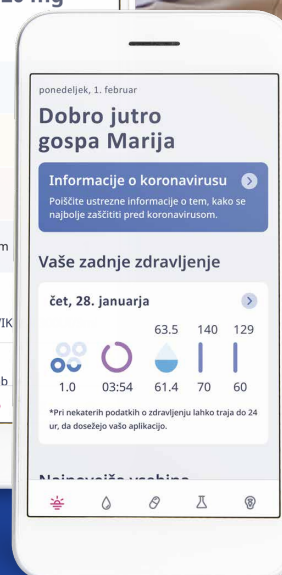
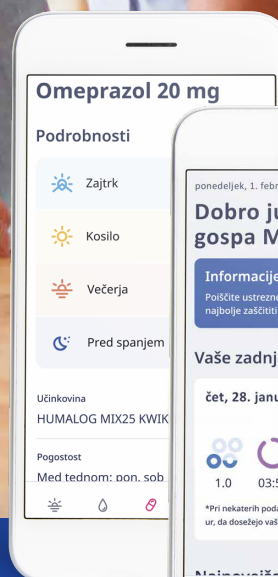
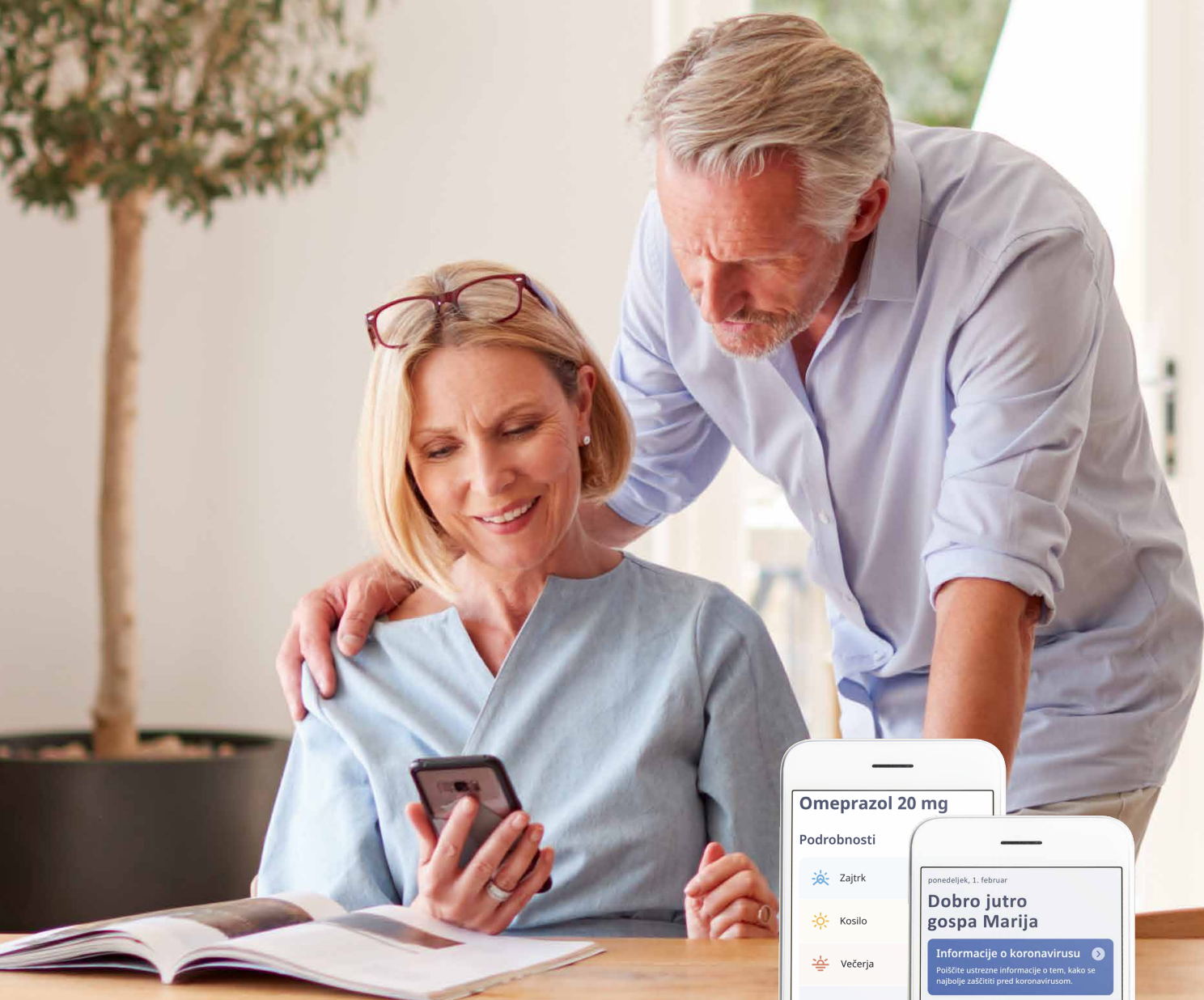


NephroCare

zame

REVIJA NEFRODIAL | FEB. 2021 | ŠT. 2



USTVARJAMO ŽIVLJENJA
VREDNO PRIHODNOST

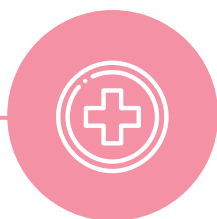


Vodilni svetovni ponudnik dializnih izdelkov in storitev



MOBILNE TEHNOLOGIJE V ZDRAVSTVU

Mobilne tehnologije so postale pomemben dejavnik v naših življenjih, saj omogočajo boljšo obveščenost, lažje sodelovanje, dostopnost informacij kjer koli, večjo ustvarjalnost in še marsikaj. Zdajšnja epidemija je še povečala uporabo tehnoloških rešitev tudi pri ogroženih populacijah. Široka razširjenost pametnih telefonov in mobilnih omrežij je spodbudila razvoj mobilnih aplikacij, tudi v zdravstvu, ki so zaradi dostopnosti uporabnikom, tako doma kot na poti, postale pomemben del programov mobilnega zdravja.



NEPHROCARE V NEFRODIALU

NephroCare je blagovna znamka podjetja Fresenius Medical Care za zdravstveno oskrbo. NephroCare predstavlja Freseniusov način zdravstvene oskrbe dializnih bolnikov in zagotavlja nudenje zelo kakovostnega, zanesljivega in učinkovitega zdravljenja.

NephroCare je naš zanesljiv partner za odlično zdravstveno oskrbo bolnikov z ledvičnimi obolenji in združuje široko strokovno znanje na tem področju, ki ga skuša vpejati v vsakodnevno klinično delo z namenom izboljšati bolnikove izide zdravljenja ob učinkoviti uporabi vseh razpoložljivih virov.



FACEBOOK STRAN

V mesecu decembru je zaživela nova Facebookova stran – FRE-SNIUS MEDICAL CARE SLOVENIJA. Stran je namenjena vsem zaposlenim v Freseniusu in Nefrodialu ter seveda vsem vam ledvičnim bolnikom, vašim svojcem in vsem ljudem, ki iščete informacije, povezane z ledvičnimi boleznimi. Na strani poleg informacij o boleznih, zdravem načinu življenja, delovanju ledvičnih društev predstavljamo tudi naše podjetje in delovanje dializnih centrov Nefrodial po Sloveniji.

Vabimo vas, da spremljate našo Facebookovo stran. Veseli bomo vsakega všečka.

