

GLASNIK 
— ZDRAVSTVENOG VELEUČILIŠTA U ZAGREBU —

Sadržaj

RIJEČ DEKANA

Napredak i praćenje svjetskih trendova	5
---	---

UVODNIK

Tradicionalni temelji s novim sadržajima	6
---	---

DOGAĐANJA I OBAVIJESTI

KRATKE VIJESTI	7
----------------------	---

Održana 22. konferencija medicinskih sestara i tehničara i 8. konferencija zdravstvenih profesija	8
--	---

Sudjelovanje na međunarodnim kongresima gerontologije i gerijatrije te kongresu palijativne skrbi	9
--	---

Aktivno sudjelovanje nastavnica studija radne terapije na Europskoj konferenciji radnih terapeuta u visokom obrazovanju u Oviedu u Španjolskoj	10
---	----

Održana 3. konferencija sportske medicine i 9. međunarodni znanstveno--stručni skup „Fizioterapija u sportu, rekreaciji i wellnessu”	11
---	----

Održan simpozij „Put primijenjene znanosti u zdravstvenoj skrbi”	12
---	----

Aktivnosti Odjela za stručna i znanstvena istraživanja tijekom 2023. godine	13
--	----

RAZGOVOR SA POVODOM

RAZGOVOR S DR. SC. ANDREJOM BARTOLAC, PROČELNICOM KATEDRE ZA RADNU TERAPIJU ZDRAVSTVENOG VELEUČILIŠTA Radni terapeuti – jedini zdravstveni stručnjaci bez mogućnosti nastavka obrazovanja na diplomskoj razini	14
--	----

DR. SC. IVANA VRDOLJAK AI - rješenje za nedostatak ljudi u medicini?	17
--	----

INTERVJU

PROF. DR. SC. MIROSLAV VRANKIĆ IZ RIJEKE Asistivna tehnologija u poboljšanju kvalitete života osoba s invaliditetom i djece s teškoćama u razvoju	19
---	----

STUDENSKI KUTAK

Novi studentski zbor	22
-----------------------------------	----

Volonteri Alumni kluba na konferenciji Zdravstvenog veleučilišta u Vodicama	23
--	----

Volonteri Alumni kluba Zdravstvenog veleučilišta – naše priče	24
--	----

Futsal i natjecateljice ženske ekipe studentica Zdravstvenog veleučilišta	27
--	----

Zašto je važno učiti strane jezike	29
---	----

Zaštita mentalnog zdravlja i prevencija ovisnosti – studenti istražuju	30
---	----

IZ SVIJETA STRUKE I ZNANOSTI

ZDRAVSTVENA PISMENOST – zašto je važna i kako je poboljšati?	31
---	----

Razvoj robotike u medicini	35
---	----

Sildenafil i analozi kao zabranjene farmakološke tvari u dodacima prehrani	37
---	----

PSIHOLOGIJSKE TEME

Slučaj „Borovnica i šipak” – jesmo li iskusili masovnu psihogenu bolest?	39
---	----

PROŠLOST ZA BUDUĆNOST

Školska ploča još nije umrla, a ka' će, ne zna se	41
--	----

IZDAVAŠTVO

Snježana Čukljek, Proces zdravstvene njege i odabrane sestrinske dijagnoze, udžbenik, Zdravstveno veleučilište, 2023.	44
--	----

Biljana Kurtović i suradnici, Zdravstvena njega bolesnika kod eksplantacije – transplantacije, udžbenik, Zdravstveno veleučilište, 2023.	44
---	----

Nikolino Žura i suradnici, Klinička kineziologija, udžbenik, Zdravstveno veleučilište, 2023.	44
---	----

