

GLASNIK



— ZDRAVSTVENOG VELEUČILIŠTA U ZAGREBU —

BROJ 6. | GODINA IV. | ZAGREB | SIJEČANJ 2019.



GLASNIK

— ZDRAVSTVENOG VELEUČILIŠTA U ZAGREBU —



GLASNIK ZDRAVSTVENOG VELEUČILIŠTA U ZAGREBU

ADRESA

Zdravstveno veleučilište
Mlinarska cesta 38
www.zvu.hr
e-mail: zvu@zvu.hr

ZA IZDAVAČA

Krešimir Rotim

GLAVNA UREDNICA

Jadranka Pavić

UREDNIŠTVO

Jasna Bošnir
Ivana Crnković
Andrija Čop
Snježana Čukljek
Ivica Kostrec
Ana Mojsović Ćuić
Dalibor Perković
Zrinka Pukljak Iričanin
Ozren Rađenović
Biserka Sedić

STUDENTI UREDNICI

Josipa Garilović
Dunja Hunsjak
Željana Jurčević
Iva Kanaet
Filip Kolenković
Ana Toljan
Denis Toma

LEKTURA

TEKSTURA obrt za lekturu i usluge u izdavaštvu

UPUTE SURADNICIMA

E-mail za dostavu materijala: glasnik@zvu.hr
Članci ne podliježu recenziji i za njih odgovara autor.

GRAFIČKO OBLIKOVANJE I PRIJELOM

studionog6h8

Sadržaj

RIJEČ DEKANA

Zdravstveno veleučilište u europskom je vrhu

UVODNIK

Poletni korak u iduće razdoblje

DOGAĐANJA I OBAVIJESTI

KRATKE VIJESTI

Prof. dr. sc. Krešimir Rotim imenovan u članstvo prestižne svjetske neurokirurške akademije

Student Zdravstvenog veleučilišta osvojio zlato na svjetskom prvenstvu u karateu

Znanstveni skup u organizaciji Instituta za antropologiju

MIPS Educational Course o problemima zdravlja žena i muškaraca u području uroginekologije

Konferencija o sestrinstvu u Osijeku

Specijalno priznanje i Kristalna plaketa za prodekana doc. dr. A. Racza

Kongres o sigurnosti i kvaliteti hrane

BOŽIĆNA HUMANITARNA AKCIJA 2018:
Lekcije života kroz volonterski rad

INTERVJU

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO, IZV. PROF. V. Š., NEUROKIRURG

Stećena znanja i vještine prenijeti u svoju zemlju

RAZGOVOR S POVODOM

PREDSTAVLJAMO: DJELATNICI STUDENTSKE REFERADE ZDRAVSTVENOG VELEUČILIŠTA U BICIKLIZMU I AUTOMOBILSKIM UTRKAMA

Automobilizam i bicikлизam u obogaćivanju svakodnevice

STUDENTSKI KUTAK

PREDSTAVLJAMO: JOSIP MARIĆ, STUDENT FIZIOTERAPIJE, KANDIDAT ZA OVOGORIŠNJIU NAGRADU VOLONTERSKI OSKAR

Aktivni sportaš i vrijedni volonter 24

MARTINA ANIĆ – STUDENTICA I GLUMICA

Pronaći vremena za svoj hobi 26

PREDSTAVLJAMO STUDENTICU ANJU LONČAR

Državna i studentska prvakinja Hrvatske u karateu 28

Strani jezik – iz perspektive studenata 29

AKTUALNA PRVAKINJA DRŽAVE – EMA FILIPOVIĆ
Karijeru želi usmjeriti prema sportu 30

IVONA TOMIĆ – BODYBUILDERICA
Važno je dobro se organizirati 32

IZ SVIJETA STRUKE I ZNANOSTI

Potpomognuta komunikacija (alternativna i augmentativna komunikacija) 33

Prikaz projekta: Provodenje programa kontrole i osiguranja kvalitete električnih uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje i procjena medicinskog zračenja pacijenata na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu 37

Osiguravanje dostupnosti hrane 41

Multiparametrijski MRI prostate na 3T uređaju 42

ZVU U DRUŠTVU

Hobotnice za malene „borce“ u inkubatorima 44

PROŠLOST ZA BUDUĆNOST

Stoljeće nakon španjolske gripe – najsmrtonosnije epidemije u ljudskoj povijesti 49

Zdravstveno veleučilište u europskom je vrhu



Prof. dr. sc. Krešimir Rotim, dekan

U svakoj instituciji, pa tako i na Zdravstvenom veleučilištu u Zagrebu, ljudi su ključni. Ustanovu čine ljudi, profesionalci, nastavnici i zaposlenici, a ne lijepo zgrade, najnovija oprema ili pak časna tradicija. Sve navedeno također je važno, ali ne čini onu prijelomnu točku koja dijeli prosječne ili dobre od najboljih. Oni instituciji daju njezinu prepoznatljivost i pozicioniraju je u društvenoj stvarnosti. Uprava Zdravstvenog veleučilišta sve je napore usmjerila ostvarivanju preduvjeta koji nam omogućuju budućnost u sveučilišnom okruženju, gdje nam je sasvim sigurno mjesto. Činjenica je da smo prije dvije godine imali samo dva nastavnika u stalnom i punom radnom odnosu sa znanstveno-nastavnim zvanjem sveučilišnog profesora i docenta, zbog čega je dovedena u pitanje znanstvena jedinica (koja traži najmanje pet sveučilišnih nastavnika u punom radnom odnosu u znanstveno-nastavnom zvanju profesora ili docenta). Danas je situacija posve drugačija s cijelim nizom naših djelatnika izabranih u znanstveno-nastavna zvanja i još mnogim kolegama u postupku, na čemu im ovom prilikom čestitam. Uprava ZVU-a sporazumima s uglednim hrvatskim sveučilišnim ustanovama zacrtala je okvir ovih i budućih napredovanja. Međutim, da ne bi bilo nesporazuma, sadašnji veleučilišni status naše ustanove neizmjerno je vrijedan i nedvojbeno smo najkvalitetnija visokoškolska ustanova ovog profila u našoj zemlji i regiji. Politehničke ili stručne visokoškolske ustanove u europskim zemljama iznimno su cijenjene, a diplomandi stručnih studija vrlo traženi kod budućih poslodavaca. Tome u prilog govore bogata i duga povijest i ugled naše ustanove te broj studenata na našem Veleučilištu. Nadalje, učinjeni su veliki iskoraci i po prvi su put raspisani i odobreni znanstveni projekti, kroz koje, osim prilike za znanstveni rad, naši nastavnici zadovoljavaju i jedan od temeljnih uvjeta znanstvenog napredovanja. Pokrenut je prvi hrvatski sestrinski znanstveno-stručni časopis,

osnovan je Centar za translacijska istraživanja, pojedini naši udžbenici istodobno su na drugim sveučilištima dobili naziv sveučilišnih udžbenika. Osnovan je Centar za cjeloživotno obrazovanje, koji je organizirao nekoliko vrlo uspješnih *leadership* simpozija, a brojni su drugi programi trenutačno u izradi.

Nije manje važna ni međunarodna prepoznatljivost i citiranost naših nastavnika i znanstvenika, kojima ovom prilikom čestitam na članstvima u uglednim svjetskim i europskim profesionalnim organizacijama, akademijama i visokim položajima u stručnim društvinama. Njihove aktivnosti predstavljaju pouzdanu uvertiru koja čini iskorak i potiče na bolje sutra. Štoviše, u posljednje vrijeme i mediji su prepoznali postignuća djelatnika i studenata Zdravstvenoga veleučilišta te su ih kroz različite priloge približili široj javnosti.

Uvijek težimo izvrsnosti te čemo i dalje poticati i finansirati aktivno sudjelovanje na svjetskim kongresima, napredovanje kroz doktorske studije te znanstvenu i stručnu publicistiku.

Kroz sve navedene aktivnosti želimo svojim nastavnicima i suradnicima, znanstvenicima i djelatnicima pružiti kreativni i otvoreni radni i znanstveni okoliš i priliku za profesionalni i osobni napredak u poticajnom okruženju.

Želim da vam dosadašnji uspjesi budu motiv da još upornije i posvećenije radite na promicanju ugleda i znanstveno-stručnog doprinosa ZVU-a te da svojim postignućima i životom budemo uzor i u stvarnom smislu mentor te stručni, ali i životni učitelji i pedagozi generacijama studenata te da i tako damo perspektivu uspješnoga profesionalnog i kvalitetnoga osobnog života svojim mladim kolegama u najljepšoj nam domovini Hrvatskoj.

Prof. dr. Krešimir Rotim,
dekan Zdravstvenoga veleučilišta

Poletni korak u iduće razdoblje



dr. sc. Jadranka Pavić

U pojedinim razdobljima, posebno o Novoj godini, podvlači se crta što je učinjeno, a istodobno se donose novi planovi za budućnost. U proteklom šestomjesečnom razdoblju mnogo je toga učinjeno, a posebno raduju uspjesi djelatnika i studenata.

Vijest je na koju smo ponosni primitak dekana Zdravstvenoga veleučilišta prof. dr. Krešimira Rotima u članstvo prestižne Svjetske neurokirurške akademije (WANS). To znatno pridonosi ugledu hrvatske akademске zajednice, a posebno Zdravstvenom veleučilištu. Među brojnim je stručnjacima Zdravstvenog veleučilišta koji su prepoznati izvan granica Republike Hrvatske i doc. dr. sc. Tomislav Sajko, koji u intervjuu za Glasnik Zdravstvenog veleučilišta progovara o razvoju istraživačkih kapaciteta, međuinstitucionalnom povezivanju, aktivnostima koje pridonose hrvatskom zdravstvu i društву u cjelini.

Nadalje, u ovome broju prikazujemo postignuća i prepoznatljivost nekih djelatnika Zdravstvenog veleučilišta kroz njihove slobodne aktivnosti. Samozatajni djelatnici studentske referade Mladen Mihoci i Dušan Dojčinović postižu značajne rezultate u automobilskom i biciklističkom sportu. Nadalje, tu je i profesorica kejime dr. sc. Lana Feher Turković, koja u slobodno vrijeme izrađuje unikatne hobotnice za nedonoščad koje se šalju u bolnice u Hrvatskoj i izvan nje. Iako su to aktivnosti slobodnog vremena, itekako pridonose ugledu i prepoznatljivosti Zdravstvenog veleučilišta u društvu. I u studentskim krugovima postižu se važni rezultati. Među najuspješnijima je u ovome razdoblju student fizioterapije Ivan Kvesić koji je osvojio zlato na svjetskom prvenstvu u karateu u Madridu, ali tu su i brojni drugi studenti koji su zapaženi po svojim postignućima, kao i zalaganju u zajednici.

Uz navedene sadržaje, Glasnik obiluje i drugim informacijama o aktivnostima, postignućima i radu vrijednih studenata i djelatnika Zdravstvenoga veleučilišta.

Dakle, u novu smo godinu zakoračili s novim poletom. Neka nas vodi i u idućem razdoblju!

dr. sc. Jadranka Pavić
glavna urednica

KRATKE VIJESTI

- U organizaciji Katedre za zdravstvenu njegu 4. i 11. rujna 2018. održan je tečaj za mentore vježbovne nastave. Tečaju koji se kontinuirano održava četvrtu godinu zaredom prisustvovalo je 160 mentorova iz radilišta koji su nastavne baze vježbovne nastave za studente sestrinstva Zdravstvenog veleučilišta.
- Od nove akademske godine uveden e-Indeks za studente svih studijskih godina i svih studija Veleučilišta. Dosadašnji indeks, koji je ujedno javna isprava, bit će do završetka studija pohranjen u tajništvu Veleučilišta, a nakon toga će se s ostalim osobnim dokumentima vratiti studentima.
- 23. listopada 2018. na Zdravstvenom veleučilištu održan je simpozij na temu Minimalno invazivno liječenje degenerativnih bolesti kralježnice. Na Simpoziju je održao predavanje prof. Charles Branch, predstojnik Klinike za neurokirurgiju na Sveučilištu Wake Forest (Winston-Salem, North Carolina, USA) na temu: *Spinal Balance, Lordotic Cages and Posterior Lumbar Interbody Fusion*.

Prof. dr. sc. Krešimir Rotim imenovan u članstvo prestižne svjetske neurokirurške akademije

Dekan Zdravstvenog veleučilišta i predstojnik Klinike za neurokirurgiju u KBC-a Sestre milosrdnice prof. dr. sc. Krešimir Rotim jednoglasno je imenovan u Svjetsku neurokiruršku akademiju (WANS), organizaciju u kojoj je članstvo doživotno i u kojoj članom iz svake zemlje može biti jedan liječnik. Prof. Rotim u tu je prestižnu organizaciju imenovan na prijedlog pet članova iz različitih zemalja. Prijam u WANS najveća je moguća počast u svijetu neurokirurgije. □

- Svjetski dan radne terapije, koji se tradicionalno slavi u cijelom svijetu 27. listopada, na Zdravstvenom veleučilištu proslavljen je u društvu studenta i djelatnika studija radne terapije kroz druženje i prezentaciju postignuća iz protekle godine.
- Zdravstveno veleučilište i studij fizioterapije posjetio je Jasmin Pekarić, magistar fizioterapije i viši predavač iz Nizozemske sa Sveučilišta primijenjenih znanosti u Utrechtu, Nizozemskog instituta za izučavanje ljudskog pokreta, Odjel fizioterapije.
- Zdravstveno veleučilište sudjelovalo je na Smotri sveučilišta u prostorima Studentskog centra u Zagrebu 22, 23 i 24. studenoga 2018.
- Na Zdravstvenom veleučilištu 29. studenoga 2018. održan je jednodnevni simpozij Translacija istraživanja: Budućnost kvalitete u zdravstvu.
- 6. prosinca 2018. održana je svečana promocija studenata stručnih studija Zdravstvenog veleučilišta – sestrinstva, fizioterapije, medicinsko-laboratorijske dijagnostike, sanitarnog inženjerstva, radiološke tehnologije i radne terapije. □

IZ HRVATSKEGA ZDRAVSTVA

Prof. dr. sc. Krešimir Rotim postao članom prestižne Svjetske neurokirurške akademije



Predstojnik Klinike za neurokirurgiju u KBC-a Sestre milosrdnice prof. dr. sc. Krešimir Rotim početkom rujna jednoglasno je imenovan u Svjetsku neurokiruršku akademiju, organizaciju (WANS) u kojoj je članstvo doživotno i u kojoj članom iz svake zemlje može biti jedan liječnik. Prof. Rotim u tu je prestižnu organizaciju imenovan na prijedlog pet članova iz različitih zemalja.

Prijam u (WANS) najveća je moguća počast u svijetu neurokirurgije. Kako sam prvi neurokirurg iz Hrvatske koji je primljen u Akademiju, smatram to velikom osobnom častu ali i komplimentom hrvatskoj neurokirurgiji koja je na taj način dobila značajno priznanje i međunarodnu potvrdu kvalitete, rečka nam je u razgovoru za Lječničke novine prof. Rotim.

Iza ove počasti stoji 25-godišnji rad u hrvatskoj neurokirurgiji i stalno potvrđivanje na međunarodnoj

stručnoj i znanstvenoj sceni, na kojoj smo kolega s Klinike za neurokirurgiju KBC-a Sestre milosrdnice doc. dr. Tomislav Šajko i ja, često pozvani predavači na najvažnijim i najrelevантijim neurokirurškim kongresima diljem svijeta. U zadnjih šest godina u Hrvatskoj i na području jugoistočne Europe organizirali smo svake godine osam do deset međunarodnih kongresa, simpozija i radionica koje uživaju vrhunsku međunarodnu reputaciju. Time smo svjetsku neurokirurgiju doveli "u naše dvorište".

Nedavno smo u Hrvatskoj akademiji znanosti i umjetnosti, u našoj organizaciji, pod nazivom Giants of Neurosurgery (Velikani neurokirurgije), u Zagreb doveli per najboljih svjetskih neurokirurgena da održe predavanja i neposredno razgovaraju i debatiraju s našim mladim kolegama neurokirurgima. To je svjetski kuriozitet, kaže prof. Rotim.

Takođe ističe da mlađi kolege s Klinike za neurokirurgiju zadnjih deset godina dio specijalizacije provode u najboljim američkim, njemačkim i francuskim klinikama. To je naš uspjeh i nasljeđe koje ostavljamo za sobom. Da naša djeca - naši učenici moraju nadmašiti i biti bolji od nas. Na simpoziju u Zagreb dogovorili smo novu suradnju s dvjema vrhunskim američkim neurokirurskim klinikama, onom u Little Rocku u Arkansasu i u Memphisu na kojoj sam od ranije gostujući profesor na University of Tennessee.

> Dok se u Hrvatskoj mogu baviti vrhunskom medicinom ne razmišljam o inozemstvu

Na pitanje o eventualnom odlasku u inozemstvo, na neku od prestižnih klinika, prof. Rotim odgovara kako ponude stižu sve češće te da o njima povremeno razmišljaju kao, uostalom, većina hrvatskih liječnika. No, dokle god u Hrvatskoj imam priliku baviti se medicinom na vrhunskoj razini ne namjeravam napuštati našu ljepe domovinu. Moram priznati da smo na Klinici za neurokirurgiju u gotovo svim područjima opereši najvišeg europskog standarta, ali postupno gubimo ritam. Neurokirurgija je izuzetno vezana uz tehnološke inovacije i moderna oprema je preduvjet vrhunske i sigurne medicine. Nadam se da će to prepoznati i zdravstvena administracija i uz dodatni napor nabaviti suvremenu opremu koja nam nususno treba. Bez toga je sve oto činimo uza ludno.

Hrvatski liječnici i medicinske sestre, a to poudarju mogući i za svoj tim, svakodnevno ulazu između naprave da pacijentima pruže najbolje liječenje. Od zdravstvene administracije i onih koji odlučuju očekujemo da uvažavaju naše naprave i da nam ostvaruju dobre radne uvjete.

Ako imate ujetje i dobro radno okruženje, kolegijalne odnose, međusobno poštovanje i mogućnost napretka, naši kolegi liječnici i drugi zdravstveni radnici neće napuštati Hrvatsku, zaključio je prof. Rotim.

□ SMILJANA ŠKUGOR-HRNČEVIĆ

Student Zdravstvenog veleučilišta osvojio zlato na svjetskom prvenstvu u karateu

Student izvanrednog studija fizioterapije Ivan Kvesić osvojio je zlato na svjetskom prvenstvu u karateu u Madridu! Postao je svjetski kumite prvak (u borbi) u kategoriji do 84 kilograma. Na putu do finala Kvesić je, nakon što je u prvom kolu bio slobodan, ostvario pet impresivnih pobjeda, a sada s osvojenim zlatom i pregršt bodova u kvalifikacijama za Olimpijske igre u Tokiju. Kvesić je **treći svjetski prvak u povijesti hrvatskog karatea**. Učinili su to još Junior Lefevre 2000. godine u Münchenu te Danil Domdžoni (-60 kg) u Tokiju 2008. godine.

Intervju s Ivanom Kvesićem bio je u *Glasniku* broj 3 iz kolovoza 2017. godine. Na upit „Sanjaš li o medalji na Olimpijskim igrama?“ Ivan Kvesić je odgovorio: „Prvo se treba fokusirati na natjecanja koja će biti kvalifikacijska. Kvalifikacije kreću 2018. godine i traju dvije godine. Bit će jako teško, ali ne i nemoguće. Kada karta za Tokio bude u rukama, onda ćemo o medalji!“

Zlato u Madridu korak je prema uspjehu u Tokiju. □



Kongres Futur Z u Opatiji

Aumni klub Zdravstvenog veleučilišta bio je suorganizator Kongresa Futur Z „Zdravlje i zdravstvena zaštita 2015. – 2030.“ koji se održavao od 16. do 18. studenoga 2018. u Opatiji. Cilj kongresa bio je organizirati jedinstveni događaj u Republici Hrvatskoj i regiji koji okuplja sve neposredne dionike zdravstvenog sustava – zdravstvene i nezdravstvene djelatnike te predstavnike javnozdravstvenog sustava i državne uprave. Skupu su nazočili brojni ugledni gosti, predstavnici Ministarstva zdravstva, predstavnici komora, djelatnici brojnih obrazovnih institucija te drugi zainteresirani dionici zdravstvenog sustava. □



Znanstveni skup u organizaciji Instituta za antropologiju



Od 27. kolovoza do 1. rujna 2018. u Zagrebu je održan 22. europski kongres Paleopatološkog društva pod pokroviteljstvom Hrvatske akademije znanosti i umjetnosti (HAZU). Glavni organizator skupa bio je Institut za antropologiju uz podršku Ministarstva za znanost i obrazovanje, Gradskog ureda za zdravstvo, Arheološkog muzeja u Zagrebu i Kliničkog bolničkog centra Zagreb. Znanstveni skup okupio je stručnjake i znanstvenike iz više od 29 zemalja, od kojih su neki predavači iz najvažnijih znanstvenih centara, poput sveučilišta u Oxfordu, Cambridgeu, Tel Avivu, Zürichu i Padovi, sveučilišta Arizona State i Notre Dame, Sapienza u Rimu, Instituta Max Planck i

dr. Na skupu je predavanje održala i naša nastavnica doc. dr. sc. Snježana Schuster, prof. v. š. s prikazom rezultata znanstvenog rada o paleopatološkom i kliničkom istraživanju Medieval and Contemporary Cervical Spine, a suautori su prof. dr. sc. Mario Šlaus (Antropološki centar HAZU-a) i doc. dr. sc. Matej Mustapić (Bolnica Södra Älvborgs, Švedska), u suradnji s Kliničkim bolničkim centrom Sestre Milosrdnice iz Zagreba. □



MIPS Educational Course o problemima zdravlja žena i muškaraca u području uroginekologije

Od 1. do 3. prosinca 2018. održan je u Zagrebu MIPS Educational Course – Contemporary Approaches to Urogynecology, Pelvoperineology and Female Urogenital Reconstructive Surgery. Glavne teme obuhvaćale su probleme zdravlja žena i muškaraca u području uroginekologije, posebice pelvoperineologije s mogućnošću suvremenih kirurških pristupa kod stresne/statičke urinarne inkontinencije i prolapsa zdjeličnih organa.