NAŠI DIALIZNI CENTRI NEFRODIAL

www.nefrodial.si
www.nephrocare.si



CELJE

Nefrodial Celje
Kersnikova ulica 21
3000 Celje
T: 03/ 425 04 50



KRŠKO

Nefrodial Krško
Leskovska cesta 29
8270 Krško
T: 07/ 490 42 50



NAKLO

Nefrodial Naklo
Kranjska cesta 18
4202 Naklo
T: 04/ 257 81 00



DRAGOMER

Nefrodial Dragomer
Dragomer, Šolska ulica 3
1351 Brezovica pri Ljubljani
T: 01/ 750 69 59



MARIBOR

Nefrodial Maribor
Ulica kragujevskih
žrtev 10, 2000 Maribor
T: 02/ 460 51 70



LJUBLJANA

Nefrodial Črnuče
Brnčičeva ulica 13
1231 Ljubljani - Črnuče
T: 01/ 589 72 10

Nov zagon in energija

SPOŠTOVANI BRALCI!

Pred vami je druga številka revije »NephroCare zame«. Z njo želimo opolnomočiti, informirati in navdihovati vas – naše bralce, bolnike in vse, ki ste kakor koli povezani z boleznimi ledvic. Na prijazen način želimo približati delovanje naših dializnih centrov, nuditi verodostojne zdravniške nasvete za kakovostno življenje ter bolnikom omogočiti, da spregovorijo o svojih izkušnjah in življenju z ledvično boleznijo.

Preteklo leto smo se naučili, da v življenju ni nič samoumevno. To še posebej velja za zdravje. V času, ko se bo zima začela prevešati v pomlad, si želimo, da bi vsi skupaj v sebi našli nov zagon in energijo, da bomo skupaj ustvarjali življenja vredno prihodnost. Za bolnike. Za vse nas. Vsak dan.

Vabimo vas, da v tej številki preberete pogovor z zdravnico, nefrologinjo dr. Černe, vodjo dializnega centra Naklo, ki nas je popeljala skozi razvoj in delovanje dializnega centra Naklo. Poglobili smo se tudi v sinergijo zdravstvene nege in sočutja, ki se vedno bolj kaže kot najučinkovitejši pristop k zdravljenju. Z veseljem vam predstavljamo novo aplikacijo »myCompanion«, mobilno aplikacijo za

hemodializne bolnike, ki je usmerjena v nadzorovanje kronične ledvične bolezni, s čimer postavlja obvladovanje in nadzor hemodializnega zdravljenja na višjo raven. V nadaljevanju smo se pogovarjali z Barbaro Padušek, predsednico celjskega društva ledvičnih bolnikov Nefron, ki nam je predstavila delovanje društva in svojo osebno izkušnjo z ledvično boleznijo. V tokratni številki revije se bomo poklonili tudi našim medicinskim sestram, za katere je bilo leto 2020 izjemno naporno in polno strokovnih izzivov. Obenem je minilo tudi mednarodno leto, posvečeno medicinskim sestram in babicam širom sveta – v počastitev 200. obletnice rojstva ustanoviteljice sodobne zdravstvene nege Florence Nightingale. Napovedujemo še Svetovni dan ledvic 2021, ki bo marca letos potekal že petnajsto leto zapored, tokrat s sloganom: »Dobro živeti z ledvično boleznijo«.

Zahvaljujemo se vsem sodelujočim in vam želimo prijetno branje, odprti pa smo tudi za vaše komentarje in predloge, saj želimo, da soustvarjate revijo, ki jo pravkar berete. Vaših predlogov bomo veseli na elektronskem naslovu: info@nefrodiol.si.



Uredništvo revije »NephroCare zame«

Maribor, februar 2021

Izdaja: Fresenius Medical Care in Nefrodial,
Gaji 28, 3000 Celje

Uredništvo NephroCare zame

Odgovorna urednica: Sabina Frumen Pivk

Uredniški odbor: Maja Rogelj, Reina Dovč
Dimec, Borut Juteršek

Zasnova in realizacija: EVRA d.o.o.
www.evra-agencija.si

Tisk: Evrografis d.o.o.

Distribucija: Pošta Slovenije

Število izvodov: 1.500



DR. SENKA ČERNE

Dializni center Nefrodial Naklo skozi čas



Foto: Tania Mendillo

”

Znali smo
vzpostaviti
dobro strokovno
sodelovanje in
dogovor z okolnimi
bolnišnicami in
zdravstvenimi
domovi.

dr. Senka Černe,
dr. med., spec. int. med.

Pogovarjali smo se z dr. Senko Černe, vodjo dializnega centra Nefrodial Naklo, ki nas je popeljala skozi razvoj in delovanje dializnega centra Naklo ter pojasnila, kako v centru skrbijo za bolnike.

Ali nam lahko predstavite delovanje dializnega centra v Naklem?

Dializni center v Naklem je svoja vrata odprl 22. aprila 2002 kot četrti izvenbolnišnični dializni center v Sloveniji, pred njim so delovali trije izvenbolnišnični Nefrodialovi centri, v Zrečah od leta 1994, v Črnučah od leta 1996 in v Krškem od leta 2000. Tistega prvega dne smo v dializnem centru sprejeli 32 dializnih bolnikov, za katere se je vožnja od doma do dialize bistveno skrajšala,

saj so se pred tem dializirali v dializnih centrih SB Jesenice, Kliničnega centra Ljubljana in Leonišča ter v Nefrodialovem centru v Črnučah. Z umestitvijo dializnega centra v manjši gorenjski kraj je bilo za kakovostno celostno oskrbo dializnih bolnikov od začetka delovanja centra predvsem ključno to, da smo znali vzpostaviti dobro strokovno sodelovanje in dogovor z okolnimi bolnišnicami in zdravstvenimi domovi glede zdravstvene oskrbe dializnih bolnikov, ki so navsezadnje naši skupni bolniki. V dogovoru z bolnišnico Golnik smo

omogočali dializno zdravljenje dializnih bolnikov iz različnih krajev Slovenije, ki so bili hospitalizirani na Golniku zaradi zdravljenja ali preiskav pljučnih bolezni. Najobčutljivejši del oskrbe bolnikov je bil vezan na zagotavljanje dobrega delovanja žilnih pristopov – fistul, graftov in katetrov, ki predstavljajo bolnikovo vez z življenjem. Sami smo vstavljali femoralne katetre v primeru nenadne odpovedi žilnega pristopa, za operacije žilnih pristopov in ultrazvočne preglede so poskrbeli v Kliničnem centru Ljubljana, kasneje, leta 2012, pa smo postopoma razvili strokovno sodelovanje z Enoto za žilne pristope v SB Trbovlje.

Kako resnično velike so bile potrebe po dializnem centru v gorenjski regiji, je pokazal čas, saj se je po petih letih delovanja v centru dializiralo že 96 bolnikov. V nadaljnjih letih se je število dializnih bolnikov prehodno znižalo, saj se je s skrbnim vodenjem bolnikov s kronično ledvično boleznijo v nefroloških ambulantah upočasnilo slabšanje ledvične bolezni in odložilo hemodializno zdravljenje. V zadnjem obdobju se na hemodializo vračajo bolniki po odpovedi presajene ledvice ali bolniki, ki so se pred tem zdravili s trebušno dializo. Zaradi prehodnega upada števila presaditev v zadnjih dveh letih imamo v dializnem centru ponovno nekaj mlajših, delovno aktivnih bolnikov, ki čakajo na presaditev ledvice umrlega darovalca.

