

LET
20

Pijučnik

Glasilo Univerzitetne klinike za pljučne bolezni in alergijo Golnik
Marec 2021 ISSN 1580-7223

21/1

V VRTINCU:

Kratko in jedrnato o cepljenju
Dvajset let Alergošole

MISLIM, MISLIŠ, MISLI: Starost je stanje duha
GOLNIK SMO LJUDJE: Kdaj smo dovolj zdravi?

Zdravstvene storitve brez napotnice

Klinika Golnik je specializirana za diagnostiko in zdravljenje pljučnih bolezni, alergij in drugih internističnih bolezni. Poleg storitev javnega zdravstva v kliniki opravljamo tudi zdravstvene storitve brez napotnice na številnih poročjih, vrhunsko diagnostiko in program preventivnih specialističnih pregledov.

V sodobno opremljenih ambulantah in laboratorijih Klinike Golnik delajo vrhunski strokovnjaki, ki obvladajo diagnostiko in zdravljenje, se nenehno izobražujejo in sodelujejo v raziskovalno-izobraževalni dejavnosti.

Izbirate lahko med paketnimi preventivnimi pregledi, posameznimi pregledi zaradi določene bolezni ali določenimi preiskavami.

Pulmologija: diagnostika kašlja, težkega dihanja, drugo mnenje o diagnozah, kot je astma ipd., preiskave delovanja pljuč (diagnostiko astme lahko izvajamo že pri petletnih otrocih), globinsko slikanje pljuč (CT), preiskave pljučnega raka, poklicne bolezni pljuč, redke pljučne bolezni (cistična fibroza, sarkoidoza, intersticijske pljučne bolezni), motnje dihanja med spanjem (diagnostika in zdravljenje).

Alergologija: kožni vbodni testi v ambulanti in provokacijski testi na bolniškem oddelku (cvetni prah, hišni prah, piki žuželk, hrana in zdravila), koprivnica ali urtikarija, drugo mnenje.

Endoskopija: gastrokopija, kolonoskopija, bronhoskopija (lahko z uporabo sedacije).

Kardiologija: ultrazvok srca, 24-urni EKG (Holter), 24-urno merjenje krvnega tlaka, obremenilno testiranje, ultrazvok vratnih žil.

Preventivna pregleda:

- osnovni – preiskave krvi in urina, EKG, rentgenska slika pljuč, meritev pljučne funkcije, test alergije in tumorski markerji;
- celoviti – poleg osnovnega vključuje še ultrazvočni pregled srca, vratnih arterij in trebuha, obremenitveno testiranje in merjenje kostne gostote.

Storitev brez napotnice v celoti plačate sami.

Za pregled ali zdravljenje brez napotnice nam pišite na e-naslov breznapotnice@klinika-golnik.si ali pokličite na številko **04/256 95 60**.

Klinika je bolnikom prijazna tudi po udobnosti namestitve. Če prihajate od daleč, vam lahko zagotovimo bivanje v bližini klinike. Rezervacijo uredite pri **Majdi Pušavec** na e-naslovu majda.pusavec@klinika-golnik.si ali pokličite na številko **04/256 91 19**.

cenik zdravstvenih storitev, podrobnejše informacije in zloženke so objavljeni na spletni strani www.klinika-golnik.si v zavihku **zdravstvene storitve brez napotnice**.



Vse najboljše, Klinika Golnik!

Bolnišnica Golnik je nastala zaradi vojne in njenih posledic, predvsem tuberkuloze, ki je bila vzvod osnovanju naše ustanove. Danes, stoletje kasneje, se ta bolnišnica spopada z epidemijo, ki ni posledica, pač pa kar vojna z virusom, ki sam po sebi ne bi bil tako razširjen, če ne bi imel toliko goriva v naših navadah in osebnih svobodi. Zgodovina se ponavlja. Mogoče jo malce podcenjujemo, sicer danes ne bi ponovno odkrivali ukrepov, ki so bili uspešni že v času španske gripe. Pa vendar. Ustvarjamo in pišemo novo zgodovino. In o njej bodo brali naši nasledniki, tako kot mi beremo zgodovino, zapisano v knjigah o »Golniku«.

Stoletnica že od nekdaj tako pomembne ustanove je že sama po sebi dovolj za praznovanje. In prav je, da jo obeležimo. To je častitljiva obletnica, ki jo praznuje le malokdo, zato moramo biti ponosni na dosežke naših prednikov,

velikih strokovnjakov. Znanje in zavedanje o bogati in pomembni zgodovini tudi pomembno vplivata na pripadnost ustanovi.

V tem letu bomo namenili nekaj časa in dogodkov stoletnici, spoznavanju predhodnikov in njihovih dejanj. Delamo še v istih stavbah, le omet prekriva starejšega, a služimo enakemu prvobitnemu namenu: pomagati bolniku.

Ne gre samo za daljno zgodovino, katere del sedanjih kolektivov Klinike Golnik nismo bili. Zavedajmo se, da smo teh sto let v določenem obdobju »pisali« tudi mi.

Profesionalno in življenjsko je, da kot kolektiv živimo, delamo in črpamo moč iz spoznanja, da prav vsak njegov najmanjši delček prispeva v celoto in zato naredi posameznikov ponos ob dosežkih skupen vsem!

Obletnica nam daje dovolj velik razlog, da se spomnimo prvih mecenov, ki

so omogočili gradnjo bolnišnice, vizionarskih direktorjev, požrtvovalnih nun, ki so bile začetnice zdravstvene nege, medicinskih sester ter prvih kirurških posegov dr. Neubauerja in dr. Furlana v drugi polovici tridesetih let. O vseh omenjenih in mnogih drugih, o bogati arhitekturi ter še marsičem zanimivem, vse je opremljeno z izdatnim slikovnim gradivom, z zanimanjem v tem letu preberite v dveh knjigah avtorice Zvonke Zupanič Slavec, ki opisujeta »golniško« zgodovino; Tuberkuloza in Bolnišnica Golnik. Če sta debeli knjigi prevelik zalogaj, bomo skrajšane spomine objavljali v vseh letošnjih Pljučnikih, na ogled pa je tudi časovna premica na naši spletni strani <https://www.klinika-golnik.si/100-let-klinike-golnik>.

In s ponosom povejte naprej ... da ste zaposleni v Kliniki Golnik!

KATJA VRANKAR



Pišite, fotografirajte, predlagajte!

Uredništvo Pljučnika vabi vse zaposlene k soustvarjanju našega internega časopisa. Prispevke, fotografije in predloge pošljite na pljucnik@klinika-golnik.si.

Stari izvodi Pljučnika ne sodijo v koš ali razrez. Če jih opazite na oddelku, jih, prosimo, odnesite v najbližjo čakalnico. Bolniki in obiskovalci jih radi preberejo.

Vsebina

Uvodnik	1	Pogovor	22
Vse najboljše, Klinika Golnik!		Zdravniške vrste so se okrepile s specialistom klinične genetike	
V vrtincu	3	Golnik smo ljudje	21
Kratko in jedrnat o cepljenju • Alergija na cepivo – vprašanja in odgovori • Dvajset let Alergošole • 7. slovenski pnevmološki alergološki in imunološki kongres • Povzetek izsledkov raziskave hitrih testov • Predstavitve člankov • Dnevnik Bridget Jones med koronaepidemijo • Mineva 60. obletnica smrti primarija Tomaža Furlana		Knjižničarka in še veliko več • Postravmatska rast – kaj nas premika? • Kdaj smo dovolj zdravi? • Delamo v klicnem centru • Že nekaj časa se sprašujem, »ali sem padla z Marsa?« in »zakaj ima dan le 24 ur?« • Če je vse na glavo, pa naj bo še to! • Kako dobro se poznamo? • Sprejeli ste nas za svoje • Novi obrazi	
Mislim, misliš, misli	14	Drobtinice	35
Starost je stanje duha		Knjižni namig: Čudni časi so. Otroci ne ubogajo več staršev in vsi že pišejo knjige. • Novosti v knjižnici	
100 let	16		
Golnik med letoma 1921 in 1946			

Glavna urednica: Jana Bogdanovski
Odgovorni urednik: Aleš Rozman **Uredniški odbor:** Anja Blažun, Rok Cesar, Barbara Jenko, Nina Karakaš, Anja Simonič, Janez Toni, Romana Vantur, Katja Vrankar, Judita Žalik, Maša Žugelj **Oblikovanje:** Maja Rebov **Lektoriranje:** Jasna Zupan **Tisk:** Tiskarna Koštomaj d. o. o. **Naslov uredništva:** Klinika Golnik, Golnik 36, 4204 Golnik, **E-naslov:** pljucnik@klinika-golnik.si **Naklada:** 700 izvodov, issn 1580-7223, spletna izdaja issn 2463-9311. Vse pravice pridržane. Ponatis celote ali posameznih delov dovoljen samo s pisnim privoljenjem. **Naslovnica:** Fotografijo na naslovnici je posnel Antonijo Bijelič.

100 | Univerzitetna
Klinika Golnik



Kratko in jedrnato o cepljenju



Cepilna skupina z direktorjem

V Kliniki Golnik smo konec lanskega leta začeli cepljenje zaposlenih proti covidu-19. Do sedaj smo vse osebe cepili s cepivom Comirnaty, pri katerem se drugi odmerek cepiva aplicira ne prej kot tri tedne po prvem odmerku. Cepivo se aplicira intramuskularno. Med zaposlenimi je bilo do sedaj z dvema odmerkoma cepljenih 277 zaposlenih. Če upoštevamo še vse prebolewnike, ki so zboleli v zadnjih šestih mesecih, je trenutna precepljenost zaposlenih 69-odstotna. Osem zaposlenih še čaka na drugi odmerek cepiva in z njimi vred bo **precepljenost zaposlenih na kliniki 71-odstotna**.

Po prvem odmerku cepiva Comirnaty je neželene učinke prijavilo 26 zaposlenih (10 % vseh cepljenih), od tega 6 moških in 20 žensk, s povprečno starostjo 41,5 leta. Večinoma so imeli neželene učinke, ki se jih zelo pogosto pričakuje. Najpogosteje med temi je bila navedena povišana telesna temperatura, večina med njimi ni potrebovala terapevtskih ukrepaj.

Po drugem odmerku cepiva Comirnaty je neželene učinke prijavilo 42 zaposlenih (15 % vseh cepljenih zaposlenih),



Priprava cepiva

od tega je bilo 6 moških in 36 žensk, s povprečno starostjo 44,4 leta. Večinoma so navajali učinke, ki so opredeljeni kot zelo pogosti neželene učinki po cepljenju. Večji del teh zaposlenih je po cepljenju navedlo mrzlico in povišano TT nad 38 °C in so potrebovali antipiretik in/ali



Prva cepljena

analgetik, več jih je tudi navedlo neželene učinke, ki sodijo v kategorijo "občasni". Resnejših stranskih učinkov po cepljenju nismo zabeležili.

PETRA SVETINA

Foto: arhiv Klinike Golnik

Alergija na cepivo – vprašanja in odgovori



Kaj je alergija na cepivo?

Podobno kot na zdravila ali hrano so ljudje lahko alergični na cepivo. Alergijske reakcije na cepiva so zelo redke (približno ena oseba od milijona cepljenih bo imela alergijsko reakcijo na cepivo). Večina je blagih. Huda alergijska reakcija se imenuje anafilaksija. Simptomi se začnejo zelo hitro (navadno v nekaj minutah, najkasneje pa do štiri ure po cepljenju) in vključujejo več delov telesa: koprivnica na koži; otekanje ust, ustnic, jezika ali grla; težko dihanje, sopenje, piskanje ali tiščanje v prsih; nizek krvni tlak ali izgubo zavesti. Približno polovica alergijskih reakcij na cepiva se zgodi v prvih 15 minutah po prejemu cepiva. Vročina in utrujenost po cepljenju nista znak alergije na cepivo in ne pomenita zadržka za drugi odmerek.

Kaj pa rdečina in oteklina na mestu vboda – je to alergijska reakcija?

Včasih cepiva povzročijo velike lokalne reakcije na mestu vboda, ki se lahko začnejo nekaj ur po cepljenju ali naslednji dan. Mesto cepljenja lahko postane bo-

leče, oteklo in rdeče. Včasih koža na tem mestu tudi srbi. Simptomi lahko trajajo več dni. Čeprav je takšna reakcija neprijetna, ne pomeni, da gre za alergijsko reakcijo na cepivo in tudi ne pomeni večjega tveganja pri naslednjem cepljenju.

Kaj je huda alergijska reakcija?

Huda alergijska reakcija se imenuje anafilaksija. Simptomi se začnejo zelo hitro (navadno v nekaj minutah do najkasneje v štirih urah po cepljenju) in vključujejo koprivnico; otekanje ust, ustnic, jezika ali grla; težko dihanje, sopenje, piskanje ali stiskanje v prsih; nizek krvni tlak ali izgubo zavesti.

Katere so sestavine cepiva proti covidu-19 proizvajalcev Pfizer in BioNTech?

1. Zdravilna učinkovina je enoverižna, informacijska RNK (mRNK), ki kodira protein bodice (S (spike) protein) virusa SARS-CoV-2.
2. Neaktivne sestavine: ((4-hidroksibutil)azanediil)bis(heksan-6,1-diiil)bis(2-heksildekanoat) (ALC-0315) 2-[(polietilenglikol)-2000]-

N,N-ditetradecilacetamid (ALC-0159) 1,2-distearoil-sn-glicero-3-fosfoholin (DSPC) holesterol kalijev klorid kalijev dihidrogenfosfat natrijev klorid natrijev hidrogenfosfat dihidrat saharoza voda za injekcije

Katere so sestavine cepiva proti covidu-19 proizvajalca Moderna?

1. Enoverižna informacijska RNK (mRNK), ki kodira protein bodice (S (spike) protein) virusa SARS-CoV-2.
2. Neaktivne sestavine:
Lipid SM-102 holesterol 1,2-distearoil-sn-glicero-3-fosfoholin (DSPC) 1,2-dimiristoil-rac-glicero-3-metoksipolietilen glikol-2000 (PEG2000 DMG) trometamol 9 trometamolijev klorid očetna kislina natrijev acetat trihidrat saharoza voda za injekcije

Kateri bolniki se morajo pred prejemanjem cepiva pogovoriti z alergologom?

V nadzorovanih kliničnih preskušanjih cepiva niso bili vključeni bolniki z anamnezo hude alergijske reakcije, povezane s

cepivom, in/ali s hudo alergijsko reakcijo na katero koli sestavino cepiva.

Po začetku cepljenja z mRNK-cepivom so se pojavila poročila o anafilaktičnih reakcijah po cepljenju. Kot najverjetnejši razlog se omenja polietilenglikol (PEG), ki je sestavina lipidnega mehurčka, v katerem je mRNK. Takoj po poročilu o prvih dveh anafilaktičnih reakcijah je bilo izdano navodilo, naj se osebe, ki so imele v preteklosti hudo anafilaksijo (so opremljene z adrenalinom za samoaplikacijo), za zdaj ne cepijo. 30. 12. 2020, po preučitvi primerov, je bilo priporočilo spremenjeno. Cepljenje se odsvetuje osebam, ki so preobčutljive za sestavine cepiva.

Če niste prepričani glede svoje pretekle alergije na cepivo ali PEG,

priporočamo posvetovanje z izbranim zdravnikom, ki bo presodil, ali potrebujete posvet ali pregled pri specialistu alergologu. Na splošno velja, da lahko večina bolnikov, ki so alergični na eno cepivo, varno prejme drugo cepivo.

Kaj je PEG in kateri so pogosti izdelki, ki vsebujejo PEG?

PEG je pogosta, v vodi topna sestavina številnih komercialnih izdelkov, vključno z nekaterimi cepivi in več kot tisoč odobrenimi zdravili FDA. Je tudi glavna sestavina pogosto uporabljenih pripravkov za kolonoskopijo (Golytely, Moviprep). Vsebujejo jo nekatera zdravila, ki se dajejo v žilo – pegilirana zdravila. Uporablja se pri gelih, ki se uporabljajo pri preiskavah z ul-

trazvokom in injekcijah steroidov, ki imajo podaljšan učinek, kot je metilprednizolon acetat. Reakcije na PEG so izjemno redke, vendar je možna anafilaksija.

Cepljenje se odsvetuje osebam, ki so v preteklosti imele reakcijo po kemoterapevtiku doxorubicinu (pri farmacevtski obliki, ki vsebuje polietilenglikol – Doxil), pripravku za čiščenje pred kolonoskopijo (Moviprep), kontrastu za izvedbo ultrazvoka (Definiy), metilprednizolon acetatu ali po medroksiprogesteronu za injiciranje ter pri osebah, ki so po prvem odmerku mRNK-cepiva doživele anafilaksijo.

MIHAELA ZIDARN

Pogled iz tajništva uprave: en japonski javor, štirje stajlingi



Pomlad



Poletje



Jesen



Zima

Foto: M. Tomc

Dvajset let Alergošole



Utrinek iz Alergošole septembra 2020. Pogovor o zdravljenju alergijskega rinitisa.

Alergijske bolezni so pogoste in kronične. Večina je blagih in jih ni težko niti prepoznati niti zdraviti. Glavno težo na področju alergologije nosijo zdravniki družinske medicine.