Pozvano predavanje održala je naša nastavnica doc. dr. sc. Snježana Schuster, prof. v. š. na temu: Role of Physiotherapy in Prevention of Pelvic Floor Disorders uz sudjelovanje na panelu o mogućnostima uloge fizioterapeuta u navedenoj problematici, kojoj danas pristupaju multidisciplinarni timovi. □



Prva međunarodna znanstvena konferencija
Fakulteta za dentalnu medicinu i zdravstvo:

SUVREMENO SESTRINSTVO:
povijest kao temelj, teorija
kao izvor, obrazovanje kao put,
kvaliteta kao obveza,
znanost kao istina

21.-22.9.2018.
OSIJEK
HOTEL OSIJEK

www.fdmz-nursing-2018.com

Konferencija o sestrinstvu u Osijeku

Prva međunarodna znanstvena konferencija o sestrinstvu održana je u Osijeku 21. i 22. rujna 2018. Glavna tema konferencije bila je „Suvremeno sestrinstvo: povijest kao temelj, teorija kao izvor, obrazovanje kao put, kvaliteta kao obveza, znanost kao istina“. Tijekom konferencije bila je postavljena izložba Medicina sacra: štovanje svetaca zaštitnika i duhovna dimenzija medicine. Program je sadržavao videokonferencijska predavanja, međunarodni okrugli stol i usmena izlaganja u kojima su sudjelovale i nastavnice Katedre za zdravstvenu njegu sa sljedećim temama: Utjecaj video-demonstracija i demonstracija nastavnika na razvoj vještina studenata sestrinstva u primjeni intravenozne terapije (A. M. Hošnjak, S. Čukljević, S. Ledinski Fičko, M. Smreković) te Implikacije primjene rezultata sestrinskih istraživanja u praksi (B. Kurtović, S. Čukljević, M. Smreković, A. M. Hošnjak). □

Specijalno priznanje i Kristalna plaketa za prodekanu doc. dr. A. Racza

Grupa nastavnika sa Zdravstvenog veleučilišta okupljena u međunarodnom timu nastupila je na jednoj od najvećih europskih multidisciplinarnih konferenciјa – **5th International Multidisciplinary Scientific Conference on Social Sciences and Arts SGEM 2018 u organizaciji SGEM-a Austria**, održanoj od 24. kolovoza do 2. rujna 2018. u Albeni u Bugarskoj. Posljednjeg dana konferencije obznanjena je i odluka Znanstvenog odbora koji je na temelju sustavno provođenih evaluacija svih održanih prezentacija od ukupno 1440 prijavljenih radova nakon drugog dijela Konferencije, dodijelio **Specijalno priznanje i Kristalnu plaketu (Crystal Plaque and Award Certificate SGEM 2018)** upravo prodekanu doc. dr. A. Raczu kao jednom



od najboljih predavača Konferencije SGEM 2018, na temelju anonimnim ocjena svih sudionika, predsjednika te članova Znanstvenog odbora Konferencije, što je prvo takvo priznanje nekom od predavača iz Hrvatske u povijesti konferencija. □



Kongres o sigurnosti i kvaliteti hrane

Dugi Kongres o sigurnosti i kvaliteti hrane s međunarodnim sudjelovanjem održan je od 13. do 16. studenoga 2018. u Opatiji u organizaciji Naštavnog zavoda za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar”, Hrvatskog mjeriteljskog društva i Mreže za kontrolu kvalitete i sigurnosti hrane jugoistočne Europe (SEEN-FSQC). Brojni predavači i stručnjaci potaknuli su nove rasprave te ponudili najnovija saznanja o važnim temama u području sigurnosti i kvalitete hrane. Kongresu su prisustvovali nastavnici, studenti studija sanitarnog inženjerstva i drugi zaposlenici Zdravstvenog veleučilišta. Tijekom kongresa predavanje je održao doc. dr. sc. Aleksandar Racz, prof. v. š. na temu: Food wastage – moral degradation of mankind. □



BOŽIĆNA HUMANITARNA AKCIJA 2018.

Lekcije života kroz volonterski rad

✍ **Iva Kanaet**, predsjednica Studentskog zbora Zdravstvenog veleučilišta, studentica sestrinstva

„Prva je lekcija ona koju redovito iznova učim kroz volonterski rad, a to je da budem iskreno zahvalna. A druga je bila ona da nas život može odvesti svakud, da danas-sutra bilo tko od nas može silom prilika postati 'Fajter'.

Treća je lekcija, možda i najvažnija, da moramo kao društvo prestati ignorirati ljude oko nas. Potrebno je osvrnuti se oko sebe, otvoriti oči. Nikad se ne zna koliko nam je zaista blizu osoba kojoj i mala pomoć mnogo znači.”

Svake godine Studentski zbor Zdravstvenog veleučilišta organizira humanitarnu akciju prikupljanja različitih donacija u blagdansko vrijeme. Iznimka nije bilo ni ovo predbožićno razdoblje.

Otprilike mjesec dana ranije odlučujemo za koga će se skupljati: neki su put to djeca iz domova za nezbri-nutu djecu, koji su put to ustanove i udruge za osobe s različitim neurološkim ili fizičkim teškoćama. Iz go-dine u godinu nalazimo nekoga kome su naše dona-cije potrebne i koga ćemo razveseliti. Proces biranja i odlučivanja većinom se odvija kroz ostatak godine, većinu takvih ustanova i udruga upoznajemo kroz kliničke vježbe, dolazimo u kontakt s njima kroz druge volonterske akcije i slično.

Ove je godine taj proces bio malo drugačiji, a i sama udruga za koju smo skupljali razlikuje se od naših uobičajenih akcija.

Na nastavu iz izbornog kolegija Sestrinska skrb za obitelj došao je gost, predsjednik Humanitarne udruge



Fajter. Gospodin Mrvalj, njegova pojava, njegova osobna priča o beskućništvu, njegova borba i volja ostavili su dojam na sve studente koji po prvi put nisu tražili pauzu na predavanju, a o tišini u dvorani da se ne go-vori. Jedva se osjetilo da nas u dvorani sjedi gotovo 90. Dvorana je pripadala tom čovjeku, bivšem beskućniku, pokretaču Humanitarne udruge Fajter, koja resocijalizira i pomaže beskućnicima na mnogo različitih načina. Nakon tog dojmljivog predavanja u meni se javila ideja da skupljamo donacije za njih: ljudi koje biramo ne vi-djeti na ulici, koji nemaju krov nad glavom, minimalne higijenske uvjete, tri topla obroka dnevno. Nemaju ono što većina nas uzima pod normalno.



S tom idejom izšla sam pred Skupštinu Studentskog zbora, bivšeg voditelja Ureda za volonterske i humanitarne i aktivnosti ZVU-a, pred Upravu Zdravstvenog veleučilišta, pred sve koje sam mogla pitati za mišljenje. Svi rado dajemo za dječicu i bolesne, no beskućnici su osjetljiva tema i često ignorirana populacija od strane sugrađana. Srećom, moja je ideja prihvaćena sa svih strana.

„Srce nam je svakim danom bivalo sve veće“

Nakon stupanja u kontakt s gospodinom Mrvaljom i prikupljanja osnovnih informacija o tome što im je od donacija najpotrebni, krećemo dalje. Trebalo je izraditi plakat, organizirati volontere, postaviti kutije u prostore Veleučilišta, organizirati primopredaju donacija. Dok smo polako sve to pripremali, stalno me pratio strah da će nam kutije biti prazne, da studenti ispred SC-a neće imati sluha za beskućnike, da će akcija na neki način propasti i da ih nećemo moći obradovati barem ponekom sitnicom iz studentskog džepa.

Prevarila sam se. Jako sam sretna što jesam. Kutija za donacije već je početkom tjedna bila polupuna. Volonteri su se odazvali, ima nas dovoljno za pokriti ključne sate za prikupljanje ispred menza, sve je kako treba biti. Prikupilo se sve ono što im je bilo potrebno: higijenske vlažne maramice, vitaminske šumeće tablete,

Osvrt volonterki



Josipa Garilović, studij fizioterapije, 3. godina

Često nisi svjestan malih stvari koje imaš u životu i na kojima možeš biti zahvalan sve dok se ne susretneš s osobama koje su izgubile sve, a i dalje se ne predaju i guraju naprijed. Fajteri su me apsolutno oduševili. Ljudi koje je sustav odbacio, neki koji su izgubili sve što su imali preko noći, a i dalje su imali snage ustatiti i boriti se. Nekoliko sati s njima proletjelo je u trenutku. Toliko empatije, podrške, spremnosti da si međusobno pomognu i guraju dalje čak i u najtežim životnim trenucima rijetko se viđa u današnjem svijetu. Smatram da se mnogo ljudi može ugledati na njih, mene su sigurno motivirali za dalje.



Željana Jurčević, studij sestrinstva, 2. godina

Zainteresirala me humanitarna akcija prilikom koje smo skupljali donacije za Humanitarnu udrugu Fajter koja promovira prava beskućnika. Beskućnici ne bi smjeli biti definirani kroz pojam beskućništva, već bi im trebalo biti omogućeno da u svakom trenutku mogu izjasniti svoje potrebe i realizirati se. U akciju sam uključila i svoju obitelj, ali još me više obradio veliki broj studenata koji su se uključili kupnjom sitnica poput jogurta, soka ili pudinga, kojih na kraju dana više nije bilo u studentskoj menzi. To su sitnice koje će nekome mnogo značiti. Studenti su uputili i ohrabrujuće riječi volonterima za samu akciju, što je pokazalo da je ona „pun pogodak“. Nadam se da će sljedeća humanitarna akcija biti popraćena još većim brojem volontera i još većim brojem donacija.

obične maramice, antipiretici, šalovi, kape, rukavice, slatkisi (svi se imamo pravo zasladići za blagdane, zar ne?) i još mnogo, mnogo toga.

Ispred menza studenti su također pokazali volju i želju za pomoći. Skupljeno je tijekom dva dana (sveukupno ➔

deset sati) čak osam kutija jogurta, pudinga, sokova i sličnih proizvoda koje studenti mogu kupiti preko iksice. Srce nam je svakim danom bivalo sve veće.

U petak poslijepodne bila je dogovorena primopredaja donacija tako da će gospodin Mrvalj doći sa svojih maksimalno deset štićenika po pakete koje ćemo mi složiti. Volonterka Josipa i ja vrijedno smo sve posložile i prebrojile kako bi svi dobili svega podjednako. Nakon dolaska gospodina Mrvalja, kratko smo s njima porazgovarale i bacile se na posao slaganja donacija. U jednom trenutku netko je pokucao na vrata naše „kućice“. Iza vrata je stajalo još 20 do 25 korisnika, još fajtera. Nas dvije iznenađene, prepakiravamo stvari i dijelimo u 35 vrećica, žurimo se koliko možemo, brojimo sadržaj svake vrećice, dijelimo ih. Ali lako za donacije, mi se želimo požuriti sve podijeliti kako bismo što prije sjele na kavu s njima, razgovarale i upoznale se s tim ljudima.

I jesmo. Sjeli smo popiti kavu i ostale šokirane. Teško je opisati njihove situacije, njihove živote, njihov trud. Ljudi, odbačeni od društva, ignorirani od Države, često zakonski „nepostojeći“, ljudi koji žele raditi, žele se školovati, žele imati krevet s pokrivačem u ovo zimsko doba. Za sve što rade moraju uložiti dvostruko više truda nego mi koji imamo adresu i osobnu iskaznicu. Moga im se vrata zatvaraju kada žele nešto postići, kada se žele dignuti na svoje noge. Gnjevni, tužni, uporni. Ali topli i ljubazni. Svaki nam je fajter zahvalio, svaka nas je osoba pozdravila, uputila pokoju lijepu riječ. Osjećale smo se ugodno i dobrodošlo. Na trenutke možda i bolje nego na piću s vršnjacima i kolegama.

Misljam da smo svi imali priliku naučiti iz ovog iskustva. Prva je lekcija ona koju redovito iznova učim kroz volonterski rad, a to je da budem iskreno zahvalan. A druga je bila ona da nas život može odvesti svakud, da danas-sutra bilo tko od nas može silom prilikom postati fajter.

Treća je lekcija, možda i najvažnija, da moramo kao društvo prestati ignorirati ljudi oko nas. Potrebno je osvrnuti se oko sebe, otvoriti oči. Nikad se ne zna koliko nam je zaista blizu osoba kojoj i mala pomoć mnogo znači.

Hvala volonterima i volonterkama koji su prikupljali donacije, hvala dobrom ljudima koji su donirali, hvala svima koji su pomogli da odradimo ovu akciju.

Hvala fajterima što se bore! ☐

Božićna humanitarna akcija

Studentski zbor Zdravstvenog veleučilišta i ove godine tradicionalno organizira Božićnu humanitarnu akciju za korisnike Humanitarne udruge Fajter.

Prikupljamo:

- zatvorene prehrabene proizvode (jogurt, puding, tetrapak soka)
- higijenske potrepštine: dezinfekcijski gelovi za ruke, antiseptik maramice, sumeci vitaminini i najkoristeniji lijekovi Lupocet, Andol i slično.

Svoje donacije možete ostaviti u prostorijama Zdravstvenog veleučilišta ili direktno ispred menze u SC-u, gdje će naši volonteri prikupljati donacije 12. i 13. prosinca.

Udjepšajmo Božić najpotrebitijima.

WWW.ZVU.HR





INTERVJU:
doc. dr. sc. TOMISLAV SAJKO,
izv. prof. v. Š., neurokirurg

Stečena znanja i vještine prenijeti u svoju zemlju

↗ Dr. sc. Jadranka Pavić

Doc. dr. sc. Tomislav Sajko, izv. prof. v. Š., neurokirurg je Klinike za neurokirurgiju KBC-a Sestre milosrdnice i voditelj Centra za translacijska i klinička istraživanja Zdravstvenog veleučilišta. Objavio je 70 stručnih i znanstvenih radova, od čega su mnogi citirani u Current Contentsu te drugim indeksiranim časopisima (Scopus, SCI-Expanded). S dekanom Zdravstvenog veleučilišta prof. dr. sc. Krešimirom Rotimom napisao i objavio nastavni udžbenik *Neurokirurgija*. Jedan je od osnivača i dopredsjednik Udruge neurokirurga jugoistočne Europe (SouthEast Europe Neurosurgical Society – SeENS). Uz to, tečno govori engleski, talijanski i njemački jezik te je veliki dio svoje edukacije proveo u inozemstvu, od čega treba istaknuti završeno srednjoškolsko obrazovanje na Floridi u SAD-u i mnogo brojna usavršavanja iz područja neurokirurgije diljem svijeta u najpriznatijim neurokirurškim centrima. Tako mu je uže područje djelovanja neurokirurško liječenje epilepsije, operacijski zahvati tumora mozga u budnom stanju bolesnika te stabilizacijski zahvati na kralježnici.

Razvoj istraživačkih kapaciteta

❓ Voditelj ste Centra za translacijska i klinička istraživanja Zdravstvenog veleučilišta. Možete li pojasniti djelovanje Centra, koje aktivnosti uključuje i što to konkretno znači za Zdravstveno veleučilište?

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: Rad Centra za translacijska i klinička istraživanja (CTKI) uključuje aktivno sudjelo-

vanje u razvoju istraživačkih kapaciteta ustanove, poticanje razvoja translacijskih istraživanja utemeljenih na primjeni rezultata istraživanja u kliničkom okruženju i znanju, a realizira se kroz provođenje znanstveno-istraživačkih i stručnih projekata u suradnji s nacionalnim, javnim i privatnim sudionicima. Temelj stručnih edukacija u vidu rada CTKI-ja nalazi se u promicanju povezivanja temeljnih, kliničkih ili populacijskih istraživanja i implementaciji njihovih rezultata u svakodnevnu praksu u sustavu zdravstva. S obzirom na to da povratne informacije i znanja iz prakse unaprjeđuju rad i rezultate znanstvenih i kliničkih istraživanja te da je svrha ovog kruženja informacija unaprjeđenje zdravlja i zdravstvene skrbi, postoji nasušna potreba podizanja svijesti o navedenome. Znanstvena i stručna edukacija pri tome mora stvoriti i upotrebljavati elemente i pristupe koji jamče da će studenti, mentori, nastavnici i drugi sudionici biti sposobni za: kritičku analizu istraživačkog procesa, inventivno razmišljanje, pokazati zanimanje za multidisciplinarnu suradnju te razumjeti uspješne pristupe zanimljive za razvoj zajednice. Slijedom toga unutar CTKI-ja već su održane različite edukacije s temama koje su bile usmjerene upravo tome.

Međuinstitucionalno povezivanje

❓ Koliko je osnivanje ovakvog centra važno za povezivanje Zdravstvenog veleučilišta s drugim institucijama, domaćim i međunarodnim, i postoji li već neka konkretna suradnja?

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: Rad CTKI-ja svakako se realizira i kroz provođenje znanstveno-istraživačkih ⇒

i stručnih projekata u suradnji s drugim institucijama. Svrha je međuinstitucionalnog povezivanja razvoj znanstveno-istraživačkog procesa „from bench to bedside“ i obratno. Svoje uporište ovaj cilj nalazi u dugoročnoj i dosljednoj suradnji s različitim institucijama, obrazovnim i zdravstvenim, a utemeljenoj na znanstvenoj i akademskoj izvrsnosti s težnjom prema razvitu i prihvaćanju inovacija te primjeni u kliničkoj praksi. Kao primjer toga potpisani je sporazum o suradnji između Centra za klinička istraživanja Sveučilišta Koc iz Istanbula u Turskoj i CTKI-ja Zdravstvenog veleučilišta. Takav vid suradnje usmjeren je kolaborativnim projektima povezanima sa studentskim, mentorskim i nastavničkim istraživačkim radovima te povećanju znanstvene produkcije.

Neprestano usavršavanje donosi nove spoznaje

? Neprestane se usavršavate, a posebno je područje iz neurokirurškog liječenja epilepsije. Ukratko, o čemu je riječ – zapravo, koji su tu iskoraci i gdje je neurokirurško liječenje epilepsije u Hrvatskoj u odnosu na razvijenije zemlje?

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: Do 30 % bolesnika s epilepsijom je farmakorezistentno, tj. ne postižu zadovoljavajuću kontrolu bolesti uz pomoć lijekova. Kod takvih bolesnika dolazi u obzir kirurško liječenje, koje, ovisno o etiologiji i smještaju lezije, ima uspješnost oko 75 % u kontroli epileptičkih napadaja. Nažalost, ponekad se bolesnici još uvijek prekasno upućuju na neurokirurško liječenje. Kako bih se educirao za posebne neurokirurške tehnike u liječenju epilepsije proveo sam godinu dana u usavršavanju na Klinici za neurokirurgiju u Bonnu, pod mentorstvom prof. Schramma, jednog od vodećih stručnjaka u području kirurgije epilepsije i tumora mozga. Po povratku s edukacije u redovnoj praksi radim operacije mezijalne temporalne epilepsije, tj. postupke selektivne amigdalohipokampektomije i prednje temporalne resekциje, čime uz razvoj neuroanestezije i neuromonitoringa postižemo rezultate usporedive s vodećim evropskim centrima.

Kontinuitet interdisciplinarnog djelovanja

? Uključeni ste interdisciplinarno na više srodnih područja, a primarno na području neurokirurgije. Na neki način objedinujete širinu i profilirate specijalnost. Koliko je to danas potrebno u zdravstvu?

