

PRIJAVA PLANA TRAJNOG USAVRŠAVANJA ZA MEDICINSKE SESTRE

NAZIV USTANOVE:		Nastavni zavod za javno zdravstvo "Dr. Andrija Štampar"		
ADRESA:		Mirogojska cesta 16		
TELEFON:	01 4696 188	FAX:	01 6414 006	E-MAIL: cecilija.rotim@stampar.hr / uprava@stampar.hr

DATUM	NAZIV TEME	OPIS	PREDAVAČ (VODITELJ)	MJESTO ODRŽAVANJA
29.1. 2020. u 12:00h	Istraživanje u zdravstvu – povezanost tjelesne aktivnosti i refrakcijske anomalije	Refrakcijske anomalije u dječjoj i adolescentnoj dobi posljednjih su desetljeća u znatnom porastu, a u nekim regijama svijeta, posebno u istočnoj Aziji, su poprimile epidemijske razmjere. Cilj ovoga rada bio je istražiti povezanost tjelesne aktivnosti s pojavnošću refrakcijskih anomalija u djece školske dobi. Istraživanje je provedeno u 13 zagrebačkih osnovnih škola među učenicima osmih razreda, na područjima gradskih četvrti Trnje, Trešnjevka Jug, Trešnjevka Sjever i Peščenica-Žitnjak. U istraživanju je sudjelovalo 165 učenika (57% djevojčica), i njihovih roditelja. Učenici i roditelji su u anketi procjenjivali vrijeme koje učenici provedu u učenju, radu na računalu, gledanju mobitela, gledanju televizije, bavljenju sportom, rekreacijom, šetnjama te boravku u otvorenom i u zatvorenom prostoru. Podatci prikupljeni anketom uspoređeni su s nalazima pregleda vida tijekom sistematskih pregleda i probira vida u školskim ambulantama tijekom školske godine 2016./2017. Za svako od pitanja u kojem se procjenjivalo vrijeme provedeno u pojedinoj aktivnosti, u obradi se koristila prosječna vrijednost procjene vremena, učenika i roditelja. Učenici i učenice s urednim vidom, značajno više vremena provedu pred ekranima (računalo, mobitel i televizija) i na otvorenom prostoru, u odnosu na učenike i učenice s poremećajima vida. Pred ekranima dnevno	Slobodan Božić, magistar sestrinstva Enida Sičaja, prvostupnica sestrinstva	NZJZ "Dr. Andrija Štampar"

		provede više od 150 minuta 64,82% učenika i učenica s urednim te 24,56% učenika s poremećajem vida. Više od 120 minuta na dan u otvorenom prostoru provede više od polovine učenika i učenica s urednim te malo više od trećine učenika i učenica s poremećajem vida. Nije utvrđena značajna razlika u vremenu provedenom u sportskim aktivnostima i prisutnosti refrakcijskih anomalija u roditelja između učenika i učenica s urednim i učenika i učenica s poremećajem vida. Nije uočena povezanost između vremena provedenog učeći i pišući domaće zadaće s pojavnošću poremećaja vida učenika i učenica. Rezultati ovog istraživanja mogu se upotrijebiti pri planiranju preventivnih zdravstvenih mjera kojima bi se potaknulo djecu na duži boravak u otvorenom prostoru tijekom i van nastave u cilju prevencije razvoja refrakcijskih anomalija.		
25.03.2020.u 12:00h	Komunikacijske vještine u mentalnom zdravlju i prevenciji ovisnosti	Komunikacija je važno sredstvo u radu s pacijentima koji imaju probleme iz područja mentalnog zdravlja i prevencije ovisnosti, pacijenti se teško odlučuju za tretman, a lako odustaju od istog, stoga je prvi kontakt s članovima stručnog tima iznimno važan. Razlozi dolaska u tretman su različiti: osoba dolazi na inzistiranje članova obitelji, samoinicijativno ili je dolazak određen odlukom suda ili Centra za socijalnu skrb. Bez obzira na razlog javljanja, prvi kontakt je upravo s medicinskom sestrom/tehničarom, nerijetko taj prvi kontakt je presudan. Mnoga istraživanja dokazuju da su prihvaćanje, empatija i povjerenje prioritet u traženju stručne pomoći. Komunikacijska vještina kao alat ili sredstvo rada medicinske sestre/tehničara neophodna je u radu sa pacijentima iz područja mentalnog zdravlja i prevenciji ovisnosti, a primjerena komunikacija medicinsku sestru/tehničara promovira u kompetentnu stručnu osobu. Medicinska sestra	Martina Bekić, magistra sestrinstva Mirela Marušić, prvostupnica sestrinstva	NZJZ "Dr. Andrija Štampar"