A konec preteklega tisočletja je bila alergologija še domena specialistov. V osemdesetih letih prejšnjega stoletja je bila alergološka dejavnost v Sloveniji omejena predvsem na klinike za pljučne bolezni, pediatrično in dermatološko kliniko. V devetdesetih letih je Klinika za pljučne bolezni in alergijo na Golniku organizirala podiplomsko izobraževanje, v katerem je generacija zdravnikov različnih specialnosti pridobila naziv specialista s posebnimi znanji iz alergologije, s čimer se je ustvarila slovenska mreža specialistične alergološke dejavnosti. Na prehodu v novo tisočletje pa smo se osredotočili na izobraževanje zdravnikov družinske medicine v želji, da bi bolniki z blagimi alergijskimi boleznimi ostali na osnovni ravni, vendar bi bili deležni kakovostne diagnostične obravnave in zdravljenja. Pobudo za to izobraževanje je dala prof. **Emu Mušič**. Profesorja **Stanislav Šuškovič** in **Mitja Košnik** sva pripravila program prve delavnice, organizacijske zadeve pa je prevzel **Robert Marčun**. Prva delavnica je bila 25. in 26. maja 2001 v hotelu Lek v Kranjski Gori (glej članek v Pljučniku 2011, številka 2). Povabili smo predavatelje iz vseh ustanov, ki se ukvarjajo z alergijskimi boleznimi. Pripravili smo zbornik besedil,

dokončno ga je uredila **Mojca Bizjak**. Zbornik je kasneje prerasel v univerzitetni učbenik alergologije za pouk študentov medicine.

Delavnica poteka v obliki interaktivnih predavanj, v katerih razni specialisti predstavijo klinične situacije, pri katerih je treba misliti tudi na alergijo, na primer kronični nahod, srbež, rdeče oko, astmo, neugodne učinke po zdravljenju, hrani. Torej gre za strnjen pregled pogostih kliničnih problemov v ambulanti zdravnika družinske medicine. Pogovarjamo se, kako specialist družinske medicine in v alergologijo usmerjen specialist lahko komunicirata tudi brez napotovanja bolnika, katere bolnike in kdaj napotiti na višjo raven. Poudarimo pomen zdravstvene vzgoje alergičnega bolnika, ki mora svoje življenjske aktivnosti prilagoditi kronični bolezni in jo zdraviti predvsem s prilagajanjem okolju in urejanjem okolja, večkrat mora obvladati tudi načine samozdravljenja, na primer uporabiti samoinjektor adrenalina. Zato je dobrodošlo, da so korist alergošole prepoznale tudi medicinske sestre iz bolnišnic in referenčnih ambulant ter lekarniški farmacevti, ki se udeležujejo delavnice.

1549 slušateljev v dvajsetih letih

Potem ko smo v prvih desetih letih v Alergošoli gostili skoraj vse slovenske družinske zdravnike, sedaj med slušatelji prevladu-

jejo specializanti družinske medicine, za katere je Alergošola neformalno obvezen del specializacije. Zato se je v organizacijo Alergošole vključila Katedra za družinsko medicino Medicinske fakultete v Ljubljani. Šole se udeleži tudi veliko specializantov interne medicine.

Strokovni pokrovitelj Alergošole je Klinika Golnik, pri organizaciji pa sodelujejo Katedra za družinsko medicino, Medicinska fakulteta v Ljubljani in Alergološka in imunološka sekcija SZD. Strokovno sodelujemo s Pediatrično, Dermatovenerološko, Očesno kliniko in Klinikom za otorinolaringologijo in cervikofacialno kirurgijo ter s Kliničnim oddelkom za pljučne bolezni in alergijo Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana ter z Inštitutom za mikrobiologijo in imunologijo in z Nacionalnim inštitutom za javno zdravje.

Vsako leto organiziramo praviloma štiri delavnice. Do sedaj jih je bilo 75. Zaradi epidemije covid-19 je bila zadnja septembra 2020. V dvajsetih letih se je Alergošole udeležilo 1549 slušateljev. Na koncu so lahko udeleženci opraviti tudi izpit. Do sedaj jih je izpit opravila dobra polovica.

MITJA KOŠNIK

Foto: arhiv M. Košnik.



Da v trenutni covidni situaciji nismo sami, nam sporoča gospod **David Jensterle**, župnik v župniji Tržič-Bistrica, ki se je zdravstvenim delavcem naše bolnišnice zahvalil s sliko z globoko sporočilno vrednostjo.

Sodelavci Alergošole:

V dvajsetih letih so v Alergošoli predavali (po abecednem vrstnem redu):

- Nisera Bajrovič, dr. med., Klinika Golnik
- asist. Mojca Bizjak, dr. med., Klinika Golnik
- asist. Damijan Eržen, dr. med., Klinika Golnik
- doc. Renato Eržen, dr. med., Klinika Golnik
- prof. Matjaž Fležar, dr. med., Klinika Golnik
- prim. Vesna Glavnik, dr. med., Pediatrična klinika, UKC Ljubljana
- prof. Alojz Ihan, dr. med., Medicinska fakulteta Ljubljana, Inštitut za mikrobiologijo in imunologijo
- asist. Klemen Jenko, dr. med., Klinika za ORL in CFK, UKC Ljubljana
- prof. Polona Jaki Mekjavič, dr. med., Očesna klinika, UKC Ljubljana
- dr. Saša Kadivec, DMS, Univerzitetna klinika za pljučne bolezni in alergijo Golnik
- doc. Nada Kecelj Leskovec, dr. med., Dermatovenerološka klinika, UKC Ljubljana
- Andreja Kofol Seliger, univ. dipl. biol., Inštitut za varovanje zdravja, Ljubljana
- asist. Peter Kopač, dr. med., Klinika Golnik
- prof. Mitja Košnik, dr. med., Klinika Golnik
- prim. Marijana Kuhar, dr. med., SPS Pediatrična klinika, UKC Ljubljana
- prof. Tomaž Lunder, dr. med., Dermatovenerološka klinika, UKC Ljubljana
- doc. Robert Marčun, dr. med., Klinika Golnik
- Tea Močnik, DMS, Univerzitetna klinika za pljučne bolezni in alergijo Golnik
- prim. Katarina Osolnik, dr. med., Klinika Golnik
- doc. Aleš Rozman, dr. med., Klinika Golnik
- Karmen Perko, DMS, Univerzitetna klinika za pljučne bolezni in alergijo Golnik
- Ljubica Ravnikar, DMS, Univerzitetna klinika za pljučne bolezni in alergijo Golnik
- asist. dr. Saša Simčič, univ. dipl. kem., Medicinska fakulteta Ljubljana, Inštitut za mikrobiologijo in imunologijo
- doc. dr. Sabina Škrkat, dr. med., Klinični oddelek za pljučne bolezni in alergijo, UKC Ljubljana
- doc. Mihaela Zidarn, dr. med., Klinika Golnik
- prim. Aleksandra Kraut, dr. med., Očesna klinika, UKC Ljubljana
- prof. Ema Mušič, dr. med., Univerzitetna klinika za pljučne bolezni in alergijo Golnik
- Jernej Podboj, dr. med., Klinika za ORL in CFK, UKC Ljubljana
- prof. Jurij Šorli, dr. med., Klinika Golnik
- Barbka Štalc, DMS, Univerzitetna klinika za pljučne bolezni in alergijo Golnik
- prof. Stanislav Šuškovič, dr. med., Klinika Golnik
- Avrea Šuntar Erjavšek, DMS, Univerzitetna klinika za pljučne bolezni in alergijo Golnik
- mag. Saška Zdolšek, Klinika Golnik

Današnja nočna



V trenutnih razmerah, ko se vsi hitro prilagajamo na delo ter drug na drugega, menim, da vsakomur še več pomeni pohvala. Ravno zato želim pohvaliti današnjo dežurno sestro v sprejemni ambulanti gospo **Lidijo Oštir**. Res je skrbna, pridna, pripravljena pomagati, vidi delo, hkrati pa je izredno natančna. Današnja nočna je kljub stalnemu navalu potekala nemoteno, urgentna ambulanta ter izolacije so bile tudi po njeni zaslugi ves čas urejene. Ravno zato sem res vesela, da je bila danes z menoj.

SAŠA KOCIPER

Krepimo duha

Kmalu po novem letu smo združile moči psihologinji in knjižničarka. Čemu? Miša in Hana sta želeli uresničiti idejo psihološke podpore zaposlenim pri vsakodnevni izpostavljenosti covidu-19 in pri porajajočih se negotovostih, strahovih, tesnobi ter hkrati omogočiti in negovati še vrsto drugih občutkov. Pripravili sta nabor tem, ki sta jih oz. jih še bosta predstavili in razdelali s psihološkega vidika. Hkrati sta želeli ponuditi praktične in nezahtevne načine za podporo dobremu počutju. V tem delu sta me, knjižničarko, povabili zraven, da prispevam predloge za branje. Strinjali sta se, da k temu lahko dodamo še kakšno dobro misel in predloge, kako zaposliti roke ali misli, da se ob tem tudi sprostimo. Ideje smo hitro uresničile; tudi meni je pozitivna naravnost in proaktivnost dobro dela, zadane naloge sem se lotila z zagnanostjo. Vsebine smo na intranet sprva dodajale tedensko, a ugotovile, da bo osveževanje na štirinajst dni bolje. Nekaj dobrih odzivov smo že prejele.

Obenem je Miša vsebine, objavljene na intranetu, prenesla tudi na viber, kjer je skupnost poimenovala Zavetje. Občasno v skupnost objavi še kaj za popestritev ali umiritev dneva.

Upamo, da ste v objavljenih temah in predlogih našli kaj zase. Ob tem vas vabimo, da z nami soustvarjate. Sporočajte nam svoje predloge in ideje, ki jih bomo pregledale in izbrane objavile – duha lahko krepimo skupaj, drug z drugim, drug za drugega.

ANJA BLAŽUN, MIŠA BAKAN



7. slovenski pnevmološki alergološki in imunološki kongres

Od leta 1996 slovenski pnevmologi in pnevmološke medicinske sestre vsako četrto leto organiziramo mednarodni kongres. Tradicionalno organizacijo kongresa prepletamo tudi z alergološkimi in imunološkimi temami.



Tako je videti vođenje spletnega kongresa.

Kongres leta 2020 je bil velik organizacijski izziv

Kongres, ki smo ga organizirali leta 2020, je bil nekaj posebnega. Pripravo smo začeli že spomladi 2019. Do konca leta 2019 je bil že pripravljen okvirni program, povabiljeni so bili predavatelji, postavljena spletna stran, sklenjeni dogovori s sponzorji. Potem je prišla epidemija covida-19 in izvedba kongresa je bila kar naenkrat vprašljiva. Zaradi zapore javnega življenja je odpadel prvotni načrt veličastnega dogodka, predvidenega za maj 2020 v Kongresnem centru Bernardin v Portorožu. Zaradi prekinitve letalskih povezav in potovanj tudi rezerv-

ni termin v zgodnji jeseni ni bil primeren. V jesenskih mesecih so se na tržišču že pojavili ponudniki spletnih platform za organizacijo večjih spletnih dogodkov, tako da smo se odločili za izvedbo virtualnega kongresa. Pa tudi ta izvedba do zadnjega trenutka ni bila zanesljiva, ker se je covidna epidemija v tednih pred kongresom slabšala. Skrbelo nas je, da zaradi preobremenitve zdravstvenih delavcev za kongres ne bo interesa, volje in časa. Ampak večina povabljenih organizatorjev in predavateljev je ves čas sporočalo, da si želijo, da se dogodek izpelje. Posebej smo bili veseli spodbude in podpore direktorja Klinike

Golnik, doc. **Aleša Rozmana**, ki je podprl izvedbo kongresa, kljub temu da je bila naša klinika povsem vpeta v obravnavo stopnjujoče se covidne epidemije.

Virtualni kongres

Organizacija virtualnega kongresa ima precej drugačen koncept kot klasičen kongres v živo. Pri klasičnem kongresu se celoten program odvija v realnem času, zato vsebino predavanj slišijo le tisti, ki so med predavanjem v predavalnici. Veliko časa je namenjenega druženju. Pri virtualnem kongresu pa ni nujno, da je predavatelj takrat, ko je njegovo predavanje na sporedu, sploh dostopen.



Naslovnica kongresnega zbornika

Predavanja se lahko posamej vnaprej. V realnem času poteka le razprava. Ker se predavanja in razprava posamej, so zainteresiranim udeležencem na voljo še določen čas po koncu kongresa. To pomeni, da za udeležence kongres traja pravzaprav več mesecev, da si lahko po delih pogledajo vsa predavanja, ki jih zanimajo. Tako se lahko "udeležijo" tudi predavanj, ki so na kongresnem programu potekala vzporedno ob istem času. Na virtualnem kongresu ni treba predvideti časa za odmore, kosila, večerje. Tako se v program uvrsti več vsebin v krajšem času. Organizacija je precej cenejša. Ni potnih nalogov, stroškov nočitev v hotelu, namesto tiskanja posterjev se na kongresni platformi predstavi le pdf-datoteko. Seveda pa pogrešamo osebni stik med udeleženci.

Megalomanski kongres

Kongres je združil več dogodkov, ki sicer potekajo samostojno: 7. slovenski pulmološki in alergološki kongres, 2. balkansko pulmološko srečanje in 4. mednarodni simpozij o tuberkulozi in respiratornih okužbah. Hkrati je bil to kongres Slovenskega imunološkega društva in sekcijski sestanek Združenja za medicinsko genetiko SZD. Organizatorji kongresa so bila strokovna združenja v sodelovanju s klinikami. Za udeležence je bil brezplačen. Kongresni jezik je bil angleščina. To pot čisto zares, kajti zaradi videokonferenčne dostopnosti je bilo med udeleženci poleg kolegov iz držav Zahodnega Balkana tudi precej kolegov iz drugih držav (Rusija, Slovaška, Romunija,

Organizatorji kongresa: Združenje pulmologov Slovenije, Sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov v pulmologiji, Alergološka in imunološka sekcija SZD, Slovensko imunološko društvo, Združenje za medicinsko genetiko SZD v sodelovanju z Univerzitetno kliniko Golnik, Univerzitetnim kliničnim centrom Ljubljana in Univerzitetnim kliničnim centrom Maribor.

Organizacijski odbor: Robert Marčun, Mitja Košnik, Matevž Harlander, Vladka Čurin Šerbec, Maruša Ahačič, Matija Rijavec, Aleš Rozman, Marjeta Terčelj, Duška Vidović, Veronika Podlogar

Programski odbor: Mitja Košnik, Matevž Harlander, Marjeta Terčelj, Robert Marčun, Matija Rijavec, Sabina Škrgat, Kristina Žihrl, Irena Šarc, Jure Šorli, Matjaž Fležar, Petra Svetina, Katarina Osolnik, Mateja Marc, Katja Mohorčič, Igor Požek, Viktorija Tomič, Vojko Gorjup, Uroš Krivec, Tanja Čufer, Tina Vesel, Mihaela Zidarn, Urška Lunder, Barbara Salobir, Peter Korošec, Peter Kopač, Tadej Avčin, Vojko Berce, Alojz Ihan, Borut Božič, Maja Čemažar, Roman Jerala, Matija Tomšič, Maruša Ahačič, Katja Vrankar, Saša Kadivec

Moldavija). Izdali smo kongresni zbornik z izvlečki predavanj in posterjev, ki je dostopen na tej povezavi: <https://www.zps-slo.si/wp-content/uploads/2021/01/>

zbornik-2020-book-of-abstracts-7th-pneumology-allergology-and-immunology-congress-2020-12-14.pdf. Vzporedno so potekali do trije sklopi. Program kongresa je dostopen na tej povezavi: <https://www.zps-slo.si/wp-content/uploads/2020/12/zps-2020-pneumology-allergology-immunology-congress-2020-programme-12-09.xlsx>. Po formalnem koncu kongresa smo organizirali še covidni sklop, na katerem so sodelovali ključni slovenski strokovnjaki, ki skrbijo za nadzor nad epidemijo in zdravljenjem bolnikov. Ta sklop je bil dobrodelen in namenjen zbiranju sponzorskih sredstev za nakup simulatorja za pouk obposteljnega ultrazvoka za medicinsko fakulteto v Ljubljani. Zato posebna zahvala dvajsetim sponzorjem, ki so nas podprli.

Kongres v številkah

Kdaj: 10.–12. december 2020

Kje: kongresna platforma MiTeam, Zdravniška zbornica Slovenije

Kaj:

- Na kongresu smo imeli 31 strokovnih sklopov.
- Predavalo je 100 predavateljev, od tega 22 tujih vabljenih predavateljev.
- Predstavljenih je bilo 56 posterjev.
- Udeležencev je bilo 500.

MITJA KOŠNIK, ROBERT MARČUN

Foto: arhiv M. Košnika

Voščilo

»Saluti et solatio aegrorum – Zdravju in tolažbi bolnikov«
(citat: Viktor E. Frankl: Volja do smisla)

(Irena Rihter, jan. 21, platno)

Veliko sreče in lepih sanj naj ti prinese vsak dan.
Vse, kar upaš, naj se uresniči,
vse, kar je slabega, naj se takoj izniči.
Vse, kar iščeš, naj se ti odkrije,
vse, kar v srcu čutiš, naj se ti v osebno srečo zlije.

Še posebej prisrčno pozdravljam vse oslabele in bolne,
sodelavce in prostovoljce in vse iskalce lepega in dobrega.
Vaša Irena Rihter

Povzetek izsledkov raziskave hitrih testov

Izhodišče

Zgodnja identifikacija in izolacija okuženih zdravstvenih delavcev sta ključni za zmanjševanje možnosti prenosa okužbe z novim koronavirusom (sars-cov-2) v bolnišnici. Zaradi krajšega časa do rezultata, enostavnosti postopka in nižje cene v primerjavi z molekularnimi testi predstavljajo hitri antigenski testi pomemben doprinos k diagnostiki koronavirusne bolezni 2019 (covid-19). Žal pa je na voljo relativno malo podatkov o njihovi uporabnosti za presejanje zdravstvenih delavcev v realnem življenju.