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: Da bi osobni i profesionalni razvoj bio vertikalno usmjerен, danas je imperativ kako imati i održavati kontinuitet interdisciplinarnog djelovanja na više srodnih područja tako se i profilirati u užoj specijalnosti, što znači izazov u svakom aspektu. Zahtjevi za raznolikošću vještina i znanja moraju pratiti rapidni razvoj medicine, ali i sofisticiranih neurokirurških intervencija, od složenog zbrinjavanja neurokirurških bolesnika do poznавanja rada s najsvremenijim tehnologijama u tom području, kakve primjenjujemo upravo na Klinici za neurokirurgiju, zahvaljujući neprestanom trudu predstojnika prof. dr. sc. Krešimira Rotima. Donedavno je bilo dovoljno biti liječnikom uz znanja koja ste stekli prilikom studija medicine, a da biste danas bili uspješan liječnik, morate biti *up-to-date* s najnovijim saznanjima u području znanosti, medicine, tehnologije, teorije i prakse.

Povezali neurokirurge iz 15 zemlja

? Objavili ste više od 70 stručnih i znanstvenih radova. Istodobno ste s prof. dr. sc. Krešimiroom Rotimom autor udžbenika *Neurokirurgija*. Koliko ste s prof. dr. sc. Rotimom učinili iskorak da hrvatski neurokirurzi postanu prepoznatljivi na široj razini?

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: Višegodišnjim trudom i radom kako na hrvatskoj tako i na regionalnoj i svjetskoj neurokirurškoj sceni, a na inicijativu prof. dr. sc. Krešimira Rotima, osnovana je Udruga neurokirurga jugoistočne Europe (SeENS). Cilj osnivanja SeENS-a bio je održavanje regionalne suradnje te rasprava o najnovijim znanstvenim i stručnim saznanjima iz područja neurokirurgije. Povezali smo neurokirurge iz 15 zemlja iz jugoistočne Europe kroz organizaciju simpozija i kongresa te time, između ostalog, promovirali hrvatsku neurokirurgiju. Osobnim zalaganjima, ali i kroz spomenuto društvo, hrvatski su neurokirurzi tijekom godina etabrirani kao međunarodno priznati pro-



fesionalci, što je potvrda uspjeha cijelog tima s kojim radimo, a upravo na čelu s prof. dr. sc. Rotimom. Osim što smo prepoznatljivi po objavlјivanju znanstvenih i stručnih radova, knjiga i udžbenika, također organiziramo veliki broj usko specijaliziranih tečajeva, simpozija i kongresa s međunarodnim sudjelovanjem, a sve u cilju što boljeg profiliranja naših stručnjaka, ali i edukacije mladih generacija neurokirurga.

? Jedan ste od osnivača Udruge neurokirurga jugoistočne Europe, zatim ste član brojnih međunarodnih i nacionalnih asocijacija. Što to znači za promociju hrvatskih neurokirurga?

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: U suradnji s Udrugom neurokirurga jugoistočne Europe godišnje samo u Hrvatskoj organiziramo desetak međunarodnih simpozija i tečajeva iz područja cerebrovaskularne, spinalne i tumorske neurokirurgije te neurotraumatologije, na kojima redovito kao predavači sudjeluju vodeći stručnjaci iz SAD-a i cijele Europe, što predstavlja izvrsnu priliku za razmjenu znanja i iskustava s autoritetima iz tih područja, kao i priliku za edukaciju naših specijalizanata, kojima je na taj način edukacija znatno dostupnija od toga da moraju često putovati u inozemstvo. U listopadu ove godine u HAZU-u smo organizirali simpozij „Giants of neurosurgery“ na kojem

su pozvani predavači bili najveći svjetski autoriteti u neurokirurgiji, a simpoziju su prisustvovali kolege sa svih neurokirurških klinika iz zemlje. Slijedom svih uloženih npora, posebno je priznanje za trud uložen u obrazovanje specijalizanata te vrhunsku opremljenost Klinike čiji tim vodi prof. dr. sc. Rotim Certifikat izvrsnosti za edukaciju specijalizanata koji je dodjelio JRAAC (Joint Residency Advisory and Accreditation Committee; zajedničko tijelo Europskog udruženja neurokirurških društava (EANS) i Udruženja liječničkih udruga (UEMS)). Danas su hrvatski neurokirurzi prepoznatljivi na svjetskoj razini, a to je rezultiralo time da smo pozvani predavači na svjetskim kongresima, što je iznimna čast jer naš rad i postignuća prepoznaju svjetski najprestižniji neurokirurzi današnjice.

Suvereno odgovaraju postavljenim zahtjevima

? Vaš je rad nužno povezan s timskim radom s drugim zdravstvenim djelatnicima, posebno medicinskim sestrma. Možete li reći kakva su Vaša iskustva u timskom radu i koje su kvalitete osoba u timu posebno važne za uspješno funkcioniranje tima? **⇒**

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: Interdisciplinarni timski rad ključan je u suvremenoj medicini u cilju pružanja najbolje zdravstvene skrbi bolesnicima. Medicinske sestre pritom su neizostavne i njihov je doprinos od neprocjenjive važnosti. Neurokirurška djelatnost vrlo je kompleksna i specifična grana kirurške djelatnosti koja upravo zbog toga zahtijeva visoku razinu specifičnih znanja i vještina u području zdravstvene njegе, a upravo je to ključan faktor u postizanju najveće kvalitete ishoda skrbi za naše bolesnike. Medicinske sestre i tehničari Klinike za neurokirurgiju u kojoj radim svojim znanjima i vještinama suvereno odgovaraju svim postavljenim zahtjevima razvoja sofisticiranih medicinskih i kirurških postupaka i protokola, kao i složenog nadzora, dijagnostičke opreme i postupaka u suvremenoj praksi neurokirurgije. Iznimno je važno pri tome istaknuti i rad operacijskih sestara te operacijskih tehničara koji do u najsitnije detalje poznaju složenost rada u neurokirurškoj operacijskoj sali i jednako kao svaki član tima pridonose uspješnosti izvedenoga neurokirurškog zahvata. Kao i kod svakog zdravstvenog profesionalca, poželjno je da su to odgovorne, vjerodostojne, sposobne, marljive, altruistične i suošjećajne osobe. Navedene karakteristike gotovo svaka medicinska sestra i ima, jer bi u protivnom teško odabrala biti dijelom profesije kao što je sestrinstvo.

Zdravstveno veleučilište postalo je prepoznatljivo

? Predajete na Zdravstvenom veleučilištu. U kojem pravcu ono ide i koliko stručnost kadrova koji završavaju studij na Zdravstvenom veleučilištu odgовара сувременим потребама?

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: Razvojne perspektive Zdravstvenog veleučilišta kao javne visokoškolske ustanove ovise, naravno, o društvenim odrednicama razvoja ukupnog sustava visokog obrazovanja, kao i potrebama sustava zdravstva, za koji se studenti na Veleučilištu u najvećoj mjeri školju. Studijski programi na Zdravstvenom veleučilištu izrađeni su prema europskim standardima, a obrazovanje provode visokokvalificirani profesionalci uz primjenu suvremenih tehnologija i različitim pristupa nastavnim metodama. Važno je istaknuti da se obrazovanje zdravstvenih profesionalaca na Zdravstvenom veleučilištu odvija i kroz različite edukacije u vidu tečajeva, simpozija i kon-

resa po kojima je Zdravstveno veleučilište postalo prepoznatljivo te prihvaćeno od strane zdravstvenih profesionalaca kao jedna od vodećih obrazovnih ustanova, ne samo kroz definirane studijske dodiplomske i diplomske programe nego i kroz sustav cjeloživotnog obrazovanja. Upravo zbog toga što je ukorak s europskim regulativama i svjetskim trendovima, Zdravstveno veleučilište ima kredibilitet visokoškolske obrazovne ustanove s prepoznatljivom kvalitetom kako u Hrvatskoj tako i u regiji.

Kojim životnim putom krenuti?

? Znanstvenik ste i traženi stručnjak, zapravo sportskim rječnikom rečeno „poželjan igrač“. A Vi ste ostali u Hrvatskoj. Možete li malo opisati – zašto ste odlučili ostati raditi u Hrvatskoj, koji su to motivi koji Vas drže ovdje, a trend je odlaska mladih lječnika iz Hrvatske s obzirom na potplaćenost i lošije uvjete rada?

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: Motivi koji većinu mladih kolega potiču na odlazak na rad u inozemstvo zaista jesu mnogobrojni, mnogi od njih utemeljeni na problemima s kojima se susreću u praksi. Suočavaju se s različitim prilikama i neprilikama, no stvar je osobnog afiniteta i osobnog odabira kojim životnim putom krenuti. Tijekom svojeg profesionalnog razvoja često sam boravio u inozemstvu tijekom dužeg perioda, što smatram nezamjenjivim za profesionalni, ali i za osobni razvoj, no upravo je to bio jedan u nizu motiva za ostanak u Hrvatskoj. Stečena znanja i vještine u inozemnim centrima prenijeti u najbolju moguću skrb za bolesnika u svojoj zemlji.

? Na koji način danas motivirati zdravstvene djelatnike da ostanu ovdje i oplemenjuju hrvatski zdravstveni sustav?

DOC. DR. SC. TOMISLAV SAJKO: Dostupnim kvalitetnim obrazovanjem, poticanjem i nagrađivanjem izvrsnosti u obrazovnom sustavu i svakodnevnom radu unutar profesije. Omogućavanjem zapošljavanja deficitarnih kadrova u sustavu zdravstva, priznavanjem njihovih kvalifikacija, stvaranjem tehnički boljih radnih uvjeta, ali i organizacijskih, u kojima djelatnici neće biti preopterećeni. Također, motivacijski treba djelovati i na mogućnost napredovanja u profesiji te ostvarivanjem bolje slike sveukupne budućnosti u zdravstvu kroz sve navedeno. □

PREDSTAVLJAMO:
**DJELATNICI STUDENTSKE REFERADE ZDRAVSTVENOG
 VELEUČILIŠTA U BICIKLIZMU I AUTOMOBILSKIM UTRKAMA**

Automobilizam i biciklizam u obogaćivanju svakodnevice

✓ Ivana Crnković, mag. physioth.
 Dr. sc. Jadranka Pavić, prof. reh.

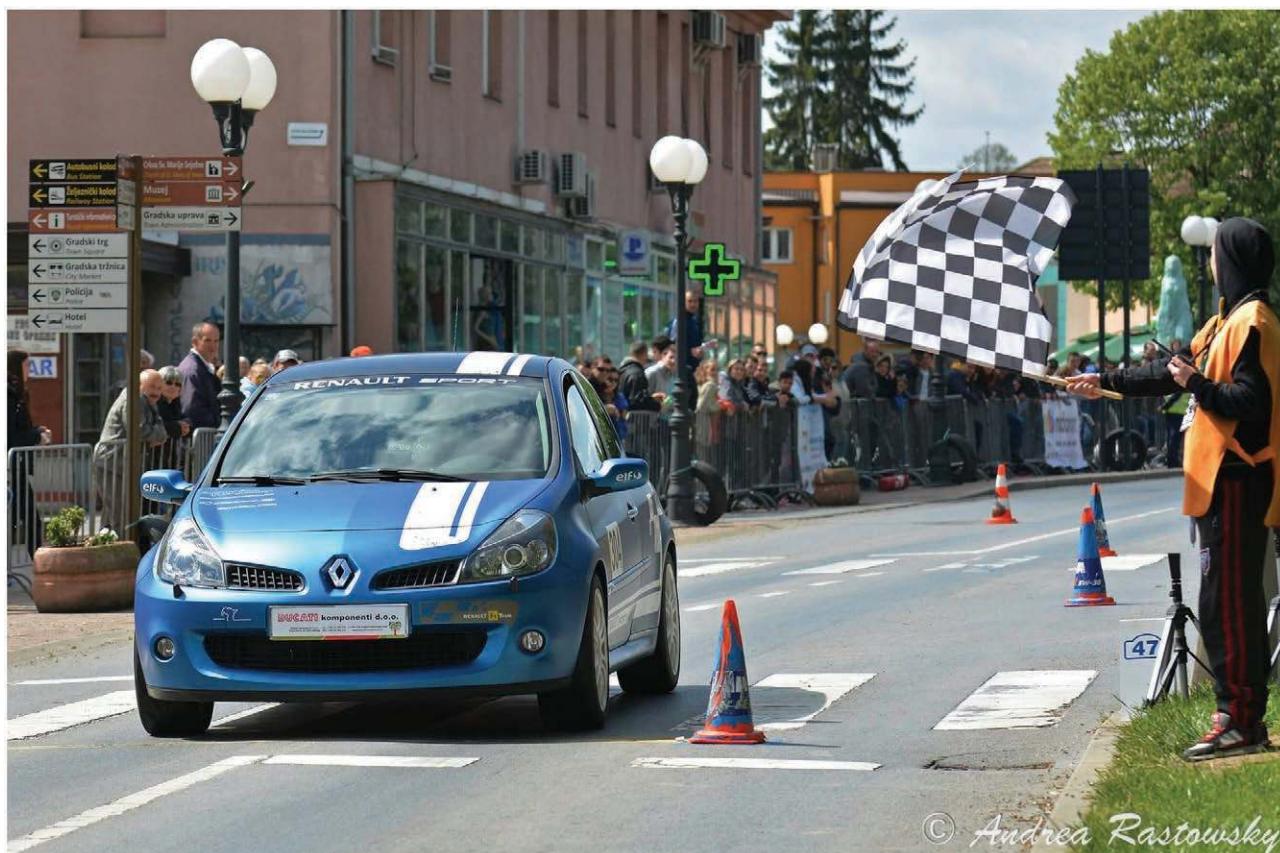
Već pri ulasku u studentsku referadu Zdravstvenog veleučilišta studenti će naići na prijateljski raspoloženo osoblje. Svi su u prostoriji nasmišeni, nema nervoze i uvijek su spremni pomoći i dati savjet studentima koji su pokucali na njihova vrata. Sve ih povezuje ljubaznost i otvorenost, a svatko je na svoj način poseban te su uz poslove koje rade u svoje radno vrijeme aktivni i na drugim područjima. Među vrijednim djelatnicima studentske referade nalaze se i Mladen Mihoci i Dušan Dojčinović, koji su uz svoj posao uključeni i u sportske aktivnosti. Mladen vozi automobilističke utrke, a Dušan se bavi brdskim i cestovnim biciklizmom.

„Automobilizam me raduje, ali obitelj je na prvom mjestu!“

Mladen je rođen u Zagrebu. Oženjen je Martinom, kako kaže, najboljom ženom na svijetu, s kojom ima jednoipolgodишnjeg sina Dominika. Osnovnu i srednju školu (VI. gimnaziju) završio je u Zagrebu, a dodiplomski studij sanitarnog inženjerstva na Zdravstvenom veleučilištu. Sada pohađa specijalistički stručni studij sanitarnog inženjerstva na Zdravstvenom veleučilištu. Na Zdravstvenom veleučilištu radi od 2007. godine u studentskoj referadi, u kojoj se većinom bavi dogovaranjem ispitnih rokova i završnih radova te tekućim studentskim problemima. Kroz studentsku referadu

dnevno prolazi i po stotinjak studenata, a telefonskih poziva bude barem dvostruko više. Osvrćući se na dinamiku rada Mladen navodi: „Zna biti dosta naporno, pogotovo kada morate napraviti više stvari odjednom, i to odmah, ali onaj osjećaj na kraju radnog dana kada znate da ste nekome pomogli i barem malo mu olakšali studiranje sve to nadoknađuje.“ Opisujući svoj radni dan Mladen navodi: „Ujutro je buđenje oko 6 i 15. Nakon što odvedem sina u vrtić, slijedi odlazak na posao, na kojem nikad nije dosadno. Radim u referadi za ispite i uvijek je živo. Studenti uvijek imaju neko pitanje, ispit ili obranu završnog rada. Nakon 16 sati provodim vrijeme sa suprugom i sinom, koji su mi najveće veselje u životu.“

Mladen se bavi automobilističkim utrkama, većinom vozi autoslalom, kronometar, streetrace i slične „sporije“ discipline koje su ujedno znatno jeftinije od relja ili brdskih utrka. U Hrvatskoj su to relativno mlađe discipline, a u zadnjih desetak godina postaju sve popularnije upravo zbog malih troškova i mogućnosti sudjelovanja s običnim serijskim automobilom. Natjecanja se većinom održavaju u većim gradovima i mjestima, tako da su dosta atraktivna za gledatelje. Pojašnjavajući ove discipline Mladen navodi: „Autoslalom je disciplina u kojoj je cilj u što kraćem roku vozeći između čunjeva stići od starta do cilja. Sastoji se od tri vožnje i na kraju dana zbrajaju se dvije najbolje vožnje. Kronometar je vožnja u krug po stazi, ali većinom po manjim stazama, na kojima se ne razvijaju tako velike brzine. Streetrace je utrka na 402 metra. Mjeri se isključivo ubrzanje od 0 do 402 m, a Formula driver je nešto kao brdska utrka, samo s usporenjima, tzv. šikanama na najbržim dijelovima, kako bi bila pristupačna što većem broju vozača koji nemaju automobile isključivo za utrke.“ Govoreći o zastupljenosti ➔



© Andrea Rastowsky

automobilskih trka u Hrvatskoj navodi da su mnogo manje zastupljene i popularne nego u nekim većim zemljama Europe. „U okolnim zemljama, npr. u Sloveniji, Bosni i Hercegovini ili Mađarskoj, ovaj je sport sve popularniji pa se nadam da će i u Hrvatskoj biti uskoro tako.” Mladen je počeo voziti 2010. godine sa serijskim Suzuki Swiftom GTI, i to samo nekoliko utrka te sezone. Auto se polako uređivao i postajao sve brži. Druge je godine uzeo drugi auto koji je bio mnogo bolji i spremniji te je s njim vozio prvi reli. Sljedeće godine nabavio je novi, jači auto i tako do danas, koliko su financije dopuštale. „U skoroj budućnosti planiram se okušati u nekim malo zahtjevnijim disciplinama ako bude vremena i financija. Želja mi je voziti cijelu sezonu discipline koja se zove Formula driver što je zadnji korak do brdskih utrka”, navodi Mladen.

Sport za opuštanje i energiju

Mladen od početka vozi Prvenstvo Hrvatske, Sjevernu ligu i Prvenstvo grada Zagreba.

Nekoliko je godina bio u top 5, a 2015. završio treći u svojoj klasi u Prvenstvu Hrvatske, te treći u Prvenstvu Zagreba. U streetraceu je dva puta bio pobjednik klase i više puta u top 5.

„U sljedeću natjecateljsku sezonu krećem s novim automobilom koji će, nadam se, biti pripremljen preko zime i spreman za top 3 klase. I naravno, traženje sponzora”, uz smijeh navodi Mladen. Nadalje, govorči o utjecaju sporta na njegov život Mladen ističe: „Ovaj je sport definitivno pozitivno djelovao na mene, kao jedan veliki ispušni ventil i opuštanje od svakodnevnih obveza. No moram reći da sigurno ne bi mogao bez podrške supruge. Obitelj je motivator u svemu što činim.”

Govoreći o dobrobiti i rizicima bavljenja automobilizmom Mladen ističe: „Pa bavljenjem bilo čime što te opušta i pomaže spustiti svakodnevni stres definitivno je dobro. Svoje autotrke nikad nisam shvaćao kao nešto ozbiljno, nešto gdje moram uvijek biti prvi, jer mislim da samim time unosiš dozu stresa i napetost u nešto što bi trebalo biti upravo suprotno. Kao moj hobi, utrke mi definitivno pomažu i daju mi energije i puno strpljenja za sve ono što me čeka u uredu.”



Na upit koliko je taj sport opasan navodi: „Grane automobilizma kojima se ja bavim nisu toliko opasne jer vozim većinom tehničke discipline koje nisu toliko brze kao neke druge. Naravno da uvjek postoji opasnost od ozljeda, ali je pokušavam svesti na minimum. Naravno da razmišljam o posljedicama, ali, kao što sam rekao, cilj je mojeg bavljenja ovim sportom zabava i opuštanje, a ne pomicanje krajnjih granica”, ističe Mladen. Na upit boji li se supruga kada ide na

natjecanje Mladen odgovara sa smijehom: „Mislim da se ne boji jako jer zna da sam dobar vozač!” Na upit je li imao uzore u sportu kojem se bavi Mladen odgovara: „Znam da bi svi sad rekli nekog vozača Formule 1 ili relja, ali stvarno nemam uzora u motosportu jer jednostavno ne razmišljam tako i ne vidim utrke kao nešto najvažnije u životu, nego nešto što me veseli i opušta i mislim da, kada se previše involviraš u to, sve postane preozbiljno i gubi svaku čar!”

