukcije, radiofrekvencije, sauna, fitnessa, terapija u bazenima uz vodene efekte, podvodne masaže...

Smještaj

Ukupni smještajni kapacitet bolnice danas je 240 postelja, raspoređenih na kardiološku, fizikalnu rehabilitaciju i na hotelski dio. U sklopu Thalassotherapije posluje Villa Dubrava, čijim su gostima dostupne zdravstvene usluge bolnice. Villa Dubrava ima 36 soba, koje su moderno opremljene. Hotel je povezan „toplim“ hodnikom s bolničkim dijelom i s medical spa Thalasso Wellness Centrom Opatija. Posebno osmišljena ugostiteljska ponuda, u suradnji s nutricionistom, privlači klijente koji zbog zdravstvenih teškoća moraju promijeniti prehrambene navike ili su svjesni važnosti zdrave prehrane i žele kombinirati tjelesne aktivnosti sa zdravom prehranom i edukacijom o zdravlju.

THALASSOTHERAPIA CRIKVENICA

MORE kao LIJEK



Specijalna bolnica za medicinsku rehabilitaciju suvremena je medicinska ustanova koja povezuje principe prirodnih ljekovitih činitelja, klimatoterapijskog i talasoterapijskog liječenja s dostignućima moderne medicine, čime se postižu iznimni rezultati u liječenju bolesti organa za kretanje i dišnih organa u djece, odraslih osoba i osoba treće životne dobi

Piše

Silvije Šegulja, dr. med.
pedijatar alergolog i klinički imunolog

Thalassotherapia Crikvenica medicinski je centar sa stoljetnom tradicijom zdravstvene djelatnosti u primjeni talasoterapijskog liječenja u svrhu zdravstvene prevencije, medicinski usmjerenog odmora i rehabilitacije. Već je prije stotinu godina Crikvenica prepo-

znata od prvih europskih posjetilaca, koji su je počeli posjećivati u velikom broju, i to najviše zbog iznimno povoljne klime, blagih zima i umjereno toplih ljeta, povoljnih zračnih strujanja, miješanja morskog i gorskog zraka, čistog zraka, bogatog morskim aerosolom te iznimno čistog i plitkog mora.

Danas je Thalassotherapia suvremena medicinska ustanova koja povezuje principe talasoterapijskog liječenja s

dostignućima moderne medicine, čime se postižu iznimni rezultati u liječenju bolesti organa za kretanje i dišnih organa u djece, odraslih osoba i osoba treće životne dobi.

Talasoterapija – liječenje morem

Thalassotherapie Crikvenica koristi stoljetnu tradiciju primjene klimatoterapije i talasoterapije, što znači primjenu prirodnih ljekovitih činitelja svojstvenih moru i primorju, a to su morski zrak i klima te morska voda. Ljekovitost primorske klime izvire iz iznimno povoljnog zemljopisnog područja Crikveničke rivijere. Povoljan smještaj Crikvenice uvjetuje blagu klimu opuštajućeg tipa. Primjena talasoterapijskih postupaka u medicinske svrhe znači, prije svega, upotrebu morske vode u terapijskim procedurama. U rehabilitaciji bolesti dišnih organa primjenjuju se inhalacije morske vode i eteričnih ulja, dok se u fizioterapiji primjenjuju hidromasaže te fizioterapeutske vježbe u bazenu s morskom vodom.

Fizikalna medicina i fizioterapija

Thalassotherapie Crikvenica nudi cjelovito rješenje za tegobe i bolesti mišićno-koštanog

Indikacije su za fizioterapiju

- *predoperativna i postoperativna rehabilitacija nakon ortopedskih zahvata,*
- *postoperativna rehabilitacija nakon kirurških zahvata na kralježnici,*
- *posttraumatska stanja nakon prijeloma i ozljeda mišićno-koštanog sustava,*
- *degenerativne promjene na zglobovima i kralježnici te reumatske bolesti,*
- *bolesti živčanog sustava: multipla skleroza, stanja nakon cerebralnog infarkta, neuropatije.*

sustava, nastale kao posljedica stanja nakon operativnih zahvata (umjetni zglobovi, rekonstrukcije ligamenata), prijeloma, trauma, sportskih ozljeda ili kao posljedica degenerativnih procesa na zglobovima, mišićima i živčanom sustavu. Programi rehabilitacije pod stalnim su nadzorom iskusnih liječnika specijalista fizikalne medicine i rehabilitacije. Stručni tim fizioterapeuta, s višegodišnjim iskustvom i kontinuiranom izobrazbom u specifičnim područjima fizioterapije, upravlja procesom fizioterapije te provodi fizioterapijske postupke.

Splet terapijskih procedura dizajnira se posebno za svakog pojedinog klijenta, sukladno njegovom specifičnom zdravstvenom stanju.

Rehabilitacija dišnih organa

Rehabilitacija dišnih organa ili respiratorna rehabilitacija namijenjena je učinkovitom uklanjanju uzroka i simptoma kroničnih, alergijskih, akutnih i subakutnih bolesti dišnog sustava. Rehabilitacijski program vode specijalisti otorinolaringologije i pulmologije, odnosno pedijatrijske pulmologije kod djece. U liječenju i rehabilitaciji primjenjuje se multidisciplinarni pristup, pri kojem se gornji i donji dišni putovi tretiraju kao jedinstvena cjelina. U liječenju su uključeni tim specijalista pulmologije, pedijatrije, otorinolaringologije, alergologije, fizikalne medicine i rehabilitacije te





Indikacije za liječenje

- bolesti donjeg dišnog puta: *bronhijalna astma - alergijska i nealergijska, kronična opstruktivna plućna bolest (KOPB), pneumonija, bronhitis, profesionalne plućne bolesti, stanja nakon operacija, radio terapija i kemoterapija na prsištu, bronhima i plućima; ponavljajuće respiratorne infekcije praćene bronhoopstrukcijom; sindrom nepokretnih cilija; cistična fibroza;*
- bolesti gornjeg dišnog puta: *kronične, alergijske i vazomotorne upale nosne sluznice i sinusa, kronične i akutne upale grkljana, dušnika, ždrijela, tonzila i adenoida, bolesti glasnica, stanja nakon operativnih zahvata, radio terapije i kemoterapije na gornjem dišnom sustavu.*

medicinske sestre i fizioterapeuti. Rehabilitacija se većim dijelom provodi u najvećem i najbolje opremljenom inhalatoriju na Jadranu, jedinstvenom metodom inhalacija morskom vodom i eteričnim uljima.

Rehabilitacija za limfedem

Limfedem je otok ekstremiteta zbog limfatičke hipoplazije (primarni) ili opstrukcije ili razaranja limfnih žila (sekundarni). Kod limfedema se javljaju: otok, osjećaj punoće i težine, zategnutost i smanjen opseg pokreta u zglobovima, prisutna je nelagoda ili bol, kao i osjećaj peckanja ili bockanja u zahvaćenom dijelu. Koža je toplija i crvenija. Kod težih slučajeva dolazi do zadebljanja i otvrdnuća tkiva i pojave upala i infekcije kože i potkožnog tkiva, a ponekad i mišića.