Metode

K sodelovanju v pilotni raziskavi smo povabili zdravnike, medicinske sestre in strežnice, zaposlene v Univerzitetni kliniki za pljučne bolezni in alergijo Golnik. Odvzem brisov nosnega dela žrela je potekal trikrat na teden v dveh zaporednih tednih. Vse brise smo testirali s hitrim

antigenskim testom in z verižno reakcijo s polimerazo z reverzno transkripcijo (RT-PCR). Na začetku raziskave in dva tedna od zadnjega odvzema brisa smo odvzeli tudi vzorce seruma za serologijo na sars-cov-2.

Rezultati

V analizo smo vključili 191 brisov nosnega dela žrela, ki smo jih odvzeli 36 sodelujočim zdravstvenim delavcem. Vsi rezultati testiranja s hitrim antigenskim testom so bili veljavni, pri čemer noben vzorec, testiran z antigenskim testom, ni bil pozitiven, medtem ko sta bili dve zdravstveni delavki pozitivni na verižni reakciji s polimerazo z reverzno transkripcijo (RT-PCR). Pri prvi je bila diagnosticirana nova okužba s sars-cov-2, pri drugi pa je šlo najverjetneje za nedavno prebolelo okužbo. Na začetku raziskave ni imel noben zdravstveni delavec zaznavnih antisars-cov-2 protiteles IgM, prisotnost

protiteles IgG pa smo dokazali pri treh (8,6%) sodelujočih, medtem ko je imel en zdravstveni delavec mejne titre protiteles IgG.

Zaključek

Na podlagi rezultatov naše pilotne raziskave menimo, da je kljub pogostemu testiranju malo verjetno, da bomo s hitrimi antigenskimi testi zanesljivo odkrili nove okužbe s sars-cov-2 pri asimptomatskih zdravstvenih delavcih. Čeprav je v nekaterih ustanovah težko zagotoviti zadosti pogosto presejanje zdravstvenih delavcev na osnovi molekularnih metod, predvsem zaradi velikega števila vzorcev, pa je prednost RT-PCR v tem, da lahko identificiramo okužene zdravstvene delavce že v asimptomatski fazi okužbe. Potrebne so dodatne raziskave, ki bodo dodatno potrdile naše izsledke.

MIHAELA ZIDARN

Predstavitev člankov

Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology 2021; 35(3): 721–729.

K. Weller, A. Giménez-Arnau, C. Grattan, R. Asero, P. Mathelier-Fusade, **Mojca Bizjak**, M. Hanna, M. Maurer, on behalf of the CURE Investigators.

The Chronic Urticaria Registry: rationale, methods and initial implementation

V ugledni medicinski reviji smo člani strokovnega komiteja prvič predstavili register CURE (Chronic Urticaria Registry). Gre za mednarodni register za bolnike s kronično urtikarijo, katerega namen je izboljšati poznavanje mnogih vidikov te težke bolezni. Vključenih je že več kot 3000

bolnikov iz 44 zdravstvenih ustanov in med sodelujočimi je tudi Klinika Golnik.

MOJCA BIZJAK

Allergy 2020. First published: 28 November 2020. doi: 10.1111/all.14674.

Natalya Maltseva, Elena Borzova, Daria Fomina, **Mojca Bizjak**, Dorothea Terhorst-Molawi, **Mitja Košnik**, Kanokvalai Kulthanan, Raisa Meshkova, Simon Francis Thomsen, Marcus Maurer.

Cold urticaria - what we know and what we do not know

Pregledni članek o urtikariji zaradi hlada smo pripravili s kolegi iz Rusije,

Nemčije, Tajske in Danske. Gre za pomembno, slabo raziskano temo klinične alergologije. Hladni dražljaji (npr. hladen zrak, tekočine, predmeti) sprožijo urtike, angioedem ali celo anafilaksijo. Odgovore na številna vprašanja o bolezni želimo pridobiti z našo multicentrično prospektivno mednarodno raziskavo, imenovano COLD-CE (Comprehensive Evaluation of Cold Urticaria), ki smo jo razvili v sodelovanju z Oddelkom za dermatologijo in alergologijo Univerzitetne klinike Charité Berlin. Klinika Golnik je leta 2017 pridobila certifikat GA²LEN Urticaria Center of Reference and Excellence – UCARE in raziskava COLD-CE je postala tudi uradni projekt GA²LEN UCARE.

MOJCA BIZJAK, MITJA KOŠNIK

Dnevnik Bridget Jones med koronaepidemijo

Izpod peresa Helene Terenske



Ponedeljek, 3. marca 2020
58 kg, 0 enot alkohola, 0 cigaret, 1 kajze-
rica, 3 obročki salame, 1 skodelica kave

V Specialni enoti za mešanje zraka in iskanje korone vse enako kot vse dni poprej. Mirno, pred nevihto, kot kmalu ugotovim. Korona je vdrla čez zeleno

mejo in se neslišno pripravlja na napad v Barvni krajini na oddaljenem koncu Ljubljane na polni kure. Sem na pragu največje vloge v karieri, a še vedno živim srečno v svojem majhnem, nepomembnem mehurčku. A nenadoma klic. Le kdo bi želel govoriti z mano? Ojoj, Daniel Cleaver. Noge se mi zašibijo, roka za trenutek

zastane, preden podrska po telefonu, in zaslišim znani glas: »Kako si? Greda na sestanek v Ljubljeno Ano. Bojevniki proti koroni smo vabljeni na strateški posvet.« Seveda grem. Polno znanih obrazov, debatiramo o samih pomembnih rečeh in vsi dajejo vtis nepremagljivosti, izjemnih organizacijskih sposobnosti ter izžarevajo

pomembnost. Ogledujem se, da bi našla vsaj droben delček nepremagljivosti in pomembnosti, ki bi se usedel na mojo kožo. Ojoj, mislim, da zaznavam svetlika-nje drobcev pomembnosti na podlakteh. Moram se še bolj vzravhati, tako kot to pritiče pomembni osebi. Saj vendar sedim ob Danielu.

Sreda, 5. marca 2020

Še vedno 58 kg, 0 alkohola, 0 cigaret, 1 skodelica kave, 1 kos polbelega krajcarja in 5 obročkov salame (upam, da se dodana obročka salame ne usedeta na boke)

Pridem zgodaj v Specialno enoto za mešanje zraka in iskanje korone še vedno pomembna od včeraj. Pripravljamo strategijo iskanja korone. Obenem snujemo pravi načrt za izogibanje koroni in na koncu zmagaja predlog tekanja cik-cak vsakokrat, ko ne dražimo korone s palčkami in plastičnimi tulci v prijetno mrmrajoči zaščitni komori. Dan teče mirno in prijetno, nato spet klic. Ponovno ista zgodba – kolena se mi zašibijo, roka otrpne v zraku za nekaj sekund, nato globok vdih in znani Danielov glas: »Kako si? Kriza v Barvni krajini kliče po pomoči Specialne enote. Thor in Ironman, dva bojavnika Enote za vsakršne nujne zbolewnike in jaz odhajamo s 150 palčkami na pomoč v Hišo živahnega druženja in mirnega počitka. Specialna enota naj v najkrajšem času izsledi korono, da zatremo vraga v kali.« Se še bolj vzravnam, da lažje izžarevam pomembnost in oddrvim do ekipe. Vsi so zbrani – Bruce Almighty, dr. House, Blondie, Curly Sue in Mrs. Doubtfire. »Posluh, dream team. Daniel nam je dodelil vlogo, ki nas popelje med dobitnike oskarjev. Ko bomo zmagali, dobimo oskarja osebno od Ultimativnega čivka.« Ekipa se zravnava v pozor – kot kaže, se pomembnost, ki jo izžarevam, useda na njihovo kožo. Bruce Almighty in dr. House začneta snovati bojni načrt, damski del ekipe žvrgoli v veselem pričakovanju deljenja vlog za filmsko uspešnico stoletja. Pozno popoldne prispe prva pošiljka dragocenih palčk in ročno napisan scenarij v razsuti obliki, a to ne more ustaviti najpomembnejše filmske ekipe na poti do slave. V domači kviz »Vsaka palčka ima svoje ime« vključimo novi igralki Heidi in Alico v čudeži deželi. Naprave že hrumijo, naša Puščica ječi od napornega sesanja korone s palčk, a Bruce Almighty in dr. House hitro ugotovita, da hitrost snemanja kadrov ne bo zadostna za končno zmagao. Booom,

eksplodira nova mina (pa saj so vojne razmere, a ne). Pridejo končne pošiljke iz Barvne krajine in palčk je dvakrat več od načrtovanih in v glavi slišim Garmin damo: »Preračunavam, preračunavam, preračunavam.« Draga moja, lahko preračunavaš, dokler ne zamrzne Tihi ocean, a jaz ti povem, da bomo ostali brez detektivskih lovk za koronskega vraga in oskarji bodo splavali po vodi. Pa še Daniel mi ne bo nikoli več namenil ljubečega pogleda. Bridget, zberi se, ti to zmoreš – in že se zasliši močan glas, ki poje I Will Survive. »Ekipa, pozor, preuredimo bojne vrste: Bruce Almighty in Bridget zgrabiva telefon, da najdeva še zadnjo skrito škatlo koronskih lovk v Ljubezni polni kuri, dr. House (wow, kakšen glas in kakšen stas) prinese Veliko kocko, da pridobimo na hitrosti, damski del filmske ekipe asistira, kjer je potrebno (prosim, če si prej uredite kodre in make-up, da ne bo treba ponavljati že posnetih kadrov).«

Petek, 7. marca 2020

56 kg (dieta »52-ur-dela-4-ure-spanja« deluje, priporočam!), 1 slanik (Curly Sue je zakon), 1 skodelica kave, lestvica pomembnosti: 150 točk od 100 možnih

Že tretji dan brez postanka aparati mrmrajo, cingljajo, piskajo, sopihajo (samo da ne izdihnejo, lepo prosim) in bruhaajo najdbe detektivskega dela. S telefoni in mejli takoj prenašamo opozorila o najdenih ilegalnih koronskih priseljencih Danielu in poglavarki Hiše živahnega druženja in mirnega počitka. Zaloge detektivskih lovk kopnijo pred našimi očmi, 287 minut in pol neprekinjenega telefonskega iskanja lovk obrodi sadove. Ena škatla lovk še nikoli ni bila tako lepa in dišeča, kot je danes, ko nam jo prinese Reševalec izpod ruševin. Do popoldanskih ur smo z lupo že prečesali klet in prvi dve nadstropji Hiše živahnega druženja in mirnega počitka. Ekipa utrjenih, izurjenih koronakomandosov se zbere v Sobi za duševni mir in meditacijo. Dr. House pripravi kafetjero, Mrs. Doubtfire izprazni košarico Rdeče kapice in privoščimo si pol ure sprostitve ob nebeškem vonju kave iz kafetjere, ob domačih olivah, marmeladah, Francijevi salami, domačem kruhu in siru. Kljub utrujenosti sedim vzravnano, saj le tako lahko prepoznajo mojo pomembnost, da o sposobnostih ne zgubljam besed. Zlati kipec oskarja je že na dosegu roke, jutri končamo snemanje in nagrada nam zagotovo ne uide.

Ponedeljek, 10. marca 2020

56 kg (ohranjam videz srnice, samo še pogled srnice moram naštudirat), 1 kajzerica, rezina pršuta, 1 omamna skodelica kave, 0 alkohola, 0 cigaretih pa ne bo več besede – preprosto: ne kadim

Življenje v Specialni enoti za mešanje zraka in iskanje korone je na visokih obratih, čeprav se nam zdi umirjeno, potem ko smo preživeli operacijo Overlord (saj veste – dan D v Normandiji, a ne). Kot Steven Spielberg umetelno dirigiram specialni ekipi koronakomandosov, drsim med njimi, kot bi bila najmenitnejša plesalka, čeprav sem še vedno samo Bridget. Ostalo nam je le 40 detektivskih lovk za vsakršne zbolewnike, ki bi se ob sestopu z Zaledne gore oglasili v naši Enoti za vsakršne nujne zbolewnike. Pripravim se na sestanek Vrhovnega sovjeta koronabrigade in že čutim metuljčke v trebuhu (upam, da niso le vetrovi). Kako primerno, da sem dobila sedež nasproti Danielu in si bova lahko zrla iz oči v oči. Tako mi ne bo treba paziti, da nastavim svoj boljši profil – desni, če koga zanima. Čakam na oskarja za najboljši film. Slišim bobne, ki najavljajo zmagovalca – wow, wow, a je tudi mene napadla korona in se poigrala z mojimi čutili? To niso zmagovalni bobni, to je Danielovo grmenje, ker še vedno nisem predložila končnega seznama koronapotrjenih in koronanaivnih dam in gospodov iz Hiše živahnega druženja in mirnega počitka. Zaman moledujem za kanček ljubezni in pojasnujem, da nam še ni uspelo urediti raztresenega scenarija, ki so nam ga s palčkami prinesli iz Barvite krajine, in da so vsi statisti v Barviti krajini obveščeni o svojih vlogah. Moja pojasnila hladno zavrne, saj naj bi bil scenarij brezhiben. Kot kaže, je bila ljubezen le enostranska in v globoki žalosti se mi vedno sproži »U2 – With or Without You«-varovalni mehanizem – zanesljiv, učinkovit, ob enkratnem plačilu 0,99 evra v iTunes ga lahko uporabljate vse življenje brez neželenih stranskih učinkov. Z U2 v glavi in s Svetvo jezo v duši se takoj lotim urejanja brezhibnega scenarija, ker ostali sanjski bojavniki kot kometi švigajo po prostorih Specialne enote za mešanje zraka in iskanje korone ter udejanjajo moto enote: »Nemogoče naredimo takoj, na čudeže bo treba malo počakati, na vašo željo tudi čaramo.« Pustim jih delati v prepričanju, da nam oskar ne uide. Posvetim se seznamom in se prelevim v garmina – preračunavam, preračunavam; kolikor preračunavam, toliko različnih rezultatov. Zberi se, Bridget, kako težko pa je narediti končni povzetek

brezhibnega scenarija? X preračunavanj kasneje je povzetek nared in zadnja ovira, ki nas loči od zlatega kipca oskarja, je premagana.

Oktober 2020–marec 2021

57 kg (+/- 1 kg), veliko kosov kruha iz različnih vrst mok in skodelic omamno dišeče kave, kozarcev mangovega soka, alkohola že dolgo nič, občasni družinski, domači zajtrki Mrs. Doubtfire

Zemlja je podrla kupček in koronacunami se je ponovno pretil čez Ljubezni polno kuro. Ker tokrat voda sega do kolen, Specialna enota za mešanje zraka in iskanje korone potrebuje nove, dodatne bojevnike. Pridružita se nam Smrketa in Azrael, izkušena igralca osrednje produkcijske hiše v kletnih prostorih. Hitro ju izurimo v koronanindže in 24-urno vojskovanje za končno zmago teče skoraj kot namazano. Ker smo vsi že preizkušeni v boju, nas nikakršno pomanjkanje delovnih pripomočkov in reagentov ne iztiri. Ne iztirijo nas niti vsi dodatki k originalnemu scenariju, ki jih neumorno snuje Sleeping Beauty, čeprav se ne vklaplajo v potek filmskega zapleta, so pogosto nerazumljivi ali nas odvrčajo od končnega cilja – oskarja. Občasne izbruhe v bojnih jarkih sprožijo ogromne količine palčk, ki skoraj podrejo naše obrambne vrste, a ker sem obdarjena s pomembnostjo in obvladam nekaj zahtevnih in, kot kaže, rešilnih plesnih gibov, uigrana četa bojevnikov zmaga v vseh bitkah.

No, v skoraj vseh. Pravzaprav pri naslednjem kadru sploh ne gre za bitko, ampak glavno vlogo v ekranizirani basni o Lisici in ježu, ki nam jo dodeli sam prof. Baltazar. Ker sem samo Bridget in takoj podvomim, da sem pozabila scenarij filma o Lisici in ježu, ga hitro ponovno preberem, da ne bom pred kamero delala traparij (saj jih izza kamere naredim zadositi, kot pravijo poznavalci). Ko ga preberem, se vzravnam, ker čutim pomembnost, ki mi polni žile in žari iz celega telesa. Tudi prof. Baltazar se lahko zmoti, saj ježi niso zaigrali predvidenih vlog.