Iz toga razloga, Mladen nastoji prepoznati prave vrijednosti u životu, cijeniti ih i uživati u njima. Upravo zbog tih spoznaja o kojima često promišlja uživa u svakom danu, na svojem poslu, sa svojom obitelji i prijateljima, kao i u sportu kojim se bavi. Mladen smatra da je važno postavljati ciljeve, no nikako ne zaboraviti prioritete. Lijepo je pobjeđivati, no ne na način da to postaje samo sebi svrha. Nadalje, smatra da je važno biti usklađen sa svojom obitelji i okolinom, što donosi harmoniju u obiteljski i poslovni život. A u vezi s time čitateljima šalje poruku: „Radite sve ono što vas čini sretnima i budite korektni i dobri prema svima. Sve će vam se vratiti!”

Biciklizam - voziti i uživati u prirodi!

Dušan je rođen u Zagrebu, a osnovnu školu završio je u Božjakovini. Potom je uslijedila Tehnička škola Ruđera Boškovića u Zagrebu te preddiplomski studij fizioterapije na Zdravstvenom veleučilištu. Živi u Zagrebu sa suprugom i šestogodišnjom kćeri koja uskoro kreće u prvi razred. Na Zdravstvenom veleučilištu zaposlen je od travnja 2007. godine u studentskoj referadi. Od prvog dana zadužen je za studij fizioterapije i sve što se odnosi na njega s administracijskog aspekta. Dan mu počinje u rano jutro, a bez obzira na brojne obaveze, uvijek pronađe sat vremena za sebe: „Ustajem rano, zatim slijedi spremanje dijeteta za vrtić, odlazak na posao pa opet vrtić i dolazak doma. Kada obavim sve ono što je prioritet, uzimam barem sat vremena kretanja, pa bilo to i u kasnim satima”, navodi Dušan.

Dušan se biciklizmom počeo baviti ne tako davno, no kada je krenuo, potpuno ga je oduševio i postao dijelom njegova životnog stila. O svojim iskustvima govori s oduševljenjem: „U biciklizam sam krenuo slučajno prije četiri godine, isprava kao totalni neznanica i rekreativac. No kada jednom kreneš, sve je dalje logično. Osnovali smo svoj tim, učlanio sam se u Biciklistički klub Dugo Selo i krenuo u nadmetanje. Bavim se brdskim i cestovnim biciklizmom. U užem smislu, ➔

orientiran sam na XCM maratone. XCM je maraton-ska disciplina od tri dužine koju sam natjecatelj bira prema formi, dalje je to spoj svih terena, nagiba i povećanja nadmorske visine, spoj znanja, tehnike i ponajviše izdržljivosti." No osim toga postoji i niz drugih disciplina u bicikлизmu. Pojašnjavajući ih, Dušan navodi: „Osobno za trening vozim sve discipline: XCO koji predstavlja kružne utrke kraćeg trajanja, punog intenziteta, zatim XCM – to su maratonske utrke koje mogu voziti i rekreativci, odnosno svatko. Uvijek se mogu odabrati tri distance i prva je za sve bicikliste. Tu se vozi od starta do cilja oko 30 km, 50 km, 70 km uz različite konfiguracije terena. Osim toga ima još i disciplina *uphill* koja uključuje utrku isključivo uzbrdo te cestovni bicikлизam. Cestovni bicikлизam osobno vozim za trening, tu se u bržem vremenu prevaljuju udaljenosti od 50 km nadalje, naravno, to je isključivo cesta", pojašnjava Dušan.

Sklad prirode, uma i tijela

Kao što je naveo, bicikлизmom se počeo baviti prvo kao amater i sa željom za druženjem i boravkom u prirodi, a onda se uključivao u maratone. O tome govori: „To znači da od sporta ne živim, vozim sve ono što obvezu dopuštaju, naše „lokalne“ utrke do maratona širom države. Vozimo sve što uspijemo, a to bi i bio moto sporta – voziti i uživati. Ponajprije se penjati, jer taj dio najviše preferiram. Vozim u svim godišnjim dobima, što, naravno, uključuje i vožnju zimi. Nemam posebnih planova za natjecateljsku sezonom. Već se brusi nekakva tehnika i odraduju vožnje na cestovnom biciklu pa što sezona doneće. Najprije, cilj je biti bolji nego prošle godine," ističe Dušan.

No ono što navodi kao otežavajuću okolnost za bavljenje bicikлизmom u općoj populaciji znatni su financijski izdaci. O tome iznosi iskustva: „Bicikлизam je sport koji se sve više popularizira, no, nažalost, i njegova cijena rapidno raste. Natjecateljske su cifre dosta velike i to je jedini minus ovoga sporta. No rekreativac se može biti s „normalnijim“ biciklom“, ističe Dušan. Navodi da nema nekih uzora u bicikлизmu za kojima bi se vodio. „Pa u principu najviše me tjera volja. Uz volju se sve ostalo uspije pronaći. Svatko bi trebao biti sam sebi najveći uzor.“

Bicikлизam je sve popularniji sport i sve mu se više pridaje važnost s aspekta zdravog života. To je i bio razlog Dušanova početka bavljenja bicikлизmom, budući da voli boravak u prirodi. „Priroda, mir i tišina



ono su što je mene isprva potaknulo na vožnju te, kako to biva sa svime što radim, fokus se prebacio na nekakvu amatersku natjecateljsku razinu. Bicikлизam i priroda idu jedno uz drugo. Bilo kretanje po cesti na cestovnom biciklu bilo brdski bicikl i šuma.“ Govoreći o povezanosti bicikлизma i boravka u prirodi Dušan naglašava vrijednost upravo tog osjećaja mira, ali i snage prirode koja ulijeva posebnu energiju. Osim toga, bicikлизam, posebno kada je riječ o maratonu,



traži discipliniranost i koncentraciju. O tome svjedoči: „Biciklizam je sport gdje u biti vodiš bitku sam sa sobom i s minutama i sekundama. Vječna bitka s formom i napretkom. Upravo ta discipliniranost, boravak na zraku”, ističe Dušan, „važni su za mentalno i fizičko zdravlje, što u se konačnici reflektira na svakodnevno funkcioniranje. To na mene utječe najviše u nekakvoj formi upotrebljivoj u svakodnevnom životu. Izgubio sam nepotrebne kilograme i doveo se na jednu pri-

stojnu razinu. Kako si sve više u formi, sve ti je u životu jednostavnije. Osim toga, mene sport rješava sveg stresa i daje novu energiju za dalje.”

Potrebno je popularizirati kretanje

Kao i svaki sport, i biciklizam može uzrokovati ozljede. O svojim iskustvima s ozljedama Dušan govori: „Ozljede sam sveo na minimum, tu i tamo razbijena koljena i laktovi, ostalo je više napor i umor na kraju, više nego ozljede. No sve to ima svoje dobre strane pa je često moj moto: ‚Ono što te ne ubije, ojača te!‘ Naravno, zbog brzine i terena uvijek postoje rizici za povrede jer se, na primjer, šumom niz Sljeme ili negdje na stazi juri i do 30 – 40 km na sat, a na cestovnom biciklu te brzine dostižu i brzinu kretanja automobilom. Ali s aspekta fizioterapije u biciklizmu nema lakših povreda, ili si čitav ili se razbijeo, pa su tu najčešće ozljede ključne kosti”, navodi Dušan.

Upotrebu bicikla u svakodnevici, kao npr. za odlazak na posao, kao i rekreativno bavljenje biciklizmom u koje se uključuje ne samo pojedinac nego i cijela obitelj, trebalo bi što više popularizirati. To je važno zbog zdravijeg stila života, smanjenja zagušenosti i zagrijanja automobilima. No u Hrvatskoj biciklizam nije dovoljno zastupljen u svakodnevici jer nema dovoljno uređenih biciklističkih staza. U osvrtu na tu problematiku Dušan navodi: „Svakako bi bilo važno da se biciklizam omasovi u Hrvatskoj. No, nažalost, o biciklističkim stazama možemo samo sanjati. I tamo gdje postoje, često su to ‚na silu‘ korigirane ceste, s masom nogostupa i prepreka. Osim toga, ne postoji zadovoljavajuća prometna kultura, odnosno nema dovoljno međusobnog razumijevanja vozača automobila, pješaka, ali i biciklista. Stoga je potrebno sustavno raditi i na edukaciji cjelokupnog društva o prometnoj kulturi, ali i osvješćivanju potrebe za kretanjem.”

Iako smo svjesni da je znatan udio bolesti modernog čovjeka uzrokovani upravo nedostatkom kretanja i tjelesne aktivnosti, često ljudi imaju isprike za neaktivnost. To je uglavnom nedostatak vremena jer im je dnevni tempo pretrpan. I Dušanov radni dan i obiteljske obveze ostavljaju malo vremena za sport, no svakodnevno ipak pronađe vrijeme za sebe. Stoga je njegova poruka: „Važno je baviti se sportom. I 15 minuta bolje je nego ništa, a to se vrijeme uvijek može pronaći. A što se tiče biciklizma i finansijskih izdataka - bicikl ne mora biti skup i lijep da biste se vozili!” □

PREDSTAVLJAMO:
**JOSIP MARIĆ, STUDENT FIZIOTERAPIJE,
KANDIDAT ZA OVOGODIŠNJU NAGRADU VOLONTERSKI OSKAR**

Aktivni sportaš i vrijedni volonter

✍ Ana Marija Hošnjak, dipl.med.techn.

Usret dodjeli nagrade Volonterski Oskar Volonterskog centra Zagreb razgovarali smo sa studentom fizioterapije Josipom Marićem, kojeg je za tu nagradu nominirala Udruga 3L. Josip je redovni student, aktivni sportaš, odbojkaški sudac koji voli nogomet, izlaske i sve što vole mladi, ali uz sve te svoje aktivnosti redovito se bavi volonterskim radom. Josip je kao volonter uključen u projekt Slatki servis kroz koji se pruža pomoć djeci s dijabetesom 1. tipa, a on je podrška malom Domagoju kojega naziva „mali šef”.

❓ Ove godine nominiran si za Volonterskog Oskara, ● zagrebačku nagradu za volontera godine. Nominiran si jer si dao poseban doprinos udruzi u kojoj volontiraš. Kako komentiraš nominaciju?

Sretan sam zbog toga. Odličja sama po sebi predstavljaju neku potvrdu kojom se nagrađuje tvoj rad, trud i odanost nečemu. Naravno da bih volio pobijediti jer se godinama bavim sportom i svaki sportaš voli pobjeđivati, ali sve u svemu, ako i ne osvojim tu nagradu, ja sam svojem „malom šefu” pobjednik i bez toga. A i sama činjenica da sam upravo ja nominiran isto mi je veliki uspjeh i ponos.

❓ Možeš li nam reći nešto više o projektu u koji si uključen i gdje volontiraš?

Udruga se zove **3L**, a projekt u koji sam ja uključen simbolična je naziva Slatki servis. Konkretno, riječ je o pružanju direktnе pomoći djeci s dijabetesom 1. tipa, njihovim obiteljima te bližnjima. Ja sam postao podrška malom Domagoju, to je taj moj „mali šef” i neizmjerno sam sretan da su upravo nas spojili i da sam baš ja njegov volonter. Premda sada, nakon više od godinu dana pružanja podrške mogu slobodno reći da sam ja njemu nešto više od volontera.





? Gdje si čuo za projekt i kako si se uključio? Što te motiviralo da se uključiš?

Poziv za prijavu i oglas prvi sam put video na web-stranici Volonterskog centra Zagreb. Bilo je to u ljetu 2017. godine, baš sam se bio vratio s mora i shvatio da imam viška slobodnog vremena koje tratim na gluposti. Inače sam student fizioterapije te mi je akademska godina počinjala u listopadu pa sam onda odlučio da bih radio nešto korisno. Nešto što bi i mene oplemenilo i zbog čega bih se osjećao bolje, a i drugi oko mene kojima je potrebna pomoć. Ono što sam odmah znao jest to da želim raditi s djecom. Drugi znak da je to za mene bio je plakat koji sam video na porti Zdravstvenog veleučilišta. Saznao sam da na fakusu imam koordinatora koji mi je direktna veza s Udrugom i to mi je bilo dovoljno da znam da sam izabrao pravi projekt. Dalje je sve povijest. Prijavio sam se, prošao sve testove, obveznu edukaciju i tu je krenula Domagojeva i moja avantura.

? Iziskuje li to mnogo tvojeg slobodnog vremena?
● Uspijevaš li uskladiti studentske obveze, posao i volontiranje?

Sve je stvar organizacije!!! Stalno se žalimo da nemamo vremena ni za što. Nedostaje nam jedan dan za učenje i „dobili bismo bolju ocjenu na ispitu“. Da nam je još samo jedan sat spavanja, „ne bismo bili umorni“. Da nam je samo još samo 10 minuta, „ne bismo zakasnili“ i slično. Sve se može kada se hoće i kada postoji volja. Usudio bih se reći da sam osoba koja ima mno-

go više obveza nego drugi jer sam redoviti student, što podrazumijeva da svaki dan imam nastavu ili vježbe, uz to treniram četiri puta tjedno, vikendima sudim na odbojkaškim utakmicama, konobarim u noćnom klubu po potrebi itd. Nažalost, rano sam ostao bez majke pa često sam kuham, perem odjeću, peglam... Ali s druge strane, izrazito sam društvena i vesela osoba po naravite se uz sve to stignem družiti s prijateljima, izlaziti... Ma ukratko – volim sve što vole mladi.

Obostrano primanje i davanje

? Nedavno si bio na izletu s prvašićima iz razreda tvojeg korisnika Domagoja. Kako ti je bilo ponovno vratiti se u to doba i kako ti je bilo s učenicima prvog razredima?

Da točno. Bilo je jako lijepo s tim mališanima ići na izlet i super se poklopilo što ja taj dan nisam imao obvezu pa sam mogao biti cijelo vrijeme s Domagojem. Njemu je to puno značilo zbog toga što je njegov odlazak na izlet bio upitan jer se škola bojala posljedica i nekih neželjenih događaja. Možeš misliti kako bi njemu bilo da je bio jedini koji nije mogao ići na svoj prvi školski izlet!?! Pa to je najljepše doba kada upoznaješ nove prijatelje i upravo se na tim izletima zbližiš.

S razredom mi je bilo super i moram priznati da su ostali bilo malo ljubomorni na Domagoja što ima starijeg prijatelja koji ide s njim i svi su se htjeli družiti upravo s nama, vješali su se po meni, nisu mi dali ni sekunde mira. A Domagoj je bio presretan i prevažan jer sam ja „njegov“.

? Kako tebe Domagoj doživljava?

On mene doživljava kao starijeg brata koji je tu uvek za njega. Što god poželi vidjeti, bilo to iz nogometa ili drugog nekog sporta, ja mu to pokažem, vodim ga na utakmice, pratim na njegove sportske aktivnosti. Domagoj jako voli sport i u tom sam mu segmentu ja uzor. Jednom je išao s cijelom mojom ekipom u Maksimir na utakmicu i mislim da će to zauvijek pamtitи.

? Što konkretno radiš kada volontiraš? Kako izgledaju vaši zajednički trenuci?

Kao što sam već ranije rekao, obojica jako volimo sport pa većinu vremena provodimo baveći se nekom aktivnošću, igramo nogomet, društvene igre, učimo brojeve kroz igru, igramo memory i još mnogo toga. Kada je nešto zanimljivo u gradu, odemo do grada, obvezno ga vodim ⇒

na utakmice kada igra Dinamo i naši Vatreni. S mamine su mu strane svi iz Dalmacije i navijaju za Hajduk, a on je odlučio navijati za moj najdraži klub GNK Dinamo Zagreb.

Čak i kada po planu i programu projekta nije bilo obvezno volontirati jer su praznici, moj „mali šef“ i ja ljetovali smo zajedno u Novalji. Naučio je roniti i izvesti par atraktivnih skokova u more kojima će se pohvaliti prijateljima.

?

Što ti je najteže u sudjelovanju u ovom projektu?

Najteži mi je dio volontiranja administrativni dio u kojemu ima dosta papirologije, ali tako je to u našoj državi.

Sva sreća, mi volonteri imamo vas koordinatora koji se brinete o tom djelu i zaista mi je to velika pomoć. Čim vidim propušteni poziv na kraju mjeseca, znam što mi je činiti.

?

A najljepše?

Najljepši je direktni odnos s Domagojem. Ne mogu opisati taj osjećaj kad sam s njim i vidim ga kako je sretan, a onda se susretu bliži kraj i on me samo vuče za ruku i ne da mi da odem. To „ono nešto naše“ najljepše je u cijeloj priči.

?

Možeš li sada uopće zamisliti da ne volontiraš i da ne provedeš određen broj sati u tjednu s Domagojem?

Nakon godinu dana iskustva ja ovo više ni ne zovem volontiranjem, on je postao dio mojeg svakodnevnog života, kao moja obitelj i moji prijatelji. I ja njegovog.

?

Što će biti kada Domagoj odraste i neće biti potrebe za podrškom? Jesi li razmišljaš o tome?

O da, razmišljaš sam, i zaključak je da će on uvijek biti moj mlađi brat i nastojat će njemu i njegovoj predivojnoj obitelji uvijek biti podrška kao što su oni i meni. Kad odraste, naše će druženje biti još zanimljivije, pogotovo kad ga krenu „opsjedati“ cure. Tko zna, možda me jednom pobedi i u Fifi, vidim da mu je to cilj.

?

I za kraj: koja je tvoja poruka budućim, potencijalnim volonterima?

Volontirajte!! Uživajte u tome jer pomažući nekome drugome pomažete i samome sebi. To je jedan od načina da budete ispunjeniji, sretniji i zahvalniji na sve-mu što imate. I sljedeće godine, kada vidite plakat na porti Veleučilišta- zname što vam je činiti. □

* Roditelji su dali pismenu suglasnost za objavljivanje fotografija.



**MARTINA ANIĆ –
studentica i glumica**

Pronaći vremena za svoj hobi

✉ Filip Kolenković, student 2.godine studija sestrinstva

„Svjesna sam toga da ću u budućnosti imati naporan posao, ali usprkos tome uvijek ću pronaći vremena za svoj hobi. Uvijek se možete baviti nečim, bilo to sport, film, kazalište ili ples. Probajte se uvijek organizirati i pronaći neku aktivnost.“



Studentica Martina Anić (20) sa studija sestrinstva vrlo je uspješna filmašica iz područja animiranih kratkometražnih filmova i istovremeno uspješna redovita studentica Zdravstvenog veleučilišta Zagreb. Svoju amatersku glumačku karijeru započela je 2011. godine u FKVK-u Zaprešić (Foto kino video klub Zaprešić) uz pomoć svoja dva mentora, predsjednika Miroslava Klarića i profesora Jadranka Lopatića. Posljednji kratkometražni animirani film *Balada iz predgrađa* u trajanju od 2 minute i 7 sekunda osvojio je mnogobrojne nagrade, a jedna je od njih 1. mjesto u konkurenciji do 240 sekunda na 13. reviji filma kratke forme – 240 sekunda hrvatskog filma, Zagreb 2017. Svoje glumačke sposobnosti usmjerila je i na višu razinu te se također bavi pisanjem scenarija. O svojem radu i budućnosti ističe da je njezina želja za snimanjem filmova započela još davno, odnosno dok je bila dijete. „Uvijek sam se pronalazila u glumačkim vodama”, navodi studentica Anić. „Međutim, prvi su korak bile moje prijateljice koje su me pozvala na jednu od njihovih mnogih proba u FKVK Zaprešić te sam shvatila kako i ja želim biti dio tog iskustva. Najviše mi se sviđa opuštena atmosfera. Svi su slobodnog duha i vrlo spremni na timski rad. Lako se dogovaramo oko novih projekata i rado prisjećamo starih i uspješnih. Nove sam prijatelje ubrzo stekla te su me rado primili u svoj tim.” Nadalje, u svojoj priči studentica Anić kaže: „Moj prvi projekt bio je animirani kratkometražni film *Like a boss* 2012. godine u trajanju od 2 minute i 42 sekunde. Tada sam shvatila kako se pronalazim u području animacije. To je bio prvi i važan korak u mojim počecima jer tada sam shvatila kojim putem želim razvijati svoju kreativnost. Nažalost, moj prvi film nije dobio nikakvu nagradu, ali to je samo bio poticaj za još veći trud. Prvu sam nagradu dobila 2014. godine u Karlovcu na 19. filmskoj reviji mladeži za projekt *Annabel Lee*. U taj sam projekt uložila mnogo truda i vremena. Također, sjećam se koliko mi je zabavno bilo sudjelovati u tome. Nisam ni mogla zamisliti da će nakon samo tri godine dobiti svoju prvu nagradu.”