V vseh teh letih delovanja centra smo bili priče nenehnim izboljšavam dializnega zdravljenja: od bikarbonatne hemodialize in nizkopretočnih dializatorjev smo postopoma vsem bolnikom v centru omogočili zdravljenje z visokopretočnimi dializatorji in s hemodiafiltracijo, ki dokazano zmanjšuje obolevnost in umrljivost dializnih bolnikov ter upravičuje naziv kardioprotektivne dialize – dializnega zdravljenja, ki ščiti srčno-žilni sistem. Od leta 2004 smo začeli s postopnim elektronskim vnosom zdravstvenih podatkov iz dializnih knjig in medicinskih dokumentov bolnikov v elektronsko podatkovno zbirko, imenovano evropska baza podatkov (EuCliD-European Clinical Database), ki združuje podatke o dializnem zdravljenju vseh dializnih bolnikov po Evropi, ki se dializirajo v Freseniusovih dializnih centrih. S primerjavo rezultatov dializnega zdravljenja svojih bolnikov z bolniki iz drugih evropskih držav smo dobili potrditev, da je dializno zdravljenje v Sloveniji



Kako resnično velike so bile potrebe po dializnem centru v gorenjski regiji, je pokazal čas, saj se je v petih letih delovanja v centru dializiralo že 96 bolnikov.

resnično na visoki ravni, saj so bili rezultati dializnega zdravljenja naših bolnikov nad povprečjem najbolj razvitih držav.

Z leti delovanja centra se je postopno zviševala tudi starost dializnih bolnikov, ki so začeli s hemodializo. Novi bolniki na dializi so imeli pridružene napredovale srčno-žilne bolezni, povečeval se je delež bolnikov s sladkorno boleznijo, njihovo zdravljenje z dializo je postalo zahtevnejše v luči pogostejših zapletov med dializo. Med pomembnimi zapleti so bile krvavitve. Zato smo kot prvi izvenbolnišnični center marca leta 2012 začeli s tehnično zahtevnimi citratnimi hemodializami pri dializnih bolnikih s povečanim tveganjem za krvavitev, kar pa ne bi bilo izvedljivo brez pripravljenosti dializnih sester in tehnikov, da se nove metode antikoagulacije naučijo. Leta 2012 smo v Naklem začeli tudi z rednimi meritvami gleženjskega indeksa. Ta preiskava je pri dializnih bolnikih, ki imajo znano pospešeno poapnevanje arterij, omogočala pravočasno odkrivanje pomembno zoženih arterij v spodnjih okončinah in napotitev na zdravljenje. V letu 2013 smo pridobili ultrazvočni aparat in začeli z izvajanjem ultrazvočnih pregledov trebušnih organov, vratnih arterij in arteriovenskih fistul pri dializnih bolnikih in ambulantnih bolnikih. Od leta 2015 v prostorih centra obratuje kardiološka ambulanta, ki svoje storitve nudi tudi našim dializnim in nefrološkim ambulantnim bolnikom.

Kako skrbite za pripravo bolnikov s kronično ledvično boleznijo na začetek nadomestnega zdravljenja?

V ambulantni obravnavi v Naklem se v zadnjih petih letih postopno povečuje število predvsem starejših bolnikov z zmerno napredovalo kronično ledvično boleznijo 3. stopnje in bolnikov z ledvično odpovedjo 4.–5. stopnje. S pravočasnim prepoznavanjem in zdravljenjem zapletov ledvične bolezni, kot so ledvična slabokrvnost, mineralno-kostna bolezen, in z učinkovitim zdravljenjem vseh dejavnikov, ki poslabšujejo ledvično bolezen, zlasti povišanega krvnega tlaka in sladkorne bolezni, pri številnih bolnikih lahko upočasnimo slabšanje ledvičnega delovanja do te mere, da ne bodo razvili končne odpovedi ledvic. Pri tistih bolnikih, pri katerih glede na dinamiko slabšanja izvidov in ultrazvočno sliko ledvic predvidimo, da se bo razvila odpoved ledvic, pa je ključno, da jih pravočasno pripravimo na eno od oblik nadomestnega zdravljenja, npr. s pravočasno konstrukcijo arteriovenske fistule, z napotitvijo v ambulantno za trebušno dializo v Ljubljani, kjer poskrbijo za izobraževanje in vstavev trebušnega katetra ter z napotitvijo v posvetovalnico v Center za transplantacijo ledvic. Z bolnikom se je od začetka zdravljenja treba odkrito pogovoriti o vseh možnostih nadomestnega zdravljenja končne ledvične odpovedi. Včasih je zaželeno, da je pri pogovoru prisoten tudi partner oziroma svojci, ki živijo z bolnikom. Velikokrat se v ambulantni srečujemo s starejšimi bolniki, ki živijo sami. Takrat se povežemo z izbranim družinskim zdravnikom in v dogovoru z njim vodimo pripravo na nadomestno zdravljenje. Ko se delovanje ledvic zmanjša na 10–15 odstotkov delovanja zdravih ledvic, govorimo o končni odpovedi ledvic. Vsako leto v Sloveniji približno od 230 do 250 bolnikov doživi končno odpoved ledvic. Žal so med njimi tudi takšni, ki jih to stanje preseneti tako rekoč čez noč, saj je znano, da ledvična bolezen ne boli, da tiho napreduje in da se lahko prvi znaki bolezni pokažejo zelo pozno, ko je brez predhodne priprave nujno začeti z eno od oblik nadomestnega zdravljenja. Neobičajna utrujenost, otekanje, zmanjševanje količine izločenega seča, neješčnost, srbenje kože, visok krvni tlak so nekateri od znakov, ki lahko kažejo na odpovedovanje ledvičnega delovanja.

Kakšne so možnosti nadomestnega zdravljenja končne odpovedi ledvic?

Nadomestno zdravljenje končne odpovedi ledvic je v Sloveniji zelo kakovostno in dostopno vsem bolnikom brez omejitev. Največ bolnikov z odpovedjo ledvic se odloči za hemodializo. Trebušna dializa je primerna tako za starejše bolnike, ki so v domski oskrbi, kot tudi za mlajše dejavne bolnike, ki si želijo več svobode in jo bolniki lahko izvajajo sami na domu. Slabost trebušne dialize je, da je časovno omejena na pet let, po tem obdobju svetujemo prehod na hemodializo, če bolnik ni bil transplantiran v tem času. Presaditev ledvice lahko skrbno izbranim in vodenim bolnikom s končno ledvično odpovedjo omogoča daljše preživetje in boljše kakovost življenja. Od vseh treh metod zdravljenja končne odpovedi se v Sloveniji od leta 2000 beleži največji porast števila bolnikov z delujočo presajeno ledvico. Bolniki s končno ledvično odpovedjo lahko zamenjajo več oblik nadomestnega zdravljenja, o tem priča primer mlajšega bolnika, ki je sprva začel s hemodializo v našem centru. Ker se je med hemodializnim postopkom slabo počutil, imel vrsto zdravstvenih težav, ki



Bolj kot kadarkoli, bolnik danes potrebuje pogovor, spoznanje, da je slišan in da lahko sooblikuje svoje zdravljenje sam, s svojimi svojci, ob podpori dializnega tima.

so mu zmanjševale kakovost zdravljenja in s tem tudi življenja, smo mu omogočili, da je nadaljeval zdravljenje s trebušno dializo. Zaradi slabšega odstranjevanja tekočine na trebušni dializi je nato krajši čas kombiniral obe obliki nadomestnega zdravljenja, kar imenujemo hibridna metoda zdravljenja, ki je bila v njegovem primeru premostitev do presaditve. Bolnik je na nedializne dneve doma izvajal redne menjave tekočine v trebušni votlini, trikrat na teden pa je imel hemodializo v dializnem centru. Med kombinirano metodo zdravljenja se je dobro počutil, po odstranitvi trebušnega katetra zaradi okužbe je nato nadaljeval zdravljenje s hemodializo do dneva, ko je dočkal uspešno presaditev sorodniške ledvice. Zaradi dobre delovne povezanosti dializnega centra v Naklem, Ambulante za trebušno dializo in Centra za presaditev ledvic v Ljubljani, s stalno komunikacijo z bolnikovo družino in bolnikovim sprejemanjem zdravljenja, smo s skupnimi močmi dosegli, da bolnik sedaj kakovostno živi s presajeno ledvico in bolezní navkljub uresničuje svoje življenjske cilje. V zadnjem obdobju, ko se spopadamo s staranjem splošne in tudi dializne populacije ter porastom težjih spremljajočih