Epilog

56–58 kg, alkohol 3 dl v pol leta, veliko kajzeric, kruha, pršuta, salame, kavic in mangovega soka

Življenje v Specialni enoti za mešanje zraka in iskanje korone se je zelo hitro utirilo in delujemo kot dobro naoljen stroj. Za miselni, duševni in telesni trening poskrbijo telefonski klici nečakanih strank (zunanjih, notranjih, VIP, navadnih smrtnikov, prijaznih, arogantnih, zahtevnih, superpametnih, itd.) na vse možne stacionarne in mobilne številke. Nam najljubše je iskanje palčke določenega pacienta med sto in več palčkami, za katerega v dveh minutah prejmemo pet klicev štirih različnih zamaskiranih koronabojevnikov Hiše popolnega zdravja v gorskem parku, s tremi različnimi željami glede hitrosti in vsebine čarobnih postopkov, ki jih obvladamo v Specialni enoti. Za nagrado nato čez pol ure dobimo pet klicev treh različ-

nih bojevnikov v minuti in razočaranje, ker rezultat enourne preiskave ni bil na voljo v pol ure. Naučili smo se živeti z vsemi težavami in pomanjkanji, kritikami in dvomi, ki nam prihajajo naproti: nenehno nam zmanjkuje detektivskih lovk, plastičnih nastavkov za pipete, brisov, ploščic za ribolov na korono v kalnem – na splošno je dobava našega orožja vseskozi nezanesljiva, pomanjkljiva in nepredvidljiva, a ker smo že izurjeni komandosi, nas nič ne iztiri in gledalci našega (z oskarjem nenagrajenega) filma lahko nemoteno spremljajo odvijanje koronazgodbe na 4K-ekranih. Ker že dolge mesece bivamo na samotnem otoku sredi Zgornjega oceana, smo se naučili zanašati na glavne in stranske igralce Specialne enote za mešanje zraka in iskanje korone, podprte z igralci sosednjih filmskih studiev in režiserko Bridget (vzravnan kot breza, saj pomembnosti ni moč izžarevati iz sključenega telesa) z nekaj doprinosoma producentov in glavnega filmskega studia, ob zdravih, domačih zajtrkih Mrs. Doubtfire in občasnih sladkih dobrotah, ki nam jih namenijo Srčni doktor. V brezupnem čakanju na Marka Darcyja (upam, da namesto njega ne pride Gargamel) prijazne poglede namenjam Bruce Almightyju in dr. Housu, se smejim z Blondie, Curly Sue, Mrs. Doubtfire, Smrketo, Heidi, Alico iz čudežne dežele ... Oskar pa me ne zanima več, pravzaprav me nikoli ni.

Opozorilo: Vsaka podobnost z resničnimi osebami je zgolj naključna.

Foto: osebni arhiv Bridget Jones

Nagrajeni e-poster naših patologov

Na 32. rednem letnem kongresu Evropskega združenja za patologijo in hkratnem 33. kongresu Mednarodne akademije za patologijo (32nd Congress of the European Society of Pathology and 33rd International Congress of the International Academy of Pathology), ki je potekal začetek decembra 2020 na spletu, sta **Izidor Kern** in **Gregor Vlačić** predstavila poster z naslovom **Value of immunohistochemistry for detection of BRAF V600E mutation**. Primerjala sta uporabnost imunohistokemične metode dokazovanja mutacije BRAF V600E v različnih

tumorjih s PCR-metodo, kar bi omogočilo hitrejše in cenejše določanje tovrstnih mutacij v rutinskem delu. Skladnost med metodama je bila stodontna, kar potrjuje zanesljivost imunohistokemije. Delovna skupina za pljučno patologijo Evropskega združenja za patologijo je poster prepoznala kot enega izmed najboljših e-posterjev s področja pljučne patologije na kongresu ter avtorjema namenila tudi denarno nagrado.

Čestitamo!

Starost je stanje duha

V letošnjem letu Klinika Golnik praznuje častitljivih sto let. Stoletniki se lahko počutijo in so videti zelo različno ... Nekateri so vitalni in fit, iskrivega duha in bistrih misli, drugi lahko njihovo popolno nasprotje. Zato smo tokrat zaposlene prosili, da nam povedo, kakšna stoletnica se jim zdi naša klinika.



Goran Gruič

Vida Demšar, farm. tehnica
Klinika Golnik se mi zdi kot malce postarana kraljica. Leta jo ohranjajo v svojem jedru še vedno močno in trdno, ker je bilo vsa leta dobro poskrbljeno zanjo. Ker pa se časi menjajo in zahtevajo kakšen modni dodatek ali spremembo, je bilo zadoščeno tudi temu. Tako klinika ostaja še vedno vabljiva in zanimiva. Seveda pa čisto mimo svoje starosti ne more. Kakšna guba grenkobe se sem in tja vseeno zariše v njen obraz.

Goran Gruič, sr. zdravstvenik
»Prvih sto let je najtežjih.« Če sklepamo po tej izjavi Wilsona Miznerja, potem je najhujše mimo. Golniška zgradba je stara. V vseh teh letih je bila sicer deležna pomlajevalnih kur, tako zunaj kot znotraj. Dejstvo pa je, da rabimo nove sodobne



Rok Cesar

prostore. Ko sem sodelavce vprašal, kakšna se jim zdi vitalnost bolnišnice, so mi odgovorili, da letom primerna. Videz in funkcionalnost prostorov sta zagotovo pomembna. Še pomembnejša pa je duša Golnika, njeni zaposleni. Ljudje nam priznavajo, da smo na Golniku ljudje z velikim srcem in dušo ter zvrhano obilico sočutja do bolnika oz. sočloveka. Klinika Golnik je kljub svoji starosti ena taka super babica. Želim ji vse najboljše, na nadaljnjih sto let. Na zdravje! Oziroma če se izrazim po golniško: za zdrav vdih, še nadaljnjih sto let!

prim. **Rok Cesar**, dr. med, spec.
V letošnjem letu se bomo verjetno še precej ukvarjali z jubilentko, ki na prvi pogled ne kaže, da bo v letošnjem letu dopolnila sto let. Ja, seveda, Klinika Golnik. In prav nič ni podobna trhli starki,

bolj onemu stoletniku, ki je ušel skozi okno. Osebnost nisem poznal nikogar, ki bi dočakal sto let. Še najbližje jubileju sta bila očetova teta in njegov znanec, pa sta se oba nekaj mesecev prej poslovila s tega sveta. Tako nimam osebnih izkušenj s stoletniki, razen ...

Leto 1921 je začela v Kraljevini SHS, kasneje Kraljevini Jugoslaviji, med 1941 in 1945 je bila del Nemškega Rajha, nato socializem: DFJ, FLRJ, SFRJ; od leta 1991 pa v Sloveniji, kjer upamo, da bo ostala še naslednja stoletja. Kar precej držav in sistemov in to je gotovo zahtevalo prilagodljivost, saj je nekaj obdobjev zaznamovala tudi pojavnost različnih bolezni. Nazadnje, v zadnjem letu, še izziv z epidemijo covid-19.

Ampak, sem razmišljal, naša stoletnica je nekaj posebnega. Kljub vsepovsod prisotnim težnjam skrivanja let, najrazličnejšim kozmetičnim pripravkom in plastičnim operacijam, je naša jubilentka ostala čila in mladostna brez takšnih posegov. Ja, saj so bila razna dela, kot obnova fasade, menjava oken, tlakov in tako naprej, saj naša tehnična služba za vse to vzorno skrbi, vendar imam v mislih drugačne vrste kozmetiko. Gre za to, da si je Golnik vedno upal zreti v svojo podobo v ogledalu, brez olupševanja. Ves čas smo vestno beležili opozorilne dogodke, resno obravnavali razne zaplete in pritožbe, tako nas zaposlenih, kot tudi bolnikov in njihovih svojcev ... čeprav je zaradi tega včasih izpadlo, kot da se na Golniku zgodi največ neljubih komplikacij. Seveda, marsikje drugje so pač zadeve pometali pod preprogo, samo da so ohranili videz neoporečnosti, s čisto in sijočo fasado, pa čeprav so tramove že dodobra zgrizli ter-

Obisk predsednika Boruta Pahorja



Foto: Daniel Novakovič/STA

Med obiskom gorenjske regije se je konec januarja po naši kliniki sprehodil predsednik republike **Borut Pahor**. Direktor in **Katja Vrankar** sta ga pospremila skozi oddelka 600 in 300, skozi steklo je pogledal tudi v covidni oddelek. Simpatično je bilo videti, kako so ga pozornejši čakajoči pacienti prepoznali in prijazno pozdravljali. Ogleдал si je še intenzivni oddelek, potem pa se v zdravniški posvetovalnici srečal z našimi zdravniki, ki se jim je pridružil dr. **Marko Bitenc**. Našemu osebju je namenil lepe besede in se spomnil tudi topline in zavzetosti, ki ju je bil deležen na zasebnih obiskih naše klinike. Z

zanimanjem je prisluhnil besedam direktorja in njegove pomočnice za zdravstveno nego, ki sta poudarila hiter odziv naše klinike na epidemijo, veliko požrtvovalnost in prilagodljivost naših zaposlenih ter potrebo po obnovi in širitvi prostorov. V parku so se medtem zbrali novinarji, ki so hvaležno sprejeli vroč čaj, da so lažje počakali na uradne izjave.

Predsednik Pahor je v izjavi ponovno poudaril svojo hvaležnost osebju naše klinike za odlično delo v zahtevnih razmerah in izrazil svojo podporo nujnim spremembam slovenskega zdravstvenega sistema. Vsi govorniki so se pohvalno

izrazili o skupnem sodelovanju občine, civilne zaščite, osnovnega zdravstva in gorenjskih bolnišnic, dr. Rozman pa je še posebej poudaril, da v epidemiji nihče ne zmore ukrepati sam in da brez tega sodelovanja ne bi bili uspešni.

Kratek predsednikov obisk je bil zadnja gorenjska postaja, potem ko se je v Kranju srečal z županom **Matjažem Rakovcem**, predstavnik Civilne zaščite za Gorenjsko in z direktorico DSO Kranj **Nadjo Gantar** ter si ogleđal odvzem brisov za hitro testiranje.

J. B.

miti. No, mi pa smo brez strahu natančno preverili, ali delamo prav in dobro, kje smo storili napake in kako jih lahko odpravimo, da v bodoče do njih ne bi prihajalo. In tako je naša stoletnica ostala zdrava in vitalna, pripravljena na nove izzive.

Različne preizkušnje ji niso prišle do živega. Začelo se je s sanatorijem za tuberkulozo, potem z diagnostiko in zdravljenjem pljučnega raka, alergologijo, pa diagnostiko in zdravljenjem redkih

bolezni ... Vse to ohranjamo in izpopolnjujemo. Pred nekaj leti se je znova vrnila kirurgija, s podporo vseh laboratorijev in diagnostike smo kos tudi novim izzivom, morda presejalnemu spremljanju in odkrivanju pljučnega raka, že v ne tako oddaljeni prihodnosti ...

Sami sicer morda tega ne opazimo, vendar moram omeniti še to, da vsi, ki pridejo na Golnik kot uporabniki – kot bolniki ali morda poslovno, povedo, da

začutijo že na vhodu prijetno vzdušje, kar nato dopolni še strokovnost osebja ...

Vsi mi pišemo del te zgodbe, v tej, zdaj stoletnici, krajši ali daljši čas. Slučajno se bo tudi meni iztekla ravno petina stoletja dela v tej kliniki. In moram priznati, da je minilo tako hitro, da še sam komaj verjamem.

Tako smo lahko prepričani, da naša stoletnica čila in zdrava ter polna novih načrtov, vstopa v svoje drugo stoletje.

Mineva 60. obletnica smrti primarija Tomaža Furlana



Prim. dr. Tomaž Furlan, dr. med.

Tomaž Furlan je s svojim strokovnim delom zaznamoval slovensko in nekdanje jugoslovansko področje zdravljenja tuberkuloze. Rojen leta 1901 v Verdu pri Vrhniki je odrasčal v veliki kmečki družini. Po gimnaziji je študij nadaljeval na medicinskih fakultetah v Ljubljani, Zagrebu in Innsbrucku, kjer je 1927. pridobil naziv doktor medicine. Kot zagnan športnik je leta 1924 nastopil na olimpijskih igrah v Parizu. Štiri leta pozneje je prvo službo dobil v Sanatoriju za jetične bolnike na Golniku. V tistem času, ko antituberkulotikov še niso poznali in so za tuberkulozo zbolevali predvsem mladi ljudje, je zdravljenje potekalo le s klimoterapijo, dobro prehrano, počitkom in sprehodi. Le pri nekaterih bolnikih so lahko izvajali pnevmotoraks. Primarij Furlan je že leta 1930 v laboratorijsko diagnostiko uvedel osamitev bacilov tuberkuloze na gojiščih. Leta 1937 sta Robert Neubauer in Tomaž Furlan kot njegov asistent izvedla prvo operacijo za zdravljenje pljučne

tuberkuloze, t. i. ekstraplevralno pnevmolizo v lokalni anesteziji. Med drugo svetovno vojno je bil primarij Furlan z družino izgnan na Hrvaško, po koncu vojne pa se je vrnil na Golnik in postal direktor zdravilišča. Ponovno je odprl operacijski oddelek za terapijo pljučne tuberkuloze. Zaradi vodilne vloge na področju kirurškega zdravljenja in preventivnih ukrepov je Golnik postal učna baza za jugoslovanske ftziologe. Leta 1947 velja za prelomno v obvladovanju tuberkuloze, saj so takrat na Golniku začeli zdravljenje z zdravili, sprva z dragim antibiotikom streptomycinom pri posameznih bolnikih, ker pa so bacili postali odporni nanj, so nekaj let pozneje vpeljali še zdravila PAS in izoniazid. Kmalu so ugotovili, da se rezistenca na antituberkulotike ne razvije, če uvedejo trojno ali celo četverno terapijo z zdravili. Končno je v petdesetih letih smrtnost zaradi tuberkuloze začela upadati, z nekaj leti zamika tudi obolevnost, zato je primarij Furlan leta 1955 odprl prvi pljučni oddelek za netuberkulozne bolezni pljuč, predvsem za pljučnega raka, kronični bronhitis ipd. Ležalne lope, prej namenjene bolnikom s tuberkulozo, so prezidali v laboratorije.

Sunny boy

Primarij Tomaž Furlan je bil dejaven tudi na področju preventive in rehabilitacije. Leta 1950 je ustanovil epidemiološki oddelek za nadzor in vodenje nacionalnih fluorografskih akcij, besežiranja in testiranja s tuberkulinom, štiri leta pozneje pa tudi centralni register tuberkuloze za Slovenijo. Sodeloval je pri odpiranju protituberkuloznih dispanzerjev, tistega na Jesenicah je vodil vse do konca svojega delovanja. Ustanovil je oddelek za delovno rehabilitacijo dolgotrajno hospitaliziranih kroničnih bolnikov.

Bil je avtor številnih strokovnih in poljudnoznanstvenih člankov o tuberkulozi ter ustanovitelj in urednik revije Delo proti tuberkulozi. Veliko se je posvečal epidemiologiji tuberkuloze v Sloveniji in vplivu genetskih dejavnikov pri zbolevanju in umrljivosti za tuberkulozo. Za svoje strokovno in organizacijsko delo je prejel več nagrad in priznanj. Vsako leto je organiziral dvotedenske golniške seminarje, namenjene ftziologom vseh nekdanjih jugoslovanskih republik.

Sodelavci so ga opisovali kot vedrega, razgledanega, radovednega, poštenega in odkritosrčnega človeka in zdravnika. Priljubljene so bile njegove vizite, bolniki so ga zaradi njegovega optimizma klicali kar sunny boy, znal jim je vliti upanje in pogum. Poleg medicine so ga zanimale politika, zgodovina, biologija, filozofija in astronomija. Veljal je za velikega humanista, človekoljuba in svobodnega duha. Zaradi bolezni, verjetno pa tudi zaradi posledic dolgotrajnega izpostavljanja rentgenskim žarkom je umrl poleti 1961.

Po pisnih pričevanjih prof. dr. Jane Furlan, dr. med.,
UREDILA ANJA BLAŽUN

Foto: arhiv Klinike Golnik

1566

V urbariju kriškega urada je prvič omenjen grad krških gospodov, ki ga je zgradil vitez Jurij Kreuzer. Graščino z imenom Glavnik omenja tudi Valvasor.



1640

Grad je prvič v lasti rodbine Gallenfelsov ali Golniških – ohranilo se je ime Ivan A. Golniški. Grajski lastniki so se pogosto menjavali. Leta 1917 je celo posest po zelo ugodni ceni 48.000 kron (približno 96.000 evrov) odkupila Komisija za preskrbo vračajočih se vojakov, graščina pa je postala zametek golniškega sanatorija.



1921

Poleti 1919 so prvih 40 pljučno bolnih invalidnih vojakov namestili v devet zasilno urejenih sob v starem

gradu. Junija 1920 je deželna vlada iz dohodkov demobilizacijskega blaga odobrila kredite za začetek gradnje

sanatorija. Najprej so preuredili gospodarsko poslopje ob gradu v bolniško stavbo in jo imenovali Gornji sanatorij. Obsegala je štiri velike bolniške sobe, dve manjši sobi, preiskovalnico, sobo za strežnika, kopalnico in na podstrešju verando.



Jože Zupan je že ob odprtju bolnišnice leta 1921 s kriške železniške postaje s konji v bolnišnico pripeljal prvih devet ranjencev. Konjsko vprego so si seveda lahko privoščili le redki, kdor denarja ni imel, je petkilometrsko pot prepešačil. Jože je v desetih letih z zagnanostjo ustvaril avtoprevozniško podjetje s štirimi taksiji in tremi avtobusi. Z njimi je vozil na relacijah Križe–Golnik, Križe–Kranj ter enkrat na teden Križe–Ljubljana. Bolnike in svojce je prevažal tudi med 2. svetovno vojno. V zameno, ker so mu to dovolili, je moral občasno prevažati nemške vojaške uslužbence na

sestanke v Žiri, včasih pa je sočasno z njimi na skrivaj v prtljažniku povsem na lastno odgovornost – in z izjemnim pogumom! – peljal še kakšnega ranjenca do bolnišnice Franja. Med vojno se je, seveda ob popolni nevednosti nemških oblasti, povezal z bolnišničnimi sestrami usmiljenkami, da so mu priskrbele zdravila in povoje za partizane, ti pa so jih nato skrivoma prevzeli na dogovorjenih mestih. Dolga leta je za bolnišnico vozil iz Križev do Golnika tudi premog (vse do ukinitve železniške proge l. 1968), nato še apno, pesek in drug gradbeni material.

Sanatorij je od 1. septembra 1923 vodil prof. dr. Robert Neubauer.