U svijetu filma, osim glume, studentica Anić ima i ostale uloge, o čemu kaže: „Ponekad imam jako puno uloga. Osim svojih glumačkih vještina, često pišem i same scenarije. Svoje lutkarske modele, odjeću i kostime izrađujem ručno. U nekim sam situacijama čak i naratorica ili nekom od likova posuđujem glas.” O svim vremenskim zahtjevnostima navodi da tijekom tjedna obično imam mnogo obveza vezanih uz fakultet. No svakako barem jednom tjedno nađe vremena da se posveti FKVK-u. „Ne sastajemo se svakodnevno zbog obveza drugih članova, ali kada se sastanemo, odmah se bacamo na posao i radimo na nadolazećim projektima. Uvijek sam bila jako organizirana, izvršavam sve



svoje fakultetske obveze na vrijeme, pa uvijek uspijem pronaći vremena i za snimanja.” Prepričavajući zanimljivost procesa snimanja filma, studentica Anić ističe da se ponajprije uz mentora određuje žanr, potom ton kojim će biti prožeti film, odnosno hoće li radnja biti vesela, zabavna ili tužna. Nakon debatiranja i *brainstorminga* počinje se pisati knjiga scenarija. Na praznim listovima moraju se skicirati likovi na sceni i opis njihova rada. Ručno se izrađuju kostime i lutkice. Zvuk i glazba uvijek dolaze na posljednje mjesto i onda se bavi uređivanjem sadržaja. Taj cjelokupni proces može potrajati mjesecima. Iako voli film, studentica Anić ističe da više voli svoju profesiju sestrinstva za koju se školuje. „Svjesna sam toga da će u budućnosti imati naporan posao, ali usprkos tome uvijek ću pronaći vremena za svoj hobi. Uvijek se možete baviti nečim, bilo to sport, film, kazalište ili ples. Probajte se uvijek organizirati i pronaći neku aktivnost. Kada mi je god teško na fakultetu, ponekad mi film i moj klub budu „ispušni ventil” koji je iznimno dobar za svakoga. Vrijeme se uvijek može pronaći!” navodi studentica Anić. □



Predstavljamo studenticu ANJU LONČAR

Državna i studentska prvakinja Hrvatske u karateu

✓ Denis Toma, student 3.godine studija sestrinstva

„Trudim se održavati balans između svega, ali ponekad moram izabrati što mi je u tom trenutku važnije. Iskreno, izostajem dosta s predavanja kada su periodi važnih natjecanja da bih stigla na treninge, ali i kad putujem znam izostati cijeli tjedan.“

Anja Lončar rođena je 2. siječnja 1998. Virovitici, a živi u Daruvaru. Završila je opću gimnaziju u Daruvaru i trenutačno je studentica treće godine studija radiološke tehnologije i uz to je državna i studentska prvakinja Hrvatske u karateu. Na koji se način počela baviti karateom progovara za *Glasnik*. „Moj je otac u karateu već 40 godina i trener je u klubu u Daruvaru, tako da smo stariji brat i ja uz njega krenuli“, navodi državna prvakinja. „To je sport u dvije discipline, kate i kumite, tj. borbe. KATE su prikaz zamišljene borbe s protivnikom, točnije skup tehnika koji to predstavlja, dok u borbama postoji pravi protivnik i cilj je skupiti što više bodova kroz udarce koji mogu nositi 1, 2 ili najviše 3 boda.“ Prvakinja Lončar trenira u Karate-klubu Princ u Zagrebu. „Ustvari treniram od svoje četvrte godine. Učestalost treninga uskladjujem s dijelom sezone i obvezama na studiju. Ponekad je to pet puta tjedno, a ponekad dva do tri puta. Istdobro, članica sam reprezentacije još od kadetskog uzrasta, dakle od svoje četrnaeste ili petnaeste godine. Sudjelovala sam na nekoliko europskih i svjetskih prvenstava. Na natjecanjima najbolja postignuća imala sam osvojenim sedmim mjestom na Prvenstvu svijeta te trećim mjestom na prvenstvu Balkana.“ Studentica i prvakinja Lončar ističe da često putuje, jer je većina velikih međunarodnih turnira izvan Hrvatske. O tome koliko je karate fizički naporan sport te jesu li česte ozljede studentica Zdravstvenoga



veleučilišta odgovara: „Dosta je naporno jer zahtijeva brzinu, eksplozivnost, snagu, fleksibilnost, a uz to mirnoću i dobru tehniku. Voljela bih reći da ozljede nisu česte, ali, nažalost, događaju se, i to češće na treningu nego na natjecanju. Mogu to reći iz vlastitog iskustva jer sam pred odlazak na Svjetsko prvenstvo 2015. na treningu slomila ruku zbog umora i nepažnje.“ U usklađivanju svih obvezza studentica Lončar vješto balansira, o čemu kaže da je to ponekad vrlo lako, a postoje trenuci kad je to gotovo nemoguće. „Trudim se održavati balans između svega, ali ponekad moram izabrati što mi je u tom trenutku važnije. Iskreno, izostajem dosta s predavanja kada su periodi važnih natjecanja da bih stigla na treninge, ali i kad putujem znam izostati cijeli tjedan.“ Nadalje, studentica Lončar navodi da je trening idealno mjesto za ispuhati sav nakupljeni stres i očistiti glavu od svega što čovjeka u tom trenutku muči. Za svoj studij odlučila se u drugom razredu srednje škole i u tome je ustrajna. No u karateu joj je trebalo 12 godina da dođe do crnoga pojasa, ponajprije zato što je dobna granica za polaganje za crni pojaz napunjenih 16 godina. „Za svakoga je u karateu početak bijeli pojaz. Za svaki idući postoji polaganje koje podrazumijeva znanje određenog broja tehnika i kata koje su za svako više znanje, tj. pojaz zahtjevnije. I tako sve do crnog pojaza, koji uz tehnike i kate zahtijeva i određen broj godina.“ Iako je percepcija javnosti da se borilačkim



Strani jezik – iz perspektive studenata

✍ Martina Prenrecaj, Matea Lenič, Ana Radošić,
studentice studija sanitarnog inženjerstva



sportovima bave muškarci, prvakinja Lončar ističe da je broj kategorija podjednak i za muškarce i žene.

O tome koliko je karate promoviran u Hrvatskoj sugovornica navodi: „Mislim da nije dovoljno promoviran i da mu treba dati mnogo više medijskog prostora uz druge sportove. Imamo brojne vrhunske natjecatelje za koje bi se trebalo čuti i ljudima treba dati priliku da upoznaju čime se bavimo i kako to sve izgleda. Želim ostati u karateu, ne znam još na koji način, ali imam to u planu. Što se studija tiče, imam još ovu godinu na ZVU-u, zatim staž, a nakon toga planiram upisati diplomski studij, ali to sve ovisi o situaciji u kojoj ću biti tada.” □

Udanašnje se vrijeme podrazumijeva aktivna uporaba barem dvaju stranih jezika. Važnost motivacije studenata pri planiranju te realizaciji nastave stranog jezika, osobito stranog jezika struke, kao na primjer na Zdravstvenom veleučilištu, predstavlja veliki izazov za svakog predavača. Kako uopće potaknuti interes te uspješno svladati stručnu tematiku na stranom jeziku te koliko to znači studentima? Mišljenja o važnosti učenja stranog jezika dobili smo od studentice dodiplomskog studija medicinsko-laboratorijske dijagnostike te dviju studentica dodiplomskog studija sanitarnog inženjerstva Zdravstvenog veleučilišta.

„Na Zdravstvenom veleučilištu u Zagrebu na studijima medicinsko-laboratorijske dijagnostike i sanitarnog inženjerstva mi studenti biramo između dvaju stranih jezika, engleskog i njemačkog. Odluka o upisivanju kolegija Njemački jezik nije bila jednostavna. Iako je zahtjevan, jezik je budućnosti. Većina Europe, pa čak i svijeta traži da zaposlenici razumiju, ali i govore njemački jezik. Iako nije ‚melodičan‘ kao neki drugi jezici, ipak se ističe svojom logikom i pravilima. Bez engleskog jezika danas ne možemo opstati na tržištu rada, a poznавanjem još jednog tako važnog jezika stvaramo najbolje temelje za svoju buduću profesiju. Imajući priliku sudjelovati u jednom od mnogih Erasmus projekata, neki su od nas na svojoj koži osjetili kako je to raditi u Njemačkoj, gdje se traže zaposlenici onih struka koje se obrazuju upravo na našem fakultetu. Situacija u svijetu traži mlade obrazovane ljudе te se osim stručnog napretka zahtijeva kontinuirano učenje stranih jezika, što zasigurno uvelike povećava mogućnost zaposlenja u struci.“ □



20. MTB CROATIA CUP VODICE 2018

© Denis Peroš

AKTUALNA PRVAKINJA DRŽAVE – EMA FILIPOVIĆ **Karijeru želi usmjeriti prema sportu**

✍ Dunja Hunsjak, studentica 2.godine studija fizioterapije

Studentica druge godine redovitog studija fizioterapije Ema Filipović prva je u Hrvatskoj u kategoriji žene elite i kategoriji juniorke u duatlonu te druga u kategoriji žene elite u brdskom biciklizmu. Prvi sport kojim se Ema počela baviti bio je *taekwondo*. Trenirati je počela u Pušći kraj Zaprešića jer je to bio jedini sport koji se tada tamo mogao trenirati. *Taekwondo* je trenirala devet godina. No s brdskim biciklizmom upoznala se preko majke, koja se također njime prije bavila, pa je s deset godina i ona sama počela trenirati. Obitelj joj

je od početka bila velika podrška. U početku se biciklizmom bavila rekreativno, a nakon prve utrke u Samoboru, gdje se utrkivala zajedno s dječacima, a neke od njih i pobijedila, učlanila se u biciklistički klub u Zagrebu i nastavila aktivno trenirati i ići na utrke. Trenutačno je članica zagrebačkog Biciklističkog kluba Biker. Neko vrijeme (pet godina) paralelno se bavila biciklizmom i *taekwondoom*, ali sve joj teže postalo uskladljivati treninge za dva sporta i školu. S vremenom se zasitila dvorana i borba te se sve više željela baviti sportom koji je uključivao prirodu pa je odabrala biciklizam kao sport koji je nastavila trenirati. Uz biciklizam ipak trenera još jedan sport, duatlon (biciklizam + trčanje), za koji je saznala preko trenera i prijatelja te se učlanila u Triatlon klub Maksimir.



Aktualna je prvakinja države u duatlonu u kategoriji žene *elite* i kategoriji juniorke te viceprvakinja države u bicikлизmu u kategoriji žene *elite* u disciplinama MTB XCO (*cross country olympic*) i MTB XCM (*cross country marathon*).

Prvu medalju osvojila je u *taekwondou*, a nastavila ih je redovito osvajati u bicikлизmu i duatlonu.

Trenira pet puta tjedno, nedjeljom obično ima utrku, a dan poslije utrke uvijek je odmor. Većinom treninge odraduje sama na Sljemenu, Maksimiru i Jarunu. Na pitanje kada joj je bilo teže uskladiti treninge, u srednjoj školi ili sada za vrijeme studija, odgovorila je da joj je podjednako zahtjevno, ali da uvijek nađe vre-

mena za trening zato što se nakon treninga osjeća bolje i zadovoljnije. Poslije opće gimnazije odabrala je studij fizioterapije zato što joj se to područje učinilo najzanimljivije i najbliže jer se i sama našla u ulozi pacijenta. Daljnju karijeru želi usmjeriti prema sportu i sportašima. Svojim najvećim uspjehom smatra osvojeno treće mjesto na Europskom prvenstvu u duatlonu koje je održano u Rumunjskoj 2016. godine. Od većih natjecanja još navodi nastup na Svjetskom prvenstvu u bicikлизmu u Češkoj i tri nastupa na europskim prvenstvima također u brdskom bicikлизmu u Austriji.

Velika su joj potpora roditelji, sestra i dečko koji je prate i pružaju podršku na svim natjecanjima u Hrvatskoj i izvan nje. Uz podršku, veliku motivaciju za treninge daju joj dečko i sestra koji su također aktivni sportaši. Uz to ima i sponzora, biciklistički dućan Giant iz Zagreba, koji je već zadnje četiri godine sponzorira vrhunskim natjecateljskim biciklima i svom potrebnom popratnom opremom.

Na zadnje pitanje o najdražoj utrci i onoj koju najviše pamti opisala je utrku u Karlovcu 2015. kad je osvojila 1. mjesto na državnom prvenstvu u bicikлизmu. Utrka je bila teška zbog staze i konkurenциje te je i taj dan bio najtoplji u godini, +42 °C, teško je bilo ostati motiviran i fizički podnijeti napor, ali baš joj je zato to najdraža utrka i rezultat. □

IVONA TOMIĆ – bodybuilderica

Važno je dobro se organizirati

✉ Ana Toljan, studentica 2. godine studija fizioterapije

Bodybuilding je u biti tjelograditeljstvo, zapravo je to umjetnost izgradnje tijela do usklađenih proporcija uz pomoć utega. Za takve vježbe odlučila se Ivona Tomić. „Samim bodybuildingom počela sam se baviti prije tri godine, jer me motivirao moj dečko koji je godinu dana prije mene išao na natjecanje, ali u sami svijet fitnessa i treniranja ušla sam prije pet godina, jer sam htjela smršavjeti”, navodi studentica Tomić. „Naravno da je tu bilo otpora, obitelj se protivila zato što smo još uvijek pod stigmom da bodybuilderi unose u sebe raznorazne kemikalije. Nisu htjeli da budem nezdrava, no sad sam zdravija nego sto sam ikada bila. Moj dečko mi je najveća podrška, između ostalog i moj trener i osoba koja se također bavi time i netko tko me razumije kroz što točno prolazim.” Studentica Tomić ističe da su joj sport i posao gotovo „2 u 1”, jer radi kao trenerica. „Važno je kako se dobro organizirati i to je nešto čemu me je bodybuilding naučio, potrebna je jako dobra organizacija i sve se uviјek stigne. Sve to usklađujem i sa studijem.” Bodybuilderica Tomić navodi da dosad nije imala neke veće uspjehe, osim ove sezone, kada je pokupila prva mjesta na skoro svim natjecanjima i 3. mjesto na natjecanju Pepa. „Doduše, najponosnija sam na 3. mjesto na tom natjecanju jer je Pepa teško natjecanje, a i mijenjala sam kategoriju u natjecanju preko noći tako da mi je to najdraža pobjeda ikada. Daljnji su mi ciljevi finalni ProCard, odnosno postati profesionalka u tom sportu i nastaviti skupljati pehare i zlatne medalje.” O zahtjevnosti vježba i razmišljanja o odustajaju, studentica Tomić kaže: „Da, razmišljam svaki dan, i to 200 puta dnevno. Ali to su samo neke prepreke s kojima se psihološki susrećem u smislu želje za nekom hranom, ali nikada u smislu da se opustim, tj. zanemarim svoje tijelo.” Kako studentica fizioterapije, o tome je li možda promijenila neke tehnike u treningu zbog nečega novog naučenog na studiju buduća fizioterapeutkinja kaže: „Jesam, jer nakon učenja anatomije, kliničke kineziolije i ostalih predmeta više-manje razumijem funkciju mišića, kako se isteže, koji mu je glavni pokret i samim time znam što i kako moram napraviti za bolje rezultate. Isto tako, ne nosim se teško s posebnom prehranom jer sam naučila tako jesti i kada nisam u sezoni.” □



Potpomognuta komunikacija (alternativna i augmentativna komunikacija)

✉ Dr. sc. Mirna Kostović Srzentić

Potpomognuta komunikacija (PK ili alternativna i augmentativna komunikacija) odnosi se na sve metode komunikacije koje zamjenjuju ili potpoštuju uobičajene metode komunikacije kada su one narušene ili kada ne odgovaraju potrebama pojedinca. Cilj je pomoći osobama s komunikacijskim teškoćama da se izraze ili da razumiju druge, a često je potrebno i jedno i drugo. PK služi kao most u komunikaciji osobama s teškoćama uslijed razvojnih poremećaja – djeci s motoričkim smetnjama (cerebralna paraliza), poremećajem iz spektra autizma i komunikacijskim teškoćama, jezičnim i govornim teškoćama, intelektualnim, višestrukim ili senzoričkim teškoćama te odraslima sa stečenim smetnjama kao što su traumaska ozljeda mozga, moždani udar, degenerativne bolesti i pacijentima tijekom hospitalizacije (primjerice u jedincima intenzivnog liječenja zbog poslijeproceduralnog stanja).

PK uključuje različite metode, alate, pomagala, strategije i tehnike. Prepreke za uvođenje PK-a danas ne postoje, ali se u praksi i dalje susreću mitovi i predassude poput onih da PK otežava razvoj govora kod djece i da se uvodi tek kao posljednji spas u intervenciji. Potpotomognuta je komunikacija fleksibilna, individualno prilagodljiva, a mogu se kombinirati razne metode – od komunikacije tijelom, preko jednostavnih simbola do visokotehnoloških pomagala i informacijskih usluga. Riječ je o području koje se zbog brzog razvoja asistivne visoke tehnologije sve više razvija.

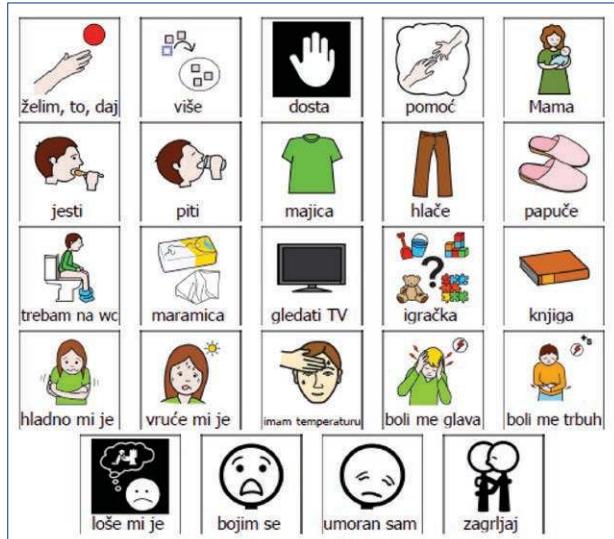
Na Zdravstvenom veleučilištu prepoznata je važnost uvođenja ovih sadržaja u nastavu. Na studiju radne terapije od 2017. godine izvodi se novi izborni kolegij Alternativna i augmentativna komunikacija čija je nositeljica Mirna Kostović Srzentić. Profesorica je završila tečaj COMPAL – COMMunication using Point-talking in an Aided Learning environment u organi-

zacijski švedskog centra DART iz Göteborga, Akademije za razvojnu rehabilitaciju i DV-a Potočnica, Zagreb (40 sati). Radni terapeuti često rade s djecom i odraslim kljentima koji zbog razvojnih smetnji ili stečenog oštećenja mozga mogu imati komunikacijske teškoće. Na slikama su prikazani primjeri komunikacijskih ploča koje su studenti radne terapije izradili na kolegiju uz pomoć gošće u nastavi Nataše Konjek, bacc. ther. occup. (nekadašnje studentice ZVU-a) i prof. Kostović Srzentić (neke od njih izrađene su za potrebe Klinike za dječje bolesti Zagreb).

Popiti lijek



Razgovor s medicinskom sestrom



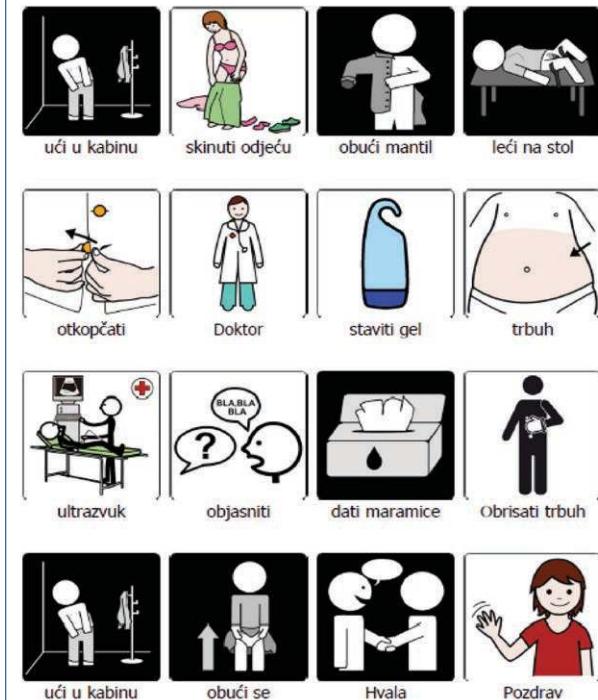
Slika 1. Primjeri komunikacijskih ploča koje su izradili studenti radne terapije u okviru kolegija Alternativna i augmentativna komunikacija (za djecu)

Temu potpomognute komunikacije u zdravstvu s manjom satnicom od 2017. godine počeli su unutar nekih kolegija slušati i studenti specijalističkih studija (Menadžment u sestrinstvu, kolegij Zdravstveno ponašanje i zdravstvena komunikacija i specijalistički studij fizioterapije, kolegij Odabrane teme iz psihologije).