Iako za njega ne postoji lijek, limfedem se može uspješno obuzdati adekvatnom njego. Ciljevi su tretmana: smanjiti i kontrolirati oticanje te poboljšati opseg pokreta u zahvaćenju regiji. Preporučeni tretmani ovise o stadiju limfedema i ostalim simptomima. Kako bi se smanjio limfedem, intervencije su usmjerene na odstranjenje tekućine. Primjenjuje se kompleksna terapija: ručna limfna drenaža, koju obavlja tim educiranih limfoterapeuta, zavoji s gradiranim tlakom i vježbe za ekstremitete. Nakon pojave otoka, teško je očekivati izlječenje. Ustrajnim liječenjem i primjenom preventivnih i dijetetičkih mjera mogu se ublažiti simptomi i usporiti ili potpuno zaustaviti napredovanje bolesti, o čemu pacijente educira specijalizirani tim.

Specijalistički pregledi i dijagnostika

Thalassotherapia Crikvenica pruža usluge specijalističkih pregleda, pratećih dijagnostičkih i terapijskih postupaka te rehabilitacijskih programa u sljedećim medicinskim područjima:

- otorinolaringologija s audiologijom,
- pulmologija: spirometrija, FeNO, impulsna oscilometrija, tjelesna pletizmografija, difuzija,
- alergologija: alergološko testiranje ubodnim Prick-testom na inhalatorne i nutritivne alergene,
- fizikalna medicina i fizioterapija: ultrazvuk lokomotornog sustava, elektromioneurografija,
- pedijatrijska područja: pulmologija, alergologija, kardiologija, dermatologija,
- reumatologija, gastroenterologija, nefrologija,
- kardiologija: EKG, ultrazvuk (color doppler) srca, ergometrija, holter srca, holter tlaka,

- dermatologija i venerologija: color doppler vena, dermatoskopija.

Usluge specijalističkih pregleda i dijagnostičkih postupaka pružaju iskusni medicinski timovi liječnika specijalista ili užih specijalista te posebno educiranih medicinskih sestara.

Naručivanje

Thalassotherapia Crikvenica ugovorni je partner HZZO-a u specijalističko-konzilijarnoj (ambulantnoj) i bolničkoj (stacionarnoj) zdravstvenoj zaštiti. Osiguranici HZZO-a mogu realizirati medicinske usluge temeljem uputnica koje izdaje obiteljski liječnik, odnosno temeljem odobrenja liječničkog povjerenstva HZZO-a za bolničku medicinsku rehabilitaciju. Za sve medicinske usluge potrebno je prethodno se naručiti. Naručivanje za ambulantne usluge (specijalističke preglede, dijagnostičke postupke i obradu) obavlja se dostavljanjem odgovarajuće uputnice u Službu za centralno naručivanje e-poštom, faksom, poštom (obvezno kopije) ili osobno. Naručivanje na bolničku medicinsku rehabilitaciju obavlja se dostavljanjem odobrenja liječničkog povjerenstva HZZO-a u Službu za centralno naručivanje e-poštom, faksom, poštom (obvezno kopije) ili osobno. Prilikom dostavljanja dokumentacije, potrebno je ostaviti podatke o kontaktu (telefonski broj ili broj mobitela) kako bi se osiguranike moglo obavijestiti o terminu obavljanja tražene usluge. Za sve usluge postoji određeno vrijeme čekanja, koje ovisi o broju zahtjeva (uputnica ili odobrenja) pristiglih u ustanovu te o trenutnim kapacitetima ustanove. Informacije o vremenima čekanja na pojedinu medicinsku uslugu mogu se dobiti u Službi centralnog naručivanja. Preporučujemo da se svi upiti i informacije dostavljaju elektroničkom poštom na adresu narucivanje@thalasso-ck.hr.

Kontakt

Thalassotherapia Crikvenica
Specijalna bolnica za medicinsku rehabilitaciju Primorsko – goranske županije
Gajevo šetaliste 21
51260 Crikvenica, Hrvatska
www.thalasso-ck.hr



PSIHIJATRIJSKA BOLNICA RAB



Dugogodišnja ulaganja u infrastrukturu te povećanje kvalitete smještaja i liječenja, multidisciplinarni pristup i usluge općenito, učinili su ovu bolnicu doista posebnom na karti zdravstvenih ustanova u Republici Hrvatskoj. Ustanova je već prepoznatljiva, jer je prva u programe uvela terapijskog psa, liječenje na otvorenom uz terapijske vrtove, mirisno bilje i polja lavande, kao već prepoznatljiv brend bolnice

BOLNICA koja tako NE IZGLEDA

Piše

Doc. dr. sc. **Vesna Šendula Jengi** dr. med.

Psihijatrijska bolnica Rab postoji od davne 1955. godine. Ujesen te godine počela je s 50, a danas broji 480 kreveta za stacionarne pacijente, 35 stolica u dnevnoj bolnici te pruža i polivalentnu specijalističko-konzilijarnu zdravstvenu zaštitu. Bolnica zapošljava oko 250 djelatnika, od kojih je oko 140 zdravstvene struke.

Iako se ovdje liječe pacijenti iz cijele Hrvatske, Psihijatrijskoj bolnici Rab gravitira populacija od pola milijuna stanovnika Primorsko-goranske i okolnih županija. Prva desetljeća razvoja, posebno u liječenju bolesti ovisnosti, u prvom redu alkoholizma, usporila su ratna i poratna zbivanja. Međutim, u posljednjih gotovo dvadeset godina bolnica se intenzivno razvija, kako u pogledu infrastrukture, tako i u okviru stručnih djelatnika, koji se kontinuirano educiraju te su znanstveno i akademski aktivni.

Nastavna baza tri fakulteta

Tradicionalno poznato liječenje oboljelih od akutnih i kroničnih psihoza, poremećaja

raspoloženja, graničnih stanja te bolesti ovisnosti prošireno je prema sve prisutnijim potrebama za liječenjem bolesti akutnog i kroničnog stresa, posttraumatskog stresnog poremećaja, uvjetovanog ratnim, ali i raznim drugim stresorima, te poremećajima spavanja.

Neurodegenerativne bolesti mozga, koje uvjetuju patološko i prerano starenje, tzv. dualne dijagnoze, koje uključuju psihičke probleme udružene sa zloporabom štetnih tvari, te razni psihosomatski poremećaji, također se uspješno liječe u ovoj ustanovi. Bolnica djeluje i kao nastavna baza triju medicinskih fakulteta u Hrvatskoj - pri Sveučilištu u Osijeku, Splitu i, naravno, u Rijeci, kao i Fakulteta zdravstvenih studija Sveučilišta u Rijeci. Dugogodišnja i čvrsta suradnja odvija se i s Pravnim fakultetom te Filozofskim fakultetom Sveučilišta u Rijeci te s brojnim drugim stručnim i znanstvenim ustanovama ili stručnjacima iz Hrvatske, ali i inozemstva, primjerice Slovenije, Njemačke, Švedske, Nizozemske, Ujedinjenog kraljevstva, SAD-a i dr.

Dugogodišnja ulaganja u infrastrukturu te povećanje kvalitete smještaja i liječenja,

kao i usluge općenito, učinili su ovu bolnicu doista posebnom na karti zdravstvenih ustanova u RH. S interdisciplinarnim i multiprofesionalnim stručnim timom liječnika psihijatar, neurologa, internista i fizijatar, kvalificiranih i kompetentnih medicinskih sestara i tehničara te uz klinički specijalizirane suradnike psihologe, socijalne radnike, radne terapeute, fizioterapeute i logopeda, bolnica nudi i niz specijalističko-konzilijarnih usluga i tretmana. Dijagnostičke pretrage koje se ovdje mogu obaviti uključuju biokemijski laboratorij, RTG, EKG, EEG, UZV, polisomnografiju, evocirane potencijale, ergometriju, holter tlaka, holter srca i dr., što je posebno značajno za osobe sa psihičkim smetnjama, jer je kod njih briga za tjelesno zdravlje često podređena onoj za duševno.