Proga KRIŽE – GOLNIK				Obrad vstopa iz Križev v Ljubljano	
Obrad avtoriz. iz KRIŽEV	Prilod NA GOLNIK	Obrad avtoriz. iz GOLNIKA	Prilod V KRIŽE nastaja	543	
848	993	1040	1055	740	
1317	1332	1405	1420	11-	
1708	1723	1740	1755	1424	
				1804	
				1912	
				2059	

Proga GOLNIK – KRANJ			
vsaki ponedeljek in vsako soboto			
Obrad iz GOLNIKA	Prilod GORICE	Prilod KRANJ hotel Polje	Prilod KRANJ žup. postaja
735	740	8-	895
Obrad avtor. iz KRANJA v postajo	Prilod KRANJ hotel Polje	Prilod GORICE	Prilod GOLNIK
1055	11-	1120	1125

Se priporoča
AUTOPODJETJE
JOŽE ZUPAN
KRIŽE
TEL. ST. 1

1930

Spomladi leta 1921 so se začela gradbena dela po načrtih arhitekta Ivana Vurnika, ki si je, ob upoštevanju potreb jetičnih bolnikov, zamislil skladno kompozicijo s poudarjenim osrednjim delom. Prehod skozi osrednji trakt stavbe v park spominja na baročno oblikovanje, stavba in park pa sestavljata neločljivo celoto. Bolj ko se je odmikal

povojni čas, manj je bilo jetičnih bolnikov, zato je sanatorij postopoma sprejemal vse več zasebnih bolnikov.

»Proti jugu je glavno stavbo obdajal velik park v dveh nivojih, zgradili so ga po versajskem vzoru z dvema vodometoma in s stopniščem. Zunaj tega parka so travnike in gozd na



manjšem hribčku poimenovali Tivoli, ki je bil tudi namenjen za sprehode pacientov. Najbolj privlačno pot so imenovali Kochov bulevar (Srbi so ji rekli tudi Steza vzdihljajev), po njem pa so se sprehajali predvsem ljubzenski parčki.

Takrat je za tuberkulozo zbolevalo veliko mladih ljudi. Pod samostanom je bil vrt s toplimi gredami za zelenjavo in na spodnjem delu omejen prostor za sprehode in molitve redovnic.« (Jana Furlan).



1934

Sprva so pred osrednjo stavbo postavili leseno ležalnico, ki jo je leta 1926 uničilo neurje. Nadomestili so jo z grajeno ležalnico za moške bolnike in kasneje dogradili še ženske ležalnice, kamor je bilo po stopnicah mogoče priti kar iz parka.

»V pritličju in v višini prvega nadstropja glavne stavbe so bile na južni strani okrog glavne jedilnice pozidane štiri ležalne lope z velikim panoramskim oknom s pogledom na park, zgornje za ženske, spodnje za moške, v katerih so poleti na svežem zraku ležali bolni-

ki. Nekateri pacienti pa so ležali zunaj tudi pozimi, čeprav se je v tistih letih zimska temperatura vedno spustila globoko pod ničlo. Pred mrazom so jih ščitile spalne vreče iz ovčje kože.« (Jana Furlan)



1937



Terapevtska nemoč pri zdravljenju jetike je poskušala iz zakladnice narave črpati vse tisto, kar bi bolnikom lahko pomagalo k ozdravitvi. Osrednja terapevtska metoda je postala klimatoterapija, ki so ji postopno dodali še zdravljenje z vodo – hidroterapijo in s soncem – helioterapijo. Vzhodno od zdraviliškega kompleksa so zgradili kopališče, v preprostih ležalnicah pa so se poleti bolniki sončili. Sončenje v kopalkah za bolnice takrat še ni veljalo za moralno sprejemljivo.

1940

Konec tridesetih let so na vzhodni strani Vurnikovega prizidka začeli zidati novo bolniško stavbo, imenovano Železničarska, ker so jo financirale Jugoslovanske železnice. Zidali so po zgledu arhitekta Bauhauša z velikimi okni v južni steni. Bolniki so imeli zračne kopeli kar v sobah. Stavbo so dokončali med nemško okupacijo, okupacijska uprava pa je dogradila še novo ločeno bolniško zgradbo, ki je dobila ime Infekcijska. Pri gradnji so našli podzemne kapnike, ker so okrog Golnika manjše kraške jame.



1946

Povojni čas in politični vplivi na Jugoslavijo so se odražali tudi na Golniku. Praznovanje dneva zmage pred upravno stavbo sta spremljali tako Titova kot Stalinova slika. Optimizem pa so vendarle zbujali Prešernovi verzi iz Krsta pri Savici, napisani na pročelju stavbe. Med vojno je sanatorij vodila okupacijska uprava.



Knjižničarka in še veliko več

Prijazna Anja nas že dolga leta intenzivno vabi v knjižnico in spodbuja k branju leposlovja. Njeno delo pa je vsebinsko veliko pomembnejše in za kliniko, ki je terciarna ustanova, ključno. Poglejmo, zakaj ...



Za vse, ki je še ne poznate: vedno nasmejana in predvsem zelo prijazna Anja Blažun.

Anja, v uvodniku sem poudarila, da izposoja knjig ni tvoje edino in najpomembnejše opravilo. Povej nam, prosim, več o delu, vezanem na terciar ...

Velik del vsakodnevnih nalog je vezan na vodenje bibliografij zaposlenih. V bibliografije in s tem v vzajemno bazo Cobiss vnašam vse objave zaposlenih in nekatera izvedena dela (predavanja). Pripravljam mesečni pregled objav zaposlenih za raziskovalni svet in vloge za rehabilitacije. Vse omenjeno je povezano z nazivom klinika. Vsakih pet let pripravljamo vlogo za podaljševanje tega naziva, ki zahteva večmesečno zbiranje, iskanje, usklajevanje podatkov z različnih strani (služba za razvoj ljudi pri delu, vodje oddelkov in enot, raziskovalni oddelek ipd.).

Vedno ažurno priskočiš na pomoč, kadar zahtevamo različne članke. Nikoli ne vprašaš, do kdaj jih potrebujemo, ker že veš, da bo odgovor čim prej, takoj, najbolje včeraj. Naj se

mimogrede zahvalim in hkrati vprašam, ali so tovrstne naloge sistemsko evidentirane?

Mislím, da je vzpostavljeni sistem funkcionalen. Naročniki se ne pritožujejo, dobijo, kar želijo oz. rabijo, jaz pa ne vidim potrebe po zapletanju s protokoli.

Kdo so tvoji najpogostejši sodelavci? Vzdržuješ stike in povezave tudi zunaj klinike? S kom in kako?

Na dnevni ravni sem največ v stiku s posameznimi zaposlenimi, ki potrebujejo članke ali drugo strokovno literaturo. Sicer veliko sodelujem z Gregorjem Ostankom; z Jano Bogdanovski delava/-mo Pljučnik in še kup drugih stvari; s puncami v službi za razvoj ljudi pri delu in v računovodstvu; s kliničnima psihologinjama smo na intranetu ravno dobro zagnale rubriko *Krepimo duha*; s Sašo Kadivec in fotokopirnico sodelujemo v povezavi z obrazci. Najbrž sem še koga pozabila. Delo je raznovrstno, daleč od tega, da je zgolj *prekladanje knjig*, sodelujem z različnimi skupinami zaposlenih, kar mi je všeč. Z vsemi sodelujem dobro, upam, da je občutek obojestranski.

Največ stikov zunaj klinike imam s kolegi iz ostalih biomedicinskih knjižnic, bodisi zaradi medknjižnične izposoje gradiva ali izmenjave izkušenj. Ker sem v knjižnici sama, strokovne reči težje podelim s kom znotraj hiše, zato dobro dene pogovor s kolegi iz drugih knjižnic, da si drug drugemu svetujemo in tudi kaj *pojamramo*. Žal mi je, da smo že drugo leto zapored brez rednega letnega srečanja biomedicinskih knjižnic, kjer smo na kratko predstavili delo in novosti v svoji knjižnici, temu je sledilo neformalno druženje. Upam tudi, da bom kmalu spet lahko obiskala kakšno strokovno knjižnico (v preteklosti so bile to knjižnica Onkološkega inštituta, Knjižnica slepih in slabovidnih ter knjižnica na FZAB).

Skrb, da imamo v kliniki knjižnico, kjer se najdejo strokovna literatura, leposlovje, priročniki in drugo, je zelo pomembna. Kako ti uspe obdržati vse to?

Nakup strokovne literature v osnovi ni vprašljiv: če nekdo rabi literaturo za strokovni razvoj oziroma je nakup utemeljen, jo načeloma tudi dobi, sploh če gradiva ni nikjer drugje v Sloveniji. Za nakup leposlovja predvidim sredstva v vsakoletnem načrtu dela in do zdaj s tem ni bilo težav. So pa, razumljivo, ta sredstva bistveno manjša, a nekaj vseeno je.

Kaj pa podarjene knjige, najdejo pot do knjižnice?

Seveda. Ni redko, da knjige želi podariti kdo od bolnikov ali njihovih svojcev. Običajno se pogovarjamo o kar zajetnih škatlah. Knjige sprejemem, a vnaprej povem, da jih bom odbrala, kajti starejšega gradiva imamo že sami dovolj (neodbrane knjige gredo po navadi na oddelčne knjižne police). Uporabniki večinoma raje posegajo po novejših knjigah in s tem ni nič narobe. To ne pomeni, da so vse stare knjige za na odpad, vendar je treba poskrbeti, da je na policah kolikor toliko aktualno gradivo. Odpis je ena od nalog, ki jo je občasno treba izvesti (tudi zdaj ga pripravljam, zaposleni bodo obveščeni).

Sva še kaj pozabili omeniti?

Vabljeni v knjižnico!

Anja, hvala, da si z vabilom posredno poudarila, kako zelo pomembno je branje. Izkoristiva še priložnost za spodbudo zaposlenim k doslednemu in predvsem ažurnemu sporočanju podatkov o objavljenih člankih, predavanjih ...

Ponovno vabim zaposlene, da javljajo svoje objave in aktivne udeležbe na srečanjih, kajti le tako lahko zaobjamem vse publiciranje v Kliniki Golnik.

MIRA ŠILAR

Foto: Osebni arhiv

Zdravniške vrste so se okrepile s specialistom klinične genetike



Dr. Julij Šelb, dr. med., je konec leta 2020 uspešno končal zahtevno specializacijo in pridobil naziv specialista klinične genetike. Pred tremi leti je v intervjuju za golniški vestnik optimistično napovedal: »V genetiki izmed vseh vej medicine najboljše lahko uporabim znanja programiranja in statistike, pa tudi v raziskovalnem smislu je to kar zanimiva specializacija. Genetiki se v naslednjih letih obeta močan razcvet, zato bomo videli, kaj bo prinesla prihodnost.«

Dr. Julij Šelb, čestitke za uspešno opravljeno specializacijo. Je bilo naporno?

Pozdravljena, hvala za čestitke. Specializacija je in ni bila naporna. V primerjavi z drugimi specializacijami, ko morajo specializanti poleg osemurnega delovnika še redno dežurati, moram reči, da ni bila naporna. Zaradi hitrega razvoja genetike pa je mogoče malo več 'študijskega' dela kot drugje. Samo učenje za specialistični izpit je bilo pričakovano naporno, še posebej, ker sem med specializacijo malo potiskal na stran genetiko neonatalnega/otroškega obdobja. Vedel sem, da se bom s tem področjem med delom na Golniku srečeval bolj poredko. Vendar se je bilo treba za specialistični izpit naučiti vse in sem se. Očitno kar dobro, saj sem specialistični izpit opravil s pohvalo.

Kako vam je uspelo združevati vsakdanje službene zadolžitve in študij?

Kot rečeno, dejstvo, da genetiki ne dežuramo, močno pripomore k temu, da se lahko po končanem osemurnem delovniku posvečamo študiju in drugim zunajštudijskim dejavnostim. Tako da moram reči, da je kar šlo.

Je v Sloveniji veliko specialistov klinične genetike?

Ste povezani, sodelujete osebno, v društvu ...

Načeloma nas ni veliko. Med drugim se povezujemo pod okriljem Zavoda za medicinsko genetiko, ki vsaj enkrat na leto skliče skupščino, kjer med drugim prediskutiramo novosti na področju, po navadi vnaprej določene teme. V preteklem letu so se npr. predavanja vrtela okoli teme kontrole kakovosti v genetiki.

Glede na dokaj omejeno število specialistov klinične genetike drži dejstvo, da se vsi med seboj osebno poznamo, tako da ko naletimo na izzive v strokovnem smislu, ni problem zavrteti številke in poklicati kolega za konzultacijo.

Zakaj je pomembno, da ima klinika svojega stalnega specialista klinične genetike?

Zaradi hitrega razvoja genetike je bilo samo v zadnjih nekaj letih vzpostavljenih več kot tisoč novih povezav med geni in boleznimi, zato mora nekdo bdeti nad tem razvojem in iskati načine, kako novo znanje vpeljati v kliniko, da je oskrba bolnikov resnično najboljša.

Dodatna prednost je tudi pomoč domačega specialista Laboratoriju za klinično imunologijo in molekularno genetiko pri sodelovanju v shemah mednarodnih kontrol kakovosti.

Vam je že uspelo svoje znanje uporabiti v praksi? Nam lahko osvetlite kak zanimiv primer (seveda ob upoštevanju zaščite osebnih podatkov pacienta)?

Specialist sem šele dobra dva meseca, zato bom raje opisal zanimiv primer iz obdobja, ko sem bil specializant. Pri neki gospe v času posveta (preiskava je bila v delu) genetskega vzroka bolezni v družini še nismo odkrili. Gospa je bila noseča in glede na dokaj gotov genetski vzrok bolezni v družini zaskrbljena, da bo njen otrok podedoval družinsko bolezen. Na za laika razumljiv način sem ji razložil osnove mendelske genetike in predstavil, kakšne so verjetnosti, da njen otrok podeduje 'družinsko bolezen' ob upoštevanju lastnosti dedovanja (dominantno, dominantno z znižano penetranco, recesivno, x-vezano ...). Ko sva končala posvet, se je strinjala, da je ta verjetnost nizka in je zato iz moje ambulante odšla pomirjena.

Mimogrede, že imate prostore, ki ustrezajo dejavnosti?

Imam, tako na Golniku kot v ljubljanski ambulanti.

Za konec: kako bi komentirali svojo izjavo, omenjeno v uvodu prispevka, je še aktualna?

Je, ja, in vedno bolj bo. Glede na velike količine podatkov, ki nastajajo ob genetskih preiskavah (predvsem ob preiskavah nove generacije), znanje programiranja in statistike uspešno uporabljam v kliničnem in raziskovalnem delu. Ne samo v genetiki, blizu mi je tudi alergologija.

Dr. Julij Šelb, hvala, da ste po opravljenem specialističnem izpitu ostali zvesti Kliniki Golnik. Želimo vam obilo uspeha pri reševanju kompleksnih genetskih ugank!

MIRA ŠILAR

Foto: osebni arhiv J. Šelb



Novopečeni specialist klinične genetike dr. Julij Šelb v svoji ordinaciji z nasmejanim obrazom in iskričnim pogledom genetskim izzivom naproti ...

Posttravmatska rast – kaj nas premika?

»Ljudje si vas ne bodo zapomnili po tem, kar boste rekli, ne bodo si vas zapomnili po tem, kar boste naredili, zapomnili si vas bodo predvsem po tem, kako se bodo ob vas počutili.« (Maya Angelou, 1971, borka ta človekove pravice).



Težko razumemo in čutimo rast – sami od sebe.

To so težki časi, ampak bodo minili, si pogosto rečemo zadnje mesece, da si ponudimo nekaj utehe. Pandemijo vidimo kot vir nesreče, kar tudi je. Za iskanje virov moči se je treba potruditi, medtem ko se za nesrečo ni treba. Lahko da več kritiziramo druge in morda obenem verjamemo, da pa smo mi kar dobro. Malo se pogovarjamo o svoji naravi in malo o tem, kar imamo in kar bi lahko imeli med seboj. V tem smislu lahko storimo še veliko več. To besedilo se dotika razmišljanja o odpiranju uma v kontekstu posttravmatske rasti. Brez tega se ne more oblikovati nič novega, ne moremo preseči lastnih popačenj.

Kaj je travma?

Zahtevne situacije so lahko tudi travmatske. Travma, po definiciji, je izpostavljenost bližnji in močni nevarnosti z razsežnostjo ogrožanja življenja. Slikovito povedano, travma (gr. rana) predstavlja ranjeno področje, ki se ga ne da spojiti z

drugimi deli posameznikovega delovanja. Če uporabimo analogijo z delovanjem telesa: psihološki mehanizmi omogočajo psihološko celjenje, ki lahko rezultira v različno fleksibilni psihološki brazgotini. Če ranjeno področje zatrdi – bode, reže. Če se ne celi – ostaja odprta rana. Oboje moti bivanje. Ko sami nismo dobro, smo tudi z drugimi težje dobri.

Celjenje

Celjenje poteka na različne načine. Ob izpostavljenosti šokantnim dogodkom lahko posameznik premišluje in predružači temeljna prepričanja, pravi **Tedeschi**, profesor na Univerzi v Severni Karolini. Nadaljuje, da je v tem poleg vseh drugih potencialov tudi potencial rasti. Pravi, da posttravmatska rast ni nenavadna, je pogosta in prepoznana v številnih kulturah.

Kaj je psihološka rast?

