

# Zdravje v Zasavje



interni glasnik

avgust / 2020

št. 2



Spoštovane sodelavke in sodelavci!

Vsebinski pričetek priprave druge številke našega internega glasila seže še v čas pred epidemijo Covid-a 19. Veseli in ponosni smo stopili v leto 2020, saj so rezultati bolnišnice po nekaj letih spet postali pozitivni. Lahko smo ponosni in zadovoljni s svojim delom v preteklem letu. Zaključili smo večje gradbene investicije, dosledno sledili ciljem poslovne sanacije, pospešeno vlagali v IT-infrastrukturo ter nabavili nekaj potrebne medicinske opreme. Zastavili smo temelje strateškemu razvoju bolnišnice na osmih področjih. Pripravili smo razvojni elaborat za področje žilne kirurgije.

Pa je prišel mesec marec in z njim epidemija oz. pandemija SARS-Cov-2. Precej nepripravljeni smo bili v začetku na ta dogajanja, bodisi na področju varovalne opreme bodisi na organizacijskem področju. In smo zagrizli. Formirali smo krizno komisijo, ki se je sestajala vsak dan. Njene naloge so bile številne. Skrbela je za organizacijski vidik delovanja bolnišnice v tem času ob upoštevanju vseh varnostnih in epidemioloških navodil NIJZ-ja. Njena predsednica je bila zadolžena za informiranje zaposlenih skladno s sprejetimi sklepi in precej korona novic je bilo objavljenih v tem obdobju. Prepričana sem, da so vsem koristile. Tudi AACI in ISO presojo smo v tem obdobju izvedli. On-line oz. na daljavo – kar je nekaterim zaposlenim odgovarjalo, drugim mogoče manj. V končni fazi pa šteje le to, da je bila uspešna in brez večjih neskladnosti.

Krepko smo že zajadrali v poletje zato letošnja značilnost, da istočasno pripravljamo finančni načrt in polletno poročilo istočasno, ni ravno običajna. Finančni načrt je bil izdelan v posebnih okoliščinah, prav tako polletno poročilo. Realizacija delovnega programa kaže na določen izpad, prepričana pa sem, da bo marsikakšen oddelek precejšnji del izpada nadoknadil v drugi polovici leta.

Korona virus dela zmedo na vseh področjih, vendar se človek vsemu prilagodi. Tudi v naši bolnišnici smo se nekako navadili živeti z njim. Nekaj covid pozitivnih posameznikov smo že imeli in ob tem je vse manj panike. Opaziti je več treznega reagiranja in mislim, da smo dobro pripravljani na morebitni jesenski val. Ne želimo si ga, vendar če pride, ga lahko izkoristimo za še boljšo komunikacijo med seboj in s pacienti. Za konec pa še pomembno dejstvo - vsakdo od nas se lahko okuži kjerkoli in kadarkoli. Okužba ne sme biti razlog za stigmatiziranje okuženega ali stigmatiziranje oddelka, kjer je okuženi zaposlen. Prepričana sem, da kot zaposleni v zdravstvu toliko zrelosti vendarle premoremo.

Želim vam miren in zdrav preostanek poletja.

dr. Romana Martinčič, spec. manag.  
Direktorica Bolnišnice Trbovlje

#### UREDNIŠKI ODBOR

- Romana Martinčič
- Mateja Jere Mrak
- Martina Gorjup Križaj
- Sara Švagan

*Vaše predloge, pobude, ter naročilo internega glasnika na vaš službeni elektronski naslov sprejemamo na:*

[casopis@sb-trbovlje.si](mailto:casopis@sb-trbovlje.si)

# POROČILO DELOVANJA KRIZNE KOMISIJE V ČASU EPIDEMIJE KORONAVIRUSA

Asist. Katja Kalan Uštar, Spec. Anestezije in Reanimatologije

Jooj, boste to res brali? Po vsem tem, kar sem vam že napisala? Pa saj sem vam že vse napisala sproti, ne bi se spet ponavljala. Bom pa napisala nekaj drugega, tega vam še nisem poslala. Zato najprej spreminjam naslov prispevka:

## KRIZNA KOMISIJA – DOGODKI IZ ZAKULISJA

To je pa že boljše, a ne? No, pa začnimo:

December 2019:

Koronavirus je na Kitajskem. Ahhh, to je daleč... Ampak povsem brez skrbi pa nisem bila, samo en letalski prevoz je potreben, pa ne bo več tako daleč. Potihem sem razmišljala ali imamo v KOBO vse pripravljeno. »Splošna navodila za preprečevanje širjenja vseh vrst okužb imamo, za kaj več bo pa itak NIJZ napisal natančna navodila.«

Februar 2020:

Koronavirus je že v Italiji, pri nas pa še ne. Jih je pa kar nekaj smučalo v Italiji med zimskimi počitnicami! Zdaj je pa že bližje! Gledala sem na spletno stran NIJZ, pa razen kratkih navodil na eni strani A4 formata ni bilo nič. Saj bo, ko bo resno, bodo že napisali.

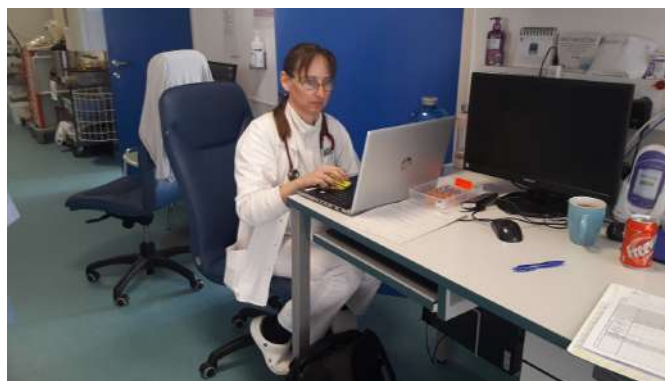
Marec 2020:

5.3.2020: »Pa ga imamo, prvi pozitiven v Sloveniji!«. Super, konec mirnega življenja. Pa smo začeli, aktivirala se je tudi naša Komisija za obvladovanje bolnišničnih okužb (KOBO). Napisali smo prva navodila, prešteli vso zaščitno opremo in ugotovili, da jo imamo občutno premalo. \*\*\* (= To je cenzura. S tremi zvezdicami bom označila besede krepkega pomena, ki jih v Zasavju pogosto uporabljamo in imajo izvor v besedišču jezikov bivše Jugoslavije. Večkrat koga pošljejo v kak spolni organ ali grdo govorijo o materah sogovornika).