Psihijatrijska bolnica Rab javna je ustanova, a osnivač i vlasnik je Primorsko-goranska županija. Cijela terapijska ponuda dominantno se odnosi na osiguranike Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje i drugih ugovornih osiguravatelja. Usluge je moguće koristiti pojedinačno ili u sklopu ponuđenih rehabilitacijskih programa.

Na liječenje je, uz prethodni dogovor i indikacije, moguće doći i privatno.

Terapeut i živahni pas Aron

Psihijatrijska bolnica Rab posebna je, i u Hrvatskoj prva, po tome što je, pored klasičnih pristupa liječenju koji se vode smjericama medicine temeljene na dokazima, a nastojeći obuhvatiti čovjeka u cjelini i iz perspektive nedjeljivosti tjelesne i mentalne dobrobiti, kao nadogradnju na aktualne metode liječenja, uvela u svoje terapijske programe i terapiju uz pomoć životinja te terapiju na otvorenom, u specijaliziranim terapijskim vrtovima. Terapijski pas već je deset godina omiljeni suradnik u bolnici. Prvo je to bio Mak, a sada je to Aron, živahni crni labrador koji rado na naredbu otvara vrata, ladice, donosi igračke, trči kroz plastične tunele... i uvijek se veselo vraća po pohvalu ili nagradu. Kao i polje lavande, terapijski vrtovi Psihijatrijske bolnice Rab s vremenom su postali brend ove bolnice, ali i primjer dobre prakse drugim bolnicama u Hrvatskoj. Sretno smještena u šumom i morem okruženo kamporsko polje, ova je bolnica nastojala iskoristiti svaki adut koji joj priroda daje, a to su blaga klima, puno sunčanih sati godišnje te plodno tlo za mediteransko bilje koje osvaja i terapijski djeluje već svojim mirisima.

U Psihijatrijskoj bolnici Rab liječe se pacijenti s različitim oblicima duševnih smetnji, na osam odjela, na koje se pacijenti primaju ovisno o dijagnozi i kliničkoj slici. Ako se, primjerice, radi o akutnom stanju, nakon prijema u bolnicu prvih nekoliko dana pacijenti provode na Odjelu za akutna i krizna stanja. Tijekom integrativnog pristupa započinje usmjerenje i uključivanje bolesnika u terapijske aktivnosti (psihoterapijska grupa, socioterapijska grupa, radno-okupacijska terapija, rekreativna i druge terapije). Za nastavak terapijskog tretmana,

Dnevna bolnica u očima pacijenata

Iskustva naših pacijenata u Dnevnoj bolnici kažu da im poludnevni boravak i terapije pomažu kod depresije, anksioznosti i drugih poremećaja raspoloženja, alkoholne i drugih ovisnosti, rješavanja stresa, životnih prekretnica, posttraumatskog stresnog poremećaja, žalovanja, poremećaja spavanja, poremećaja prehrane, psihoorganskih poremećaja i kognitivnih oštećenja, stabiliziranih psihotičnih poremećaja, psihosomatskih poremećaja te kao psihoterapijska podrška kod onkoloških i drugih kroničnih nezaraznih bolesti.

bolesnika se upućuje na jedan od rehabilitacijskih odjela radi daljnjeg liječenja i rehabilitacije.

Odjel za afektivne poremećaje i granična stanja otvorenog je tipa i raspolaže dvokrevetnim i trokrevetnim sobama. Namijenjen je liječenju osoba koje boluju od poremećaja raspoloženja (depresivni poremećaj, bipolarni afektivni poremećaj); bihevioralnih sindroma udruženih s fiziološkim poremećajima i tjelesnim čimbenicima (poremećaj uzimanja hrane, neorganski poremećaj spavanja, mentalni poremećaji ili poremećaji ponašanja udruženi s drugim zdravstvenim stanjima); zlorabe lijekova koji izazivaju ovisnost; poremećaja ličnosti i ponašanja; generaliziranog anksioznog poremećaja, opsesivno-kompulzivnog poremećaja itd.

Načela Hudolinove škole

Odjel za liječenje bolesti ovisnosti Psihijatrijske bolnice Rab ima dugu tradiciju, još od 1967. godine, kada su u program liječenja od alkoholizma primljena prva 23 bolesnika. To je ujedno bio prvi odjel izvan Vinogradske bolnice u Zagrebu koji je radio na načelima poznate Hudolinove škole. Programi liječenja i organizacijska struktura odjela usavršavali su se i mijenjali tijekom vremena kako bi se osigurala stručna medicinska pomoć bolesnicima raznih kategorija, budući da su takvu prilagodbu uvjetovali zahtjevi populacije, kao i epidemiološki pokazatelji koji su ukazivali na progresivnu

stopu rasta svih psihičkih poremećaja povezanih s ovisnostima i ovisničkim ponašanjem. Danas sve prisutniji, nefarmakološki tipovi ovisnosti (kockanje, internet itd.) uzrokuju brojne psihičke probleme i onesposobljenje u obiteljskom, radnom i širem socijalnom okružju. Terapijski programi mogu biti bolnički ili se liječenje provodi ambulantno, ovisno o stanju oboljelog. Dio terapijske ponude odnosi se na psihosocijalni tretman počinitelja nasilja, najčešće obiteljskog, te na tretman žrtava.

Tijekom Domovinskog rata odjel je bio u stručnom i organizacijskom smislu prilagođen radu s braniteljima oboljelima od PTSP-a, ali i drugim, sa stresom povezanim poremećajima i graničnim psihopatskim stanjima koja se tretiraju kao međuzavisna stanja (program u svijetu poznat kao Dual Diagnosis Treatment). Odjel za bolesti ovisnosti prošle je godine u cijelosti renoviran te prilagođen suvremenim standardima smještaja bolesnika. Taj je odjel opremljen za prijem, dijagnostiku i liječenje bolesnika s problematikom ovisničkog ponašanja, poremećajima osobnosti, PTSP-om različite etiologije, kao i različitim graničnim stanjima. Prema podacima HZJZ-a i registra za liječenje od droga, u 2016. godini. Odjel je prepoznat kao drugo mjesto po broju bolnički liječenih opijatskih ovisnika u Hrvatskoj nakon KPVB Vrapče.

Rad i s obiteljima

Pacijenti borave u dvokrevetnim i trokrevetnim sobama, a paralelno s tretmanom bolesnika, provodi se i sustavna edukacija članova obitelji radi upoznavanja s uzrocima i posljedicama bolesti, kao i važnosti ranog uočavanja simptoma bolesti i prevencije budućih hospitalizacija. Tu su još i Odjel za produženo liječenje, Odjel za psihosocijalnu rehabilitaciju i Odjel

Pacijenti dolaze uglavnom po preporuci liječnika

Pacijenti uglavnom dolaze prema preporuci liječnika primarne zdravstvene zaštite ili specijalista psihijatra, neurologa i drugih specijalnosti. Trajanje liječenja ovisi o stanju i potrebama bolesnika te o procjeni liječničkog tima. Bolničko liječenje može trajati od nekoliko do najviše 60 dana, a u rijetkim slučajevima može se produžiti.

Neurokognitivna i integrativna rehabilitacija

Osobe starije životne dobi te one s organskim psihičkim poremećajima, uključujući demencije, amnestičke i druge kognitivne poremećaje, demencije kod alkoholičara te sve psihičke poremećaje kod kojih bolesnik odbija komunikaciju sa specifičnom primarnom zdravstvenom zaštitom, a koje nije moguće riješiti u okviru te zaštite, liječe se na Odjelu za neurokognitivnu i integrativnu rehabilitaciju s jedinicom za organske i involutivne poremećaje.