Rast, v različnih trenutkih življenja, vsakomur izmed nas predstavlja kaj

drugega. Skupni imenovalec psihološke (tudi osebne) rasti je plodovitejše doživljanje življenja. Nekomu rast predstavlja doživljanje širšega spektra čustev, raznih odtenkov znotraj njih. Komu drugemu rast predstavlja poglobljanje določenega čustvenega stanja. Nekdo tretji s prvotnim poglobljanjem doseže kasnejšo razrast v širino ali obratno. Nenazadnje si rast lahko predstavljamo kot doseganje občutka večjega nadzora nad notranjim dogajanjem ali, obratno, kot zmožnost zmanjševanja nadzora, prepuščanja. In vse to je brezpredmetno, če ni v odnosu do drugega in v smeri medsebojnega potrjevanja in spodbujanja.

Kako po psihološko misliti rast?

Če se naslonimo na poznano Maslowovo teorijo motivacije iz leta 1943, s katero se poskuša pojasnjevati človeško vedenje, so na vrhu vseh potreb samoaktualizacijske potrebe. To, kar Maslow opredeli s samoaktualizacijskimi potrebami, lahko rezultira v psihološki rasti, kot jo opisuje v prejšnjem odstavku. Samoaktualizacijske potrebe predstavljajo potrebe po uresničitvi talentov, želja, sanj, hrepenenj in posameznikovega bistva.

Maslow je sicer klasificiral pet skupin potreb, ki si sledijo po hierarhičnem zaporedju od nižjih, torej primarnejših in bioloških, proti višjim, psihološkim. Torej od fizioloških potreb, potreb po varnosti, potreb po pripadnosti in ljubezni, potreb po ugledu in spoštovanju proti potrebam po samoaktualizaciji.

Maslowova teorija je zelo razširjena, ob tem so jo številni teoretiki (Hertzberg, Aldelfer in McClelland) posebej tudi dograjevali in predstavljali svoje razlage vedenja. Če pavšalno povzamemo, so drugi teoretiki vključevali pomen individualnih, kulturnih in statusnih razlik. Ukvarjali so se tudi z vplivom zadovoljstva ter vplivom danosti okolja, možnostmi izobraževanja ipd. Spraševali so se po smiselnosti hierarhije potreb

in izpostavljali primere, ko so ljudje v objektivno zelo slabih razmerah dosegli svojo samoaktualizacijo. Ena od najsoodobnejših in celostnih teorij motivacije je teorija samodoločenosti (Deci, Ryan, Connel in Skinner). Avtorji so definirali tri temeljne potrebe, ki omogočajo psihološko zdravje. To so kompetentnost, avtonomnost in povezanost. Pravijo, da zadovoljevanje teh potreb omogoča notranjo motiviranost. Izpostavljajo, da socialno okolje pomembno vpliva na razvoj posameznika – ga lahko ovira ali zavira. To, kar avtorji imenujejo omogočeno psihološko zdravje, podprto s socialnim okolje, ki vpliva na razvoj, rezultira v psihološko rast.

Na smer rasti torej vplivajo naše potrebe – te nastajajo v okoljih, ki so si različna po kulturnih in socialnih danostih. Torej, bolj kot se ujemajo posameznikove lastnosti in danosti okolja, bolj je posameznik zadovoljen in notranje motiviran. Rast mu je omogočena.

Kako rasti, ko nimamo tistega, kar potrebujemo, ali tistega, česar smo bili navajeni?

V tem sestavku želiva približati dele življenja, ko stiska, ne nujno travma, naredi brazgotino fleksibilno in sporočilno. O najini želji sva se pogovarjali s kolegico, ki pogleda v oči in pove: »Veš, zadnjič sem poguglala slovenskega maratonca in povedal je nekaj zelo smiselnega, nekaj podobnega, proti čemur vidve sedaj grebete.« Maratonec **Marjan Zupančič** pravi: »Človeško telo in um sta namreč že od pradavnine usmerjena v premagovanje ovir, naporov in iskanje uspešnih rešitev ter postavljanje novih mej.«

Felixova, psihologinja, zaposlena na Univerzi v Kaliforniji, ki se ukvarja z obravnavo posameznikov s travmatičnimi izkušnjami, pove, da nekateri ljudje potrebujejo nekaj časa, da si opomorejo do vsakdanjega delovanja. Delež ljudi občuti neugodne psihološke težave kronične narave, vendar večina izskoči iz težkega

obdobja precej kmalu. Ljudje smo odporni. Vendar odpornost in posttravmatska rast nista enaka stvar. Zgoraj omenjeni Tedeschi pojasni, da pravzaprav tisti, ki hitro opravijo s težko izkušnjo, niso tisti, ki doživljajo travmatsko rast. Pove, da po travmatskih izkušnjah rastejo navadno tisti, ki so soočeni s težo – premišljujejo, jih gane in jih na koncu tudi premakne.

Odsev v očeh

Lahko raziščemo koncept rasti in se akademsko poglobimo, brezpredmetno pa je ostajati na ravni razumevanja. Meniva, da je razumevanju rasti treba priključiti občutenje rasti. Težko razumemo in čutimo rast – sami od sebe. In tudi ko zrastemo, svojo »višino« spoznamo in občutimo pravzaprav v očeh nam pomembnih ljudi. Živeti tako, da se je lepo pogledati v teh očeh. To gode ranam.

MIŠA BAKAN, HANA KODBA ČEH

Kdaj smo dovolj zdravi?

Saj poznate nasvete: »Ne pij alkohola!«, »Ne kadi!«, »Rekreiraj se!«, »Jej sadje in zelenjavo!«, »Stres škoduje zdravju!« Lahko bi še dolgo naštevali. Zakaj nas nenehno opozarjajo, naj si prizadevamo za zdravje? Kdaj imamo zdravja dovolj? Smo kdaj popolnoma zdravi? Medijske kampanje, komercialni oglasi in priporočila različnih zdravstvenih organizacij nas nagovarjajo, da je treba za zdravje nenehno skrbeti. Nikoli nismo dovolj zdravi. Nikoli si ne moremo nabrati dovolj zdravja, da bi nas nehala skrbeti. Pride mo do zanimivega paradoksa. Vsak dan tvegamo s tem, ko živimo. In ker živimo, tvegamo, da bomo umrli. Ko ne skrbimo za zdravje tako, da bi si ga nabrali na zalogo, tvegamo, da bomo zboleli in umrli prej, kot bi si želeli. Tvegamo na ravni svojega vedenja in delovanja družbe kot celote. Verjetno se je že vsakdo izmed nas vsaj enkrat, mogoče dvakrat vprašal, kakšen zgled smo zdravstveni delavci generacijam pred nami, za nami in tistim vmes? Mnogi od nas namreč a priori menijo, da vse vedo o zdravju, prehrani, stresu, gibanju ..., da so o tem študirali, v praksi pa padejo že na preventivi v času cepljenja proti gripi ali si zatiskajo

oči pred obilno telesno težo. Saj poznate, ko vam telefon ali ura zapiska in pokaže tako težko prisluženih 10.000 korakov. Pa ne od hoje po hribu navzgor ... Dovolj gibanja za ves teden????

Promocija zdravega življenjskega sloga je v današnjih epidemičnih časih še pomembnejša, zato se iščejo številne strategije, kako to področje približati ljudem. Danes namreč vsaka komunikacija poteka po več različnih medijih hkrati, po internetu, televiziji, radiu, v revijah, izobraževalno-zabavnih oddajah, družabnih omrežjih ... Naj omenim, da se vsakič, ko se povežemo na internet, wi-fi, vklopimo mobilne podatke itd., prikaže okence s kakšnim promocijskim oglasom, besedilom, sliko. Zavito v celofan promocije zdravega življenjskega sloga, za lepo, lepše, najlepše telo, od glave do peta. Proti stresu, proti gubam, proti celulitu, maščobam, za hujšanje, za zdrave sklepe ... Vse to v dnevu ali dveh. Življenje se je med epidemijo malo zaustavilo, ni vse peta oz. včasih celo šesta prestava. V tem času smo se ljudje oglaševanju navkljub v povprečju zredili, več kuhali, več jedli in se manj gibal. Sprašujem se, kaj je tisto, kar ljudi motivira za spremembo življenjskega

sloga, v prid zdravju. Verjetno je odgovorov toliko, kot je ljudi na Zemlji. Naj predstavim tri. V prvem se na pregledu v referenčni ambulanti na ekranu aparata za merjenje RR izpišejo številke, ki pomenijo resno tveganje za nastanek kapi in opozorilo zdravnika, da naslednjič, ko se bo to res zgodilo, bo težje, ker ne bo mogel kaj dosti pomagati. Drugi je pogled na lastno telo v ogledalu, ko se z obilo dobre volje in optimizma tlačimo v pretesne kavbojke, ki so nam bile roko na srce, pol leta nazaj še za centimeter v pasu prevelike in s pogledom v strop rotimo zadrgo, da naj se že zapne do konca. Hvala bogu, da je v predalu še vedno dve številki prevelika trenirka ... In tretji je skrita nadloga našega časa – staranje. Tisti občutek, ko se zjutraj ves trd v sklepih, skoraj napol mobilen zbudiš, se usedeš na kavč s kavo v roki, prižgeš tv ... in tam telovadijo ljudje brez gub, celulita, kapljice znoja, z nogami okoli vratu ... Ste si že rekli danes zjutraj, mogoče je pa danes napočil čas za spremembo – za bolj zdrav življenjski slog, z vsemi izzivi in stiskami življenja, ki nastajajo za zaprtimi vrati naših domov.

ŽIVA SPROGAR

Delamo v klicnem centru



Pust v klicnem centru

Klicni center smo vzpostavili 16. novembra 2020 in deluje vsak delovni dan. V klicnem centru pomaga 12 študentov medicine, po trije na dan. Delovali so za covidna oddelka 200 in 300 ter za oddelek 600 in 700.

Študentje so med novembrom in februarjem, ko sta delovala še dva covidna oddelka, v dopoldanskem času poklicali svojce novo sprejetih bolnikov na oddelkih. Pojasnili so jim način pridobivanja informacij o bolnikih ter pomagali pri vzpostavitvi stika z lečečim zdravnikom. Preverjali so, ali so svojci v stiku z bolnikom po mobilnem telefonu, sicer so pomagali pri komunikaciji po stacionarnem telefonu. Vsem so ponudili možnost videoklicev. Med 12. in 14. uro so v klicnem centru sprejemali vhodne klice svojcev na telefonski številki (04 25 69 211), objavljeni na spletni strani klinike. Ob dogovorjeni uri so predali ključne informacije glede komunikacije s svojci lečečim zdravnikom na vseh štirih oddelkih. Zdravniki so v popoldanskem času poklicali svojce, ki so želeli pridobiti zdravstvene informacije.

Konec februarja smo potek dela nekoliko spremenili, tako da sedaj študentje iz klicnega centra na oddelkih 600, 700 in 300 preverijo pri bolnikih, ali potrebujejo pomoč pri komunikaciji in ali bi želeli videoklic.

Pomagali so tudi pri vzpostavljanju videoklicev na necovidnih oddelkih 600 in 700. Pri vzpostavljanju videoklicev na covidnih



Stablico v covidnem oddelku študentka Ana Filipič

oddelkih 200 in 300 pa je pomagala druga skupina študentov medicine. Tudi njim so, vsak dan ob dogovorjeni uri, predali ključne informacije. Na omenjenih oddelkih je pomagalo pri delu in vzpostavljanju videoklicev še dodatnih 35 študentov.

Do 25. februarja smo na dveh covidnih oddelkih in na dveh običajnih oddelkih (600, 700) v 70 dneh delovanja pomagali vzpostaviti 300 videoklicev.

Študentje, ki delajo v klicnem centru, so bili vključeni v uvodno usposabljanje o naravi sporazumevanja v težjih razmerah z bolniki, svojci in zdravstvenimi delavci. Pozornost smo namenili posebnostim telefonskega komuniciranja. Delovanje klicnega centra in razne komunikacijske poti smo fleksibilno raziskovali in jih spreminjali. Pri koordiniranju klicnega centra in komunikacijskih poteh znotraj njega ter pri uvajanju in spremljanju dela študentov sem pomagala psihologinja.

Veliko veselja in celo praznovanja rojstnih dnevov

Namen delovanja klicnega centra je doseči učinkovit in predvsem spoštljiv prenos informacij med zdravstvenimi delavci in svojci ter omogočiti stik med bolniki in svojci. Večina bolnikov in svojcev je povezanih po telefonu, če pa niso – jim pri tem poma-

gamo. Za omogočanje videoklicev smo se odločili, ker smo opazili, da gre pri videoklicih za drugačno vrsto stika, gre za precej bolj čustven stik, ki je bil sploh v tem času še kako potreben in blagodejen. Pri vzpostavljanju videoklicev je pomembno, da se dobro preveri tako pri bolnikih kot svojcih, ali si takega stika želijo. Nekateri bolniki zaradi svojega zdravstvenega stanja nočejo, da jih bližnji vidijo, in tovrstne informacije moramo občutljivo prepoznati ter se o njih pogovoriti z vsemi vključenimi.

Bili smo priča številnim radostnim videoklicem, tudi rojstnodnevnim praznovanjem. Prav tako smo že tiskali skenirane risbe vnukov in z njimi v rokah prišli presenetiti bolnike pred vzpostavitvijo videoklica. Nekateri videoklici pa so bila tudi zadnja srečanja med bolniki in svojci.

Besede študentke **Urše Žun** iz klicnega centra: »V klicnem centru si prizadevamo, da bi bila komunikacija med bolniki in svojci v sedanjih časih čim boljša in redna. To omogočamo z izpeljavo videoklicev, s katerimi poskušamo nadomestiti obiske. Večini bolnikov in svojcev tak stik veliko pomeni, saj tako svoje bližnje tudi vidijo in ne samo slišijo. Če smo ob videoklicu prisotni, da držimo tablico in tako slišimo pogovor, se tudi nam ob njihovih pozitivnih čustvenih odzivih na obraz nariše nasmeh. V ostalih primerih bolniku pustimo zasebnost. Se je pa tudi

že zgodilo, da je gospa svojka klicala v klicni center in prosila za videoklic z možem, da ga vsaj malo vidi. Ko pa smo tablico odnesli h gospodu, je ta videoklic odklonil z besedami: »Saj ženo gledam že 50 let, v teh dneh se verjetno ni nič spremenila.« Pa sva potem raje sama malo poklepetala.

Študentka **Veronika Pučnik** s covidnih oddelkov: »Vzpostavljanje videoklicev se mi zdi zelo dobra ideja, saj nadomesti vsaj del tistega osebnega stika, ki ga oboleli in njegovi svojci potrebujejo in žal v teh razmerah ni mogoč. Z veseljem opazujem, kako videoklici hospitalizirane bolnike motivirajo in osrečijo, njihove svojce pa pomirijo. Vsa ta izkazana ljubezen in podpora tudi mene motivirata, da svoje delo opravljam še z večjim zagonom.«

Sporočilo svojke: »Vsa pohvala ekipi študentov, ki je posnela našo hčerko, pacientko v Kliniki Golnik, in nas, svojce, povezala z njo. Delo so študentje opravili zelo profesionalno, ažurno, v komunikaciji so bili vljudni. Njihovo delo je zelo pomembno in koristno v teh hudih časih, ko nam je onemogočen stik. Hvala celotni ekipi in še tako naprej.«

MIŠA BAKAN

Foto: osebni arhiv



Študentka Urša z gospodom, ki je praznoval rojstni dan. Svojcem je pokazal pristrčno čestitko, ki jo je prejel od naše ekipe iz kuhinje. Ujeli smo lep trenutek. Hvala vsem, ki »držite vogale«, da lahko nastanejo takšni trenutki.



Pust v klicnem centru (Teja Rebernik in Katarina Miklavčič)

Drage »moje« sestre,
ker trenutno nimam možnosti, da bi se vam osebno zahvalila, sem se odločila, da vam kar na list papirja napišem nekaj besed, besed hvaležnosti.

Hvala vam vsem iz srca za vse vaše »nalezljive« nasmeh, hvala za vsak vaš topli pogled, hvala za vso vašo požrtvovalnost,

hvala za vso vašo skrb, hvala za vse vaše razumevanje, hvala za vso vašo pozitivno energijo, ki jo prenašate na nas paciente, in hvala, ker ste tu, vedno za nas.

Zame ste vse leto kot jutranji vzhod sončnega žarka, ki odseva ves dan in nikoli ne zaide. Hvala za vašo neverjetno predanost poklicu, ki ga opravljate.

Prosim vas, da prenesete mojo zahvalo tudi dr. Košniku in dr. Bizjakovi, ki sem jima res iz srca hvaležna za vso skrb, za vse razumevanje in zavzemanje za dobro počutje.

Iskrena HVALA za vse! Vsem vam želim vse dobro in ostanite zdravi, pacientka Patricija Lovrečič

Od blizu: Petra Kranjec, medicinska sestra

Zakaj bi bil človek samo ena oseba in imel samo eno službo, če je lahko hkrati več oseb in ima lahko hkrati več služb? Nekaterim se to verjetno zdi neizvedljivo, vendar Petra zagotovo ni ena izmed njih :).