Mož (= Matjaž) je že začel delati od doma, 13.3. je doma ostal tudi sin (= Jure). Šole so se zaprle. V soboto 14.3. nas je mami povabila na praznovanje svojega rojstnega dne. Ko sem jo v petek poklicala, je bila vsa vesela: »A

boš Jureta jutri pripeljala k nama?«

»Ne, mami, vidva sta rizična skupina, Jure ne sme k



vama.«

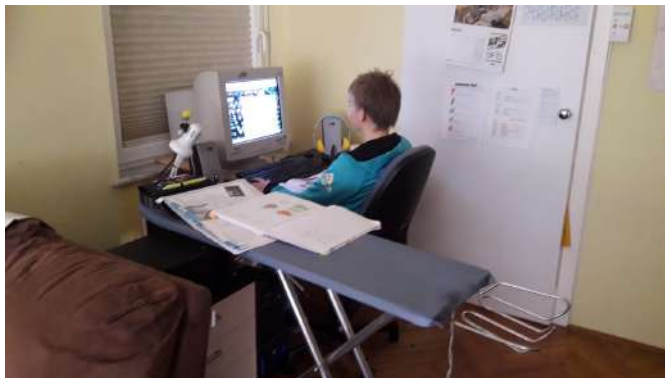
»Kaj sem jaz, rizična skupina?! Kako pa ti govoriš o nama? «

»Žal, ja. Vsi nad 65 let ste rizična skupina«

»Groza. Kam so naju z dedijem stlačili.«

Tako sta starša ostala sama v rizični skupini in sama sta pojedla ves tiramisu, ki je bil namenjen sladici po kosilu. Se mi zdi, da je bilo to zanju še najbolj rizično.

Jure in Matjaž sta se utaborila doma, v dnevni sobi je bilo kot v kontrolni sobi NASA centra v Hustonu. Vsak za svojim računalnikom s slušalkami, vsake toliko časa kdo kaj reče, skrajno resno in takrat mora biti ta drugi tiho, ker se prvi pogovarja.



A vidite, da tudi »ta širok « monitor še prav pride? Jure sicer ni bil navdušen, raje bi imel ozkega. Tudi to ni

pomagalo, ko sem mu rekla, da lahko položi gor sendvič. Miza za likanje pa je dobila povsem nov pomen. Komaj sem jo kakšno nedeljo dobila nazaj, ko se je nabral kup opranega perila za zlikat! "PRIJATELJ"

Sama pa nisem bila toliko doma. V prvi polovici marca je še normalno potekal operativni program, z Meri pa sva ostali sami od anesteziologov. Ne vem, kako so moji pacienti preživeli, ker sem imela v povprečju ves čas njihove anestezije zaseden en telefon, polovico časa pa še drugega. Vmes sem pregledovala e-pošto, ki je bila precej nujna in je nisem mogla pustiti za popoldne. In to je zgledalo približno tako:

A. Pogačnik, dr.med.: Katja, lahko prosim dvigneš operativno mizo?

Jaz: Nič, govorim v telefon, drugega držim v roki, ker sem klicatelju rekla, naj ostane na zvezi.

A. Pogačnik, dr.med. (malo glasneje): Katja, lahko dvigneš mizo?

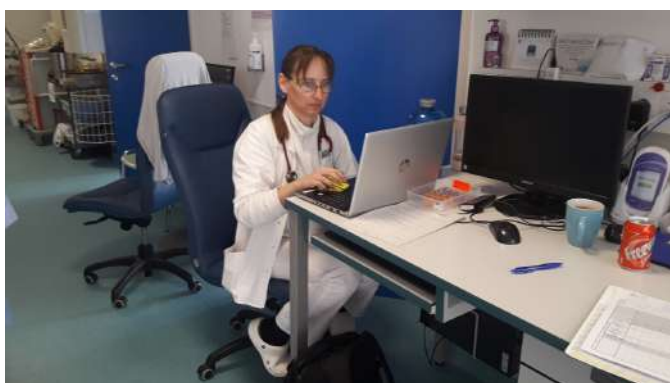
Jaz: Nič, še vedno na telefonu.

Operacijska strežnica pride in dvigne operativno mizo.

M. Keršič, dr.med.: Andrej, mail ji napiši, po moje bo prej opazila, da želiš, da dvigne mizo.

A mi verjamete, da sem bila prav vesela, ko je Ministrstvo za zdravje izdalo navodilo, da se s programskimi operacijami preneha, ker je bilo res težko skrbeti za pacienta v narkozi in zraven urediti vse, da nam Koronavirus ne bi pobegnil v bolnišnico. Pa še specializanti so se vrnili nazaj! Luka je bil čudovit pomočnik, mirno sem mu zaupala in se posvetila Korona-delu, medtem ko je on skrbel za bolnike.

Takole je izgledal moj mobilni štab:



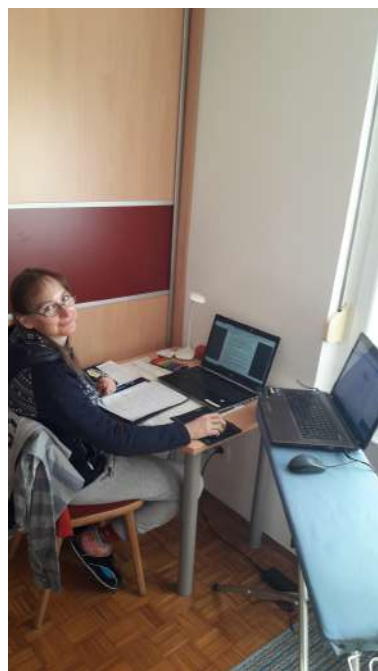
Luka je pisal terapijo za bolnike, jaz pa javljala podatke na Ministrstvo za zdravje in Civilno zaščito, pregledovala e-pošto in ordinirala po telefonu.

Vendar pa po sestanku Krizne komisije, ki je bil vsak dan ob 14.00, dela še ni bilo konec. Hitro domov, nekaj pojest, pa nazaj za računalnik. Miza v spalnici je bila moja, ko sta šla Jure in Matjaž spat, pa sem se preselila

v kuhinjo.

(Opomba: Likalna miza je ista, nimamo dveh. Tako zelo rada pa tudi ne likam!

Tako sta vsak večer nastala zapisnik krizne komisije in obvestilo za vas. Vmes še odgovori na močno povečano število e-pošte, občasno smo se pa slišali tudi po telefonu. Jure in Matjaž sta bila zadolžena za spremljanje Kacinovih tiskovnih konferenc in redno sporočanje zame pomembnih novic.



Prvi trije tedni epidemije so bili kar pestri. Najprej v službo, tam hiter načrt zdravljenja bolnikov v intenzivni enoti in pregled pacientov za nujne operacije. Med vožnjo v službo radio in poslušanje zadnjih Korona – novic. Potem e-pošta in telefoni do 14.00, ko smo se najprej zbrali na Internističnem raportu in nato še na Upravi, na sestanku Krizne komisije. Načrt za naslednji dan, nato domov. Na poti domov radio s Koronovicami in včasih še skok v trgovino. Doma kosilo, hiter pogovor z mojima fantoma in nato nazaj za računalnik, da bom šla še pred polnočjo spat (ponavadi mi ni uspelo). Spet telefoni in e-pošta. Ko misliš, da je ena stvar končana, sta se odprli dve novi. In na koncu mi je zmznil še Upravitelj opravil na računalniku. Tisti, ki te vedno reši, ko pritisneš CTRL + ALT + Delete. Še ta je odpovedal.