Kvalitetan program neurokognitivne rehabilitacije nudimo oboljelima od moždanog udara, čiji oporavak zahtijeva interdisciplinarni i multi-profesionalni pristup.

za forenzičku psihijatriju. Pacijenti svih odjela, ovisno o prirodi bolesti, uključeni su u različite oblike terapije i integrativne rehabilitacije koju provode timovi stručnjaka. Neke se terapije obavljaju na odjelu, a neke u specijaliziranim prostorima, npr. za kreativne radionice, kognitivne vježbe, biofeedback, pet-terapiju, ili pak na otvorenom. Osim stacionarnih pacijenata, Psihijatrijska bolnica Rab ima i programe u Dnevnoj bolnici koji su namijenjeni odraslim osobama koje imaju određenih emocionalnih/psihičkih problema ili poremećaja, a zbog kojih im je narušeno svakodnevno funkcioniranje, osjećaju se preplavljeno uobičajenim dnevnim ritmom ili im tjelesna bolest remeti psihičku ravnotežu. Pacijenti Dnevne bolnice svakog se dana, upravo kao nakon posla, vraćaju u svoj dom i svoju obitelj. Bez obzira na težinu poremećaja, kod svakog se bolesnika stvara poseban plan liječenja, a poželjno je da se u proces liječenja aktivno uključe članovi obitelji ili bliske osobe koje su u redovitom kontaktu s bolesnikom. Program Dnevne bolnice uključuje intenzivni biopsihosocijalni tretman, strukturiranu psihofarmakoterapiju i praćenje njihovog učinka, uz ciljane individualne i grupne terapijske aktivnosti te održavanje i unapređenje tjelesnog zdravlja, kao važne sastavnice ukupnog zdravlja i dobrog osjećanja.

LJEČILIŠTE VELI LOŠINJ



MEDICINSKI USMJEREN ODMOR na mjestu jedinstvene ljepote

Na jedinstvenom lokalitetu, u perivoju punom egzotičnog mediteranskog bilja, ustanova nudi usluge dermatologije i venerologije, fizikalne medicine i rehabilitacije, fizikalne terapije s hidroterapijom, bolnički, ali i smještaj hotelskog tipa, te medicinski wellness, medicinsku kozmetologiju, kineziologiju, nutricionističke usluge i brojne preventivne programe za održavanje zdravlja i ljepote

Piše

Renata Žugić, mag. pharm.

Lječilište Veli Lošinj ugovorna je ustanova HZZO-a koja pruža specijalističke usluge dermatologije i venerologije, fizikalne medicine i rehabilitacije, fizikalne terapije s hidroterapijom te bolnički smještaj. Osim putem uputnica HZZO-a, sve usluge mogu se ostvariti i privatnim plaćanjem. Lječilište Veli Lošinj nudi i usluge medicinskog wellnessa, medicinske kozmetologije, kineziologije, nutricionističke usluge i brojne preventivne programe za održavanje zdravlja i ljepote.

Lječilište Veli Lošinj smješteno je izvan urbane jezgre gradića Veli Lošinj, u perivoju punom egzotičnog mediteranskog bilja. U kompleksu Lječilišta nalaze se i šetnice kroz park Podjavori koji je površine 10 ha. U prostoru Lječilišta uređeno je i prekrasno dječje igralište te vanjsko sportsko igralište (kombinirano: rukometno, nogometno, košarkaško i odbojkaško).

Dostupni kopnom i morem

Lječilište se nalazi na zapadnom rubnom području naselja i izravno je priključeno na državnu cestu, glavnu prometnicu koja od trajektnih pristaništa vodi do Velog Lošinja.

Prijem u lječilište

Kod dolaska na liječenje u Lječilište ponesite sa sobom:

- važeću uputnicu svog izabranog liječnika,
- original (odobrenje) uputnicu liječničkog povjerenstva,
- zdravstvenu iskaznicu,
- iskaznicu dopunskog zdravstvenog osiguranja,
- osobnu iskaznicu,
- nalaze ordiniranih i obavljenih laboratorijskih, rendgenskih i drugih pretraga,
- dokumentaciju o posljednjoj hospitalizaciji ili specijalističkom pregledu,
- lijekove koje koristite.
- Pri dolasku u Lječilište prvo se javljate na recepciju, gdje ćete dobiti sve upute o smještaju u sobi, a nakon toga bit ćete upućeni odjelnoj sestri koja će obaviti službeni prijem.
- Osim s uputnicom sve se usluge mogu ostvariti privatnim plaćanjem.

Udaljenost od Lječilišta do centra naselja Veli Lošinj iznosi oko 450 metara, a do centra naselja Mali Lošinj oko 4 200 metara. Udaljenost od Rijeke je 130 km, a od Zagreba 260 km. U predsezoni i posezoni, kao i izvan sezone, trajekti plove prema redu plovidbe, a u jeku sezone, kada su veće gužve, trajekti uobičajeno plove neprestano cijeli dan.

Ako se odlučite posjetiti nas bez automobila, to možete učiniti katamaranom koji svakodnevno polazi iz Rijeke, preko Cresa do Malog Lošinja. Autobusna linija do Lošinja doseže sve do najmanjih mjesta na otoku, a vozi ravno do ulaza u Lječilište Veli Lošinj. Lječilište Veli Lošinj ukupno raspolaže sa 180 kreveta, raspoređenih u tri objekta različite kategorije smještaja. Villa Elisabeth dvorac je sagrađen 1886. godine i u potpunosti renoviran i adaptiran 2013. godine. Villa ima 28 dvokrevetnih soba, od kojih 12 ima i pomoćni ležaj na kojem može spavati jedna odrasla osoba ili jedno do dvoje djece. Moguće je rezervirati i obiteljske sobe koje



su međusobno povezane unutarnjim vratima. Sobe su prilagođene osobama s bolestima dišnih putova alergijske etiologije. Park V je objekt sagrađen 1985. godine. Korisnicima su na raspolaganju 32 sobe, koje imaju 2-4 kreveta, ovisno o veličini, te vlastite sanitarije. U zgradi se nalazi liječnička ambulanta i fizikalna terapija s osiguranom 24-satnom medicinskom skrbi. Park IV je dependansa sa 12 soba i ukupno 32 kreveta, u sobama sa 2-5 kreveta. U objektu su etažne sanitarije, dok sobe imaju samo vlastite umivaonike s toplom i hladnom vodom. Radi se o hostelskom tipu smještaja.

Rezervacije primamo tijekom cijele godine. Lječilište Veli Lošinj ugovorna je ustanova HZZO-a te je moguće, temeljem odobrenja povjerenstva za bolničko liječenje HZZO-a, boraviti u Lječilištu na teret HZZO-a. Također je moguće, bez čekanja, koristiti usluge fizikalne terapije na teret HZZO-a, uz nadoplatu za smještaj. Ako trebate uslugu iz neke od naših specijalističkih ambulanti ili uslugu bolničkog liječenja, protokol je sljedeći:

- svi upisi za preglede, pretrage ili zahvate mogu se ostvariti kroz bolničku jedinicu za centralno naručivanje pacijenata; treba donijeti odgovarajuću uputnicu (crvena uputnica, odobrenje liječničkog povjerenstva);
- poslati/faksirati (putem telefaksa 051/236-224) uputnicu i nalaz liječnika specijalista s indiciranom zdravstvenom uslugom, s naznačenim brojem

telefona na koji ćemo Vas kontaktirati i dogovoriti termin pružanja usluge putem elektronske pošte: info@lječilište-veli-losinj.hr

- poslati skeniranu uputnicu, odnosno skenirani nalaz liječnika specijalista s indiciranom zdravstvenom uslugom; potvrđnicu o ugovorenom terminu dostavit ćemo na e-mail s kojeg smo primili narudžbu.