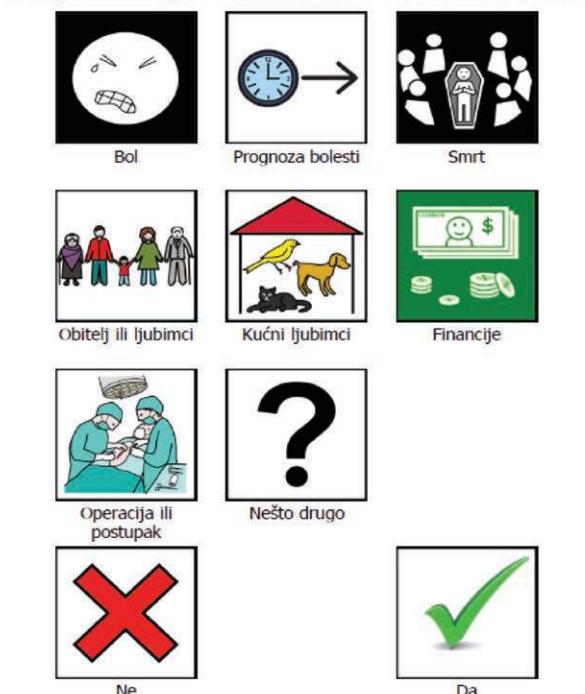
Istraživanjima je potvrđeno da kod pacijenata tijekom hospitalizacije PK smanjuje frustraciju, poboljšava zadovoljstvo pacijenta, olakšava razmjenu informaciju i povećava samostalnost. Istraživanja rane intervencije upućuju da bi u praksi bilo potrebno uvesti potpomognutu komunikaciju čim se uoče komunikacijski problemi kod djece. Kod djece s raznim razvojnim teškoćama utvrđena je dobrobit nakon uvođenja PK-a na području komunikacije, participacije u aktivnostima primjerena za dob i stjecanje novih iskustava. Konačno, PK osigurava osobama s teškoćama pravo na komunikaciju te omogućava veću socijalnu uključenost, samostalnost i pristup obrazovanju, povećavajući kvalitetu života.

Iako je svjesnost o potpomognutoj komunikaciji u Hrvatskoj sve veća te postoji više pojedinačnih primjera dobre prakse, njezina upotreba najčešće nije implementirana na svim razinama sustava, sa svim komunikacijskim partnerima, odnosno u društvu kao cjelini. Zbog toga je iznimno važno educirati stručnjake iz zdravstvenog, socijalnog i obrazovnog sustava o njezinoj primjeni, ali i članove obitelji osoba s komunikacijskim teškoćama, kojima često nedostaju vještine za podupiranje uspješne potpomognute komunikacije. Možemo reći da je Zdravstveno veleučilište prepoznalo važnost educiranja svojih studenata iz ovog područja.

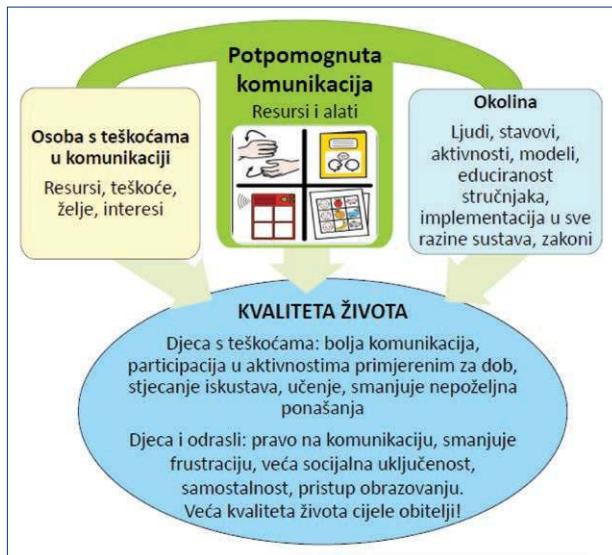
PREGLED TRUDNICE UZV-om



Čega vas je strah ili ste zabrinuti?



Slika 2. Primjeri komunikacijskih ploča koje su studenti studija Menadžment u sestrinstvu izradili u okviru teme unutar kolegija Zdravstveno ponašanje i zdravstvena komunikacija

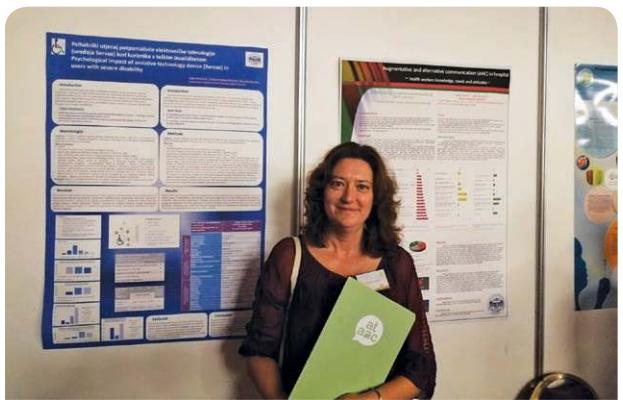


Izvor: Kostović i Perković (2018.)

Nastavnici Zdravstvenog veleučilišta na konferenciji „Asistivna tehnologija i komunikacija“

✓ Lada Perković, prof.

Rezultati istraživanja o potpomognutoj komunikaciji i asistivnoj tehnologiji koje su proveli nastavnici Zdravstvenog veleučilišta prikazani su na konferenciji o naprednoj tehnologiji za djecu s teškoćama u razvoju i osobe s invaliditetom pod



nazivom **Asistivna tehnologija i komunikacija** u organizaciji Tehničkog fakulteta u Rijeci, **Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu** i E-glasa, koja je održana od **17. do 19. listopada 2018. u Zagrebu**. Konferencija ATAAC predstavlja vrhunske svjetske stručnjake te korisnike asistivne tehnologije i potpomognute komunikacije koji sudionicima prenose svoje znanje i iskustvo. Na ovogodišnjoj konferenciji prisustvovalo je 1500 sudionika iz 30 zemalja koji su imali priliku slušati 40 predavača iz 13 zemalja. Moto je konferencije „stvaranje svijeta jednakosti“ u kojem svi ostvaruju temeljno ljudsko pravo na komunikaciju bez obzira na bolest ili tjelesno oštećenje. Sudionici su imali priliku saznati kako asistivna tehnologija pomaže djeci s teškim kognitivnim teškoćama, osobama s autizmom, osobama s tjelesnim i vidnim oštećenjima, u adaptaciji radnih mješta, u integraciji djece s razvojnim poremećajima u obrazovni sustav, u rehabilitaciji traumatskih ozljeda mozga, nakon moždanog udara, kod demencije i ostalih neurodegenerativnih bolesti, u senzornoj stimulaciji itd. Osim edukacije, sudionici dobivaju i ➔



uvid u fascinantni napredak tehnologije koja omogućuje komunikaciju i održanje kvalitete života osobama s invaliditetom. Za vrijeme konferencije svi su sudionici imali pristup demonstracijskom prostoru gdje su mogli isprobati različita pomagala za osobe s invaliditetom, od asistivne tehnologije za pristup računalu do uređaja za potpomognutu komunikaciju. Prezentirana su različita komunikacijska pomagala, oprema za upravljanje pogledom, edukativne igračke, različite sklopke, oprema za alternativni pristup računalu, pomagala za terapijski rad, edukativni softveri i uređaji za upravljanje okolinom.

Na konferenciji su sudjelovale profesorice s Katedre za zdravstvenu psihologiju Zdravstvenog veleučilišta u Zagrebu Lada Perković, viša predavačica i dr. sc. Mirna Kostović Srzentić, prof. v. Š. Izložile su rezultate dvaju istraživanja provedenih u suradnji s apsolventicama specijalističkih studija Zdravstvenog veleučilišta.

U istraživanju autorica A. Klarić, L. Perković i M. Kostović Srzentić pod nazivom „Nadomjesna i potpomognuta komunikacija (NPK) u bolnici – znanja, potrebe i stavovi zdravstvenih djelatnika“ cilj je bio procijeniti koliko su zdravstveni djelatnici u KB-u Dubrava upoznati s NPK-om i kakve stavove imaju o edukaciji i primjeni metode komunikacijskih kartica na svojim odjelima. Sudionici su bili 154 bolnička zdravstvena djelatnika, većinom medicinske sestre. Više od polovice sudionika susrelo se s pacijentima koji imaju ograničenja u komunikaciji zbog intelektualnih teškoća, moždanog udara, degenerativnih bolesti, senzornih smetnji, jakе boli ili jer ne govore hrvatski (stranci). Trećina sudionika s takvim se pacijentima susreće često ili stalno. Većina sudionika nije upoznata s pojmom NPK i nije prošla nikakvu edukaciju te primjenjuju najjednostavnije metode NPK-a. Komunikacijske kartice sa slikovnim simbolima, slovima, brojevima, crtežom ljudske figure i sl. primjenjuje 22 %, a visokotehnološka pomagala samo 4 % sudionika. Najčeće su prepreke primjeni metoda NPK-a nedovoljna edukacija i nedostatak resursa/pomagala. Stavovi zdravstvenih djelatnika o primjeni komunikacijskih kartica izrazito su pozitivni. Rezultati su ukazali na nužnost edukacije zdravstvenih djelatnika barem za jednostavnije metode NPK-a poput komunikacijskih kartica, kako bi se povećala kvaliteta skrbi za bolesnike koji otežano komuniciraju.

U radu autorica L. Perković, Z. Pukljak Iričanin i M. Markov „Psihološki utjecaj potpomažuće elektroničke tehnologije kod osoba s invaliditetom“ prikazani su rezultati istraživanja na 17 osoba s teškim invaliditetom koje se koriste potpomažućim elektroničkim uređajem Servus koji im omogućuje kontrolu doma

(svjetla, otvaranja vrata, telefona, računala itd.). Istraživanje je pokazalo da takav potpomažući sustav ima pozitivan psihološki utjecaj jer su se sudionicima povećali doživljaji osobne kompetentnosti i prilagodbe te imaju bolje samopoimanje od kad se koriste navedenim sustavom.

Na konferenciji su osobiti dojam sudionicima iz Zdravstvenog veleučilišta ostavili logopedi iz dječje bolnice u Bostonu John Costello i Jennifer Abramson, kao vrhunski stručnjaci, entuzijasti i predavači koje je užitak slušati. John Costello govorio je o potpomognutoj komunikaciji s osobama s amiotrofičnom lateralnom sklerozom (ALS). Predstavio je projekt „banke vlastitih poruka“ koja omogućava očuvanje autentičnih poruka tj. snimanja vlastitog glasa (poruka, riječi, smijeha...) osobama koje se zbog ALS-a suočavaju s gubitkomgovora. Od vlastitog se glasa kasnije može stvoriti i sintetički govor. Računalno generiran sintetički govor često i korisnicima i članovima njihovih obitelji djeluje umjeno, neprirodno i robotski, a na ovaj način – kada se upotrijebi glas pacijenta, doživljaj komunikacije postaje prirodniji i osobniji, što ima veliku psihološku vrijednost za korisnike. □



Prikaz projekta:

Provodenje programa kontrole i osiguranja kvalitete električnih uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje i procjena medicinskog zračenja pacijenata na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu

Voditeljica projekta: prim. dr. sc. Klaudija Višković, dr. med., specijalistica radiologije, supspecijalistica ultrazvuka, pročelnica Zavoda za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu, znanstvena savjetnica i viša predavačica na studiju radiološke tehnologije Zdravstvenog veleučilišta u Zagrebu

Na temelju Odluke o prihvaćanju izvješća Povjerenstva Zdravstvenog veleučilišta za evaluaciju projektnih prijava od 28. ožujka 2018. i odobrenih sredstava, ostvarili smo ciljeve i izvršili zadatke postavljene projektnim prijedlogom te napravili plan diseminacije rezultata i zaključaka projekta, koji je dijelom već ostvaren u 2018. godini. Naziv je projekta: Provodenje programa kontrole i osiguranja kvalitete električnih uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje i procjena medicinskog zračenja pacijenata na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu. Voditeljica je projekta prim. dr. sc. Klaudija Višković, dr. med., specijalistica radiologije, supspecijalistica ultrazvuka, pročelnica Zavoda za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu, znanstvena savjetnica i viša predavačica na studiju radiološke tehnologije Zdravstvenog veleučilišta u Zagrebu. Suradnici su na projektu medicinski fizičari: doc. dr. sc. Slaven Jurković, voditelj Zavoda za medicinsku fiziku i zaštitu od zračenja KBC-a Rijeka te Ana Diklić i Doris Šegota, djelatnice istog zavoda. Suradnice su također bile studentice studija radiološke tehnologije: Arđita Jahaj, Katrin Nedeljko i Martina Paragi.

Parametri koji se ispituju u sklopu provjere kvalitete električnog uređaja koji proizvodi ionizirajuće zračenje navedeni su u Prilogu XV. **Pravilnika o uvjetima i mjerama zaštite od ionizirajućeg zračenja za obavljanje djelatnosti s električnim uređajima koji proizvode ionizirajuće zračenje (NN 53/18)**. Električni uređaji koji proizvode ionizirajuće zračenje koji se ispituju u sklopu provjere kvalitete, granice dopuštenih odstupanja te rokovi ispitivanja, moraju uđovoljavati međunarodno prihvaćenim standardima i/ili deklaraciji proizvođača.

Zapisi o obavljenim mjerjenjima tijekom provjere kvalitete moraju se čuvati najmanje deset godina od dana prestanka upotrebe uređaja.

Kada se provjerom kvalitete utvrdi da električni uređaj koji proizvodi ionizirajuće zračenje ne uđovoljava propisanim zahtjevima kvalitete, zdravstvena ustanova obvezna je poduzeti radnje potrebne za otklanjanje uočenih nedostataka. Do uklanjanja nedostataka uređaj se ne smije nastaviti upotrebljavati.

Navedeno proizlazi iz odrednica sadržanih u članku 33. **Zakona o radiološkoj i nuklearnoj sigurnosti (NN 141/13)** te člancima 14., 15. i 16. **Pravilnika o uvjetima i mjerama zaštite od ionizirajućeg zračenja za obavljanje djelatnosti s električnim uređajima koji proizvode ionizirajuće zračenje (NN 53/18)**.

Na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu od 2015. godine provodi se Program osiguranja kvalitete uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje i prikupljaju ⇒

se podaci o dozama zračenja za pacijente koji dolaze na radiološke dijagnostičke pretrage (slike 1 i 2).

Temeljni zadatak navedenog istraživanja obuhvaćenog projektom bilo je prospektivno prikupljanje podataka o provođenju Programa osiguranja kvalitete uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu te podataka iz Izvješća Centra za medicinsku fiziku Kliničkog bolničkog centra Rijeka, koje su vršile studentice studija radiološke tehnologije pod nadzorom i kontrolom medicinskih fizičara i voditeljice projekta.

Tijekom 2018. godine ostvarili smo sljedeće ciljeve:

- ▶ prikupili smo podatke o provođenju Programa osiguranja kvalitete uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje i podatke o medicinskom ozračenju pacijenata na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu (slika 3)
- ▶ usporedili smo prikupljene podatke s preporučenim vrijednostima doza u medicini za Republiku Hrvatsku i Europsku uniju
- ▶ analizirali smo rezultate navedenih postupaka radi provjere i planiranja aktivnosti u cilju povećanja radiološke sigurnosti pacijenta te praćenja trendova tijekom duljeg razdoblja
- ▶ prezentirali smo dio rezultata na 7. Kongresu Hrvatskog društva radiologa s međunarodnim sudjelovanjem u Splitu od 4. do 7. listopada 2018.

U 2019. godini diseminacija rezultata obuhvaćala bi: prezentaciju dijela rezultata projekta na simpoziju: „Aktualna problematika u radiološkoj tehnologiji“ koji organiziramo 25. siječnja 2019. u Klinici za infektivne bolesti u Zagrebu u suorganizaciji Zdravstven-

og veleučilišta te publikacija znanstvenog rada koji će obuhvatiti sve rezultate u Časopisu za primijenjene zdravstvene znanosti (JAHS).

Voditeljica projekta sa suradnicima, medicinskim fizičarima, koordinirala je aktivnosti svih sudionika istraživanja, vršila edukaciju i pripremu studenata radiološke tehnologije za prikupljanje podataka, kao mentorica vodila je studente u pisanju i izlaganju završnih rada, organizirala je radionice o provođenju Programa osiguranja kvalitete uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje i podatke o medicinskom ozračenju pacijenata na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu i izlagala je dio rezultata istraživanja na 7. Kongresu Hrvatskog društva radiologa s međunarodnim sudjelovanjem u Splitu od 4. do 7. listopada 2018. (slika 4).

Posebno bismo istaknuli aktivnosti i ostvarenja projektnih ciljeva naših studentica od kojih su Katrin Nedeljko i Martina Paragi već postale prvostupnice radiološke tehnologije.

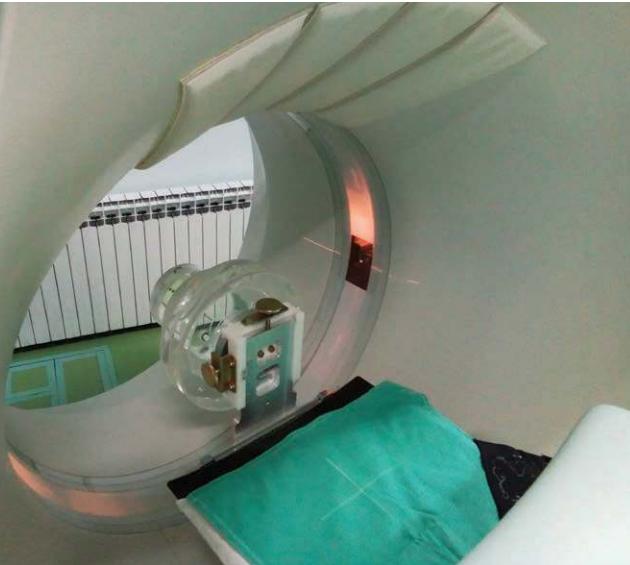
1. **Katrin Nedeljko, studentica studija radiološke tehnologije Zdravstvenog veleučilišta u Zagrebu:** sudjelovala je u mjerenu parametara kontrole kvalitete na uređaju za kompjutoriziranu tomografiju uz vodstvo i koordinaciju voditeljice projekta, prikupila je odgovarajuće podatke, sudjelovala je na radionicama o provođenju Programa osiguranja kvalitete uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje i podatke o medicinskom ozračenju pacijenata na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu te je napisala i 5. srpnja 2018. obranila završni rad pod mentorstvom prim. dr. sc. Klaudije Višković:



Slika 1. Snimaonica na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu u kojoj se nalazi uređaj za radiografiju



Slika 2. Prvostupnica radiološke tehnologije Mirela Šoštarec, suradnica u nastavi na studiju radiološke tehnologije Zdravstvenog veleučilišta, prilikom provođenja Programa kontrole kvalitete uređaja za dijaskopiju



Slika 3. Postavljanje fantoma za kontrolu kvalitete na uređaju za kompjutoriziranu tomografiju u Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu



Medicinski fizičari obavljali su složena mjerena primjenjujući mjerne instrumente i fantome na svim električnim uređajima koji proizvode ionizirajuće zračenje, izvršili su statističku obradu podataka, održavali predavanja na radionicama i sudjelovali u dizajniranju i pisanju znanstvenog rada (slika 7). □



Slika 6. Prim. dr. sc. Klaudija Višković, specijalistica radiologije, voditeljica projekta (desno) i studentica studija radiološke tehnologije Ardita Jahaj (lijevo), na radionici o provođenju Programa osiguranja kvalitete uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje i podatke o medicinskom ozračenju pacijenata na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu



Slika 7. Medicinski fizičari iz Kliničkog bolničkog centra Rijeka koji obavljaju složenje testove kontrole kvalitete uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu: doc. dr. sc. Slaven Jurković (u sredini), Doris Šegota (desno) i Ana Diklić (lijevo)

Financiranje projekata u svrhu poticanja razvoja znanosti

Stručno vijeće Zdravstvenog veleučilišta donijelo je na svojoj 34. sjednici održanoj 28. ožujka 2018. odluku o prihvaćanju izvješća Povjerenstva za evaluaciju projektnih prijava znanstvenih projekata koje financira Zdravstveno veleučilište.