Dializni center Nefrodial Naklo

je svoja vrata odprl 22. aprila 2002 kot četrti izvenbolnišnični dializni center v Sloveniji.

bolezni pri nekaterih ledvičnih bolnikih, se skupaj s sodelovanjem mobilne paliativne enote na Gorenjskem v nekaterih primerih odločamo tudi za paliativni pristop k zdravljenju ledvične odpovedi. Tako smo se odločili v primeru 66-letnega bolnika, ki so mu ugotovili neozdravljivo rakavo bolezen in ob tem novonastalo ledvično okvaro ter ga po odpustu iz regionalne bolnišnice napotili v izvenbolnišnični dializni center Naklo za nadaljevanje dializnega zdravljenja. V odkritem pogovoru z bolnikom pred začetkom dializnega zdravljenja v Naklem smo se v luči upoštevanja njegovih vrednot spopadli z odločitvijo, da si bolnik dializnega zdravljenja pravzaprav ne želi, saj mu jemlje preveč časa, ki bi ga lahko preživel s svojci. Med natančnim pregledom bolnika smo med ultrazvočno preiskavo ugotovili novonastalo zaporo sečevoda, ki med obravnavo v bolnišnici ni bila izražena. Ponudila se je možnost vstavitve nefrostome-ledvične cevke, kar bi bolniku navsezadnje omogočilo bivanje doma. Takoj smo se povezali z zdravnico iz mobilne paliativne enote, ki je nato prevzela oskrbo bolnika v domačem okolju. Bolnik je bil hvaležen za tako odločitev in za upoštevanje njegove volje, ker smo njemu in njegovi družini omogočili kakovosten čas v domačem okolju. Na ekipo je naslovil ganljivo pismo, v katerem se je zahvalil za to, da je bil slišan.

Dializni bolnik danes ne »prinese« na dializo le zajetne medicinske dokumentacije, temveč prinese predvsem svoje strahove, dvome in vprašanja, kako pravzaprav nadaljevati življenje kljub vsem omejitvam, ki jih vidi ob začetku dializnega zdravljenja. Bolj kot kdaj koli prej bolnik potrebuje pogovor, spoznanje, da je slišan in da lahko sooblikuje svoje zdravljenje sam, s svojimi svojci, ob podpori dializnega tima. Če mu to omogočimo skupaj, predvsem z enovitim pristopom strokovnega dializnega tima, sestavljenega iz medicinskih sester, zdravstvenih tehnikov, zdravnikov, je to pravzaprav največ, kar bolniku lahko damo.

ZAHVALA BOLNICE

Dializo sem sprejela kot del življenja



»Čas med dializo izkoristim za branje, včasih tudi zaspim ali pa se pogovarjam s sosedi.«

Marija Šolar

Decembra pred sedmimi leti sem prvič prestopila prag dializnega centra Nefrodial Naklo. Počutila sem slabo, bila sem obupana in prestrašena. Odločena sem bila, da bom na hemodializi ostala samo začasno in nato šla na trebušno dializo. Med prvo dializo sem začudeno opazovala bolnike, kako so se sproščeno pogovarjali. Medicinske sestre in zdravstveni tehniki so se zelo trudili, da bi bilo bolnikom čim bolj udobno. Tudi mene so lepo sprejeli. Dr. Černe mi je tisto popoldne večkrat povedala, da z dializo življenja ni konec.

Kmalu sem spoznala, da je to še kako res in da je zame dobro poskrbljeno. Počutila sem se varno in zato sem ostala.

Dializo sem sprejela kot del življenja in se v našem centru še vedno počutim dobro. Čas med dializo izkoristim za branje,

včasih tudi zaspim ali pa se pogovarjam s sosedi.

Hvaležna sem vsem zaposlenim za ves njihov trud in prijaznost ter tudi strokovno znanje.

Covid-19 je pri nas marsikaj spremenil. Potrebne je še več truda, več pazljivosti in več potrpljenja. A vse enkrat mine in verjamem, da se bodo te razmere normalizirale.

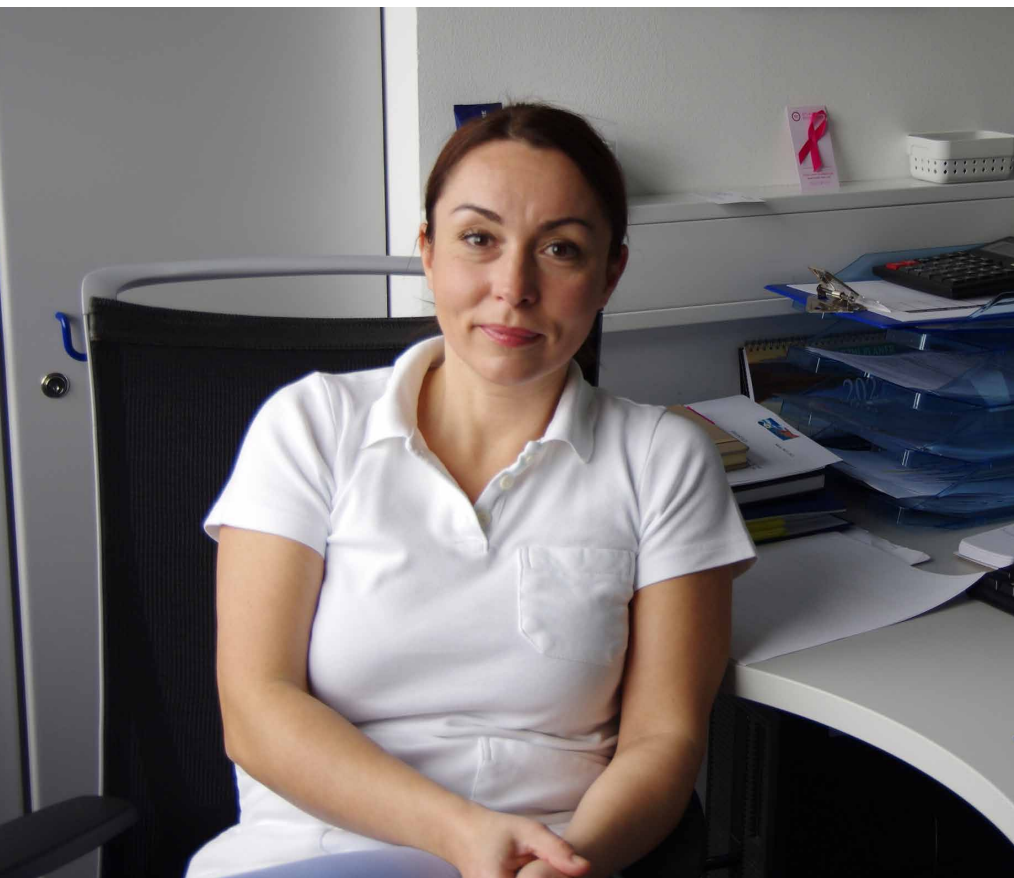
Znano reklo pravi: »Če ti življenje ponudi limone, naredi limonado,« in verjemite, v dializnem centru Nefrodial Naklo delamo odlično limonado, ki nas odžeeja in požiwi.

Vse dobro!

Marija Šolar,
bolnica dializnega centra
Nefrodial Naklo



»Enkrat dializna sestra,
vedno dializna sestra.«



Velik poudarek
dajemo temu, da
zgradimo dober
odnos že na
začetku zdravljenja.

Lara Sirar,

vodja zdravstvene nege v
dializnem centru Nefrodial Naklo

LARISA SIRAR

Zdrav človek ima nešteto želja, bolan pa le eno

Sinergija zdravstvene nege in sočutja se izraža kot najučinkovitejši pristop zdravljenja.