Zaštita mentalnog zdravlja i prevencija ovisnosti – studenti istražuju

„Nema zdravlja bez mentalnog zdravlja” krilatica je koja se često može čuti u javnozdravstvenim kampanjama kojima je cilj naglasiti važnost mentalnog zdravlja bez kojeg osoba ne može ostvariti dobrobit, biti produktivna niti iskoristiti svoje potencijale. No život donosi stresove koji često uzrokuju neugodne emocije koje se reflektiraju na različite načine u međuljudskim odnosima, produktivnosti, pogrešnim životnim odlukama i slično. Stoga je pravodobna i dostupna intervencija koja uključuje savjet i podršku stručnjaka iznimno važna u zaštiti mentalnog zdravlja. U očuvanju mentalnog zdravlja važna je obitelj, koja ima ključnu ulogu u cjelokupnom fizičkom, psihičkom, duhovnom i socijalnom razvoju. Stoga je na studiju sestrinstva unutar izbornog kolegija Sestrinska skrb za obitelj jedna od tema „Zaštita mentalnog zdravlja u obitelji” u kojoj studenti moraju istražiti mogućnosti podrške osobama u zaštiti mentalnog zdravlja i prevenciji ovisnosti kako bi stekli znanja iz ovog područja koja mogu primijeniti u edukaciji obitelji i mladih.

Na tu temu studentica **Lea Stipanović** razgovarala je sa **Sinišom Brlasom**, profesorom psihologije i voditeljem Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok” Virovitičko-podravške županije, te Aleksandrom Kraguljac dr. med., spec. psihijatrije, iz Odsjeka za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti Zavoda za javno zdravstvo Sisačko-moslavačke županije.

Govoreći o pružanju usluga Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok” Virovitičko-podravške županije, voditelj Siniša Brlas ističe:

„Naše su usluge besplatne i dovoljno je da se zainteresirani jednostavno prijave bilo telefonskim putem

bilo osobnim dolaskom, a za adolescente i studente imamo i savjetovanište za mlade u koje se mogu javiti i anonimno posredstvom aplikacije na našoj web-stranici. Klijentima čak ne trebaju ni uputnice kako bi došli do nas. Teškoću ponekad predstavlja sam dolazak osoba slabijeg materijalnog statusa iz udaljenijih mjesta, ali uvijek postoji mogućnost da se obrate socijalnoj službi i zatraže pomoć oko putnih i ostalih troškova. Tom problemu nastojimo doskočiti na način da se i sami ‘približimo’ korisnicima, pa stoga osim u Virovitici ispostavu imamo i u Slatini i tako uslugu približavamo korisnicima iz rubnih područja naše županije.” Nadalje ističe: „Tegobe s kojima se susreću naši klijenti gotovo nikada nisu samo njihovi problemi, već su to gotovo uvijek i obiteljski problemi. Stoga ja kao oblik svojega rada imam ustrojen i obiteljski savjetodavni rad. Ponekad je i članovima obitelji potrebna stručna pomoć jer, osobito u slučaju pojave ovisnosti, mogu postati ‘ovisni o ovisniku’ u svojoj obitelji (engl. *codependency syndrome*).”

Stručni tim na njihovu odjelu čine psihijatrica, psiholog i medicinski tehničar. Na pitanje kako njihov tim održava pozitivnu radnu atmosferu i kako se brine o vlastitom mentalnom zdravlju dok se bavi teškim temama navodi: „U ovome je poslu jako važna suradnja i razumijevanje te međusobno poštivanje granica pojedinih struka. Sagorijevanje u radu s ovisnicima veliki je rizik za pomagače, ali još ne postoji usustavljeni model pomaganja pomagačima pa je to veliki izazov za pomagačke struke u ovome poslu.” No istodobno navodi da im iznimno znači kada im se jave zadovoljni klijenti. „Najupečatljivije su situacije kada klijenti zahvaljuju za pomoć, podršku i razumijevanje vezano uz njihove tegobe i probleme. Takvih je priča veliki broj, što me motivira u daljnjemu radu”, naglašava voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u

Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije Siniša Brlas.