Pacijenti koji trebaju alergološko testiranje ne smiju uzimati antihistaminike 3 do 7 dana prije testiranja.

Otpust iz bolnice

Vaš je otpust iz Lječilišta planiran, o čemu ćete vi i vaša obitelj biti pravovremeno obaviješteni. Osoblje na odjelu dat će vam jasne upute u vezi s otpustom:

- gdje i kada ćete dobiti otpusnicu i otpusno pismo, koje ste dužni predati svom izabranom liječniku,
- upute o eventualno potrebnoj djeci, nastavku liječenja i kontrolnim pregledima,
- ako zbog prikupljanja nalaza nije moguće završiti otpusno pismo, dobit ćete otpusnicu sa svim potrebnim uputama za nastavak liječenja; otpusno pismo će vam u tom slučaju biti dostavljeno poštom, ili osobno ako ga želite sami doći preuzeti, o čemu ćete upute dobiti i na odjelu,
- odjelna sestra će vam, u slučaju vaše obveze plaćanja participacije ili pune

cijene zdravstvenih usluga, naplatiti usluge i izdati osobni račun.

Najvažniji kontakt imat ćete s liječnikom koji vas prima na odjel i s medicinskim sestrama koje će provoditi zdravstvenu njegu. Liječnik će odrediti način i postupak vašega liječenja. Svoje želje i prijedloge prenesite liječniku na viziti, odnosno medicinskoj sestri. Na pretrage će vas, po potrebi, pratiti zaposlenik bolnice.

Prehrana u bolnici

Dijeta je važan dio vašeg liječenja, posebno ako imate alergije ili intoleranciju na određene namirnice. Vrstu dijete i preporuku o prehrani određuje odjelni liječnik u suradnji s našom glavnom sestrom, posebno educiranom u području kliničkog nutricionizma. Molimo vas da za vrijeme boravka u Lječilištu uzimate samo one lijekove koje vam je propisao vaš odjelni liječnik. Ako ste prethodno upotrebljavali i druge lijekove, recite to liječniku, da on procijeni o nastavku terapije. Pušenje, konzumiranje alkohola i droga u Lječilištu nisu dopušteni. Mobitel će vam sigurno olakšati komunikaciju s prijateljima i rodbinom, ali morate znati da ćemo vas u iznimnim situacijama zamoliti da ga isključite (zbog blizine medicinskih aparata), a prilikom razgovora poštuju pravo ostalih pacijenata na mir (isključite zvuk). Isto vas tako molimo da se suzdržite od razgovora tijekom vizita i ostalih pregleda i intervencija.

Pristanak na medicinski zahvat

Za svaki medicinski zahvat potreban je vaš pristanak. Zato će vas liječnik kod primanja upoznati sa svim dijagnostičkim i terapijskim postupcima koji su potrebni za poboljšanje vašega zdravstvenoga stanja. Prije nego što potpišete izjavu o svom pristanku, liječnik će vas upoznati i s mogućim rizicima, posljedicama i komplikacijama. Kako bi spriječio neposrednu opasnost za vaš život, liječnik može obavljati medicinski zahvat bez vašega pristanka ako trenutno zbog zdravstvenoga stanja pristanak ne možete dati. Za osobe mlađe od 18 godina ili za osobe kojima je oduzeta sposobnost, pristanak potpisuju roditelji ili skrbnici.

ATOPIJSKI DERMATITIS

NJEGA KOŽE najvažnija prevencija



Atopijski dermatitis dio je nasljedne sklonosti reakcijama preosjetljivosti, a uključuje i astmu i alergijski rinokonjuktivitis. Dijete s težim oblikom neurodermatitisa ima, u kasnijem tijeku bolesti, i veću sklonost razvoju bronhalne astme

Piše

Dajana Kukurin Cnappi, dr. med.

Atopijski dermatitis (atopijski egzem, neurodermatitis) kronična je recidivirajuća upalna bolest kože, obilježena svrbežom, suhoćom i specifičnim egzematskim promjenama. Javlja se u 15-20 posto djece, u polovici slučajeva u dojenačkoj dobi, uz tendenciju stalnog porasta. To je multifaktorijski uzrokovana bolest u čijem nastanku sudjeluje više genetskih i okolišnih čimbenika.

Atopijski dermatitis dio je atopijskog spektra (nasljedna sklonost reakcijama

preosjetljivosti) koji uključuje i astmu i alergijski rinokonjuktivitis. Ako dijete ima teži oblik atopijskog dermatitisa, u kasnijem tijeku ima i veću sklonost razvoju bronhalne astme. U oko 40 posto djece s atopijskim dermatitisom dokaže se nutritivna alergija (alergija na bjelanjak kokošnjeg jajeta, proteine kravljeg mlijeka, kikiriki, soju), dok 30 posto djece, uglavnom starije od 3 godine, razvije alergiju na aeroalergene (grinje kućne prašine, plijesni, peludi trava, dlake kućnih ljubimaca). Učinjenom obradom kod preostalih, oko 30 posto, ne dokaže se alergijska preosjetljivost. Danas je poznato da brojni čimbenici



mogu dovesti do pogoršanja kliničke slike. To su u prvom redu stres, potom neki autoantigeni, razni iritansi (gruba ili vunena odjeća, kemijski iritansi u sredstvima za pranje kože ili odjeće, izlaganje duhanskom dimu), ali i infekcije nekim mikroorganizmima (bakterija *Staphylococcus aureus*, neke gljivice, virus herpesa).

Hraniti dječju kožu

Djeca s atopijskim dermatitisom imaju izrazito suhu kožu, praćenu intenzivnim svrbežom, poglavito noću. Kožne promjene, u obliku crvenila, prištića, ljuskanja, vodenih mjehurića, vlaženja, ogrebotina, kod djece u dobi do dvije godine najčešće su na vlasištu, licu, trupu i ekstenzornoj strani ekstremiteta. Pelenska regija uglavnom nije zahvaćena. Kod djece starije od dvije godine, uz nabrojene promjene, nalaze se i područja tamnije pigmentirane i zadebljale kože (lihenifikacija), većinom na fleksornoj strani ekstremiteta, u području velikih zglobova (ručni zglob, lakat, koljeno). Tipične kožne promjene, kronični tijek praćen razdobljima pogoršanja i poboljšanja simptoma te pozitivna obiteljska

anamneza na alergijske bolesti čine osnovu za postavljanje dijagnoze. Kako dijete odrasta, klinička slika u pravilu bude blaža, a kožne promjene do puberteta u velikoj većini nestaju. U oko 30 posto slučajeva atopijski dermatitis ostaje i u odrasloj dobi. Lošija prognoza uključuje raniji početak i dokazanu nutritivnu alergiju.