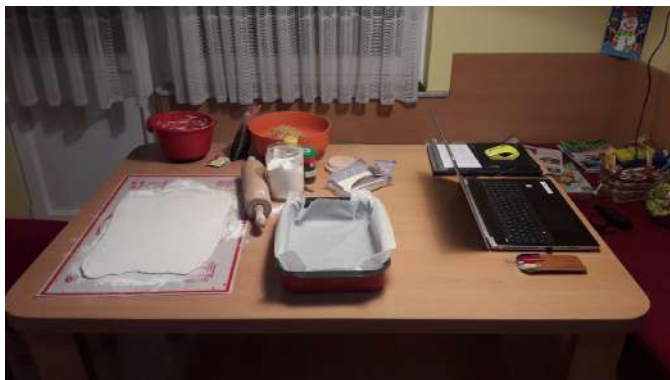
Delo in šola od doma sta potekala usklajeno, malo me je motilo, da sploh nimam časa pogledati, kaj se Jure uči in če kaj od tega zna. Ni bilo časa. Ampak dokler so bili učitelji zadovoljni in ni bilo opominov o neizpolnjevanju nalog po e-asistentu, sem bila tudi jaz zadovoljna. Matjaž je postal glavni nadzorni za šolo.

In, ko sem prišla domov, sta se organizirala tako:



»Odlično,« sem rekla, »jutri prosim, da je spredaj še tajnica in na mizi orhideja. Ker pa so bile cvetličarne zaprte, bom zadovoljna tudi s šopkom trobentic z domače trave.«

Četrty teden sem pa popoldne imela čas, da smo šli po kosilu skupaj na sprehod. To je opazil tudi naš sosed in takoj sva eno rekla. On je prostovoljni gasilec in sva že imela skupno temo. In ko pol ure ni zvonil telefon, je kuhinjska miza poleg domačega štaba dobila še eno pomembno nalogo:



April 2020:

V bolnišnici je bilo mirno, navodila so bila napisana, vse gladko teče. Zvečer sem imela prebrano vso e-pošto in spat sem šla pred polnočjo!

Konec aprila pa smo začeli ponovno izvajati ne-nujne operacije, kar je pomenilo ponovno več dela, napisati je bilo potrebno nova navodila, urediti čakalnice in se navaditi na nov, korona-režim dela.

Pa občine so se odprle! Koončno! Takoj smo s prijatelji iz Ljubljane, ki imajo enako starega sina kot Jure, naredili en dolg sprehod po robu Črnuških hribčkov, se držali meter in pol stran en od drugega in grozno uživali v druženju in sončnem toplu dnevu. Za kosilo smo naredili piknik, naša družina je naredila glavno jed,

oni pa sladico. Čudovito, Korona je zakon!

Tudi sestanki Krizne komisije so se razredčili, sploh nisem mogla verjet, da se da iz službe priti ob 16.00!

Maj 2020:

Normalno delamo in se držimo korona-prilagoditev. Po treh mesecih sem šla spet tekat in ugotovila, da imam kup mišic, za katere že dolgo nisem vedela, da jih imam. Matjaž ne dela več vsak dan od doma in Jure ima spet badminton! Pa šolo! Sam sicer ni bil tako navdušen nad ponovnim začetkom šole, on bi ordiniral kar od doma.

Junij 2020:

Kot da Korone nikoli ni bilo! V trgovinah smo brez obraznih mask, družimo se, restavracije delajo, meje so odprte. Življenje je sproščeno in brezskrbno. Počasi pripravljamo kovčke za dopust. Privoščite si ga! Zaslužili ste si ga! Ampak, prosim, s pametjo! Da ne bomo že avgusta vsi spet zaprti doma in omejeni na svojo občino. In poslušali Kacina in dr. Beovič, kako je treba kihati v komolec. Kako naj poleti kihnem v komolec, če imam kratke rokave? Ali pa majčko na trakce? Pa da nas ne bodo na Hrvaškem prestavili iz naše prikolice v skupno namestitev v izolaciji, ker bomo sumljivi na Korono. Sem prepričana, da ne bo ob morju, tudi pogleda na morje ne bo. Pa da ne bo treba podaljšati dopusta s 14-dnevno karanteno. Da me hodi policija gledat, če sem doma... ne, no!

Mi bomo tudi šli na dopust, ampak bom z vami. Na e-pošti in na telefonu. Če ne bom dvignila takoj, vas pokličem nazaj, ko bom splezala s kolesa (hribi so čudoviti, so božanski, žal, ne bom se pustila motit). Sobo z zajtrkom smo zamenjali za apartma, da bomo imeli čim manj stika z drugimi gosti v skupnih prostorih. Kuhali si bomo sami, zunaj pa jedli le, če bo to mogoče na prostem. Namesto s turističnim avtobusom se bomo vozili s kolesi ali šli peš. V travi bom ležala vsaj meter in pol od drugega turista. Po moje bo super!

Na koncu pa zahvala, ki je tudi še nisem napisala: najlepša hvala mojemu sinu Juretu, ki je razumel, da je njegova mama v času epidemije povsem neuporabna, ampak si je vzela čas, da sva se parkrat na dan pošteno prežgečkala. In najlepša hvala mojemu možu Matjažu, ki je tudi razumel, da od mene ne bo nič in je kupal čudovita kosila. Pomagal je z nasveti za preganjanje Korone in dal nekaj dobrih predlogov. In je razumel, da je žena zaspala kot klada, kadar je imela pol ure časa.

Ostanite zdravi, spočijte se in se tipkamo!

# AACI in ISO presoja v Splošni bolnišnici Trbovlje

Aljaž Kamnikar, dipl. ZN

Dne 11. in 12. maja 2020 je v Splošni bolnišnici Trbovlje potekala akreditacijska presoja po mednarodnem standardu za zdravstvene organizacije AACI (American Accreditation Commission International). Istočasno pa je potekala tudi presoja skladnosti s standardom ISO 9001:2015.

Zaradi epidemije koronavirusa bil najprej prestavljen datum, kasneje pa je presoja potekala tudi na spremenjen način. Presojo so izvedli zunanji presojevalci standarda AACI in ISO preko spleta oz. preko video konference.

Za začetek presoje so pregledali dokazila (zapise, postopke in ukrepe) o odpravi neskladij presoje iz preteklega leta. Vsa pretekla neskladja so bila odpravljena, zato so jih presojevalci zaprli. "JE"

Področja, ki so jih presojali na tokratni presoji, so bila: vodstvo, pregled izrabe zmogljivosti, nabava in pogodbene storitve, sistem vodenja kakovosti, obvladovanje tveganj, medicinsko osebje in osebje ZN. Presojevalci so opravili razgovor z osebjem urgentnega centra, kirurgije, anestezije, fizioterapije, laboratorija, sterilizacije, lekarne in radiologije. Presojevalec fizičnega okolja je opravil presojo infrastrukture, programa varovanja življenj in požarne varnosti, program opravljanja z medicinsko opremo in program opravljanja z nevarnimi snovmi. Za konec pa so se vsi presojevalci skupaj pogovorili s predstavnicama KOBO. V skladu z načrtom presoje so se za razliko od preteklih let, ko so presojevalci obiskali oddelke in službe, tokrat sogovorniki pridružili presojevalcem na video

konferenci. Tako so se presojevalci seznanili s procesi v bolnišnici ter opravili razgovore z zaposlenimi.

Ob zaključku dneva nam je vsak presojevalec ustno poročal o svojih ugotovitvah. Deset dni po končani presoji smo prejeli še končno poročilo. Presojevalci so ugotovili 20 manjših neskladij, za odpravo katerih imamo časa do naslednje presoje v prihodnjem letu.