Nadalje, o načinu rada Odsjeka za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti Zavoda za javno zdravstvo Sisačko-moslavačke županije razgovarali smo s Aleksandrom Kraguljac, dr. med., spec. psihijatrije, koja navodi: „Cjelokupna populacija može pristupiti našim uslugama – psihijatrijski pregled, psihodijagnostika, psihosocijalni tretmani, testiranje na droge, dijagnostika i tretmani povezani s bilo kojim oblikom problema ovisnosti i zlouporabe. Nije potrebna uputnica, dovoljno je naručiti se telefonom ili e-poštom. To je prednost ljudima s problemom mentalnog zdravlja i ovisnosti jer mnogi ne žele ‘ući u sustav’ zbog predrasuda i stigme, straha za daljnje školovanje i zapošljavanje. U Službi rade psihijatrica, psihologinja i socijalna radnica”, ističe dr. Kraguljac. Nadalje navodi: „Pokrivamo cijelu županiju (ambulante Sisak, Kutina, Novska, Topusko i Glina). Dominira školska populacija s obzirom na to da intenzivno surađujemo sa školskom medicinom, obrazovnim institucijama i centrima za socijalnu skrb. Održavaju se predavanja prema pozivima, isto tako i skrininzi za mentalno zdravlje u nekim školama. Kolegice su uključene u preventivni program ‘PoMoZiDa’ u kojem se prosvjetni djelatnici obrazuju o temama mentalnog zdravlja kako bi znali reagirati na radnom mjestu s učenicima.” Doktorica Kraguljac ističe da se u radu stavlja naglasak na multidisciplinarni pristup i uključivanje obitelji, školskih suradnika i probacijskih ureda u proces tretmana. „Posebno su zadovoljstvo slučajevi maturanata koji su se liječili i bilo je vrlo upitno njihovo daljnje školovanje na fakultetima, no ipak se saznaje o njihovim daljnjim uspjesima. S obzirom na to da su sve usluge besplatne i da pokriva više mjesta u županiji, smatram da je vrlo lak pristup svim kategorijama društva. U radu s problemima mentalnog zdravlja, pa tako i ovisnosti, nastojimo uključiti sve bliske osobe te po potrebi i njima ponuditi zaseban tretman”, navodi dr. Kraguljac te ističe: „Poseban dio Službe jest Savjetovalište za mlade u kojem svaki adolescent može dobiti savjet ili ga se može uputiti u daljnji tretman. Nastojimo održavati pozitivne odnose prvenstveno unutar tima te zajednički prolazimo kroz određene slučajeve i situacije i ‘dijelimo’ određene korisnike.”

To su samo neki primjeri rada centara za zaštitu mentalnog zdravlja koji se nalaze diljem Hrvatske. Iz toga razloga važno je da zdravstveni djelatnici, a samim time i građanstvo, budu upoznati s načinom kako i gdje tražiti pomoć i koju vrstu pomoći mogu dobiti. (JP) □

ZDRAVSTVENA PISMENOST – zašto je važna i kako je poboljšati?

 **Olivera Petrak**, prof. psih.

Je li vam se nekada dogodilo da ste razgovarali sa svojim liječnikom i niste najbolje razumjeli što vam govori? Nije vam bilo u potpunosti jasno kako se primjenjuje neka terapija ili zašto se točno upotrebljava? Niste bili sigurni gdje morate napraviti određenu pretragu? Ove nedoumice samo su dio onog što obuhvaća zdravstvena pismenost. Zdravstvena pismenost odnosi se na sposobnost pojedinca da razumije i upotrebljava medicinske informacije, tj. preciznije, da ima pristup, razumije, procijeni i primijeni zdravstvene informacije u svrhu donošenja ispravnih odluka o svojem zdravlju i zdravlju bliskih osoba.^{1,2} Pojam zdravstvene pismenosti sve se češće nalazi u fokusu istraživača, za što možemo prepoznati nekoliko razloga:

- ▶ Zdravstveni sustav sve je složeniji, s manje osobnog kontakta i vremena koje zdravstveni djelatnici mogu posvetiti pacijentu. Broj pretraga, terapija i lijekova drastično se povećao te je količina informacija povezanih s održavanjem zdravlja „nabujala”. Osim toga, ponekad su upute i razne brošure koje promovira naš zdravstveni sustav pisani previše stručno i nerazumljivi su široj javnosti.
- ▶ Dok je do prije 30-ak godina zdravstveni djelatnik bio gotovo jedini izvor informacija po pitanju zdravlja i bolesti, danas smo izloženi različitim, nerijetko kontradiktornim informacijama. Prisutna je epidemija informacija, među kojima su i brojne dezinformacije, što ima za posljedicu teško nalaženje pouzdanih sadržaja. Opća populacija češće ⇨