Liječenje atopijskog dermatitisa treba prilagoditi svakom pojedinom bolesniku. Od izuzetne je važnosti dobra edukacija roditelja radi poboljšanja kvalitete života djeteta. Osnova je liječenja pravilna njega i svakodnevno hidratiziranje kože te izbjegavanje provocirajućih čimbenika. Kako je glavni problem kod atopijskog dermatitisa suhoća kože, preporučuje se kupanje (bolje tuširanje), najviše 2-3 puta tjedno, u trajanju 5-10 minuta, u mlakoj vodi (manje od 32°). Najboljima su se pokazale uljne kupke koje se nakon kupanja ne ispiru, a koža se samo blago tapka ručnikom. Za pranje ruku i lica preporučuju se sindeti (sapun bez sapuna). Vrlo je važno svakodnevno „hraniti“ suhu dječju kožu obilatim mazanjem emolijentnim neutralnim kremama, 1-2 puta dnevno, obvezno nakon

kupanja, a tijekom zime može i češće. U posljednje vrijeme najviše se koriste preparati na bazi zobi. U djece s umjerenim do težim oblicima bolesti treba povremeno uključiti lokalne kortikosteroide ili imunosupresive (npr. takrolimus, pimekrolimus) koji, za razliku od kortikosteroida, nakon duže upotrebe ne stanjuju kožu te se preporučuje njihova upotreba i na licu. U slučaju pojave infekcije, kojoj je takva oštećena koža sklona, potrebna je primjena antibiotika. Rijetko, u teškim i zapuštenim slučajevima, primjenjuju se sustavni antibiotici i kortikosteroidi. U liječenju se još upotrebljava fototerapija, a u novije vrijeme intenzivno se proučava i učinak biološke terapije.

Dojenje i emolijentna krema snažno štite

Prema najnovijim podacima iz literature, u liječenju atopijskog dermatitisa ne preporučuje se upotreba antihistaminika jer je dokazano da ne utječu na smanjenje svrbeža kod djece. Upotreba probiotika i prebiotika za sada se nije pokazala korisnom. Samo dojenje tijekom prvih 4-6 mjeseci smanjuje, ali ne isključuje, rizik od atopijskog dermatitisa i astme. Jednim neovisnim kliničkim istraživanjem, provedenim na 124 novorođenčadi s rizikom dobivanja atopijskog dermatitisa, utvrđeno je da nanošenje emolijentne kreme jednom na dan, tijekom 6 mjeseci, počevši od trećeg tjedna djetetova života, pomaže da se rizik od razvoja atopijskog dermatitisa smanji za 50 posto. Vodite računa o pravilnoj i redovitoj njezi i higijeni kako bi koža vašeg djeteta bila „sita“, a vaše dijete sretno i zadovoljno, bez ograničenja, koračalo kroz djetinjstvo, što je svakom roditelju najvažnije.

Ograničiti faktore rizika

Vodeći se poznatom uzrečicom „bolje spriječiti nego liječiti“, slijedi nekoliko savjeta za roditelje o tome kako mogu prevenirati pogoršanje bolesti. Vrlo je bitno da djeca nose isključivo pamučnu i širu odjeću kako bi se manje znojila. Novu odjeću obvezno operite prije nošenja, u tekućem deterdžentu namijenjenom osjetljivoj koži. Izbjegavajte omekšivače, vrući i suhi zrak u prostorijama te nagle promjene temperature. Nastojte djecu ne izlagati duhanskom dimu, kao ni dokazanom alergenu. Redovito režite nokte te, po potrebi, stavljajte rukavice za spavanje kako bi se izbjeglo grebanje u snu. Pri dokazanoj alergiji na grinje preporučuje se antialergijska posteljina. Tijekom ljeta većina je djece bez kožnih promjena jer sunce i more povoljno djeluju. Međutim, ne zaboravite koristiti posebne kreme za zaštitu od sunca, namijenjene djeci s atopijskim dermatitisom. Nemojte izlagati dijete nepotrebnoj emocionalnom stresu.



O ZDRAVLJU UKRATKO

S PROLJEĆEM
stižu i ALERGIJE

Peludna hunjavica sezonska je alergijska bolest gornjih dišnih puteva i najčešći je oblik alergijske reakcije

Piše
Svjatlana Gašparović Babić, dr. med.

Tek što prođe zima i završi sezona gripe, priroda nam zadaje nov udarac: proljeće se najavljuje ne samo toplim vremenom i suncem, već i peludnom groznicom i sezonom alergija.

U vrijeme proljeća, zbog visoke koncentracije peludnih zrnaca u zraku, nastale cvjetanjem biljaka, najjače je izražena peludna hunjavica ili sezonski alergijski rinitis. Peludna hunjavica sezonska je alergijska bolest gornjih dišnih puteva i najčešći je oblik alergijske reakcije. Javlja se sezonski, vezano uz pojavljivanje određenih vrsta peludi u zraku. Bolest može biti udružena s drugim alergijskim bolestima, poput bronhalne astme i atopijskog dermatitisa. Kada je peludna hunjavica praćena alergijskim konjunktivitisom, tada govorimo o peludnoj groznici.

Različiti „okidači“

Alergija je nenormalna (prejaka) reakcija imunološkog sustava na, inače, bezopasni

“okidač” (alergen). Uz pelud, česti su alergeni prašina, orasi, bakalar, jaja, ubodi osa i pčela, lateks i neki lijekovi. Obilježja blage alergije mijenjaju se ovisno o okidaču i o osobi. Mogući znakovi alergije jesu: crveni osip praćen svrbežom ili uzdignuti dijelovi kože (urtike), crvenilo i svrbež očiju, soptanje i/ili otežano disanje, otečene šake, stopala i/ili lice, bolovi u trbuhu, povraćanje i proljev.

U prvoj pomoći kod alergije važno je procijeniti jačinu alergijske reakcije. Kod otežanog disanja potrebna je liječnička pomoć, a kod blažih simptoma dovoljno je ukloniti okidač, ako je moguće, ili udaljiti osobu od okidača. Zbrinite simptome: neka osoba uzme lijek koji inače koristi za poznatu alergiju. Najčešći su propisivani lijekovi antihistaminici. Mogu se primijeniti lokalno, u obliku spreja za nos ili kapi za oči, te sustavno, u obliku tableta. Antihistaminici su najkorisniji u liječenju blagih do srednje teških oblika peludne hunjavice. Kod težih oblika bolesti i astme primjenjuju se kortikosteroidi. Postoje i druge metode liječenja koje propisuje specijalist alergolog.

Metode prevencije

Osim liječenja, u olakšavanju simptoma proljetnih alergija izuzetno je važna preventivna mjera izbjegavanje alergena na koji je osoba osjetljiva. Za uspješnije izbjegavanje sezonskih alergena preporučuje se:

- redovito pratiti bioproгнозу i peludni kalendar,
- za vrijeme cvatnje biljaka držati zatvorene prozore stana i automobila u tijeku vožnje,
- izbjegavati boravak i fizičku aktivnost u području bujne vegetacije za vrijeme visoke koncentracije peluda u zraku (od 5 do 10 sati ujutro),
- izbjegavati jutarnje provjetravanje prostorija kada je koncentracija peluda najviša,
- prostorije u kojima boravimo provjetravati kratko i u poslijepodnevnom satima,
- korisno je ugraditi klima-uređaj jer on smanjuje količinu peluda za 90%,
- odjeću sušiti u stanu ili u sušilici za rublje kako bi se izbjeglo unošenje neželjene količine peluda u stambene prostorije,
- boravak u prirodi odgoditi za kasno poslijepodne ili večer,
- za vrijeme suhih i vjetrovitih dana izlasku iz kuće ili stana reducirati na najmanju moguću mjeru,
- kosu prati svaku večer jer se peludna zrnca skupljaju na vlasima kose,
- izbjegavati pušenje, sprejeve i slične nadražujuće tvari jer pogoršavaju simptome alergije.