NINA KARAKAŠ

Že nekaj časa se sprašujem, »ali sem padla z Marsa?« in »zakaj ima dan le 24 ur?«

Veliko zaslugo za izbiro svojega poklica pripisujem kar svetu oz. življenju, v katerem živim. Že v osnovni šoli sem bila na srečo ena izmed tistih, ki niso imeli težav z odločitvijo o tem, kaj početi v prihodnosti. Proti koncu osnovne šole sem namreč doživela kar žalostno, pa vendar dragoceno preizkušnjo oziroma izkušnjo. Doma smo skrbeli za mojo babico, ki je bila odpuščena z Onkološkega inštituta, kjer so jo zdravili za rakom. Opazovanje samega procesa in dela patronažne službe, ki jo je obiskovala, je bilo zame nekaj tako zanimivega, da vprašanja o tem, kaj bi želela v življenju početi, niso bila potrebna. Dokončala sem srednjo zdravstveno šolo v Ljubljani in se vpisala na Fakulteto za zdravstvo Angele Boškin. K študiju seveda spada pravo »študentsko življenje« in temu z lahkoto pripišem tudi to, da je bil študij kar naenkrat nižje na lestvici mojih prioritet (čeprav sedaj vem, da se tja zagotovo še vrnem!). Življenje me je peljalo po zanimivih poteh in za trenutek sem imela občutek, da me pelje precej stran od zdravstvenih voda, pa vendar ni bilo tako. Ko sem pred približno tremi leti prvič korakala po hodnikih klinike, se mi je zdelo, da sem padla z Marsa! Opravila sem pripravništvo in se zaposlila. Kmalu sem zlezla iz oklepa ... iz tihe in precej zadržane osebe sem postala točno to, kar sem: precej glasna, nasmejana in včasih celo preveč zgovorna oseba. Omenjenim pridevnikom bom pripisala tudi premestitev na oddelke 100, ker predvidevam, da se v pritličju moje prepevanje in smejanje sliši manj moteče kot v 3. nadstropju na oddelku 700 :). Kliniko sem sprejela kot svoj drugi dom, večino kolektiva pa ne le kot svoje sodelavke in sodelavce, temveč kot svoje prijatelje, s katerimi se z veseljem družim tudi izven službenega časa ter izven bolnišničnih zidov, kar zagotovo v največji meri prispeva k moji dobri volji na delovnem mestu. Čeprav teče

že tretje leto, jutranjega vstajanja še vedno nisem sprejela kot nekaj dobrega, je pa zato jutranja kava s krasnim in manj zaspanim kolektivom toliko slajša. Trenutni čudni časi s seboj sicer prinašajo tudi meni bolj naklonjene spremembe, in sicer 12-urni delavnik. To bi bila verjetno za marsikoga od nas precej dobra sprememba tudi v bodoče, ko bodo skafandri ter plašči le še bled spomin.

Preživljanje mojega tako imenovanega prostega časa je zame povsem običajno, verjetno pa se ljudje, ki so narejeni bolj »standardno«, s tem malo težje poistovetijo :). Ukvarjam se s petjem, igranjem na odrskih deskah, trenutno največ časa posvečam snemanju radijskih pravljič ter imitacijam (ena od oseb, ki jih imitiram, je npr. Tanja Žagar). Moji dnevi so tako raznoliki, da nekega ustaljenega procesa še do danes nisem ustvarila. Ko sem prosta uniforme medicinske sestre, poskušam zadnje čase jutranjo rutino zbujanja nekako zapeljati v smer, v kateri bi mi to uspelo že pred 9. uro, vendar mi ne gre najbolje. Sem človek, ki bolje funkcionira ponoči. Ko je čas za spanje, ideje kar švigajo in moja produktivnost je takrat na višku. To seveda terja svoj davek in moje noči so velikokrat precej kratke. Vsekakor dneva ne začnem brez kave, potem pa povsem odvisno od obveznosti. Vse pogosteje se mi dogaja, da sem kar do večera v radijskem studiu. Pred približno osmimi meseci sem namreč vzpostavila prvi stik z meni izjemno ljubim svetom: pridružila sem se ekipi Radia 1, in sicer na dobrodelni akciji Deželak-junak, ki je tudi ena najodmevnejših vsakoletnih radijskih akcij. Potem smo ohranili stike in moji obiski radia so bili vse pogostejši. Radio, televizija, javno nastopanje ... za vse to se mi zdi, da mi je bilo na nek način položeno v zibelko. Delo na radiu in delo z najrazličnejšimi mediji je bilo poleg dela medicinske sestre vedno neka skrita



Foto: osebni arhiv

želja, ki je nikoli nisem pretirano izražala, saj niti nisem imela občutka, da je to sploh dosegljivo. Vendar je! Vse je mogoče, vse je dosegljivo, kjer je volja, je pot, in to sem dodobra spoznala. V življenju je torej treba verjeti! Verjemi vase, v svoje cilje in želje, kajti življenje je tako nepredvidljivo in tako lepo, da nikoli ne veš, kje in kdaj te čaka priložnost, da uspeš in zažariš v nečem, kar si potihoma želiš.

Snemanje pravljič in tudi sinhronizacija risank sta precej dolgo trajen proces. Ko na prvem uvodnem srečanju dobiš svojo »vlogo« in nekajkrat prebereš besedilo, delo še zdaleč ni končano, pravzaprav se takrat šele začne. Lik, ki ti je dodeljen, moraš najprej dodobra spoznati. Sama se največkrat lotim že ustaljenega načina, in sicer na list papirja napišem ime svojega lika, nato pa mu pripisujem lastnosti ter mu določim karakter. Vse to so oporne točke, na podlagi katerih ustvarjam lik in njegov glas. Glas in karakter sta tista, ki ustvarita posebnost lika, s katero bo prepričal uho poslušalca.



V veliko veselje in čast mi je bilo sodelovanje na decembrski akciji 28-urnega maratona, kjer smo se zaposleni na Kliniki Golnik dokazali z izjemno gesto: skupaj smo zbrali kar zajeten kupček denarja in s tem pomagali družinam, ki so se znašle v hudi stiski. Sama ideja za to se je pojavila povsem spontano, natančneje med malico, ko smo se s sodelavkami na covid-oddelku pogovarjale, kako čarobni so božično-novoletni prazniki, a na žalost ne za vse. Predlagala sem zbiranje denarja za maraton Radia 1 in naletela na dober odziv. Kasneje smo se dogovarjale v smeri, da bi lahko sodelovali vsi zaposleni v imenu Klinike Golnik. Ideja mi ni pustila spati in že naslednji dan sem se obrnila na vodstvo klinike, kjer sem bila prav tako deležna izjemno pozitivnega odziva. Lotila sem se dela in dan je bil rezerviran za izdelavo škatlic za zbiranje denarja ter obvestil o akciji. V istem tednu so bile škatlice razdeljene po vsej kliniki in zbiranje se je pričelo. Dan pred maratonom smo z vodstvom klinike denar prešteli in lagala bi, če bi rekla, da se na poti proti Ljubljani nisem zjokala od sreče. O solzah sreče na samem maratonu in o navdušenosti radijske ekipe nad našo gesto pa ne bi dolgovezila, saj je premalo besed, s katerimi bi lahko opisala vsa ta pozitivna čustva.

Če je vse na glavo, pa naj bo še to!



Naslov je mimogrede prilepila Vlasta Tratnik sama, ker si v mesecu dni v službi ni uspela odtrgati časa za tale kratek intervju. In tako, kot je napisala, sta čas in trenutna situacija v službi vse postavila na glavo. Če je že vse na glavo, naj bo še njena fotka, pravi. Na glavo! Zagotovo ni kriva za pomanjkanje časa samo ta situacija s covid-19. Kdor Vlasto pozna, ve, da ni nič »na hitro«. Zadeva mora biti dobro načrtovana, estetska, narejena z občutkom in veliko mero čutnosti. Vsi, ki jo poznamo, tudi bolniki, ki so jo imeli možnost spoznati kot medicinsko sestro, vemo, da je Vlasta čuteča in empatična oseba. Njen odnos do bolnikov, sodelavcev in drugih

se nas dotakne in nam ostane v spominu. Vedno si želi naučiti se še več, spoprime se z vsemi izzivi, ki ji jih profesionalno delo nudi. Tudi v zasebnem življenju zna najti stvari, ki jo »odklopijo«, obrnejo na glavo in hkrati napolnijo z energijo. To znamo sodelavci ceniti. V letu 2020 **smo jo kot tim zdravstvene nege Klinike Golnik predlagali za prejemnico srebrnega znaka Društva medicinskih sester Gorenjske in tako se je tudi zgodilo.**

Katerega leta si se pridružila ekipi medicinskih sester v Kliniki Golnik? Je to tvoja prva zaposlitev in zakaj si se odločila za zaposlitev na Golniku?

Čeprav je bila moja prošnja za zaposlitev oddana v Ljubljano, je bil takrat Golnik še pod okriljem UKC Ljubljana, zato so mi odredili delo na Golniku. In tukaj sem zaposlena od leta 1994.

Kje je bilo tvoje prvo delovišče, na katerem oddelku? Si rada delala tam?

Moje prvo delovišče je bil oddelek 200, kjer sem tudi opravljala pripravništvo. Oddelek 200 mi je dal vse, kar potrebuješ za novo pot.

Kako je prišlo do tega, da si bila premeščena na intenzivni oddelku?

Moj zadnji krog pripravništva se je ustavil na intenzivnem oddelku, še dobro se spominjam, kako sem odštevala dneve,

ko sem izstopala skozi oranžna vrata z željo, da se vrnem na oddelek 200. Ostala sem zaradi pomanjkanja kadra in sem vesela, da so se takrat stvari obrnile, tako kot so se, v pravo smer, kajti tega oddelka ne bi nikoli zamenjala.

Ali imaš v spominu kakšen zares zanimiv dogodek, ki ga ne boš nikoli pozabila?

Spomine, ki jih ni malo, skrbno shranjujem v svojem mehurčku. Vsakokrat, ko pa se spomnim na kakšen skrivni dogodek, se mi prikrade nasmeh na

Kaj ti pri delu prinaša največje zadovoljstvo?

Dobro timsko sodelovanje, kar vodi na koncu v uspeh.

Katera golniška malica ti je najljubša?

Težko vprašanje ... kot je vedno težka odločitev v menzi. Na koncu z vseh menijev sestavim svoj obrok. Absolutno zmagata slasten dunajski zrezek ter pražen krompir.

Kako ti uspe biti vedno pozitivna, prijazna in nasmejana?

Ni vse samo slabo in ko pomislim na ta virus, ki ga imam že pošteno čez glavo, se mi zdi dobro to, da nam je podaril čas zase. Super je, da sem uspela »presupati« Slovenijo podolgem in počez. Na koncu sem ugotovila, da ničesar ne bi spremenila. Takšnega dopusta, kot sem ga imela v letu 2020 v Sloveniji, pa že dolgo ne.

Na katero pijačo te lahko povabim, ko bodo odprte terase lokalov na Gorenjskem?

Danes zjutraj sem pomislila, da prav pogrešam sedenje v lepi restavraciji in



usta. Te dogodke poznam sama ali pa tudi moji sodelavci. Najbolj »zanimivi« dogodki so se vedno dogajali ponoči in najbolj »zabavni« so bili ob vseh dogodkih komentarji bivšega šefa Igorja Drinovca. Vsi, ki smo bili del tega obdobja, vemo, da smo se vsaj malo bali jutranje vizite, ko je bilo treba zagovarjati kakšen spodrsrlaj.

Če bi imela časovni stroj, v katero leto dela na Golniku bi se vrnila in zakaj?

Vsako leto na Golniku šteje, vsako leto je pustilo pečat in z njim dobre in tudi kakšne slabe spomine. Če pa se moram odločiti, je to čas okrog mileniuma, čas brezskrbnosti, dobre volje ...

Jaz bi takole rekla ... Benjamin Franklin je nekoč povedal, da človeška sreča ni plod trenutkov, kot da smo zmagali na lotu, temveč plod majhnega, a dnevnega zadovoljstva. Na koncu štejejo majhne stvari, ki ti vsak dan prinesejo nasmeh na usta.

Čemu v svojem vsakdanu bi želela nameniti še več časa in pozornosti (če ne bi bilo omejitev)?

Čeprav v tem trenutku tega nimam, bi si pa želela vsak prosti trenutek preživeti na podeželju, v visokogorju. Če to v danem trenutku ni možno, zaprem oči in sem takoj tam.

Kam bi šla na dopust, če covid ne bi bil omejitev?

večerjo. In seveda sedenje s prijateljicami na terasi ter kavo s smetano za boljši čvek. Še vedno verjamem, da bo napočil čas za trenutke druženja v živo, danes pa te jaz vabim na virtualno vročo čokolado s smetano.

Upam, da bo to čimprej. Kajti to ne pomeni samo pijače na terasi, saj je pohajkovanje z Vlasto prava dogodivščina. Niti kave ne moreš spiti na hitro.

KATJA VRANKAR

Foto: osebni arhiv

Kako dobro se poznamo?



Tanja Bernik



Mojca Novak

Koliko obrazov na naši kliniki poznate? Za koliko zaposlenih bi lahko rekli, da veste, na katerem delovnem mestu delajo? Katero dejavnost, s katero se razbremenijo po službi, bi jim pripisali?

Za tokratno številko Pljučnika smo izbrali naključen par. Pa se poznata dobro? Preden smo ju povabili na kratek pogovor, nista vedeli, o kom bodo postavljena vprašanja. Spoznajte Mojco Novak in Tanjo Bernik.

Odgovarja Tanja Bernik.

Kako je ime naši higieničarki in kaj je po izobrazbi?

Ime ji je Mojca Novak. Po izobrazbi pa se mi zdi, da je magistra ... hmm ... zdravstvene nege, živilske tehnologije?

Mojca Novak je diplomirana sanitarna inženirka, magistrica znanosti o okolju, higijene, s podiplomskim tečajem bolnišnične

Zakaj je pomemben član klinike?

Ko se zaposliš, ti Mojca pove vse o negi rok, okužbah, cepljenju. Če se morda kdo zopde z iglo, se posvetuje z njo. Sodeluje pri sprejemu novih specializantov, ki pridejo k nam na kroženje.

Zaradi dela na področju preprečevanja okužb, usklajevanja in povezovanja aktivnosti na različnih področjih bolnišnične higijene med oddelki.

S kom pri delu sodeluje največ?

Z zdravniki, s sestrami. Sicer pa pomenko s Katjo Vrankar, Tatjano Kosten. Morda še z Olivero Kostič? Z Viktorijo Tomič, Tatjano Kosten, Katjo Vrankar, Petro Svetina, Majdo Pušavec.

Kakšne so njene naloge med epidemijo koronavirusa?

Dela na področju preprečevanja širjenja okužb, sodeluje pri cepljenju, vpisuje v cepilno knjižico zaposlenih, ko se pridemo cepit. Rekla bi še, da piše kakšne protokole glede obnašanja med koronavirusno boleznijo. Vodi evidence okuženih med zaposlenimi Klinike Golnik.

Poleg rednega dela delavnice OVO vodenje evidenc in obveščanje glede sotočnosti zaradi covid-19, sodelovanje pri pripravi/izvedbi navodil, organizaciji cepljenja ...

Kaj jo sprosti po napornem dnevu?

Rekla bi, da veliko bere, hodi na sprehode, morda kvačka? Jaz jo tako vidim. macko Piko, sprehod.

Dobra knjiga, druženje z družino in prijatelji (ko ni omejitev), načrtovanje (in izvedba) potovanj (ko ni omejitev), ukvarjanje z

Odgovarja Mojca Novak.

Koliko oseb se je lani zaposlilo na Kliniki Golnik?

50. 65

Za kaj vse je Tanja zadožena na naši kliniki?

Dela v službi za razvoj ljudi pri delu, zadožena je za kadrovske zadeve zaposlenih, tudi za študente medicine in študente zdravstvene nege Fakultete za zdravstvo Angele Boškin.

Predvsem za sprejem študentov medicine in ZN, specializantov, pripravnikov ..., ki prihajajo na izpopolnjevanje v našo kliniko, ter za pripravo pogodbo in obrazcev, usklajevanje urnikov.

Kje ima pisarno?

V upravi v 2. nadstropju. V pritičju upravne stavbe, kjer je ekspedit

Koliko tujih jezikov govori?

Štiri – angleško, hrvaško, nemško in še kakšnega zagotovo. Aktivno angleškega, pasivno pa še nemščino in srbohrvaščino.

Kateri je njen najljubši šport?

Najraje smuča. Teško izbere samo enega. Če pa že mora, je to smučanje. Letos na veliko žalost zelo težko izvedljivo.

Sprejeli ste nas za svoje

»Za jutri in potem za naprej potrebujemo tri prostovoljce dnevno za Kliniko Golnik. Pomoč osebju pri delu z bolniki s covidom!« Sicer smo se zavedali in posledično, vsaj vsak v svoji glavi, že pripravljali za kakšen tak scenarij, a vseeno smo prvi dan vstopali z nekakšnim cmokom v grlu, z občutkom negotovosti.

A vsa negotovost se je, vsaj pri večini od nas, razpočila kot milni mehurček že ob delovanju in sodelovanju v prvih naših izmenah. Zase lahko trdim, da sem bil sprejet izredno lepo, čeprav sem se sam sebi zdel kot nebodigatreba poleno pod nogami, bolj ovira kot pomoč. A vsak nov dan, ko sem lahko kot prostovoljec sodeloval v enem od timov, je prinesel novo znanje, nove izzive, nove misli. Stvari so tekle lažje, vse bolj smo se ujeli in dopolnjevali drug drugega, sprejeli ste nas kot sebi enake. V drugi polovici našega delovanja sem spoznal tudi delo na intenzivnem oddelku, kjer je povsem drug ritem dela, drugačne naloge. A vseeno je bila reakcija vseh zaposlenih tam povsem enaka kot drugod – sprejeli ste nas za svoje, nas naučili, če smo se le učiti hoteli, vodili skozi postopke.