Prihvaćeni su sljedeći projekti:

1. Prevalencija i epidemiološke značajke neurobolelioze na području kontinentalne Hrvatske
Prijaviteljica projekta: dr. sc. Blaženka Hunjak, prof. v. š.
2. Patološke promjene kralježnice u starohrvatskoj populaciji žena
Prijaviteljica projekta: dr. sc. Snježana Schuster, prof. v. š.
3. Psihološke reakcije na stres kod bolesnika s tumormima glave i vrata prije i poslije kirurškog liječenja
Prijavitelj projekta: dr. sc. Damir Lučanin, prof. v. š.
4. Stres roditelja djece liječene u jedinicama intenzivnog liječenja novorođenčadi
Prijaviteljica projekta: dr. sc. Mirna Kostović Srzentić, prof. v. š.
5. Oksidacijski stres i antioksidacijski enzimi u benignim tumorima debelog crijeva i kolorektalnom karcinom
Prijaviteljica projekta: dr. sc. Ana Mojsović Čuić, dipl. ing. bio.
6. Provođenje programa kontrole i osiguranja kvalitete električnih uređaja koji proizvode ionizirajuće zračenje i procjena medicinskog zračenja pacijenata na Zavodu za radiologiju i ultrazvuk Klinike za infektivne bolesti „Dr. Fran Mihaljević“ u Zagrebu
Prijaviteljica projekta: dr. sc. Klaudija Višković, dr. med.
7. Istraživanje stavova zdravstvenih radnika o komplementarnoj, alternativnoj i integrativnoj medicini i mogućnosti njezine integracije u obrazovni sustav Republike Hrvatske
Prijavitelj projekta: doc. dr. sc. Aleksandar Racz, prof. v. š.
8. Smanjenje simptoma depresije i PTSP-a liječenjem i inovativnom metodom – transkranijalnom magnetskom stimulacijom uređajima HF – R TMS SH1 8 kacigom
Prijavitelj projekta: izv. prof. dr. sc. Igor Filipčić
9. Magnetska rezonancija vratne kralježnice u otkrivanju ranih promjena kod djece oboljele od entezitisu pridruženog artritisa
Prijavitelj projekta: prof. dr. sc. Goran Roić
10. Nanostrukturirani TiO₂ fotokatalizatori dekorirani Cu, Ag i Au za izgradnju hormona u okolišu
Prijaviteljica projekta: dr. sc. Irena Kereković □

Osiguravanje dostupnosti hrane

 Izv. prof. dr. sc. Jasna Bošnir

Svaka država u svijetu trebala bi svojim građanima omogućiti dovoljne količine zdravstveno ispravne hrane, no svjedoci smo da postoje velike različitosti u kako u vrsti tako i u količini hrane dostupne pojedincima. Statistički podaci na globalnoj razini govore kako postoji oko 805 milijuna pothranjenih osoba, a 161 milijun djece zbog toga zaostaje u rastu i razvoju, što ima za posljedicu izostanak djece iz škole, smanjenu moć učenja te pojavu bolesti povezanih s lošom prehranom. Pothranjenost ne upućuje samo na gladovanje. Dvije milijarde ljudi u svijetu pati od kroničnog nedostatka mikronutrijenata u organizmu, poput vitamina A, joda, željeza i cinka, odnosno osobe ne gladuju zato što nemaju dovoljno hrane, već u organizam ne unose dovoljno hranjivih tvari, što upućuje na problem loše kvalitete prehrane. Svакако je potrebno spomenuti i dostupnost vode, koja je prema definiciji iz Uredbe o hrani također hrana. Riječ je o vrlo važnom resursu svake drže, međutim jasno je da se uporabom industrije i neadekvatnim gospodarenjem otpadnim tvarima u industriji i poljoprivredi smanjuju resursi pitke vode. Smatra se da će jedan od ključnih svjetskih izazova u budućnost biti ujednačena dostupnost vode, hrane i energije.

Ovisno o podneblju i klimatskim uvjetima, ljudi su razvijali specifične potrebe za hranom koje se razlikuju i po nutritivnim karakteristikama. Stanovnici sjevernih predjela opredjeljuju se više za meso, ribu i proizvode bogate esencijalnim masnim kiselinama, za razliku od osoba koje žive u mediteranskom području i sklonije su mediteranskoj prehrani. S druge strane, postoje oni kojima je hrana nedostupna ili je dostupna maksimalno jednom dnevno. Siromaštvo je još uvijek u velikoj mjeri prisutno kakao u svijetu tako i u Republici Hrvatskoj, a obilje i nestაšica hrane nikada nisu bili jednak raspolijeljeni među ljudima. Navedeno ovisi o društvenim faktorima moći te o politici, što je razlog da i danas postoji veliki svjetski problem dostupnosti

hrane za sve. S jedne strane postoji izobilje u različitosti i količini hrane koja se baca, a s druge su strane neimaština i nedostupnost hrane.

Vrlo su često osobe starije životne dobi izložene situacijama kada im hrana nije dostupna iz više razloga, kao što su bolest i nemogućnost kretanja, nedostatak socijalne sigurnosti i finansijskih sredstava koja bi omogućila zadovoljavajuću kvalitetu života koja uključuje dostupnost redovite i nutritivno kvalitetne hrane. Svim starijim osobama, a ne samo onima smještenima u institucije, potrebno je osigurati redovitu i pravilnu prehranu. Pravilna je prehrana ona koja je izrađena u skladu sa smjernicama pravilne prehrane za starije osobe, a ujedno zadovoljava sve energetske potrebe i potrebe za esencijalnim hranjivim tvarima te istodobno smanjuje rizik obolijevanja od kroničnih bolesti povezanih s načinom prehrane. S obzirom na to da se tijekom starenja javljuju i određene promjene u funkciji probavnog sustava starijeg čovjeka te dolazi do pojava određenih kroničnih bolesti, prehrana starijih osoba mora biti usklađena s općim preporukama zdrave prehrane, njihovim energetskim potrebama, kao i tjelesnom aktivnošću. Bolest i problemi koji se javljaju tijekom starenja, a odnose se na poteškoće prilikom žvakanja i gutanja hrane te mogućnosti povezane sa samostalnim izborom te pripremom i posluživanjem hrane, nikako ne smiju biti prepreka u dostupnosti hrane. Potrebno je osigurati da pravilan oblik prehrane bude dostupan svakoj starijoj osobi bez obzira na mjesto u kojem boravi, kao i na finansijska sredstva kojima raspolaže. U tu svrhu potrebno je uključiti sve institucije čija je svrha i zadaća briga za starije i nemoćne osobe, a sve kako bismo osigurali dostojanstvo čovjeka do kraja života te se uključili u ostvarenje ciljeva jedne od najvećih svjetskih organizacija za hranu i poljoprivredu Ujedinjenih naroda – Food and Agriculture Organization (FAO) koji se odnose na iskorjenjivanje gladi i osiguravanje dostupnosti hrane, poboljšanje prehrane stanovništva i podršku održivoj poljoprivredi do 2030. godine. □

Multiparametrijski MRI prostate na 3T uređaju

✉ Mladen Strinić, bacc. radiol. techn.
Mislav Mesarić, bacc. radiol. techn.

U Europi se godišnje dijagnosticira oko 350 000 novooboljelih od karcinoma prostate, što predstavlja oko 25 % ukupnog broja novootkivenih malignih tumora u muškaraca.

Karcinom prostate se javlja u 5 do 7 % muškaraca starijih od 50 godina, učestalost pojave ove bolesti raste s dobi, a smatra se da će kod jednog od šest muškaraca u Europi za vrijeme života klinički biti postavljena dijagnoza karcinoma prostate.

U ranoj dijagnostici karcinoma prostate danas se upotrebljavaju:

- ▶ određivanje serumske razine prostata specifičnog antiga (PSA)
- ▶ digitorektalni pregled prostate
- ▶ ultrazvučno vođena transrektna biopsija prostate
- ▶ multiparametrijski pregled prostate magnetskom rezonancijom (MPMR).

Rano otkrivanje = izlječenje

MPMR prostate

Multiparametrijski MR prostate jest dijagnostički postupak pregleda prostate s pomoću magnetske rezonancije koji omogućava ranu dijagnostiku karcinoma prostate.

U Poliklinici Radiochirurgia Zagreb multiparametrijski MR pregled prostate izvodi se na uređaju Siemens Magnetom Skyra RT PRO, jakosti magnetnog polja 3T, posebno dizajniranom i opremljenom za dijagnostiku onkoloških bolesnika.



Siemens Magnetom Skyra RT PRO 3T

Priprema pacijenta

Kod same pripreme pacijenata za pregled nema posebne dijete, ali je poželjno da pacijentu bude prazan mokračni mjehur i rektum, radi boljeg prikaza prostate. Mora imati nalaz ureje i kreatinina te je poželjna seksualna apstinencija tri dana prije pregleda zbog seminalnih vezikula.

Kao premedikacija pacijentu se daje intravenski spazmolitik kako bi se reducirali artefakti uzrokovani peristaltikom crijeva.

Prije početka snimanja i ulaska u uređaj pacijent mora ukloniti sve metalne predmete sa sebe.

Tehnika snimanja

Pacijent je u ležećem položaju na leđima (u tunel ulazi glavom ili nogama). Ruke su uz tijelo. Na ušima su antifoni zbog redukcije buke i mogućih uputa. Signalna je pumpica u ruci. Oko pacijenta na područje zdjelice postavlja se *body coil*.

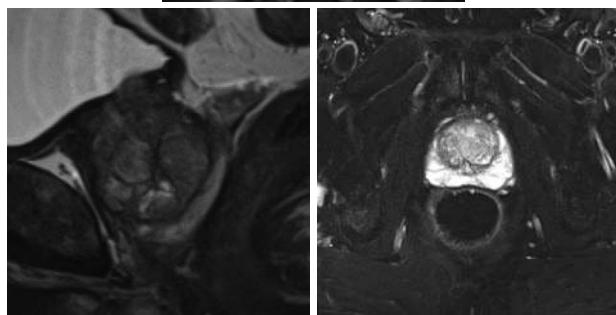
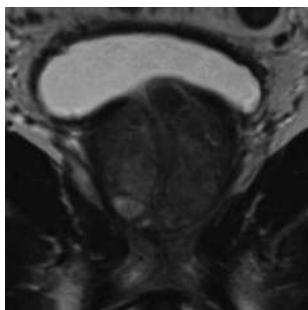
Određuje se izocentar.

Nakon što smo pripremili pacijenta za pregled, krećemo sa snimanjem *lokализера* u tri ravnine.

Rade se T2 mjerena u sve tri ravnine radi što boljeg prikaza anatomske strukture, odnosno radi diferencijacije periferne, centralne i tranzicijske zone prostate, te za vizualizaciju kapsule prostate i procjenu infiltracije okolnoga masnog tkiva i procjenu infiltracije seminalnih vezikula. Slijede difuzijski mjerene sekvencije u transverzalnim presjecima iz kojih se generira ADC mapa, a čije su sekvencije najvažnije za procjenu karcinoma periferne zone prostate. Uz navedene sekvencije radimo i T1 i T2 nativne transverzalne mjerene snimke kroz zdjelicu radi analize okolnih struktura te T1 FS kroz zdjelicu, da bi se prostate istaknula od okolnoga masnog tkiva te za procjenu koštanih metastaza.

Neizostavni je dio pregleda i primjena paramagnetskog kontrastnog sredstva. Radi se dinamičko mjerjenje u T1 mjerenim snimkama, što pomaže u klasifikaciji promjena tranzicijske i periferne zone između kategorija PIRADS 3 i PIRADS 4.

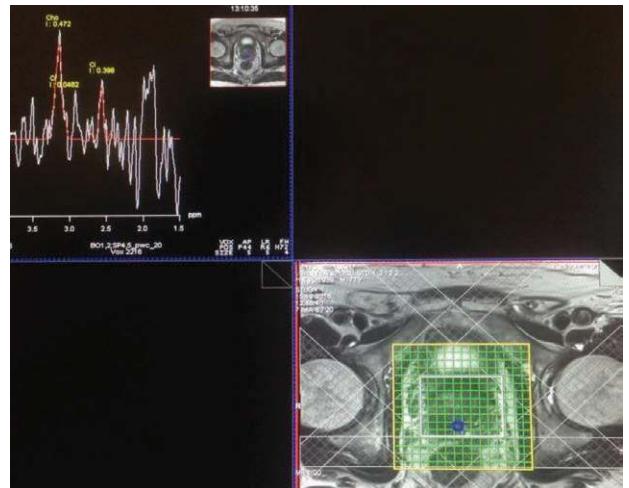
Dinamika se snima u 35 faza u trajanju od 10 sekundi, a kontrast se daje nakon prve dvije faze mjerjenja, nakon čega se prati dinamika njegova nakupljanja.



Prikaz MR prostate u sve tri ravnine

Kao dodatni dijagnostički postupak pri otkrivanju karcinoma prostate primjenjujemo MRI spektroskopiju kod koje se analizira omjer kolina i citrata. Na mjestima koji su zahvaćeni karcinomom zbog povećane celularnosti

ima više fosfolipidnih membrana koje sadrže kolin, pa je obično razina kolina u tumorskom tkivu povišena.



Karcinom prostate prikazan s pomoću MRI spektroskopije

Multiparametrijski MR prostate omogućava detaljan prikaz građe i promjena prostate u tri dimenzije, omogućava bolju vizualizaciju i karakterizaciju tumora prostate te povećava dijagnostičku pouzdanost i smanjuje broj nepotrebnih biopsija. Također omogućava detaljnu procjenu eventualne zahvaćenosti tumorom okolnih anatomske struktura (seminalne vezikule, neurovaskularni snop, mokračni mjehur, rektum), što je važan podatak u određivanju stadija (engl. staging) karcinoma i planiranju daljnog liječenja.

Multiparametrijski MR pregled prostate vrijedna je metoda i u evaluaciji lože prostate kod pacijenata s biokemijskim recidivom nakon učinjene radikalne prostatektomije ili provedene iradijacije.

Važno je istaknuti da primjena *body coil* u odnosu na endorektalnu zavojnicu uvelike olakšava pregled pacijentu, ali i osoblju te istodobno omogućava bolji ili isti prikaz anatomske strukture.

Zaključak

Komparativno s uređajima slabije jakosti magnetskog polja, uređaji jakosti magnetskog polja 3T imaju povećan omjer signala i buke (engl. *signal to noise ratio*), što omogućava kraće vrijeme snimanja i povećanu prostornu i tkivnu rezoluciju dobivenih snimki, a time se dobiva bolja pouzdanost u detekciji, lokalizaciji i određivanju stadija tumora. □

Hobotnice za malene „borce” u inkubatorima

Dr.sc. Ana Mojsović Ćuić

Intervju s našom nastavnicom Lanom Feher Turković, koja izrađujući unikatne hobotnice pomaže najmlađima tamo gdje su sami – u inkubatoru! Kako? Doznaće u sljedećem razgovoru...

?

Lana, već se neko vrijeme u slobodno vrijeme baviš izradom unikatnih i prekrasnih hobotnica za nedonošad. Reci nam na početku nešto o samom projektu.

Inicijativa „Hobotnice za prijevremeno rođene bebe” širi se svijetom od veljače 2013. godine. Započela je kada je otac prijevremeno rođene djevojčice u Sveučilišnoj bolnici u Aarhusu u Danskoj zatražio da se bebi u inkubator stavi kukičana hobotnica. Potom je pokrenuta grupa Spruttegruppen (The Danish Octo Project) koja je počela poticati osobe koje znaju kukičati da izrađuju hobotnice i potom ih distribuirala drugim danskim bolnicama. Počeli su primati zahtjeve i iz drugih zemalja širom svijeta i tako se projekt počeo širiti. Hobotnice se izrađuju u Argentini, Australiji, Austriji, Bjelorusiji, Belgiji, Brazilu, Češkoj, Farskim otocima, Francuskoj, Irskoj, Islandu, Izraelu, Italiji, Kanadi, Koštariki, Luksemburgu, Malti, Nizozemskoj, Norveškoj, Novom Zelandu, Poljskoj, Portugalu, Republici Južnoj Africi, Rumunjskoj, SAD-u, Slovačkoj, Srbiji, Španjolskoj, Švedskoj, Švicarskoj, Ujedinjenom Kraljevstvu, Ukrajini... vjerojatno ima još zemalja u kojima su se u međuvremenu počele izrađivati, kao npr. u susjednoj BiH. Nisu svagdje iste. Mi ih radimo prema uputama za hobotnice – medicinska pomagala koja je odobrilo Ministarstvo zdravstva. Vrlo su jednostavnog dizajna. U pojedinim zemljama imaju mašne, šeširiće i razne druge ukrase, što kod nas u Hrvatskoj nije dozvoljeno.



?

Kako si se odlučila početi izrađivati hobotnice, popularne hobe? Kako si za njih doznala i kad je sve počelo?

Za projekt sam doznala slučajno krajem svibnja 2017., čitajući članak u dnevnom listu kako bolnica u Antrimu u Irskoj javno apelira i traži osobe koje znaju i voljne su kukičati hobotnice za prijevremeno rođenu dječu. Gotovo istodobno gospođe plemenitog srca Željka Hojsak iz Varaždina i Nataša Gidija iz Zagreba već su radile na pokretanju projekta „CRO hobice za Palčiće” i uspješno su ga pokrenule u Hrvatskoj u srpnju 2017. godine. Osnovale su grupu na društvenoj mreži Facebook i putem elektroničke pošte sve informacije o projektu poslale u Ministarstvo zdravstva Republike Hrvatske. Potom su odjeli neonatologija hrvatskih bolnica primili dopis Ministarstva zdravstva o projektu. U vrijeme kada sam se priključila projektu, u jesen 2017., svega je pet bolnica prihvatile projekt. Danas hobotnice šaljemo u 24 bolnice – u Zagrebu su to KBC Zagreb (Petrova, Rebro), KDB (Klaičeva), KBC Sestre milosrdnice (Vinogradnska), KB Sveti Duh, KB Merkur, ali i bolnice širom Hrvatske – u Rijeci, Osijeku, Splitu, Bjelovaru, Čakovcu, Varaždinu, Koprivnici, Zaboku, Virovitici, Požegi, Vinkovcima, Slavonskom Brodu, Kninu, Karlovcu, Sisku, pa čak i u Mostaru u BiH CRO hobice umiruju prematuruse u inkubatorima. U relativno kratko vrijeme dosta smo narasli.

Željela bih naglasiti da sam u samim počecima izrade hobotnica imala vrlo veliku podršku naših osnivačica, ujedno administratorica grupe. Stvorila su se kroz projekt neka lijepa poznanstva, pa i prijateljstva.



Hobotnice ne smiju imati rupice, glave moraju biti jako tvrde, ne smije biti spajanja ni konca u krakovima, moraju biti punjene antialergijskim punjenjem... postoje određena pravila koja treba poštovati, a svemu tome podučavaju nas s puno strpljenja. I tom poslu, iako je humanitaran, kao i svakom drugom – treba pristupiti ozbiljno. Hobotnicu treba izraditi precizno i uredno kako valja ili je bolje uopće je ne raditi. ⇒



Podrška roditeljima i njihovim palčićima

?

Tko čini ovu po mnogočemu posebnu grupu ljudi?

Danas smo grupa koja broji više od 3600 članova. Većinom su to roditelji i rodbina prijevremeno rođene djece, simpatizeri, naši prijatelji koji nas podržavaju u radu. Izradom hobotnica bavi nas se stotinjak, od toga tridesetak konstantno i aktivno. U grupu su svi dobrodošli i svatko može pomoći ako želi i koliko želi. Prema informacijama koje sam primila od gospođe Gidije, godišnje se u Hrvatskoj oko 2000 do 2500 djece rodi prije termina. To je doista vrlo velika brojka. Kada bismo „pokrivale“ sve bolnice u Hrvatskoj, trebalo bi izraditi i distribuirati oko 200 hobotnica mjesечно.

Moja je želja pomoći najmanjima koji doslovno od dolaska na svijet biju najteže bitke. Bore se za život. Sami. Nemoćni. U inkubatoru. Po mojoj mišljenju – u neku ruku usamljeni. Kada sam vidjela članak iz Irske, istog sam trenutka pomislila kako će svakako sudjelovati u toj priči kada krene u Hrvatskoj. Nije tu bilo pu-

no razmišljanja i analiziranja. Kad već kukičam, lijepo je da s pomoću jednog od mojih hobija koji sam otkrila godinu dana ranije tijekom godišnjeg odmora, kada sam se nalazila u vakuumu, „prazna“ nakon predaje disertacije, a prije same obrane, radim nešto korisno. Najjednostavnije je nazvati humanitarne telefone ili izvršiti uplatu. I to pozdravljam, da se ne protumači krivo, ali u izradi hobotnica daješ dio sebe i svojeg slobodnog vremena. Ponekad jednu radim tjedan dana, ponekad je napravim u jedan dan – ovisno o slobodnom vremenu. Vrlo vješte gospođe naprave jednu u nekoliko sati. Ja nisam tako brza. Najčešće ih radim u kasnim noćnim satima.

?

Koji je tvoj osobni motiv u ovoj priči?