Ko se v naše življenje prikrade bolezen, nam zamaje tla pod nogami. Porušita se ravnesje in harmonija, ki lahko zasenčita še tako pozitiven način razmišljanja. Najdemo se v primežu bolezni in obupa. Takrat človek potrebuje veliko več kot le ustrezno strokovno zdravljenje. Potrebuje veliko mero razumevanja in sočutja. Želi si biti slišan. Žarek upanja mu daje moč, da z zdravljenjem napreduje. Korak za korakom.

Ledvično popuščanje je resna bolezen, ki zahteva popolno spremembo življenjskega sloga. Spremenita se vsakodnevno življenje in delovni ritem.

Človeško življenje je neprecenljivo. Tu ne mislim le na njegovo preživetje, temveč tudi na njegovo kakovost življenja. Ravno zaradi slednjega bi se moral vsak zdravstveni delavec pogosteje vprašati, kaj bi si želel in kaj bi potreboval, če bi se znašel

v takšnem položaju sam ali kdo od njegovih najbližjih, in od tu dalje brezkompromisno zasledovati najvišja merila v oskrbi svojih bolnikov. Za ta poklic moraš imeti poleg strokovnega znanja tudi ustrezne osebnostne lastnosti. Ena izmed glavnih lastnosti je empatija.

Zdravo življenje predstavlja mešanico fizičnih, duševnih in čustvenih komponent, ki nas naredijo tako unikatne, kot smo.

Zato se moramo zdravstveni delavci v oskrbi bolnikov dotikati vseh teh komponent, saj le s tem zajemamo res celovit pristop zdravljenja.

V 20-ih letih delovanja v zdravstvu, v različnih ustanovah, sem srečevala bolnike, ki so bili do zdravstvenega sistema zelo nezaupljivi, počutili so se kot številke. Menim, da takšna stiska pri bolnem človeku v nobenem primeru ne prispeva k dobremu in hitremu okrevanju, saj sta fizično in duševno zdravje neizbežno povezani. Bolnemu človeku je treba nameniti čas, mu prisluhniti, ga razumeti, podučiti o njegovi bolezni in ga znati spodbuditi.

Tisti, ki smo stopili na poklicno pot zdravstvene nege, se moramo zavedati odgovornosti, ki jo nosimo in ne smemo pozabiti svojega pravega poslanstva, usmerjenega v bolnika. Pa vendarle je včasih težko. Utrujenost, skrb, nadure, po možnosti tudi negativno delovno okolje, mobing in še bi lahko naštevala, se odražajo kot slabo počutje in nemotiviranost zdravstvenega osebja, ki posledično ni zmožno na svoje bolnike prenašati pozitivizma, optimizma in jim nuditi tisto pravo mero sočutja.

Dober zdravstveni center je odvisen od tega, kakšna so njegova merila in kam usmerja svoj največji fokus. V dializnih centrih Nefrodial merila nikoli ne počivajo na lovorikah, temveč se v iskanju naprednih pristopov nenehno višajo in poskušajo dosegati najvišje standarde zdravljenja dializnih bolnikov. V naš center prihajajo bolniki vseh starostnih skupin in številni dosegajo res visoko in kakovostno starost, kar nam je v velik ponos.

Zaposleni imamo primarni fokus usmerjen na celostno oskrbo bolnikov s kronično ledvično boleznijo in čim bolj upočasnit napredovanje te bolezni. Za uspešen odnos in dosego zelenega cilja med bolnikom in medicinsko sestro je ključnega pomena ustrezna medsebojna komunikacija, saj le tako lahko bolnik svobodno izraža svoje želje in potrebe. Velik poudarek dajemo temu, da zgradimo dober odnos že na začetku zdravljenja, saj le tako ustrezno identificiramo individualne potrebe vsakega posameznika in pripravimo dober načrt zdravljenja. Prihod na dializo je za številne bolnike stresen, sploh zaradi morebitne trenutne nemoči, včasih slabega samonadzora in občutka

odvisnosti. Skrb za bolnika s kronično boleznijo ledvic predstavlja stresno situacijo tudi za svoje in člane družine, zato v proces načrta zdravljenja vključujemo tudi njih. Medicinska sestra v dializnem centru predstavlja pomembno vez med bolnikom in zdravnikom oziroma celim zdravstvenim timom, na drugi strani pa vez med bolnikom in njegovimi svojci.

Kot vodja oddelka v dializnem centru Naklo se zavedam, da ravno tesno sodelovanje in povezanost tima, z veliko mero medosebnega spoštovanja, sprejemanja, zaupanja in asertivnega komuniciranja, pripomoreta k ustvarjanju pozitivnega delovnega okolja, ki nam omogoča, da to prenesemo tudi na svoje bolnike, s katerimi v našem centru negujemo dolgoročne odnose, sodelujemo z njihovimi družinami in na vsakem koraku spremljamo njihove potrebe na poti zdravljenja in vračanja v izpopolnjeno življenje. Ravno zaradi funkcionalnosti in usklajenosti našega tima znamo dobro prisluhniti vsakemu bolniku in vse to vpliva na potek ustrezne zdravstvene nege.

Moram priznati, da ti delo v dializnem sektorju zleze pod kožo, saj je vse prej kot površinsko in zahteva veliko discipline, volje, podpore in sočutja. Zahteva celega človeka. Zato menim, da je zdravstvena nega v dializnem sektorju prej način življenja kot pa zgolj poklic. Skozi vsa leta zdravljenja večinoma kroničnih bolnikov smo v našem centru zgradili zavezništvo, pristnost v odnosih, bolnikom smo svetovali, včasih pa tudi obratno.

Moj pregovor pravi: »Enkrat dializna sestra, vedno dializna sestra.« Če opravljaš to delo s srcem, si vedno znova nagrajen s hvaležnostjo in zadovoljstvom svojih bolnikov. Dotakneš se njihovih življenj, v nekaterih celo zavzameš pomembno vlogo. Velikokrat se zgodi, da so ravno oni tvoji največji življenjski učitelji. Bolniki ali njihovi svojci nam pošiljajo zahvale in sporočila, ki se nas res globoko dotaknejo. Nedavno nazaj smo dobili pristrčno pismo svojke, žal sedaj pokojne bolnice, ki nas je zelo ganilo in nam dalo vedeti, da smo na pravi poti ...

Zahvalno pismo svojke

Upam in želim si, da bo moja pošta dosegla vse v vašem dializnem centru, ki ste kakor koli skrbeli za mojo mamico Frančiško Trpin. V četrtek je za vedno zaprla oči in včeraj smo se od nje poslovili.

Iz srca se vam zahvaljujem za skrb, pozornost, prijaznost, kakovost storitev ki ste jo nudili moji mami. O vas je imela samo dobre besede, hvaležna vam je bila za vse in imela vas je rada. Tudi meni je bilo veliko lažje, ker vem, kako zelo se je na začetku upirala dializi in je zavračala priporočila zdravnika, da se bo morala odločiti za to.

Osebnost vas nisem spoznala, vendar sem iz maminih pripovedovanj začutila vašo srčnost in ljubezen do vašega dela, ki je zelo zahtevno. Cenim vas.

Hvala vsem medicinskim sestram in zdravstvenim tehnikom, vsem, ki ste zaposleni v centru Nefrodial. Iskrena hvala zdravnici, ki me je klicala po telefonu, ki je bila v stiku z dr. Koprivcem in ki je moji mami namenila objeme in prijazne besede. Iskrena hvala za poslano sožalno vizitko.