Dnevi so tekli, tkale so se vezi, skupaj smo se smejali, se bodrili, skupaj



iskali zadnje atome moči, da pomagamo bolnikom na vaših oddelkih, skupaj upali, da kakšnemu od njih uspe čudež. In tudi je, redko, a je. Srečati smo se morali tudi z minljivostjo, jo sprejeti in biti opora. Tako kot smo mi lahko pomagali vam, ste enako, mogoče še bolj, vi pomagali nam. Z usmerjanjem, delitvijo znanja, občutkom sprejemanja in enakosti. Pravijo, da nas iz-

kušnje delajo modrejše – iz te izkušnje odhajamo polni znanja, vtisov, lahko bi rekli spremenjeni, a v pozitivno smer. Ponosen sem, da sem bil del kolektivov na covidnih oddelkih, čeprav le za kratek čas.

MIHA PETERNELJ, PROSTOVOLJEC RDEČEGA KRIŽA SLOVENIJE

Foto: osebni arhiv

Pozdravljeni, PRIDNI bivši sodelavci Golnika!

Sem Marjeta Očko, medicinska sestra, zelo vesela, da sem dočakala pokoj. Tisti »stari« se me spominjate kot koordinatorke na oddelku 100, pred pokojem pa na oddelku 300. Še vedno vas imam v lepem spominu!

Današnji namen pisanja ni obujanje spominov, ampak **zahvala, pohvala** celotnemu kolektivu bolnišnice Golnik. Povsod ste pohvaljeni – med ljudmi, v medijih, na TV ... **res si to zaslužite!** Ponosna sem, da sem bila delček tega! Ta mesec sem prejela Pljučnik, zelo vesela sem ga vsakič in ga tudi z veseljem preberem. Tokrat se veliko piše o covidu-19, ki nam je in nam še vedno spreminja življenje.

Vsi si želimo, da bi bilo te more že enkrat konec in da zaživimo življenje, kot je bilo pred tem. Ker smo **zelo** omejeni na srečanja, obiske, se po tej poti **zahvaljujem** za skrb za svojo taščo Jožefo Očko, ki je bila 15. decembra sprejeta kot covidno pozitivna na oddelek 200 in nato 28. decembra odpuščena. Res, mama ima 92 let, štirinajst dni pred tem je bila še popolnoma samostojna in je skrbela zase, za svoje kokoške in mucke. Vse do nesrečnega petka, 11. decembra, ko je šla zvečer pogledat svoje kokoške in padla. Sama sreča, da je zvečer šel mimo sosed, da sta jo z njegovo mamo odnesla v stanovanje in poklicala prvo pomoč. Ker ni bilo indikacije za sprejem v bolnišnico, sva jo naslednji dan z možem odpeljala na Kokrico do ponedeljka zvečer,

ko sva jo oddala hčeri v Podbrezje. V torek je postala vročična, test je bil pozitiven in »pristala« je na Golniku. Poleg tega tudi uroinfekt. **Hvala, hvala** dr. Kačarju za izčrpane informacije in **celotnemu negovalnemu timu** – kajti poimensko tokrat ne gre –, ker ste v svoji opravi **neprepoznani!** Saj veste, **mi na Golniku smo bili in ste najboljši! Pazite nase in ostanite pozitivni!** Ta sloves naj vam da moč, da zdržite vse te pritiske in vedite, da DMS Katja Vrankar in direktor dr. Aleš Rozman naredita vse, da ostanete varni in zdravi! Srečno 2021!

Marjeta in Viktor Očko

Novi obrazi



EVA BITEŽNIK

Delovno mesto: triaža

Predem sem prišla/-šel na Golnik, sem delala/-l: nikjer, ker obiskujem 3. letnik Gimnazije Kranj

Moje lastnosti: Sem delavna, vztrajna, nasmejana.

Pri mojem delu me veseli: vse, še posebno pridobivanje izkušenj za prihodnost.

V prostem času: plešem, gledam Netflix, se družim s prijatelji.

Ne maram: šole.

Najljubša hrana, knjiga in film: Moja najljubša hrana so palačinke, najljubša knjiga je *Bili smo lažnivci* (E. Lockhart), najljubši film pa *Inception*.



Baterije si napolnim: s plesom.

Življenjsko vodilo: Nič ni nemogoče.

MOJCA NASTRAN

Delovno mesto: farmacevtka v lekarni

Predem sem prišla/-šel na Golnik, sem delala/-l: Bila sem na porodniškem dopustu, pred tem pa sem delala v družinskem podjetju.

Moje lastnosti: empatična, preprosta, zahtevna do sebe, redkobesedna

Pri mojem delu me veseli: predvsem to, da lahko nekaj konkretnega pripomorem k skupnemu cilju za dobro oskrbo bolnikov, tudi pestrost dela in dobro vzdušje na delovnem mestu.

V prostem času: sem z družino, najraje smo zunaj, na sprehodih, poleti kolesarimo, pozimi se sankamo, smučamo, radi tudi pečemo, kuhamo in beremo.

Ne maram: nezaupanja vase, ekstremne mraza in gneče na cesti.

Najljubša hrana, knjiga in film: Moja najljubša hrana so skutni štruklji. Ljubih mi je veliko knjig, ena od njih je *Pot Nejca Zaplotnika*. Filmov pogledam zelo malo, všeč mi je bil *Kot zvezde na Zemlji*.

Baterije si napolnim: s pogovorom, dolgim sprehodom v naravi, z vrtnarjenjem, šivanjem, dobro glasbo.

Življenjsko vodilo: Imej (se) rad, sprejemaj, vztrajaj in nikoli se ne nehaj učiti.

Napredovanja in dosežki

NIRMELA LOZIČ je na Fakulteti za farmacijo Univerze v Ljubljani magistrirala po študijskem programu 2. bolonjske stopnje in pridobila strokovni naslov **magistrica laboratorijske biomedicine**.

ANJA JENSTERLE je na Fakulteti za vede o zdravju Univerze na Primorskem diplomirala po študijskem programu 1. bolonjske stopnje in pridobila strokovni naslov **diplomirana medicinska sestra**.

TOMAŽA HAFNERJA, dr. med., spec. je senat Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani 30. septembra 2019 izvolil v **asistenta za področje interne medicine**.

ČESTITAMO!

SRLD

Spoštovani!

Sem pacientka v Pulmološko-alergološki ambulanti Klinike Golnik – ambulanta Ljubljana. Pacienti največkrat napišemo kritike, na pohvale pa pozabimo. Jaz bi želela pohvaliti vašo ambulanto v Ljubljani na Zaloški 29. Ambulanta kljub izrednim razmeram neprekinjeno deluje, upošteva vaje vse epidemiološke ukrepe. Nikoli v čakalnici ni preveč ljudi. Rada bi se zahvalila vsem trem zdravnikom – dr. Mitju Košniku, dr. Mojci Bizjak, dr. Nadi Kecelj

Leskovec – za njihovo delo, zavzetost za pacienta, sposobnost poslušanja, pogovora s pacientom brez hitenja ali živčnosti, kar nam ogromno pomeni. Vsi trije zdravniki dajo pacientu občutek, da se trudijo in jim je mar, da pridejo do diagnoze ter da je pacient na prvem mestu. Prav tako bi pohvalila vse sestre v laboratoriju te ambulante! So zelo prijazne, vedno nasmejane, s pacientom se pogovarjajo, mu razložijo, kaj bodo delale glede preiskav – skratka, vse samo pohvalno. Sama sem

z obravnavo v tej ambulanti zelo zadovoljna, enako z vsemi zaposlenimi. Če bi se tudi drugod delo opravljalo na tak način, bi bilo veliko manj nezadovoljnih pacientov in skoraj nič čakalnih dob.

Še enkrat HVALA!

Štefanija Maver Vidali, Tržič

Čudni časi so. Otroci ne ubogajo več staršev in vsi že pišejo knjige.*

»Čeprav se na zunaj zdi, da od nas ni nič, da nismo sposobni dvigniti roke – seveda, ko pa nam vso energijo pobere notranje premlevanje –, ne smemo pozabiti na sočutje. Tuđi ko imamo občutek, kot da smo razpadli, ko imamo občutek, da se je ves naš znani svet razdrobil na kosce, bodimo sočutni s sabo. Bodimo sočutni s sabo, ko imamo občutek, da ničesar več ne znamo, da je življenje povsem brez smisla. Ko se nam zdi, da spimo že tedne, se ne grajajmo, da bi že morali vstati, postoriti to in ono. Spočijmo se. Edino darilo, ki si ga takrat lahko damo, je to, da sprejmemo svojo nemoč. Priznajmo si, da smo slabotni, dovolimo si počitek. Sprejmimo. Ne bojujmo se sami s sabo, ne priganjajmo se – to je samouničevalno vedenje. Dovolimo si vse, kar nas neguje, a ne pozabimo niti, da se prav vse spreminja.« (Urška Lunder)



Kristian Novak:
ČRNA MATI ZEMLA

Medžimurska vas, skrivnostni samomori (osem ugotovljenih), piše se leto 1991. Zagreb, dvajset let kasneje, Matija Dolenčec poskuša sestaviti razpadle

dele svojega življenja, rekonstruirati otroštvo, smrt očeta, ki je usodno vplivala na razvoj dogodkov: "Mislil sem, da sem jih ubil. Zato sem pozabil. Stvari, ki si jih pozabil, nekaj časa počakajo."

Literarna mojstrovina mladega hrvaškega pisatelja odkriva težko otroško travmo, sestavljeno iz niza nesrečnih dogodkov, preišljene krutosti odraslih,

ki jim pedofilija ni tuja, predvsem pa omejenosti v razmišljanju, ki je tipična za mali kraj, skrit bogu za hrbtom ...



Pascal Bruckner:
LJUBEZEN DO BLIŽNJEGA

Sebastien, ljubljeni sin, karierni diplomat, poročen z izbranko iz premožne lyonske meščanske srenje, oče treh nadobudnih otrok v tretjem

desetletju svojega obstoja ugotovi, da njegovo poslanstvo ni izpolnjeno. Prepusti se obrednemu ceremonialu prepovedane ljubezni in zaživi dvojno življenje. Vloga plačanega ljubimca pa ni tako enostavna, kot se zdi na prvi pogled. K drsenju v pogubo pripomorejo tudi »dobri« prijatelji.



Kate McCaffrey:
TISTA NOČ

Ena sama neobvladana žurerska noč zadostuje, da se življenje lepe in uspešne mladostnice Jasmine celovito preobrne. Posledice preobilice zaužitega alkohola

so strahotne. Povzročijo, med drugim, spolno zlorabo, ki jo slave željni mladenič dokumentira na družbenem omrežju in tako usodno kroji svojo prihodnost in prihodnost skupine dijakov.

Zgodba, primarno namenjena mladostnikom, pretrese in spodbudi k razmišljanju o odnosih znotraj družine, o vplivu družbe, predvsem pa družbenih omrežij,

zato je primerna tudi za starše, učitelje, vzgojitelje ...



Matthew Walker:
ZAKAJ SPIMO (MOČ SPANJA IN SANJ)

Kdo je kriv, da spimo manj? Kakšne so posledice pomanjkanja spanja, takojšnje in dolgoročne? Kaj lahko storimo, da bomo

spali bolje? Avtor nam podarja dvanajst koristnih nasvetov. Mimogrede izvemo še nekaj več o funkciji sanj. Znanstveno dokazano: sanje so koristne ...

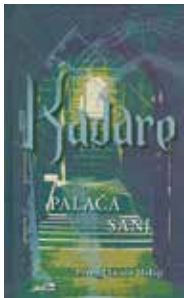


Peter Čeferin in Vasja Jager:
SODNI DNEVI

Kdo je ubil Karla Marona, poslovneža dvomljivega slovesa, ki mu politiki in gradbeni baroni v Sloveniji niso bili neznani in ki je (le zakaj?) svoje

življenje zavaroval za milijon evrov? Ob smrti bi denar dobil njegov trikrat mlajši ljubimec Tomi Klajn, ki zato postane glavni osumljenec. Edvard Melik, zaradi ženine smrti strt, postaran, a še vedno uspešen in znan odvetnik, na prošnjo Klajnovne matere prevzame obrambo in počasi in vztrajno razkriva mafijske povezave od Münchna do Beograda. Mu bo uspelo rešiti Klajna? (Zgodba v nekaterih delih močno spominja na resnične dogodke izpred dvajsetih let, ki so aktualni še danes ...)

*Cicero, 106–43 pr. n. št.



Ismail Kadare: PALAČA SANJ

Tabir seraj ali Palača sanj zveni sila imenitno in prva misel ob tem je prijetna interpretacija sanj. Tako se je vsaj pletlo v glavi Ebuja Qerima, mlajšega predstavnika znamenite

družine Qyprili, ko se je vidno vznemirjen odpravil svoji prvi službi naproti. Počasi je spoznaval, da je za Otomansko cesarstvo zbiranje sanj preroškega pomena in vodi v premišljeno represivno obvladovanje prebivalstva, ki mu sam sicer ni najbolj naklonjen, toda izziv je premočan in ga kljub čustvenosti potegne v vrtnec utečnega krutega delovanja ...

Raynor Winn: PREŽETA S SOLJO

Raynor in Moth sta petdesetletnika, ustvarjalna, delavna, skrbna zakonca in starša študentke in študenta, z dolgoročnimi načrti za življenje na kmetiji, ki sta jo s trudom in odrekanjem obnavljala trideset let do dne, ko se vse sanje sesujejo v prah. Mothov najboljši prijatelj izgubi svoj



izjemno zahtevno *Jugozahodno obalno pot* od Mineheada v Somersetu mimo Devona, Cornwalla in južnega Devona do Poola v Dorsetu. V nahrbtniku nosita minimalno količino obleke in pripomočkov za prenočevanje, sta brez denarja in dodatno obremenjena s slabo zdravstveno prognozo, ki jo je Moth prejel tik pred odhodom: kortikobazalna degeneracija ...

Resnična zgodba, navdih; kjer je volja, je tudi pot ...

Julian Barnes: SMISEL KONCA

»Kdo je že rekel, da je spomin tisto, kar smo mislili, da smo že pozabili? In moralo bi nam biti jasno, da čas ne deluje kot fiksir, pač pa bolj kot topilo.« Tony Webster, samosvoj, relativno uspe-

in ves njun v posel vloženi denar. Za poplačilo dolgov država vzame kmetijo. Raynor in Moth ostaneta dobesedno čez noč brez vsega. Oprtata si nahrbtnika in se odpravita na 1014 km dolgo,



presenetiti. Toda Pandorina skrinjica se odpre, ko mu vročijo obvestilo o zapuščini njegovega najboljšega prijatelja iz mladosti, Adriana. Vsa spoznanja in resnice o prehojeni življenjski poti se pričnejo rušiti in sestavlja se nova zgodba, polna nemira in nedorečenosti, odstirajo se hude posledice njegove nepremišljene mladostniške izjave ob objavi, da sta Adrian in Veronika, Tonyjevo dekle, postala par ... Nekaj stavkov namenjenih opisu knjige ne zadosti resnični vrednosti romana, zato ga toplo priporočam v branje, zapelje namreč v razmišljanje o lastnih resnicah. Nenazadnje pa pomembnost dela opredeljuje tudi Bookerjeva nagrada iz leta 2011.

MIRA ŠILAR

Novosti v knjižnjici

Strokovne novosti (izbor)

- Suster, D. Biopsy interpretation of the lung. 2nd ed. Philadelphia, 2021.
- Miklič Milek, D., et al., ur. Čili za delo: učbenik za promocijo zdravja pri delu. Ponatis. Ljubljana, 2020.
- 7th Slovenian Pneumology, Allergology and Immunology Congress: 10th-12th of December 2020, online: [book of abstracts]. Golnik, 2020.
- Nettina, S. M., ed. Lippincott manual of nursing practice. 11th ed. Philadelphia, 2019.
- Desai, S. R., et al. Webb, Muller and Naidich's high-resolution CT of the lung. 6th ed. Philadelphia, 2021.
- Delovna skupina v okviru ZPS. Priporočila za spremljanje bolnikov po preboleli covidni pljučnici. Ljubljana, 2021.
- Zupanič Slavec, Z. Zgodovina zdravstva in medicine na Slovenskem. Kirurške stroke, ginekologija in porodništvo. Ljubljana, 2018.
- Tsao, M. S., et al., eds. IASLC atlas of PD-L1 immunohistochemistry testing in lung cancer. Aurora, 2017.

Stvarna literatura (izbor)


- Tančič Grum, A. Tehnike sproščanja: priručnik za udeležence delavnice. 4. ponatis. Ljubljana, 2019.

Anonimka – nadaljevanje

Pred božično-novoletnimi prazniki se je oglasila gospa Marta Zajc in nekoliko razjasnila skrivnost okrog pesmi anonimnega avtorja, ki smo jo objavili v prejšnji številki. Povedala je, da se je v osemdesetih letih na Golniku dlje časa zdravil gospod Jože Ramovš (med drugim je bil nekoliko pozneje tudi pobudnik in ustanovitelj Inštituta Antona Trstenjaka za psihologijo, logoterapijo in antropohigieno). Med zdravljenjem pri nas je pripravil zaključno nalogo na študiju in pesem je bila del te naloge. Žal pa še vedno ni znan(a) avtor(ica).

A. B.





*Sto let že stojiš in za bolnike skrbiš ...
Ponosni smo, da smo del zgodovine,
razvoja, učenja in tudi trdega dela ...*

ISKRENE ČESTITKE
*ob častitljivem jubileju, 100-letnici
obstoja in delovanja, ki simbolizira
občudovanja vredno zgodovino ...
Tudi v prihodnje bomo soustvarjali
lepe in uspešne zgodbe, ker
verjamemo, da je še veliko idej in
delovnega elana, predvsem pa to, da
verjamemo vate!*

**Nadaljuj svoje poslanstvo
KLINIKA GOLNIK!**

Oddelek za interventno pulmologijo