27.05.2020. u 12:00h	Značaj javnozdravstvenih akcija u ranom otkrivanju kroničnih nezaraznih bolesti i promicanju zdravih stilova života	kao ravnopravni član multidisciplinarnog zdravstvenog tima mora imati određena znanja i vještine iz verbalne i neverbalne komunikacije kako bi mogla adekvatno sudjelovati u procesu rehabilitacije osoba u prevenciji ovisnosti Javno zdravstvo se bavi preventivnim, a ne kurativnim aspektom zdravstvene zaštite, i zdravstvenim pitanjima na razini zajednice, a ne pojedinca. Javnozdravstvene akcije organiziraju se s ciljem podizanja svijesti o važnosti očuvanja i unaprjeđenja zdravlja. Najveći značaj održavanja javnozdravstvenih akcija predstavljaju edukacija i senzibilizacija javnosti o zdravim načinima življenja i prevenciji bolesti, a osobito osvješćivanjem individualnih rizičnih čimbenika. Kako u svijetu tako i u Hrvatskoj sve više ljudi obolijeva od kroničnih nezaraznih bolesti ponajviše zbog načina života stoga postoji niz strateških planova i dokumenata kako bi se te bolesti prevenirale.	Anita Meštrić, prvostupnica sestrinstva Matea Živec, magistra sestrinstva	NZJZ "Dr. Andrija Štampar"
16.09.2020. u 12:00h	Sestrinska skrb - žalovanje	Žalost je apstraktan koncept, koji se velikim dijelom odvija u mislima pojedinca. Ako ga promatramo kao posljedicu smrti i gubitka bliske osobe, jasno nam je da je to koncept koji se danas često susreće u sestrinskoj praksi, kao posljedica sve češćeg umiranja ljudi u raznim ustanovama te demografskog starenja stanovništva. Ožalošćenim osobama koje susrećemo u svome radu potreban je holistički pristup u sklopu zdravstvene njege koja je zasnovana na dokazima, uz empatiju, suosjećanje i poštovanje. Koncept je široko zastupljen u stručnoj literaturi i istraživao na razne načine, no njegova kompleksnost i apstraktnost ostavljaju veliki prostor za daljnja istraživanja.	Sajko Dalma, diplomirana medicinska sestra Arnaut Karmen, prvostupnica sestrinstva	NZJZ "Dr. Andrija Štampar"
25.11.2020. u 12:00h	Zadaće medicinske sestre kod osoba na	Pojam intolerancija glutena može se odnositi na tri tipa poremećaja: autoimuna celijakija, alergija na pšenicu i ne-celijakijska preosjetljivost na gluten.	Jelena Rogar, magistra sestrinstva	NZJZ "Dr. Andrija Štampar"

	bezglutenskoj prehrani	Svaki od navedenih poremećaja zahtjeva provođenje bezglutenske prehrane. Striktna bezglutenska prehrana uključuje izbjegavanje žitarica i proizvoda koji sadrže gluten, konzumiranje prirodnih namirnica bez glutena i korištenje industrijskih zamjenskih pripravaka bez glutena. Bezglutenska prehrana popularan je način ishrane i u slučaju kada se cilja na poboljšanje zdravstvenog stanja, izgleda ili izdržljivosti pojedinaca, unatoč nedostatku znanstvenih dokaza koji bi išli u prilog navedenom. Kombiniranjem namirnica koje ne sadrže gluten moguće je zadovoljiti potrebe organizma za makronutrijentima, vitaminima i mineralima, bez potrebe za dodatnim unosom suplemenata. Predstavlja stil života koji zahtjeva široko znanje o namirnicama, njihovom kombiniranju te visoku razinu samokontrole, kako bi se omogućila uravnotežena prehrana. Neophodna je i edukacija koju pruža medicinska sestra, koja će pacijentu dati jasne upute o vrsti namirnica koje ne sadrže gluten, nutritivnoj vrijednosti te kvaliteti takvih proizvoda. Dostupnošću novih dijagnostičkih metoda, testova na intoleranciju hrane, kao i brzih testova za otkrivanje potencijalne celijakije, pojavila se potreba za adekvatnim informiranjem i edukacijom roditelja, djece i studenata, gdje važnu ulogu ima medicinska sestra, kao educirani stručnjak sa znanjem iz područja djetetike i kao član tima koji sudjeluje u praćenju i skrbi za pacijente u sklopu rada u ambulanti školske medicine. Cilj predavanja je educirati medicinske sestre o smjernicama i važnosti bezglutenske prehrane kod pojedinaca koji provode navedeni dijetni režim.	Dajana Fabijančić, prvostupnica sestrinstva	
--	-----------------------------------	--	---	--

GLAVNA SESTRA ZDRAVSTVENE USTANOVE

RAVNATELJ ZDRAVSTVENE USTANOVE

Ime i prezime i potpis

Cecilija Rotim, mag. med. techn.

Ime i prezime i potpis

Dr. Zvonimir Šostar