Na podlagi opravljene presoje in načrta za odpravo letih, katerega smo pripravili v bolnišnici in so ga potrdili tudi presojevalci, smo prejeli certifikat ISO 9001:2015 za področje specialistično bolnišnično in specialistično ambulantno dejavnost na sekundarni ravni, z veljavnostjo od 19.6.2020 do 18.6.2023 in AACI certifikat z enako veljavnostjo, to je do 18.6.2023. Za vzdrževanje AACI akreditacije se mora v bolnišnici vsako leto izvajati letna presoja za oceno izpolnjevanja pogojev za AACI akreditacijo.

Če povzamemo, je bila presoja uspešno opravljena, zato se zahvaljujemo prav vsem, ki ste bili vključeni v aktivnosti v zvezi z njo.



## CERTIFIKAT SISTEMA VODENJA

potrjuje da je:

**Splošna bolnišnica Trbovlje**

Rudarska cesta 9, 1420 Trbovlje, Slovenia

skladen s standardom kakovosti:

**ISO 9001:2015**

Certifikat je veljaven za naslednje področje:

Specialistično bolnišnična in specialistično ambulantna dejavnost na sekundarni ravni.



Datum izdaje: 19.06.2020.  
Številka certifikata: CB2-2020-MSC-SI-SA  
Veljaven do: 18.06.2023.

*Janez Dvornik*  
Janez Dvornik  
Predstavnik uprave

Notodpisovanje pogojem, dobljenih v sponzorstvu o certifikaciji, lahko povzroči neveljavnost tega potrdila.  
AACI d.o.o., Maxirn trg 24, 1000 Ljubljana, Slovenija



## ACCREDITATION CERTIFICATE



This is to certify that:

**Splošna bolnišnica Trbovlje**

Rudarska cesta 9, 1420 Trbovlje, Slovenia

complies with the requirements of the:

**International Accreditation Standards  
for Healthcare Organizations**

This certificate of accreditation is hereby bestowed upon the above named healthcare organization for having demonstrated compliance with the international accreditation standards for excellence and patient safety of the AACI.



Date of Accreditation: 19.06.2020.  
Certificate No.: CB2-2017-ACC-SI-HEEA  
Valid until: 18.06.2023.

*John D. Bell III*  
John Bell, M.D.  
President

Lack of fulfillment of conditions as set out in the accreditation agreement may render this Certificate invalid.  
AACI America LLC, Hendersonville, NC, USA, www.aacihealthcare.com



foto SBT

# INTERVJU

## MOJ POGLED/SPOMIN NA ... malo drugače

Martina Gorjup Križaj, dipl. org. - men.

**Tomaž Ključevšek, dr. med.**

**Z**a tokratni intervju sem izbrala »žrtev«, ki je zanimiva oseba in strokovnjak, ki sodeluje z našo bolnišnico že desetletja.

Primarij Tomaž Ključevšek, dr.med., interventni radiolog, bivši predstojnik oddelka za interventno radiologijo, po preteku funkcije pa ostaja največja strokovna avtoriteta tega oddelka. Njegove veščine je že marsikdo od nas izkusil na svoji koži. Zaveden Zagorjan, živeč sicer v Ljubljani, pa vedno znova vračajoč se v Zasavje in v SB Trbovlje.

Ves čas aktivno deluje v Enoti za žilne pristope ter je tudi ključni akter v delovanju žilne medicine, saj izvede večino znotrajžilnih posegov za bolnike angiološke ambulante in je redni član radiološko-angiološko-kirurškega konzilija v SBT.

Najino poznanstvo sega v čase, ko sem bila še kot zdravstvena administratorka na RTG oddelku.

V tistih časih (>25 let nazaj...) je bil RTG oddelek popolnoma drugače prostorsko urejen, prav tako so zdravniki RTG izvide narekovali še na kasete ali pa so jih diktirali v živo. Izvidna soba je bila del sedanje čakalnice za CT. Ob njej je bila še ena mala izbica, pregrajena z »leseno« steno, za njo pa pisalna miza, negatoskop in mizica za kavico večkrat dnevno, primerna za malico in s praviloma vedno polnim pepelnikom... Hja, včasih je bilo... no, tako!

Skratka, kadar je Tomaž Ključevšek, še kot mlad specialist radiologije popoldan prišel iz Ljubljane v SBT na odčitavanje RTG slik, me je vselej poklical in sva v živo pisala RTG izvide. To je bila vedno zanimiva, celo duhovita izkušnja. Med pisanjem izvidov mi je bil vedno

pripravljen razlagati strokovne besede, me celo učiti osnov radiologije, kazati frakturne poke... skratka, bil je izvrsten sodelavec. Izvidi so bili sprva zelo dolgi, s starostjo so postajali vse krajši (mati Narava poskrbi za to...), a jih je bilo vseeno nemogoče napisati zjutraj med vpisovanjem pacientov ali vmes med pisanjem preostalih izvidov.

V kolikor bi Tomaž ne bil radiolog, bi mu svetovala, da se zaposli kot speaker (100% zasenči celo slavnega govornca Kacina!). Njegov glas in način diktiranja izvidov sta jasna, je glasen, razumljiv, šarmanten, globoko moški... Užitek je pisati po takšnih narekih (dokler se še učiš, potem prestaviš v 7 prestavo...).

Vseskozi sem imela občutek, da je neškodljiv medvedek, vedno dobre volje, prepričana sem bila, da ga ni mogoče spraviti v slabo voljo, dokler nekoč nisem bila priča telefonskemu pogovoru..... "DUŠA"

Kaj naj rečem? Prvič sem doživela, kako se neškodljiv medvedek spremeni v napadalnega grizlija z renčanjem, ki bi mu ga zavidal celo lev. Vsa moja jezikavost in prešernost sta izginili v trenutku, na stolu sem obsedela trda in ravna, samo prsti so divje tolkli po pisalnem stroju. Še lep čas po končanem njegovem telefonskem pogovoru si ga nisem upala pogledati, bog ne daj, še kaj vprašati!

Tekom let se je iz mladega radiologa razvil eden najbolj priznanih interventnih radiologov v bivši Jugi, ki je s svojo zagorsko trmo in izjemnim znanjem že od leta 1998 sodeloval z Enoto za žilne pristope. Kot interventni radiolog opravlja angiografije, znotrajžilna



zdravljenja (PTA, DCB, stentiranje, vstavljanje stent graftov) v arterijskem in venskem sistemu. Opravlja tudi znotrajžilno zdravljenje krvavitev s pomočjo coil-ov ali žilnih opornic, kot edini v Sloveniji obvlada zapiranje pljučnih AV malformacij. Poleg žilne interventne radiologije pa obvlada in redno izvaja tudi drenaže abscesov, nefrostome, TIPS-e pri bolnikih z DEJC, zunanje in notranje biliarne drenaže ipd. Kot eden redkih interventnih radiologov izvaja te posege tudi pri dojenčkih in malih otrocih (brrr...).

Glede na strokovno rast naše bolnišnice in širjenja novih področij dela, je sodelovanje oseb s sposobnostmi, kot jih jima moja tokratna »žrtev« intervjuja, izjemnega pomena, saj novi programi in

nova znanja pomenijo tudi zaposlitve in ohranitev bolnišnice. Še več, po vseh teh letih tudi njemu strokovno sodelovanje s SB Trbovlje pomeni izziv, ki ga strokovno izpopolnjuje.

Tudi ljubki medvedki se zmorejo preleviti v velike in močne grizlije, a pri njemu smo doživeli tudi obratno pot.