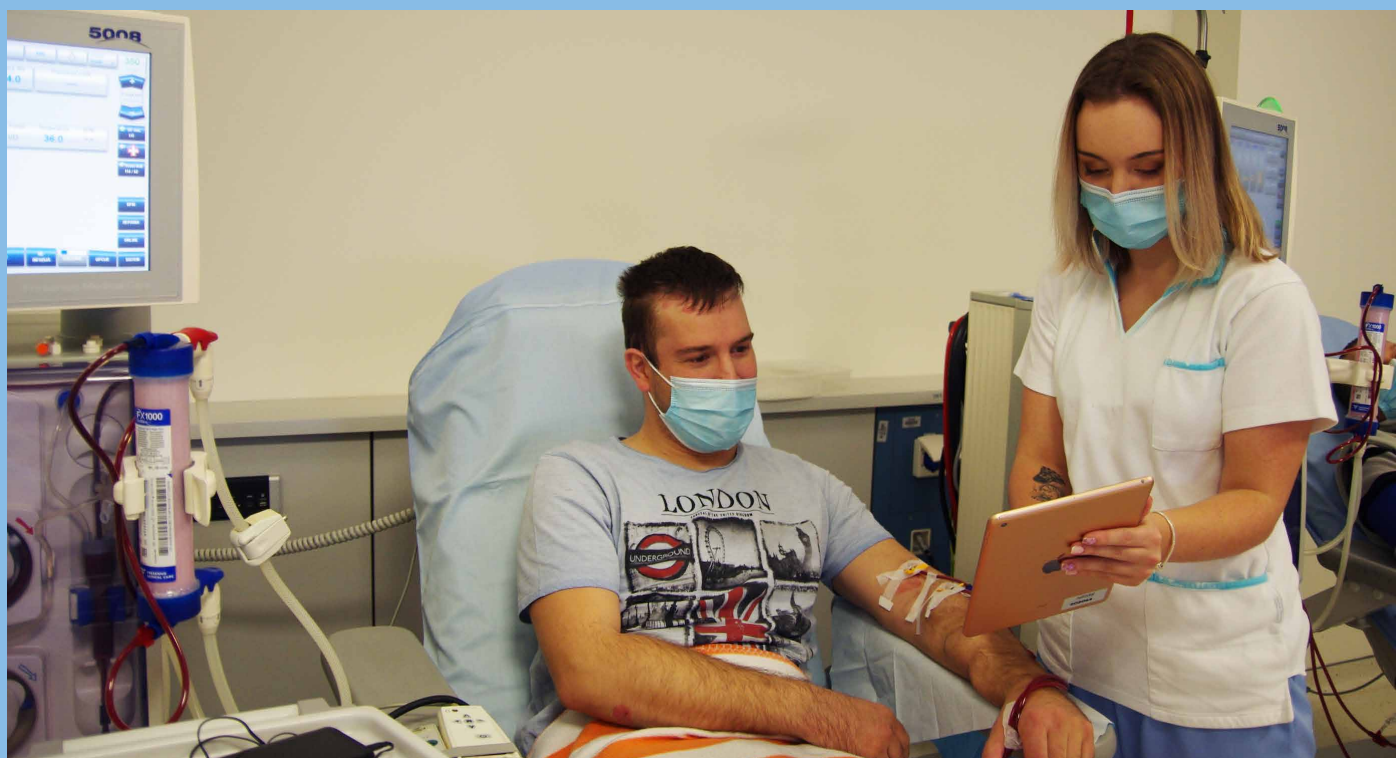
Ostanite še naprej tako dobri, srčni in predvsem človeški. Ker biti samo številka v množici je vsakemu človeku, predvsem pa starejšemu, nekaj najbolj groznega. In tega v vašem centru ni bilo in upam, da tudi nikoli ne bo.

*Prijazen pozdrav,
Lenka Trpin*

Zdravstveni delavci lahko pripomoremo h korenitim spremembam in izboljšanju kakovosti življenja naših pacientov. Ustrezni delovni pogoji in dobra delovna klima bistveno pripomorejo k temu, da smo lahko še boljši, da iz sebe znamo iztisniti maksimum. Vsi smo pomembni in vsi si želimo imeti občutek pripadnosti. Prisluhniti moramo drug drugemu, da lahko ustvarimo modrejšo, bolj sodelovalno in celostno zgodbo o zdravju in negi.

Larisa Sirar,
glavna med. sestra

Mobilna aplikacija za hemodializne bolnike



”

Aplikacija myCompanion bolnikom ponuja dostop do osebnih zdravstvenih podatkov tako, da imajo lahko bolniki svoje zdravje in zdravljenje pod nadzorom.

Z naraščajočo razširjenostjo pametnih telefonov in mobilnih omrežij se je povečal tudi razvoj mobilnih aplikacij, med njimi tudi takih, ki ponujajo storitve zdravstvenega varstva.

Mobilne aplikacije so se izkazale za zelo uporabne, še posebej v teh časih trajanja epidemije, ko se je uporaba mobilnih tehnologij v našem vsakodnevem življenju že tako povečala. Mobilne aplikacije omogočajo boljše obveščenost, lažje sodelovanje, dostopnost informacij kjer koli, večjo ustvarjalnost in še marsikaj, brez česar si življenja skoraj ne predstavljamo več.

Kot vodilno podjetje na področju dializnega zdravljenja se želimo v Fresenius Medical Care približati tej resničnosti in

bolnikom zagotoviti digitalne rešitve, ki jih lahko podpirajo in spremljajo na poti življenja z boleznijo. NephroCare aplikacija myCompanion, ki je ugledala luč sveta septembra 2019, je bila razvita izključno za hemodializne bolnike. Bolnikom ponuja dostop do osebnih zdravstvenih podatkov tako, da imajo lahko bolniki svoje zdravje in zdravljenje pod nadzorom. Aplikacijo širom Evrope uporablja že več kot 1.000 bolnikov NephroCare. Njen osnovni namen je pomagati bolnikom, da se lažje spopadejo z boleznijo in dosežejo boljše izide zdravljenja.

Domača stran

Oglejte si predogled različnih vidikov zdravljenja ter nasvete in recepte za pripravo zdravih jedi.

Dializni postopki

Podrobneje si pogledajte podatke o zadnjih dializnih postopkih, trajanje, izgubo teže, krvni tlak.

Zdravila

Oglejte si, katera zdravila morate jemati doma in ali so bile priporočene morebitne spremembe terapije.

Preberite

Pridobite dostop do različnih nasvetov in receptov za pripravo jedi, ki vam bodo pomagali bolj zdravo živeti na dializi.

Laboratorijski izvidi

Dostopajte do svojih laboratorijskih izvidov in spremljajte, kako so se ti spreminjali skozi čas.

Aplikacija myCompanion postavlja hemodializno zdravljenje na višjo raven, saj se podatki predpisanega zdravljenja in izvedenega dializnega postopka iz bolnikovega elektronskega zdravstvenega kartona neposredno prenesejo v aplikacijo, nameščeno na pametnem telefonu. Dodatno aplikacija ponuja bolnikom veliko strokovnih vsebin in nasvetov. Dostopne so tako aktualne vsebine, kot so informacije, povezane z novim koronavirusom, kot tudi okusni kuharski recepti za ledvične bolnike in drugi koristni nasveti, ki vsakodnevno bolnikom pomagajo lajšati z boleznijo povezane težave.