SVJETSKI DAN ZDRAVLJA
7. travnja 2019.

UNIVERZALNA
POKRIVENOST
zdravstvenom zaštitom




POVODOM 19. OŽUJKA

*Happy
Father's
Day*



**MEĐUNARODNOG
DANA OČEVA**

TATE, SRETAN VAM VAŠ DAN!



Ne bih mogao istaknuti ni jednu toliko važnu potrebu u djetinjstvu kao što je potreba za očevom zaštitom.

Sigmund Freud



Piše

Mr. sc. Ivica Stanić,

pedagog i polivalentni defektolog

“**M**nogi ljudi drže da sigurno znaju što je dobra majka, ali oni ni izdaleka nisu tako sigurni u to što je dobar otac“ – tvrdi N. Ackerman. Upitajte li za Očev dan, koji u Hrvatskoj obilježavamo svake godine 19. ožujka, samo 11 dana nakon svečane proslave Majčinoga dana – mnogi će reći malo i površno, a bit će i onih koji o tom danu ništa ne znaju.

Danu očeva ne posvećuje se dužna pažnja, a i očevi su nas, kao i majke, mnogo zadužili. Očev dan, ili Dan očeva, dan je u čast naših tata, a slavi očinstvo, očevu skrb i njegovu ulogu u odgoju djece, formiranju mladih osoba te utjecaj očeva u društvu općenito. Međunarodni dan očeva u svijetu se najčešće obilježava treće nedjelje u lipnju. To se čini u čak 52 zemlje svijeta, ali ima mnogo zemalja u svijetu, a među njima je i Hrvatska, u kojima se taj dan obilježava nekog drugog datuma. Očev dan nadopunjuje Majčin dan i veliča ulogu roditelja u odgoju

Očev dan, ili Dan očeva, slavi očinstvo, očevu skrb i njegovu ulogu u odgoju djece, formiranju mladih osoba te utjecaj očeva u društvu općenito. Nadopunjuje Majčin dan i veliča ulogu roditelja u odgoju djece te ukazuje na veliko značenje obitelji u svim društvenim zajednicama, što predstavlja golemo priznanje obiteljskom odgoju djece, kao prvom odgoju koji dijete dobiva i predstavlja temelj na kojemu se grade svi drugi oblici društvenog, duhovnog, domoljubnog, moralnog, estetskog, etičkog, spolnog, zdravstvenog odgoja. Majke i očevi prvi su i glavni odgojitelji i učitelji svoje djece

djece te ukazuje na veliko značenje obitelji u svim društvenim zajednicama, što predstavlja golemo priznanje obiteljskom odgoju djece, kao prvom odgoju koji dijete dobiva i predstavlja temelj na kojemu se grade svi drugi oblici društvenog, duhovnog, domoljubnog, moralnog, estetskog, etičkog, spolnog, zdravstvenog odgoja. Majke i očevi prvi su i glavni odgojitelji i učitelji svoje djece.

Muževima od žena, s ljubavlju

Sve inicijative za utemeljenje i obilježavanje Dana očeva potječu od žena, što se drži izuzetnim priznanjem očevima, njihovoj obiteljskoj i društvenoj ulozi te značajnom čimbeniku u odgoju djece.

Postoji nekoliko osoba kojima se pripisuje zasluge za početak obilježavanja Dana

očeva. Tako je prvo obilježavanje Dana očeva bilo 1908. u SAD-u, nakon velike rudarske katastrofe u kojoj je život izgubilo više od 250 očeva. Kćerka jednog od rudara stradalih u toj katastrofi zamolila je lokalnog pastora da održi misu za sve stradale pa mnogi njoj pripisuju zasluge za uvođenje Dana očeva. No, većina povjesničara drži da je Sonore Smart Dodd prva osoba koja je 1909. osmislila i predložila obilježavanje toga dana. Naime, njen otac William Jackson Smart postao je udovac (majka je umrla pri porodu šestog djeteta) i bio je primoran samostalno odgajati šestero djece, uključujući i nju. On je bio veteran građanskoga rata, a kao samohrani otac mnogo se trudio i uspijevao biti svojoj djeci i otac i majka. Sonore je željela

Mi ne odgajamo travu, odgajamo sinove!

Očevima je posvećeno mnogo mudrih misli i citata. „Moj se otac znao igrati sa mnom i s braćom u dvorištu. Mama bi izašla van i povikala: „Uništiti ćete travu!“ A tata bi rekao: „Mi ne odgajamo travu. Odgajamo sinove.“ - kaže Harmon Killebrew. „Otac je čovjek koji se nada da će njegov sin biti toliko dobar čovjek kakvim se on nadao postati“ - tvrdi Frank A. Clark. Za oca kažu da na želi biti bolji od svih ljudi, samo ne od sina. Nada Landeka napisala je pjesmicu svome tati: „On ima srce u pogledu, dušu u osmijehu, melem u rukama, snagu slavenskog hrasta u svom tijelu.“ Evo i stihova našeg pjesnika Zvonimira Baloga o tati: „Pravi tata je konj na kojemu jašu svi klinci iz ulice. On zna od bazge praviti topove, a od kestena lulice.“



pokazati svu svoju ljubav i zahvalnost ocu za skrb i ljubav, koje je uložio u njihov život, odrastanje i odgoj pa se angažirala i uložila golem napor da se u njegovu čast i čast svih očeva koji se trude i zalažu da njihova djeca postanu časni i moralni, ljudi utemelji Dan očeva.

Kada je čula lokalnog svećenika kako govori o Majčinom danu, Sonore ga je zamolila da na jednak način obilježi i Dan očeva, a kao datum predložila je 6. lipnja, rođendan njezina oca. Svećenik je tu ideju prihvatio, ali zbog drugih obveza, prolongirao je obilježavanje Dana očeva na 19. lipnja, kada je održao svetu misu i govor posvećen očevima. To je bilo 1910. godine, u njezinom rodnom mjestu Spokane, u američkoj državi Washington, pa se drži da je to početak obilježavanja očevog

dana. Ubrzo se njezina ideja za obilježavanje Dana očeva širila i po drugim gradovima Sjedinjenih Američkih Država, a zatim i po cijelome svijetu, što je rezultiralo prihvaćanjem toga dana Međunarodnim danom očeva. Godine 1972. Richard Nixon je Dan očeva proglasio državnim praznikom SAD-a. Najstariji zapis u kojemu se spominje Dan očeva potječe iz vremena starog Babilona, prije više od četiri tisuće godina. Na tom području pronađena je pločica na kojoj je dječak Elmesu napisao čestitku svome ocu sa željom da dugo poživi sretan, radostan i zdrav.

Uza sve prinčeve, tata je kralj

U Hrvatskoj i još nekim europskim zemljama Dan očeva obilježava se 19. ožujka. Taj





dan odabran je za obilježavanje zbog blagdana sv. Josipa, Isusova oca. To je katolički blagdan – Josipovo – koji je utemeljen 1687. godine, kada je odlukom Hrvatskoga sabora sveti Josip proglašen zaštitnikom hrvatskoga naroda.