# PREDSTAVLJA SE

## ODDELEK ZA FIZIKALNO REHABILITACIJO

Darja Pintarič, dipl. fiziot.

Namen fizioterapije je razvijati, vzdrževati in ponovno vzpostaviti optimalno gibanje in funkcijske sposobnosti pri posameznikih in celotnemu prebivalstvu v vseh življenjskih obdobjih. Fizioterapija izvaja manualne in fizikalne postopke, pri katerih sta gibanje in funkcijska sposobnost posameznika obravnavana glede na okoliščine, kot so: staranje, poškodbe, bolezni, okvare, zdravstveno stanje ali okoljski dejavniki.



Funkcijsko gibanje je bistvo pomena biti zdrav.

Začetki fizioterapije v Trbovljah segajo v leto 1949, ko je ministrstvo za zdravstvo poslalo prvo fizioterapevko v Zdravstveni dom Trbovlje.

*foto SBT*

Opravljalna je fizioterapevska dela v zdravstvenem domu in splošni bolnišnici za potrebe pacientov vseh zasavskih občin. Šele po letu 1982 se je organizirala tudi lokalna ambulantna fizioterapija v Hrastniku, Zagorju in Litiji (Simončič, 1986). Sledilo je obdobje, ko so se vzporedno z razvojem medicine hitro razvijale nove fizioterapevske metode. Obseg dela se je z leti večal in nastopile so potrebe po novih zaposlitvah. Hkrati se je fizioterapevska dejavnost tudi prostorsko in aparaturno razvijala.

Oddelek za fizikalno rehabilitacijo v naši bolnišnici izvaja storitve na primarnem in sekundarnem nivoju, podobno kot večina oddelkov za fizioterapijo v slovenskih splošnih bolnišnicah. Delo na oddelku je torej razdeljeno na bolnišnično in ambulantno dejavnost. Trenutno je na oddelku zaposlenih 9

diplomiranih fizioterapevtov.

Bolnišnična fizioterapevska dejavnost se izvaja na oddelkih za akutno in neakutno bolnišnično obravnavo.

Na bolnišničnih oddelkih za akutno obravnavo se izvaja: aktivna in pasivna aktivacija bolnikov, zgodnja rehabilitacija poškodovanih ali bolnih, respiratorna fizioterapija, edukacija pacientov za nadaljnje delo doma in po potrebi druge fizioterapevske storitve.

Na oddelku za neakutno bolnišnično obravnavo se fizioterapija izvaja pri bolnikih, ki po zaključeni diagnostiki in zastavljenem zdravljenju potrebujejo



nadaljnjo rehabilitacijo, za izboljšanje ali ohranjanje funkcionalnih sposobnosti, ki so potrebne za življenje v domačem okolju ali kot priprava na vključitev v rehabilitacijske programe.

*foto SBT*

V ambulanto prihajajo bolniki z akutnimi in kroničnimi bolečinskimi stanji. Pacientom so na voljo tudi samoplačniške storitve.

Najpogostejše indikacije napotitve pacientov v fizioterapevsko ambulanto so:

- stanje po poškodbah skeleta in mehkih tkiv
- stanja po prometnih nesrečah (poškodbe vratne

hrbtenice)

- akutne bolečine predelov hrbtenice in ramenskega obroča
- kronične bolečine (bolečina vratne in ledvene hrbtenice)
- bolečine, ki so posledica degenerativnih sprememb
- nekatere vrste vrtoglavice in glavobola
- stanja po ortopedskih operacijah na skeletu ali mehkih tkivih

Fizioterapevti pri svojem delu poleg znanja o gibanju (kineziologija) in različnih metodah manualne terapije uporabljamo tudi različne učinke fizikalne energije (toplotno, zvočno, svetlobno, magnetno, električno in mehansko) za diagnostične in terapevtske namene. V naši bolnišnici se lahko pohvalimo z aparaturno dobro opremljeno ambulanto. Našim pacientom lahko kot podporno terapijo pri rehabilitaciji nudimo:

- različne oblike protibolečinskih tokov (TENS, diadinamični tokovi, interferenčni tokovi)
- stimulacija za krepitev mišic (uporaba tokov za krepitev oslabeledih, atrofiranih mišic, obravnava denervirane mišice in upočasnitev njenega propadanja, korekcija funkcionalnih gibov)
- biofeedback stimulacija z EMG merjenjem mišične aktivnosti (omogoča lažje učenje maksimalne kontrakcije in popolne sprostitve mišice)
- terapija z ultrazvokom
- magnetoterapija
- laserska terapija MLS
- aparaturna presoterapija spodnjih okončin
- različne oblike termoterapije (kratkovalovna terapija, obsevanje z infrardečo svetlobo, termopak)
- mehanske trakcije vratne in ledvene hrbtenice
- aparaturno kontinuirano pasivno razgibavanje spodnje in zgornje okončine (uporablja se predvsem pri pacientih po operacijah mehkih tkiv, ko je aktivno gibanje prepovedano)
- nameščanje kineziotape trakov

Kot temeljno terapijo pa pri pacientih izvajamo individualne vaje, sklepno mobilizacijo, manualno obravnavo miofascialnih prožilnih točk in ročno limfno drenažo. V telovadnici poteka štiri krat tedensko skupinska vadba za različne indikacije."V"

V ambulanto prihajajo pacienti napoteni iz ZD Trbovlje, precejšen pa je tudi delež pacientov iz drugih zavodov, predvsem iz sosednjih občin. V letu 2019 je bil delež letih 37%. V letu 2019 smo obravnavali 1747 pacientov z

malo, srednjo ali veliko fizioterapevtsko obravnavo, kar pomeni šest fizioterapevtskih timov. Pacienti na eno obravnavo povprečno opravijo osem obiskov. Poleg tega je fizioterapevtka s specialnimi znanji opravila 560 specialnih fizioterapevtskih obravnav ročne limfne drenaže. Ta je namenjena pacientom s primarnim ali sekundarnim limfedemom, največkrat se izvaja pri ženskah po karcinomu dojke.

Na oddelku se trudimo z razpoložljivim številom kadra delo organizirati tako, da s strokovno kakovostno obravnavo zagotovimo uspešne rezultate zdravljenja. V kolektivu je prisotna pozitivna energija, ki jo ustvarja želja vsakega zaposlenega fizioterapevta po dobro opravljenem delu, zadovoljnih pacientih in dobrem, korektnem odnosu do sodelavcev ter ostalega zdravstvenega in nezdravstvenega tima.



foto SBT

# PRIHODI IN ODHODI

---

## December 2019

**PRIHODI**      3

1      ZDRAVNIK SPECIALIZANT  
1      LABORATORIJSKI TEHNIK  
1      ČISTILKA

**ODHODI**      4

1      UPOKOJITEV - ZDRAVNIK SPECIALIST  
1      UPOKOJITEV - MEDICINSKA SESTRA  
1      UPOKOJITEV VZDRŽEVALEC  
1      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA

## Januar 2020

**PRIHODI**      10

2      ZDRAVNIK SEKUNDARIJ  
4      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA  
2      SREDNJA MEDICINSKA SESTRA  
2      ZDRAVSTVENI ADMINISTRATOR

**ODHODI**      6

1      ZDRAVNIK SEKUNDARIJ  
2      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA  
2      SREDNJA MEDICINSKA SESTRA  
1      SREDNJA MEDICINSKA SESTRA-PRIPRAVNIK