Diplomirana medicinska sestra Tanja, iz dializnega centra Nefrodial Črnuče, je z nami delila nekaj misli o aplikaciji: »Ko sem prvič slišala za aplikacijo, ki je

namenjena hemodializnim bolnikom, sem imela pomisleke. Spraševala sem se, ali bo ta aplikacija še dodatno otežila potek dela. Kako bo z bolniki, ki niso vešč uporabe telefona? Že med predstavitvijo osnov in uporabnosti aplikacije pa sem nanjo začela gledati kot na dodatno pomoč in možnost sprotne reševanja težav, ki jih imajo naši bolniki. Še posebno zanimiva se mi zdi ponudba različnih in izredno pomembnih strokovnih nasvetov o negi fistule, uravnavanju kalija in vnosa tekočine, zdravih kuharskih receptov in informacij o koronavirusu.«

Sabina Frumen Pivk,
Nursing Manager

Prvi vtisi o myCompanion aplikaciji

Velika prednost aplikacije myCompanion je v tem, da je brezplačna in v slovenskem jeziku. Tako je aplikacija dostopna vsem generacijam bolnikov. Če pa starejši bolnik nima pametnega telefona ali sam ni vešč uporabnik mobilnih aplikacij, lahko omogoči dostop do podatkov svojega zdravljenja svojcu ali skrbniku in na ta način postane dejavni udeleženec pri svojem zdravljenju.

O prvih vtisih glede aplikacije smo se pogovarjali tudi z enim izmed naših bolnikov v dializnem centru Nefrodial Črnuče, ki je 'testiral' aplikacijo.

Ali Vam je aplikacija v pomoč?

Ja, aplikacija mi omogoča dostop do svojega zdravljenja neprekinjeno. Tako lahko tudi domačim lažje razložim določene stvari, velikokrat pa tudi sam dobim odgovor na vprašanje, kar v sami aplikaciji.

Katere prednosti in slabosti opazate?

Prednosti so, da aplikacija omogoča zasebnost in je v slovenščini. Velik plus mi predstavljajo preglednost aplikacije in grafi. Slabosti še nisem opazil, je pa mogoče želja, da bi v aplikacijo vključili tudi meritve recirkulacije (BTM) in stopnje hidracije (BCM).

Bi aktivacijo aplikacije predlagali tudi svojcem?

Ne, saj v mojem primeru to ni potrebno. Ko pa ne bom več tako fit, bom mogoče razmislil tudi o tej možnosti (smeh).

Dializni bolnik Primož, med uporabo aplikacije myCompanion.



Ljudje v dializnem centru - druga družina

Kronična ledvična bolezen je v svetu v velikem porastu, največ zaradi stresnega in nezdravega načina življenja, novodobnih avtoimunih bolezni ledvic in porasti sladkorne bolezni.

V Društvu ledvičnih bolnikov Nefron se trudijo z izobraževalnimi in drugimi dejavnostmi skrbeti za boljše in kakovostnejše življenje bolnikov ter ozaveščati širšo javnost o preprečevanju ledvičnih bolezni. O delovanju društva in o njeni osebni izkušnji smo se pogovarjali s **predsednico društva Barbaro Padušek**, ki nam je že na začetku povedala, da je pravilno vodeno dializno zdravljenje ključ za kakovostno življenje bolnika s kronično ledvično odpovedjo.

Nam lahko na kratko predstavite Društvo ledvičnih bolnikov Nefron?

Društvo obstaja že od leta 2006. Bolnikom in njihovim svojcem želimo olajšati življenje ob stalnem dializnem zdravljenju, saj je pravilno vodeno dializno zdravljenje najpomembnejše za kakovostno življenje. Društvo šteje 147 članov. Sestavlja jo ga dializni bolniki naših Nefrodialovih centrov v Celju in v Mariboru, zaposleni v teh dveh centrih, bolniki s transplantacijo in sorodniki. Ponosni smo na stalno naraščanje števila članov. S športnimi in družabnimi dogodki jim pomagamo, da se vključijo v družbo in polno zaživijo. Pomagamo jim, da lažje premagujejo stres ob spoznanju, da bodo do konca življenja potrebovali eno od oblik nadomestnega zdravljenja.



Barbara Padušek,
predsednica društva Nefron



”
Naš osnovni namen je, da bolnikom in njihovim svojcem olajšamo življenje ob konstantnem dializnem zdravljenju.

Ste dializna bolnica in obiskujete center Nefrodial Celje. Kaj je bilo za vas najtežje, ko se je bilo treba spoprijeti z odpovedjo ledvic?

Zame to ni bil tako velik šok, saj sem prišla na hemodializno zdravljenje po odpovedi transplantirane ledvice. Zbolela sem pri 24 letih in sem si več kot dve leti sama opravljala CAPD-dializo ter hodila na preglede k dr. Markotičevi in dr. Lešnikovi v celjsko bolnišnico. Potem sem v mesecu septembru 2006 prejela ledvico, ki je delovala sedem let in pol. Največja težava, ki so jo pri meni napovedali nefrologi, je bila konstrukcija AV fistule, ki mi jo je dr. Ponikvar brezhibno izdelal in tudi po osmih letih deluje, kot je treba. Takoj, ko sem prišla na hemodializo v naš center, sta me nekdanja predsednika društva začela nagovarjati, naj se preizkusim kot predsednica društva. Imela sem nekaj prostega časa in sem pristala. Učila sem se še poslovanja društva, dela s člani, predvsem z bolniki in spoznala njihove življenjske zgodbe.

Kako vidite vlogo dializnega centra v življenju dializnega bolnika?

Center nam je kot druga družina. Trikrat tedensko polovico dneva preživimo s svojimi medicinskimi sestrami in zdravnikom dr. Čuferjem, ki skrbijo za našo blaginjo. Skupaj preživimo tudi marsikateri praznik in vikend, zasebno življenje in zdravljenje sta pač prepleteni. Če pa se



malce pošalim: v Nefrodialovih centrih dializo odlično izvajajo in zato si lahko tu in tam privoščimo kakšen prehranski greh, ki nam ga potem dializator dobro očisti.

Jeseni ste v društvu nabavil pedalnike za telovadbo med postopkom dialize. Kakšne so dosedanje izkušnje?

V zadnjem času je zanimanje za pedalnike na dializi morebiti rahlo upadlo, saj se ob nošenju obraznih mask nočemo obremenjevati še s telovadbo na dializi. Seveda pa smo bili dializni bolniki v času, ko so se ukrepi sprostili, navdušeni. Uporabljajo jih predvsem mlajše generacije.

Kako je situacija letošnjega leta z epidemijo koronavirusa vplivala na vaše člane in na vaše delovanje ter kakšni so vaši načrti za leto 2021?

V našem društvu nam je uspelo izpeljati večino dejavnosti, ki smo si jih zadali po terminskem načrtu za leto 2020. Edina dejavnost, ki smo jo morali prilagoditi, je bil dvodnevni izlet v Baško na otoku Krku. Žal nam na državni ravni ni uspelo izvesti Svetovnega dneva ledvic, kot je bilo zamišljeno, in Svetovnega dneva zdravja Mestnih občin Celje in Velenje. Ostajam pa velika optimistka, da bomo vsi skupaj čim prej cepljeni in da bomo lahko spet normalno zaživeli ter polno izvajali vse dejavnosti.

Člani društva na izletu

O društvu

Delovanje društva je namenjeno notranjim in zunanjim uporabnikom. Za člane pripravljajo družabne in športne dogodke ter organizirajo:



Zdravje

- članom povrnejo stroške cepljenja proti gripi in proti klopnemu meningitisu,
- povrnejo stroške zdravil, ki jih morajo dokupiti člani,
- merjenje krvnega tlaka in krvnega sladkorja ob dnevu ledvic v trgovskih središčih v Celju ter ozaveščanje ljudi o pomenu pitja vode in nesladkanih pijač,



Akcije

- sodelovanje na Dnevih zdravja Mestnih občin Celje in Velenje, kjer izvajajo vse prej naštetе preventivne akcije.