Prve čestitke očevi obično dobiju od svoje djece i drugih članova obitelji, koji im, uz zagrljaj, poljubac i mnogo lijepih želja, daruju lijepu knjigu, tabakeru, lulu, cvijeće ili neki drugi prikladan poklon. Ali, od svih darova očevima je najdraži zagrljaj i poljubac njihova sinčića i/ili kćerkice. U mnogim vrtićima djeca sa svojim tetama izrađuju čestitke, figurice, kutijice i razne predmete od papira. Taj dječji uradak dragi je poklon svakom tati, koji on drži i čuva na posebnom mjestu u kući. Odraslija djeca, koja

Otac je prvi učitelj koji priprema djecu za život svojim primjerom

Majka djetetu pruža nježnost, toplinu i brine o njemu, a otac mu daje sigurnost i zaštitu. Svojim primjerom i uzorom, koji djeca oponašaju, otac je prvi učitelj koji priprema djecu za život. Clarence to lijepo kaže: „Nije mi rekao kako da živim. Živio je i pokazao mi to svojim primjerom.“ Jan Hatchins ističe očevu podršku, poticaje, ohrabrenje, optimizam, vjeru u sebe i svoje snage koje mu je pružao otac i kaže: „Kad sam bio mali, moj otac mi je svaki dan govorio: - „Ti si najbolji dječak na svijetu i možeš napraviti što god želiš.“

pohađaju osnovnu ili srednju školu, iznenade oca nekim lijepim crtežom ili pjesmicom posvećenom njemu. Kćerke tu prednjače. Evo nekoliko njihovih misli posvećenih njihovu ocu za Dan očeva: „Možda ću jednog dana pronaći svoga princa, ali tata će uvijek biti moj kralj!“, „Moj tata je najbolji otac na svijetu.“, „Tata je glavni u kući, ali za sve moram pitati mamu.“, „Najdražem tati na svijetu,“...

U nekim školama u čast očeva prirede se kulturno-zabavni programi i sportska natjecanja, u kojima nerijetko sudjeluju i očevi. Majke s djecom prirede bogat ručak u obitelji, a poslijepodne očevi svoje drage čestitare odvedu u slastičarnicu na kolače, sladoled, ili u restoran na čevapčiče, pizzu ili večeru. Običaj je i da otac obraduje svoju djecu nekim prikladnim poklonom: slatkišima, igračkama, mobitelom, fotoaparatom ili nekim odjevnim predmetom.

Zaštitnik obitelji

Nema muškarca koji ne želi biti otac, iako je svjestan koliko to iziskuje truda i odricanja. Ništa čovjeka ne ispunjava tolikom radošću i optimizmom kao rođenje djeteta, koje ga čini ocem. Dijete je čovjekovo najveće blago i dragulj koji ne bi mijenjao za sva blaga svijeta. „Biti otac bez sumnje je moj najveći izvor postignuća, ponosa i inspiracije. Očinstvo me naučilo bezuvjetnoj ljubavi, ojačalo važnost velikodušnosti i naučilo me kako da budem bolji čovjek“ - kaže Naveen Jain.

Otac ne mijenja svoj odnos samo prema djetetu, nego i prema svim ljudima. On postaje velikodušan i odgovoran, a prioritarna su mu zadaća dijete i obitelj. On je njihov zaštitnik. Prisjetimo se svoga djetinjstva i nasrtaja druge djece na nas. Dovoljno im je bilo reći: „Ne dirajte me jer, ako kažem svome tati da mi se rugate i tučete me, on će vas premlatiti!“ i oni su se najčešće

povlačili. Zato i kažemo da otac štiti djecu i kad je daleko od njih. Majka djetetu pruža nježnost, toplinu i brine o njemu, a otac mu daje sigurnost i zaštitu. Svojim primjerom i uzorom, koji djeca oponašaju, otac je prvi učitelj koji priprema djecu za život. Clarence to lijepo kaže: „Nije mi rekao kako da živim. Živio je i pokazao mi to svojim primjerom.“ Jan Hatchins ističe očevu podršku, poticaje, ohrabrenje, optimizam, vjeru u sebe i svoje snage koje mu je pružao otac i kaže: „Kad sam bio mali, moj otac mi je svaki dan govorio: - „Ti si najbolji dječak na svijetu i možeš napraviti što god želiš.“

Ovdje govorimo o ulozi oca u odgoju djece, ali jednako tako, na svoj posebno vrijedan, emocionalno topao i djetetu blizak način djeluje i majka, pa je ukupnost odgoja djece njihovo zajedničko djelo. Dijete treba identifikaciju s oba roditelja. Njihova ljubav, međusobno poštovanje, odnos, uvažavanje i zajedničko djelovanje pružaju djetetu cjelovitost i puninu odgoja te svu kakvoću kompetentnog i odgovornog roditeljstva, mnogo snažnije i kvalitetnije utječu na odgoj djeteta, formiranje i oblikovanje mlade osobnosti, stvaranje pozitivne slike o sebi, jačanje samopouzdanja i karaktera, formiraje čvrstih stavova, principa, svjetonazora, istinoljublja, domoljublja i dugih ljudskih kvaliteta nego kada to čine odvojeno. Tu nije riječ samo o fizičkoj prisutnosti oba roditelja, niti o njihovim uzorima za oponašanje i identifikaciju, nego, znatno više od toga, o njihovom emocionalnom, psihičkom i duhovnom zajedništvu i jedinstvu. Kvaliteta roditeljskih odnosa, humanosti, ljubavi, njihove međusobne komunikacije te odnosa i komuniciranja s drugim ljudima, a ne samo roditeljstva kao takvoga, snažno utječu na odgoj i psihofizički razvitak djeteta. U tome je snaga roditeljskih utjecaja koja trasira put djeteta u samostalan

život, odgovorno roditeljstvo i kvalitetne partnerske odnose.

Mozaik mudrosti

Vrijeme koje majka provodi s djetetom, bez obzira na to je li riječ o brizi i njezi djeteta, njegovoj edukaciji, igri i odgoju ili o emocionalnoj vezi s njime, nekako je više strukturirano i rutinirano, a vrijeme koje otac posvećuje djeci puno je improvizacija u igrama, s manje priče, a više tjelesnih aktivnosti, koje pomažu fizičkom i intelektualnom razvoju. Otac ima, možda i nesvjesnu, tendenciju da mnoge svakodnevne situacije učini edukativnim, a uobičajene dječje obveze i zadaće pretvori u prave dječje avanture. On potiče eksperimentiranje i istraživanje, uči ih ustrajnosti i izdržljivosti u iznalaženju pravih odgovora i rješenja, a to će im mnogo koristiti u kasnijem ostvarivanju društvenih postignuća, pa i akademskih rezultata. To ne znači da je njegov stil rada bolji od maminog. Njihovi stilovi odgoja kompatibilni su i međusobno

se nadopunjuju, što daje posebnu kvalitetu obiteljskom odgoju i čini ga uspješnijim.

Očevi izgledaju grubo i strogi, ali u duši su prema djeci vrlo topli, nježni, u igri djeluju opušteno, a svojim primjerom i uzorom kontinuirano djeluju na dijete, bilo da ga za nešto kritiziraju ili pohvaljuju, bilo da se s njime druže i igraju. Zato Umberto Eco uvjerljivo kaže: „Vjerujem da nas najviše oblikuje ono što nam očevi kažu u čudnim situacijama, kada nas uče nečemu u trenutku kada se ne trude biti učitelji. Formiraju nas mali komadići mudrosti.“

Na kraju, hvala svim očevima za sve što su učinili i čine za svoju djecu, a onima koji će tek postati očevima želimo da uživaju u neizmjernim radostima koje donosi rođenje djeteta i da ulože maksimum truda, znanja i vještine u odgoj i psihofizički razvoj tog svog dragulja te da imaju uvijek na pameti poruku koju roditeljima upućuje Vasto: „Ne gledajte na dijete kao na neki dragulj, nego se potrudite da ono to postane!“