## Februar 2020

**PRIHODI**      5

1      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA  
1      DIPLOMIRANA BABICA  
1      SREDNJA MEDICINSKA SESTRA  
1      ČISTILKA

**ODHODI**      3

1      ZDRAVNIK SEKUNDARIJ  
1      UPOKOJITEV-SREDNJA MEDICINSKA SESTRA  
1      SREDNJA MEDICINSKA SESTRA-PRIPRAVNIK

## Marec 2020

**PRIHODI**      3

1      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA  
1      EKONOMSKI REFERENT  
1      FINANČNO RAČUNOVODSKI DELAVEC

**ODHODI**      5

1      ZDRAVNIK SPECIALIZANT  
1      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA  
1      SREDNJA MEDICINSKA SESTRA-PRIPRAVNIK  
1      KUHAR  
1      ZDRAVNIK SPECIALIST

## April 2020

**PRIHODI**      5

1      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA  
2      SREDNJA MEDICINSKA SESTRA-PRIPRAVNIK  
1      ZDRAVNIK SEKUNDARIJ  
1      SREDNJA MEDICINSKA SESTRA

**ODHODI**      2

1      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA  
1      FARMACEVT

## Maj 2020

**PRIHODI**      6

1      DIPLOMIRANA BABICA  
4      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA  
1      ZDRAVNIK SPECIALIST

**ODHODI**      6

3      ZDRAVNIK SEKUNDARIJ  
1      DIPLOMIRANA MEDICINSKA SESTRA  
1      DIPLOMIRANA BABICA  
1      RADIOLOŠKI INŽENIR-PRIPRAVNIK

# POSODOBLJENA NAVODILA ZA POSREDOVANJE ZDRAVSTVENE DOKUMENTACIJE

Mateja Jere Mrak, dipl. upr. org.  
Gašper Gošnjak, univ. dipl. prav.

**Z** 12.6.2020 so v Splošni bolnišnici Trbovlje pričela veljati nova Navodila za posredovanje zdravstvene dokumentacije. V članku želim povzeti spremembe ki jih ta navodila prinašajo, saj gre za večje organizacijske spremembe, s katerimi smo poenostavili dostop pacientov oz. njihovih pooblaščenecv ter drugih upravičenih oseb do vpogleda in/ali fotokopij obstoječe zdravstvene dokumentacije. Navodila za posredovanje zdravstvene dokumentacije se hranijo v vseh zdravstvenih administracijah posameznih oddelkov, posredovana so bila tudi predstojnikom/vodjem oddelkov, dostopna pa so tudi na intranetu bolnišnice.

Navodila imajo priložene tri obrazce:

- obrazec 1: zahteva za vpogled oz. izdajo zdravstvene dokumentacije«
- obrazec 2: predaja zdravstvene dokumentacije zaradi nadaljevanja zdravljenja
- obrazec 3: pooblastilo za prenos kartoteke

## Obrazec 1: ZAHTEVA ZA VPOGLED OZ. IZDAJO ZDRAVSTVENE DOKUMENTACIJE

vloži pacient, njegova pooblaščenca oseba ali druga oseba, ki ima po zakonu pravico do seznanitve z zdravstveno dokumentacijo – v nadaljevanju pacient. Za zahteve s strani uradnih oseb v kazenskih, pravnih in nepravdnih zadevah se ta navodila ne uporabljajo, zanje še vedno veljajo obstoječa Navodila odgovornim osebam v bolnišnici v primeru podanega zahtevka za zaseg, vpogled ali prepis (fotokopiranje) medicinske dokumentacije pacienta s strani uradnih oseb.

Največja sprememba je pri izdajanju KOPIJ ZDRAVSTVENE DOKUMENTACIJE, saj se zahtevka ne naslavlja več na predstojnika oz. vodjo oddelka, ampak se optično branje (scan) Obrazca 1 pošlje direktno na zdravstveno administracijo oddelka (pri oddelkih, kjer ni zdravstvenega administratorja pa odgovorni osebi, pristojni za izdajo fotokopij zdravstvene

administracije). Na ta način smo zelo pohitrili in poenostavili postopek. Odgovorna oseba lahko sedaj sama obravnava pisni zahtevek ali pa kopije izda neposredno pacientu.

**NEPOSREDNA IZDAJA KOPIJ ZDRAVSTVENE DOKUMENTACIJE:** odgovorna oseba lahko takoj izda fotokopijo prosilcu, ki se izkaže z osebnim dokumentom. V kolikor zdravstveno dokumentacijo zaprosi pooblaščenec ali druga uradna oseba predlagamo, da ga najprej napotite na upravo k osebi za zdravstveno dokumentacijo. Oseba, ki se izkaže z osebnim dokumentom mora izpolniti Obrazec 1, nanj pa mora odgovorna oseba izpisati svoje podatke in podatke o izdanih fotokopijah. Preverjanje upravičenosti pooblaščenca se ugotavlja enako kot do sedaj (obrazec v zdravstveni dokumentaciji), v primeru kakršnega koli dvoma oz. nejasnosti mora odgovorna oseba prosilca napotiti na upravo k osebi za zdravstveno dokumentacijo."DVEH"

**IZDAJA KOPIJ NA PODLAGI PISNE ZAHTEVE,** ki prispe na e-naslov bolnišnice ali po pošti: zahtevek najprej obravnava oseba za zdravstveno dokumentacijo na upravi bolnišnice, ki izpolnjen Obrazec 1 pošlje neposredno odgovorni osebi po e-pošti. Odgovorna oseba obrazec natisne, izpolni, priloži željeno zdravstveno dokumentacijo in vse skupaj po interni pošti vrne na upravo ali pa na upravo pošlje skenirane dokumente. V primeru zahtevka po pooblastilu odgovorne osebe preverijo ali je v zdravstveni dokumentaciji prosilec naveden kot oseba, ki se ji lahko podajajo zdravstveni podatki. V kolikor je pooblastilo priloženo njegovo verodostojnost preverja oseba za zdravstveno dokumentacijo. V primeru kakršnega koli dvoma oz. nejasnosti mora odgovorna oseba dokumentaciji predložiti fotokopijo obrazca, kjer je navedena oseba, kateri se lahko dajejo informacije o zdravstvenem stanju pacienta (običajno v privolitvenem obrazcu).

Odgovorne osebe ne smejo zdravstvene dokumentacije pošiljati (ali po e-pošti ali po navadni pošti) direktno pacientu, ampak so zahtevo (če jo prejmejo direktno) dolžne posredovati upravi, lahko pa na upravo posredujejo zahtevo in ji že priložijo željeno dokumentacijo ter tako skrajšajo postopek (v primeru, da zahteva ni na Obrazcu 1 le-tega izpišejo in izpolnijo). Odgovorna oseba zahtev po potrebi posreduje drugi odgovorni osebi v kolikor ugotovi, da se zahtev ne nanaša na imenovani oddelek/ambulanto.

Evidenca vseh zahtev za vpogled oz. izdajo zdravstvene dokumentacije (Obrazec 1) se vodi na upravi, zato je potrebno vse obrazce posredovati oz. vrniti na upravo, lahko tudi skenirano. Po lastni presoji lahko oddelki vodijo tudi svoje evidence.