Predavanja

- predavanja – prehranske delavnice,
- predavanja na osnovnih in srednjih šolah ter v domovih starostnikov,



Šport

- športne dogodke (trening bowlinga, prirejena telovadba, pohodi),
- Dan na snegu za Zvezo društev ledvičnih bolnikov Slovenije,
- vstopnice po nižji ceni za Terme Zreče, Laško in Podčetrtek,



Izleti

- piknike, izlet, udeležbo na vseslovenskem srečanju transplantiranih in dializnih bolnikov, zaključek leta z ustvarjalno delavnico,
- dvodnevni izlet v Celjski dom v Baški na otoku Krku.

LETO 2020 JE BILO

Leto praznovanja za medicinske sestre in babice



Prejemnice priznanj "Vrednote v zdravstveni negi" od leve proti desni: Mojca Pirc, Nevenka Frankovič, Larisa Sirar in Darja Čarman.

”

Iskrene čestitke prejemnicam priznanj ob mednarodnem letu medicinskih sester in babic.

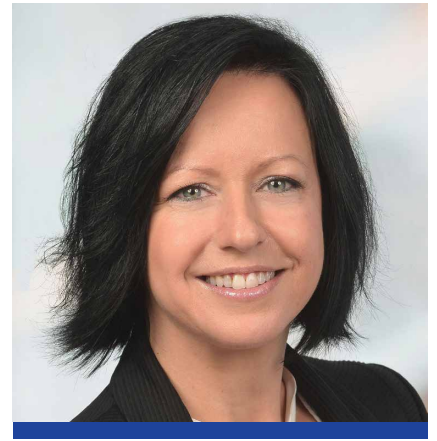
Leto 2020, ki si ga bomo zapomnili predvsem zaradi SARS-CoV-2 epidemije, je za medicinske sestre in babice pomenilo tudi leto praznovanja!

Za mednarodno leto medicinskih sester in babic širom sveta je za preteklo leto naznanila Svetovna zdravstvena organizacija, in sicer v počastitev 200. obletnice rojstva ustanoviteljice sodobne zdravstvene nege Florence Nightingale.

V okviru praznovanja Mednarodnega leta medicinskih sester in babic je globalno vodstvo Fresenius Medical Care, skupaj z lokalnimi organizacijami podjetja Fresenius Medical Care, pripravilo različne dejavnosti za medicinske sestre, med katere so bile uvrščene tudi nominacije za predstavnike štirih vrednot podjetja.

Ob zaključku leta so bila podeljena priznanja zmagovalkam, medicinskim sestram iz Nefrodiala, ki so prejele priznanja za Vrednote v zdravstveni negi. Čestitamo vsem štirim prejemnicam priznanj – **Darji Čarman** (Nefrodial Naklo) za SODELOVANJE, **Nevenki Frankovič** (Nefrodial Črnuče) za PROAKTIVNOST, **Mojci Pirc** (Nefrodial Krško) za ZANESLJIVOST in **Larisi Sirar** (Nefrodial Črnuče) za ODLIČNOST.

**Sabina
Frumen Pivk**
Nursing Manager



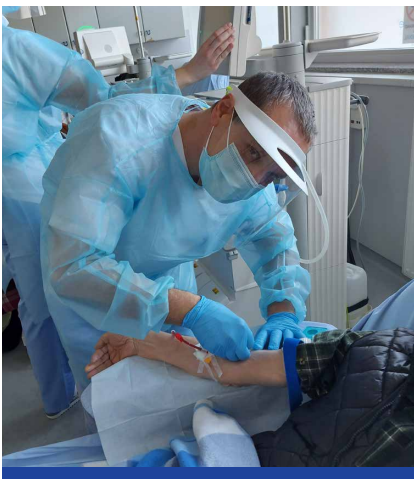
Bolnik je na prvem mestu

Zvone Oštir, dializni zdravstvenik iz dializnega centra Nefrodial Celje, razmišlja o svojem poklicu:

»Verjamem, da je delo v zdravstveni negi poslanstvo. Odločitev za poklic pogosto ni enostavna, a mogoče je v njem vztrajati, če le vidiš njegove lepote, pomen in izive. Dializa kroji mojo poklicno pot že 35 let. V vseh teh letih se je veliko spremenilo na področju razvoja in napredka tehnologije, a bolnik ostaja na prvem mestu, odvisen od našega znanja, izkušenj in humanosti.«

Zvone Oštir

dializni zdravstvenik v dializnem centru Nefrodial Celje



Svetovni dan ledvic 2021

Svetovni dan ledvic obeležujemo vsako leto od leta 2006, vsak drugi četrtek v mesecu marcu.

Osnovni namen svetovnega dneva ledvic je ozaveščanje širše javnosti o pomenu ledvic za naše zdravje ter zmanjšati pogostost in vpliv ledvične bolezni ter z njo povezanih zdravstvenih težav po vsem svetu.

Letošnji slogan svetovnega dneva ledvic je **»Dobro živeti z ledvično boleznijo«**. Bolezni ledvic predstavljajo velik izziv tako za bolnike kot za njihove svojce. Diagnoza in obvladovanje bolezni, zlasti v poznejših stadijih, namreč močno vplivata na bolnikovo življenje, saj zmanjšujeta njegove sposobnosti in sposobnosti celotne družine ter celo prijateljev, in sicer pri sodelovanju v vsakodnevnih dejavnostih, kot so delo, potovanja in druženja. Sočasno lahko bolezen prinaša vrsto zdravstvenih težav, od slabega počutja in pomanjkanja energije do kompleksnejših zdravstvenih stanj. Ljudje z ledvičnimi boleznimi si vsekakor želijo, da bi lahko dobro živeli, da bi ohranili svojo

vlogo in socialno vključenost ter obdržali občutek »normalnosti« in nadzora nad svojim zdravjem in počutjem. Opolnomočenje bolnikov, partnerstvo in dobra komunikacija pri bolnikih spodbujajo zaupanje in upanje, da lahko dobro živijo s kronično ledvično boleznijo.

V okviru svetovnega dneva ledvic vsako leto potekajo različne dejavnosti, ki se jim vsakokrat pridružimo tudi zdravstveni delavci iz dializnih centrov Nefrodial. Enako kot lani tudi letos zaradi epidemiološke situacije žal ne bodo organizirane informacijske točke in tako ne bomo opravljali meritev krvnega tlaka in testiranj seča. Letos tudi vsakoletnega izobraževanja otrok v šolah ne bomo izvajali. Vendar močno upamo in verjamemo, da se bomo lahko k vsem tem dejavnostim vrnili že v naslednjem letu! Do takrat vam želimo, da ostanete zdravi in skrbite za svoje ledvice!



KOOPERATIVNI

DELAMO V TIMU. Skrbimo za medsebojno izmenjavo informacij in izkušenj, saj se tako lahko učimo na lastnih napakah in drug od drugega. Izzive rešujemo skupaj, pri čemer zaprosimo za pomoč sodelavce, ki so blizu ali daleč. Komuniciramo odprto.



PROAKTIVNI

SMO UČINKOVITI. Prizadevamo si za spremembo trenutnega stanja in se zanimamo za dogodke okrog nas. Zastavljamo vprašanja, da bi jasno razumeli, kaj je treba storiti in prevzemamo odgovornost za rezultate.



ZANESLJIVI

NAREDIMO, KAR OBLJUBIMO. Izpolnjujemo lastna pričakovanja, spoštujemo druge osebe in jim dajemo zgled. Vedno ravnamo z integriteto in v skladu z našimi standardi.



ODLIČNI

PRESEGAMO PRIČAKOVANJA. Že danes delamo boljše, kot smo včeraj. Dajemo ideje za izboljšave in inovacije.



**FRESENIUS
MEDICAL CARE**

Sedež podjetja: Fresenius Medical Care
Slovenija in Nefrodial d.o.o.

Trnovlje pri Celju, Gaji 28, 3000 Celje

Telefon: +386 3 757 11 40
Fax: +386 3 757 11 44

www.FreseniusMedicalCare.com
www.NephroCare.com