Osobni motiv? I ja sam roditelj. Jedino što sam oduvijek znala da doista želim u životu bilo je da jednom želim biti mama. Iako sam u obje trudnoće morala strogo mirovati, imala sam sreće postati majkom dvoje zdrave djece. Shvatiš u jednom trenutku da imaš sve – žive roditelje, životnog partnera punih 25 godina, dvije dobre kćeri, sestru koja je uvijek uz tebe, krov nad glavom, redovita primanja, neke svoje



drage ljude i ostvarene ambicije – i onda shvatiš da je sazrelo vrijeme da nešto pružiš onima koji nisu imali toliko sreće. Oduvijek sam slaba na djecu. Ne mogu niti zamisliti što prolaze roditelji djece u inkubatorima. Ove hobotnice pomažu i njima, jer znaju da netko misli na njih i njihove malene i da nisu savsim sami. Hobotnice pomažu i meni – kad u grupu stigne fotografija bebe koja u ruci drži krak hobotnice koju sam izradila, a svoje hobe uvijek prepoznaš, srce mi treperi. Osjećaš se dobro. Teško je to objasniti riječima. Shvatiš da si napravila neku malenu dobru stvar, čistu k'o suza. ☺



Svaka hoba ima svoje ime

?

**Kako ste organizirani? Može li svaka bolnica/
neonatologija dobiti hobotnice?**

Organizirani smo putem grupe na Facebooku. U grupi se nalaze detaljne upute za izradu hobotnica. Sve se hobotnice šalju gospođi Hojsak u Varaždin. Ona svaku vrlo pomno pregleda, opere na 60 stupnjeva i osuši u sušilici, pakira i šalje u bolnice. Šalju se samo one hobotnice koje su prošle provjeru. Ponekad ih šalje poštom, a nekad neka od nas koje aktivno sudjelujemo u radu grupe preuzmimo paket i nosimo direktno na vrata neonatologija u bolnicama, kako bismo uštedjele na troškovima.

Naravno, svaka neonatologija u bilo kojoj bolnici diljem Hrvatske može dobiti hobotnice, samo se moraju javiti našim administratoricama, gospođama Hojsak i Gidija. Bolnice primljene hobotnice moraju sterilizirati i staviti u male ručice u inkubatorima. Od hobotnica u kutu inkubatora nema nikakve koristi. Mi se jako veselimo svakoj novoj bolnici koja se javi da nas je prihvatile. Hobotnice se daruju, dakle besplatne su. Bolnice nemaju troškova.

?

**Dobiješ li info tko je dobio tvoje hobe? Što kažu
roditelji i medicinske sestre o učincima hoba na
bebe?**

Ne dobivam informaciju u koje su gradove otputovale hobotnice koje sam izradila ni tko je od djece dobio baš neku moju. Bio bi to preveliki posao za administratorice koje se ovime također bave u slobodno vrijeme, uz obiteljske i poslovne obvezе. Nije ni važno. Beba iz Pule ili Šibenika nije ništa manje vrijedna od bebe iz Čakovca ili Vinkovaca. Bila bih najsretnija da svaka prijevremeno rođena beba u Hrvatskoj dobije svoju hobu i da nas toliko sudjeluje u projektu da to možemo pratiti. Svaka beba iz rodilišta odlazi kući s hobotnicom koju je primila u rodilištu, što je jedino ispravno. Ne možeš djitetu dati medicinsko pomagalo da ga smiri i utjeши, a onda mu to „oteti“ pri izlasku iz bolnice.

Ponekad se roditelji javе u grupu, pošalju slike svojih beba, zahvale... Ovo je poruka tate M. M. koju smo sredinom lipnja primili u grupu, a mislim da dosta vjerno opisuje kako se osjećaju roditelji: *Ne znam kako da vam se obratim, ne postoji riječ kojom bih vam dao do znanja koliko ste utjecali na moj današnji dan. Upoznajte malu Anju koja je rođena prije dva dana i od tada je u inkubatoru. Jučer sam ju prvi puta video spomenu na sve sto joj je trenutno potrebno da bi prihvati-*

la ovaj svijet na koji je došla i ne mogu opisati koliko je to strašan osjećaj, koliko se čovjek može osjećati malo, bespomoćno i jadno. Stajao sam kraj toga inkubatora, gledao našu princezu i sve što mi je prolazilo kroz glavu bilo je da joj, kao otac, ne mogu nikako pomoći. Cijela prošla noć i ovo jutro tako je izgledalo. Sve do prije 2 sata.

Upravo vi ste mi dale do znanja koliko sam u krivu i koliko jedna mala stvar može biti velika, koliko jedna mala gesta može značiti ljudima u određenom trenutku. Hvala vam što ste mi pokazale da čovjek uvijek može nešto napraviti, čak i kada se osjeća potpuno bespomoćno. Nasa Anja je sa Zelenkom (vašom hobicom) i više nije sama. Hvala vam na tome!

Bolničko osoblje također šalje pozitivne povratne informacije. Širom svijeta hobotnice su dio intenzivne njegе jer se primjenom pokazalo da se bebama uz hobotnice poboljšava disanje, otkucaji srca su pravilniji, koncentracija kisika u krvi je viša. Držeći krak u ruci, koji ih vjerojatno podsjeća na pupčanu vrpcu i boravak u majčinoj utrobi, manje čupaju sonde na koje su spojene. Razina stresa očigledno se smanjuje i sestre kažu da su bebe zadovoljne. Čula sam priču iz prve ruke da je beba istog trenutka prestala plakati kad je uhvatila krak hobotnice.

?

**Znam da je svaka tvoja hoba unikat, odnosno da
je nekome posvećena...**

Da... Spontano je tako ispalо. Prve dvije nazvala sam po svojim kćerima pa iduću po nećaku, suprugu, roditeljima, rodbini... Počeli su se javljati prijatelji i poznanici koji su izrazili želju da hobe s njihovim imenom nekoga tješe u inkubatoru, neke su inspirirane kolegama s posla i tako je to krenulo. Sasvim neplanirano, ali čini se da se ljudima dopalo. Već odavno djecu tješe hobotnice inspirirane kolegama sa studija fizioterapije, našim psiholozima, studijem sestrinstva, informatičkom službom... Sada sam završila naš Urudžbeni zapisnik i radim Tehničku službu. :D Neobično, ali neke osobe koje su jako važan dio mog života još uvijek nisu „dobile“ svoje hobe. Teško je odlučiti koja je nijansa konca dovoljno lijepa da ih prezentira. ;) Hahaha!!

?

Koliko si ih do sada već napravila?

U ovih godinu i nešto dana točno 131, ali to je priča koja neće završiti sve dok budem u stanju držati „heklicu“ u rukama. To je za mene jedna priča bez kraja. Osim toga, rado ću podučiti sve kolege na Zdravstvenom veleučilištu koji su zainteresirani za heklanje. □

Stoljeće nakon španjolske gripe – najsmrtonosnije epidemije u ljudskoj povijesti

 Dalibor Perković, prof.

Usporedio sa završetkom Prvog svjetskog rata, ove godine „slavimo“ obljetnicu još jedne, još fatalnije katastrofe koja je pogodila svijet. Riječ je o španjolskoj gripi, po jednom tumačenju, najsmrtonosnijoj epidemiji u ljudskoj povijesti – poznata crna smrt u srednjem je vijeku tijekom jednog stoljeća pobila manje ljudi nego španjolska gripa u pola godine (doduše, u to doba ukupna ljudska populacija bila je znatno manja, tako da je kuga pobila veći postotak čovječanstva).

Epidemija je trajala nekoliko godina. Službenim se početkom smatra izoliranje prvog slučaja u siječnju 1918. godine u Kansasu, a došla je u nekoliko valova. Najsmrtonosniji je bio onaj u listopadu i studenome 1918. godine, kad je od posljedica gripe umrlo više od polovice ukupnog broja žrtava, da bi se nakon toga valovi postupno smanjivali, što zbog stečenog imuniteta, što zbog bolje organizacije i iskustva liječnika koji su sada znali kako se boriti s bolešću.

Španjolska grupa ubila je 50 do 100 milijuna ljudi, što je između 3 i 5 posto tadašnje svjetske populacije. To je svakako prva pandemijska zaraza – sve dotadašnje bile su ograničene na neki dio svijeta, kontinent ili uži civilizacijski krug kao što su Europa, Amerika ili Daleki istok. No tehnološki napredak koji je omogućio lakša putovanja, a pogotovo masovni transporti ljudstva zbog rata, omogućili su da se bolest proširi po cijeloj zemaljskoj kugli.

Svakako je zanimljivo napomenuti da španjolska gripa nije imala apsolutno nikakve veze sa Španjolskom. Stvar je u tome da je državna i vojna cenzura suzbijala sve vesti koje bi mogle loše utjecati na borbeni moral vojske i civilnog stanovništva, tako da su prve vesti o epidemiji stigle iz neutralne Španjolske, koja nije sudjelovala u ratu, pogotovo zato što se od te bolesti teško razbolio i Alfonso XIII. Također, za razliku od svih gripe do tada, a i kasnije, od kojih umire oko 0,1 posto oboljelih, ova je imala smrtnost od oko 20 posto.

Uzroci i točka od koje je bolest krenula danas nisu potpuno poznati. S obzirom na to da je prvi slučaj dokumentiran u Kansasu, spekulira se da je žarište bilo тамо. Međutim, najveći broj teorija vrti se oko Dalekog istoka, koji je i inače poznat kao žarište epidemija temeljenih na virusu H1 zbog uvjeta života i guste naseljenosti. Jedan je od podataka koji govori ovome u prilog stotinjak tisuća radnika iz Kine koji su u vrijeme rata bili uposleni u pozadini bojišta, a koji su mogli donijeti bolest od kuće. Druge teorije spominju slučajeve iz 1916. u Francuskoj i 1917. u Austriji, a nekoliko ih tvrdi da je gripa godinama kružila europskim ratištima prije nego što se raširila i razbuktala. Ono što je poprilično sigurno jest da su uvjeti rata – iscrpljenost, glad, siromaštvo, nedostatak skrbi – znatno potpomogli mortalitet. Velike koncentracije ljudstva u vojnim bazama i bolnicama – koje su imale tisuće pacijenata i žrtava kemijskog oružja, kao i svega ostalog – bile su idealna prilika za širenje respiratornog virusa: sto-

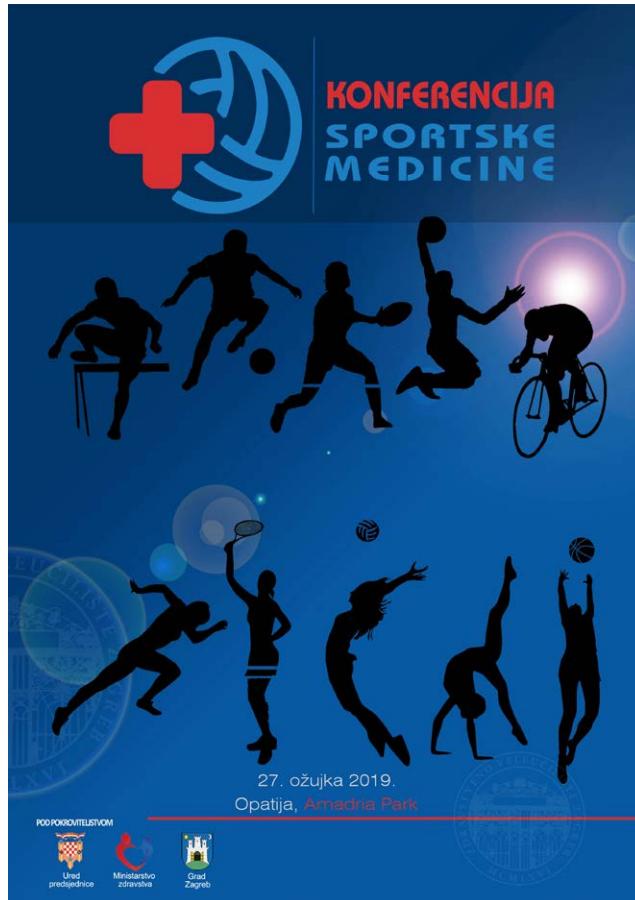
tine tisuća vojnika u prolazu svaki dan, kao i farme svinja i peradi koje su mogle poslužiti i kao dodatni izvori zaraze. Slabljenje imunosnog sustava kod žrtava, što zbog kemijskog oružja, što zbog stresa, iscrpljenosti i pogotovo gladi, svakako je bio odlučujući faktor (kao, uostalom, i kod najvećeg vala crne kuge iz 14. stoljeća, kojem je prethodilo nekoliko godina loše žetve i glad koja je vladala kontinentom).

Ono što je svakako posebnost španjolske gripe jest raspored smrtnosti po dobним skupinama. Dok su sve ostale gripe najčešće ubijale najmlađe i najstarije, uglavnom zbog slabosti organizma, ovaj put velika smrtnost vladala je među populacijom u dobi između 20 i 40 godina. Opet, jedan od mogućih razloga leži u tome da je u najvećem dijelu riječ o populaciji koja je bila na fronti ili se upravo vratila s nje, međutim, medicinska istraživanja pokazala su da je drugi vjerojatan uzrok taj što je bila riječ o izrazito agresivnom virusu koji je također izazvao izrazito agresivnu reakciju zdravog i funkcionalnog imunosnog sustava koji bi preplavio tkiva tekućinom, što bi na kraju završilo fatalnom upalom pluća i smrću. Simptomi su bili toliko neuobičajeni da su se mnogi slučajevi pogrešno dijagnosticirali kao grozница denga, kolera ili tifus. Jedno od svjedočenja iz tog vremena kaže da je najčešća komplikacija bila krvarenje sluznice, najčešće u nosu, želucu i crijevima, dok se događalo i krvarenje u ušima, pa čak i na samoj koži. Drugi val epidemije naglo je završio u studenome 1918. godine da bi naknadni valovi jedva dotaknuli zapadni svijet, iako su se zaostaci epidemije još pojavljivali u ostatku svijeta. Ovo se objašnjava većom spremnošću nadležnih službi da se nose sa zarazom, ali i mogućnošću da je vrlo agresivni virus mutirao u manje opasan nakon što je jednostavno pobio ili imunizirao sve kojih se dohvatio u prvom naletu. Također, zanimljivo je – i potpuno očekivano, a to je ujedno dokaz da je cijelu epidemiju izazvao isti virus, a ne nekoliko različitih koji su koincidirali zbog opće situacije tog doba – da su oni koji su se razboljeli i preživjeli prvi val početkom godine bili netaknuti drugim valom, koji je odnio najviše žrtava.

Zanimljivosti su povezane s gripom smrtni slučajevi koji su ispočetka bili pogrešno pripisani bolesti, ali je naknadno utvrđeno da je bila riječ o – predoziranju aspirinom. Naime, te je godine istekao patent na Bayerov Aspirin tako da su se tog proizvoda dohvatile brojne kompanije koje su ga počele sumanuto reklamirati kao lijek. Pritom su čak i glavni liječnik američke vojske i službeni časopis američkog udruženja liječnika preporučili dozu od 8 do 31 g na dan. S obzirom na to da u to doba još nisu bili poznati simptomi predoziranja aspirinom, tek se kasnije pokazalo da kod trećine pacijenata to može izazvati hiperentaliciju, a kod tri posto i plućni edem.

Također, moguće je da je gripa donekle utjecala na tijek rata: epidemija je više pogodila Centralne sile nego Antante, vjerojatno zbog nešto težih uvjeta života uzrokovanih lošijim stanjem zaliha hrane i lijekova.

Danas je poprilično teško doprijeti do uzroka zaraze i punih informacija o svega što se događalo tih godina. Istraživanja još traju, ali zanimljivo je kako je čak i s ovakvim teškim posljedicama španjolska gripa pala u zaborav sve do nedavne pojave ptičje i svinjske gripe. Naime, riječ je o istom soju virusa, tako da bi sve informacije o toj temi mogле biti zanimljive i za današnje okolnosti. □



Poštovane kolegice i kolege,

Sa zadovoljstvom vas pozivamo da sudjelujete na **Konferenciji sportske medicine s međunarodnim sudjelovanjem**, organizirane od Zdravstvenog veleučilišta u Zagrebu, koja će se održati **27. ožujka 2019.** u **Amadria Park** kongresnom centru u Opatiji.

Cilj konferencije je okupiti na jednom mjestu stručnjake i znanstvenike iz područja sporta i sportske medicine kako bi razmijenili znanja, unaprijedili međusobnu suradnju te razvili nove ideje.

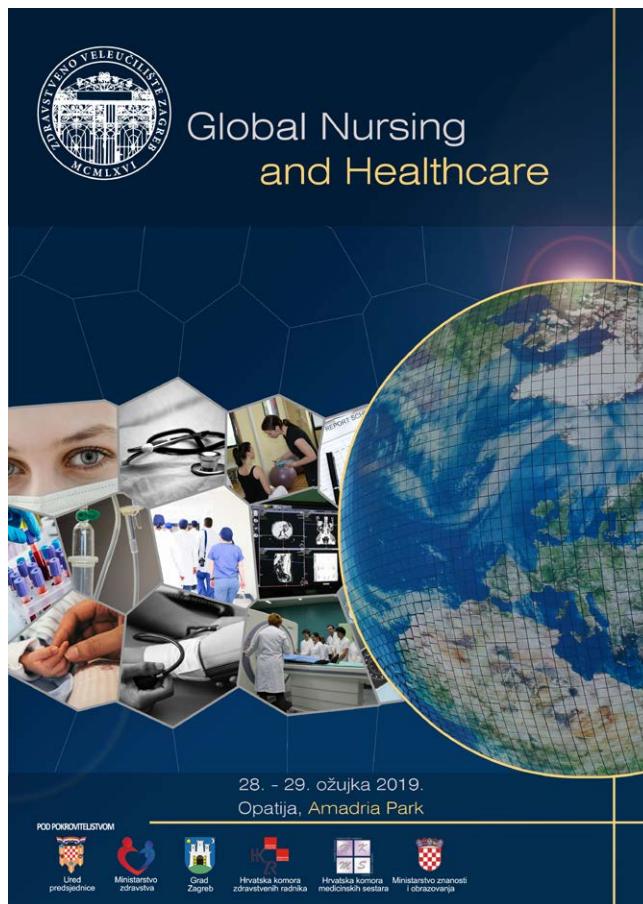
Program konferencije uključuje **plenarna predavanja** pozvanih predavača te slijedećih **5 okruglih stolova**.

na kojima će raspravljati brojni domaći i svjetski stručnjaci i autoriteti:

- ▶ Doping i prehrana sportaša
- ▶ Najčešće ozljede lokomotornog sustava
- ▶ Prevencija ozljeda i kondicijska priprema u sportu
- ▶ Rehabilitacija i povratak na teren
- ▶ Iznenadna srčana smrt u sportaša

Osobito nam je zadovoljstvo najaviti predstavljanje knjige "**Sportska medicina**" akademika **Marka Pećine**.

Veselimo se Vašem dolasku u Opatiju!



Poštovane/i,

Velika čast i zadovoljstvo nam je pozvati Vas na **18. konferenciju medicinskih sestara i tehničara i 4. konferenciju zdravstvenih profesija** koja se održava **28.-29. ožujka 2019.** u Amadria Park kongresnom centru u Opatiji.

Prateći aktualne trendove u obrazovanju medicinskih sestara i zdravstvenih profesionalaca ali i trendove i problematiku zdravstvenog sustava ovog puta se okupljamo s temom **Global Nursing and Healthcare**. Globalizacija je jedna od najvažnijih pokretačkih snaga novog milenija i zajedno s urbanizacijom i digitalizacijom snažno utječe na način života a posljedično na zdravstveno stanje i potrebe ali i promjene u sustavu zdravstvene zaštite kao i potrebe u obrazovanju zdravstvenih djelatnika. Zdravstveno veleučilište kroz više od 50 godina obrazovanja zdravstvenih profesionalaca prati globalne smjernice u razvoju profesija medicinskih sestra, fizioterapeuta, radnih terapeuta,

sanitarnih inženjera, prvostupnika medicinsko labatorijske dijagnostike te radioloških tehologa. U doba intenzivnih migracija zdravstvenih djelatnika u sustavu obrazovanja stavlja se sve veći naglasak na konkurentnost naših studenata s obzirom na usvojene kompetencije na globalnoj razini, kvalitetu studijskih programa, razvoj istraživačkih projekata i internacionalizaciju Veleučilišta.

Zajedno sa više od 600 nastavnika i suradnika te više od 4000 studenata nastojimo dati odgovore na aktuelna pitanja zdravstvenih profesija i vjerujemo da će ova tradicionalna i među zdravstvenim radnicima prepoznata 18. konferencija medicinskih sestara i 4. konferencija zdravstvenih profesija biti mjesto rasprave, razmjene znanja i iskustva, mjesto zajedništva.

Pozivamo Vas da nam se pridružite na 18. konferenciji medicinskih sestara i tehničara i 4. konferenciji zdravstvenih profesija **Global Nursing and Healthcare!**

Predsjednica Organizacionog odbora
Dr. sc. Snježana Čukljk



ISSN: 1849-9147