Osebi za zdravstveno dokumentacijo na upravi bolnišnice sta Mateja Jere Mrak in Gašper Gošnjak.

Navodila urejajo tudi posredovanje dokumentacije v primeru nadaljnjega zdravljenja v drugi zdravstveni ustanovi in posredovanje zdravstvene kartoteke drugemu zdravstvenemu zavodu na prošnjo pacienta.

Protokoli se v teh dveh primerih posredovanja dokumentacije niso spremenili; dodani so bili le obrazci in varovala, katerih namen je nadzor nad sledenjem posredovane dokumentacije (kar nam nalaga GDPR). V skladu z zakonodajo, ki ureja varstvo osebnih podatkov, smo dolžni zagotavljati sledljivost posredovanja zdravstvene dokumentacije, zato je potrebno vedeti kdaj, komu in katero zdravstveno dokumentacijo smo poslali. V ta namen se uporabljajo priloženi obrazci, iz katerih je pozneje razvidna sled, kam je bila zdravstvena dokumentacija poslana.

# PREVENTIVNA TRIAŽA

Urška Zagožan Šutar, TNZ, dipl.m.s.

Ob spremljanju epidemiološke slike in ob naraščanju števila okužb s koronavirusom, smo se dne 10. 3. 2020 na sestanku krizne komisije odločili, da z naslednjim dnevom uvedemo preventivno triažo in s tem tudi zapremo vhode v Splošno bolnišnico Trbovlje.

Začasno smo uredili predprostor pri glavnem vhodu v urgentni center. Zaradi prostorske stiske in križanja poti (vhod/izhod), smo dne 13.03.2020 postavili šotor zraven urgentnega centra. Pri izvajanju preventivne triaže smo se in se še vedno vsakodnevno srečujemo z različnimi težavami, kot so pomanjkanje osebne varovalne opreme, težave zaradi nizke ali visoke temperature ozračja, npr. nedelovanje termometrov, ki so namenjeni za uporabo pri sobni temperaturi. Zaradi nevdržnih pogojev dela v šotoru (vročina, kljub hlajenju z ventilatorjem) smo dne 13.07.2020 preventivno triažo preselili v predprostor stranskega vhoda v urgentni center. Dne 27.7.2020 smo od Ministrstva za zdravje prejeli mobilni zabojnik, ki nam bo omogočal izvajanje preventivne triaže skozi celo leto."TELESIH"

Postopek triaže: dan pred obravnavo medicinska sestra vsakega obiskovalca in njihovega spremljevalca pokliče in »prvo« triažo opravi že po telefonu.

Na dan obravnave nato medicinska sestra na preventivni triaži vsakemu obiskovalcu in spremljevalcu izmeri telesno temperaturo, ga povpraša po znakih in simptomih ter osnovnih epidemioloških podatkih (potovanja, stiki s pozitivnimi bolniki).

Preventivna triaža poteka vsak dan od 6. do 20. ure. Dnevno je potrebno zagotoviti tri medicinske sestre, ki preventivno triažo izvajajo, zato se srečujemo tudi s pomanjkanjem kadra. Trenutno od ponedeljka do petka vsakodnevno vstopi v Splošno bolnišnico Trbovlje od 400 do 450 obiskovalcev. Če se pri obiskovalcu pojavi karkoli sumljivega, kar bi nakazovalo na okužbo z virusom SARS – CoV-2, se medicinska sestra na preventivni triaži posvetuje z odgovornimi osebami Službe za preprečevanje in obvladovanje bolnišničnih okužb. Če obiskovalec ni življenjsko ogrožen, ga napotimo domov, od koder pokliče svojega osebnega

zdravnika in upošteva njegova navodila.

Z delom preventivne triaže smo uspešno preprečili vnos koronavirusa v našo ustanovo, saj le če uspemo obdržati virus zunaj ustanove, lahko nemoteno opravljamo dejavnosti in izpolnjujemo naše poslanstvo, zato, zato upamo, da bomo tudi v prihodnje ohranjali enako stopnjo uspešnosti in učinkovitosti. Seveda pa se za uspešno preprečevanje vnosa moramo zahvaliti tudi vsem zaposlenim v SBT, ki se spoštujejo vse preventivne ukrepe.



foto SBT

Zavedamo se, da je sam postopek triaže za obiskovalce neprijeten, zato se vsem pacientom in obiskovalcem bolnišnice zahvaljujemo za strpnost in razumevanje, ki nam ga izkažete ob vseh postopkih, ki jih za vašo in našo varnost izvajamo v sklopu preventivne triaže.

"(ARISTOTEL)"



# ZAHVALE

---

besedilo ni lektorirano

*Zahvaljujem se vsem medicinskim sestram in zdravnikom ki so trudili in skrbeli zame.  
Še enkrat hvala.*

M.M.

---

*Moje mnenje vsega osebja s katerim sem se že srečevala v vaši Bolnišnici so zelo pohvalne. Moram povedati, da tako kot pri vas obravnavate paciente, bodisi na pregledih ali pa kot v bolnišnični oskrbi. Namreč imam veliko izkušenj iz raznih Bolnic, vendar nikjer niso tako ustrezljivi kot pri vas. Tudi medicinsko oziroma ostalo vaše osebje vse od čistilk in telefonistov so zelo osebni, vsak ki gre mimo tebe bodisi po hodniku ali v čakalnici te vljudno pozdravi, kar tega ne doživiš nikjer, drugje dobiš osebni pozdrav ko te sprejme sestra in določen zdravnik, ki ga obiščeš. Vsa pohvala vsem in ostanite še naprej tako človeški, kot da smo vsi ena družina.*

M.F.

---

*Najlepša zahvala osebju intenzivne nege za skrb in intenzivne nege za skrb in podporo v času mojega zdravljenja, kakor tudi kompletnemu osebju bolnišnice Trbovlje, kateri ste me spremljali od sprejema do odpusta iz bolnišnice. Vsem se zahvaljujem za požrtvovalnost in skrb za bolnika. Zahvaljujem se v imenu vseh, ki smo imeli to čast, da smo lahko izbrali bolnišnico Trbovlje. Vsem želim še naprej uspešno delo, z željo da bi bili manj obremenjeni, in da bi še naprej opravljali svoje delo s takšnim veseljem in elanom, kot ga sedaj. Srečno, zdravo in uspešno Novo leto in hvala vam za vse!*

M.G.

---

*Spoštovani,*

*8.1.2020 sem bila po predhodnem naročilu pacienta v travmatološki ambulanti pri dr. Marku Riflu. Že sam kontakt pri informativnem oknu je bil prijazen, kot tudi celotno osebje od uslužbenk v mavčarni, v RTG-ju in medicinske sestre Alenke R. Strokovno, prijazno, spoštljivo. V dokajšnji »nemoči« in odvisnosti je prijetno slišati vzpodbudne besede, pomoč in nasvete vseh strokovnih delavcev, še posebej pa zdravnika in medicinske sestre. Čakalni čas je bil ustrezen, storitve pričakovane in odnos do pacienta vljuden. Hvala.*

A.A.

---

*Želim se zahvaliti za dober odnos do bolnika s strani bolniškega osebja.*

*L.P.*

*M.O.*


---

*Spoštovani,*

*v svojem in v imenu mame O. B., ki je bila danes v popoldanskem času v vašem urgentnem centru, bi se rada zahvalila celotnemu timu za izjemno obravnavo, ki je bila mama deležna. Bila je ganjena nad požrtvovalnim, strokovnim in sočutnim ravnanjem osebja. Vašo urgenco je sicer že večkrat obiskala zaradi visokega pritiska in vedno je bila zadovoljna z obravnavo. Kakor tudi z vsemi ostalimi zdravstvenimi storitvami v zdravstvenem domu in bolnici.*

*Hvala še enkrat in lepo pozdravljeni,*

*S. B.*



Krizna komisija SB Trbovlje razpisuje:

## **NATEČAJ DOBRIH IDEJ**

**Kako iz domačih materialov narediti varno zaščitno opremo**

### **Kako sodelujemo:**

Ideja je lahko vaša ali kje videna – ni pomembno, samo da je uporabna

---

**Krizna komisija bo po koncu epidemije podelila 3 nagrade:**

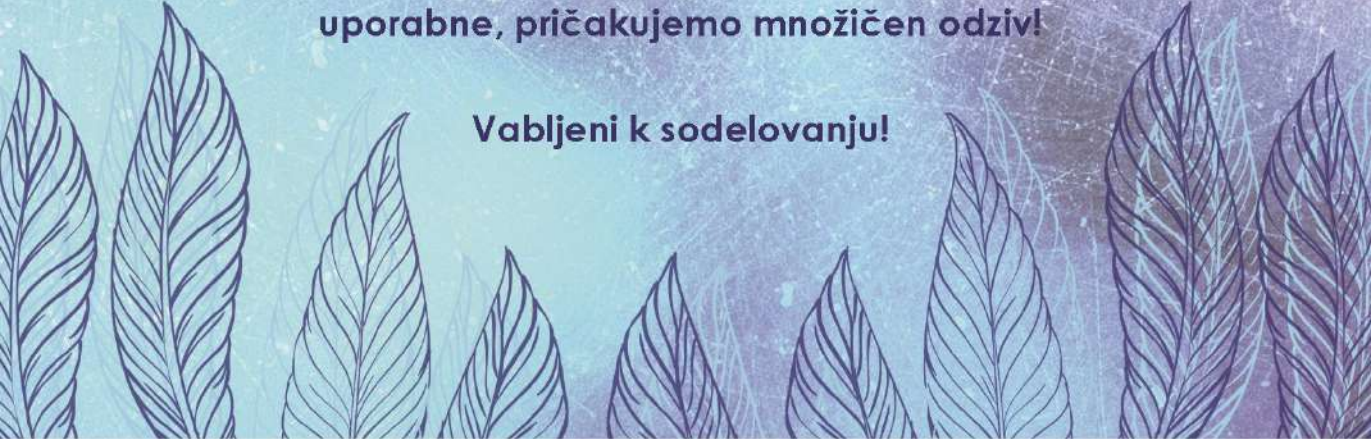
- 1. nagrada: Tri kirurške obrazne maske IIR v trajno last in osebni prikaz pravilne tehnike razkuževanja rok
  - 2. in 3. nagrada: Ena kirurška obrazna maska IIR v trajno last
- 

**To pa še ni vse: Nagrajeni boste vsi sodelujoči!**

Prejeli boste brezplačen nadzor pogostosti in tehnike razkuževanja rok! Člani KOBO se bomo potrudili, da boste nagrado prejeli doživljenjsko! Mesečna renta zagotovljena!

**Glede na to, da so nagrade v današnjem času zelo cenjene in uporabne, pričakujemo množičen odziv!**

**Vabljeni k sodelovanju!**



# DOBITNIKI NAGRAD ZA NATEČAJ IDEJ ZA DOMAČO IZDELAVO OVO V ČASU KORONA EPIDEMIJE

*Dobitniki nagrad so:*

*1. nagrada: Marija Renko, izdelek: vizir za oči, ki ga je naredila Nataša Leskovšek. Zakaj: Bila je ena prvih z idejo o izdelavi vizirja, ideja je bila uporabna, doživela je več ponovitev, podobne izdelke so kasneje naredili še drugi sodelavci*

*2. nagrada: Dva izdelka:*

- vsi, ki ste predlagali še druge modele vizirjev za oči*
  - vsi, ki ste predlagali izdelavo različnih obraznih mask*
- To sta bila izdelka, ki sta dobila največ predlogov.*

*3. nagrada: Vsi ostali predlogi. Vsak posebej je bil pomemben in je prispeval k obrambi pred širjenjem Koronavirusa.*

*Nagrado lahko vsi prevzamejo v Lekarni ob naročilu materiala (obrazne maske), osebni prikaz pravilne tehnike razkuževanja rok pa pridem naredit osebno, po dogovoru! :-)*

*Tako smo v bistvu nagradili vse, ki so se potrudili in poslali predloge.*

*Se strinjate?*

*LP Katja*

# RAZVEDRILO

---

## **Zaščitna maska**

*Prodaj zaščitno masko, belo z gumico. Maska je vrhunska, med epidemijo smo jo nosili trije, pa noben se ni okužil!*

## **Top Shop**

*Leto 2020 je isto kot reklama za Top Shop: "Počakajte, to pa še ni vse"...*

## **Morje**

*Mene zanima, a bodo tudi morje razkuževali za vsakim turistom?*

## **Spodnjice**

*Priporočilo dneva: Spodnjice niso obvezne, so pa priporočljive. Vaš NIJZ*

## **Boni za smučanje**

*Kaj, če jeseni butne drugi val, pol bomo dobili bone za smučanje?!*

## **Skandinavci**

*Finally the terrible 2m distance is over. Now Scandinavians can go back to the usual 5m distance. (Prevod: Končno ni več obvezna grozna razdalja 2 m. Skandinavci se lahko sedaj vrnejo na običajno razdaljo 5 m.)*

## **Kacin**

*Če prav razumem Kacina "Brez maske nikamor več, ali je v torbi, ali v vrečki, ali v žepu, suknjiču" mask zdaj ne nosimo več na obrazu ampak v žepih... Tudi prav. Kakor rečejo.*

## **Maska**

*Maska je isto kot kondom. Ni nujno, da ga imaš, je pa priporočljivo.*

## **Poročila**

*MASKO, gospod, MASKO! Pa saj ni več obvezna. Seveda je, kaj niste poslušali poročil ob 13h? Ne, jaz sem poslušal tista ob 14h!*

## **Havaji**

*Letos bo prvič, da ne bom mogla letovat na Havajih zaradi Corona virusa. Do zdaj nisem mogla zaradi denarja.*

*V uredniškem odboru smo se za izboljšanje, popestritev glasila in razpoložnja odločili, da vam zastavimo nagradno »uganko«, s katero boste v člankih poiskali besede, ki tvorijo poved.*

*Najdeno poved posredujte na naslov glasila (napisan v uvodu glasila) in po načelu »kdor prej pride, prej melje« boste lahko osvojili nagrade:*

*1. nagrada: meritev mišične in maščobne mase z aparatom BCM in na podlagi dobljenih rezultatov event. prehranska ocena*

*2. nagrada: terapija obravnave trigger točk*

*3. nagrada: odvzem krvi in analiza za holesterol in trigliceride*

*Prejemniki nagrad bodo obveščeni (poklicani po telefonu ali po elektronski pošti), prav tako bodo imena srečnežev objavljena v naslednji številki glasila.*