Delo

Država: Slovenija

Stran: 2

Površina: 457 cm^2

20.10.2026

Torek

1 / 2

Dve tretjini jih bo verjetno dolgotrajno spremenilo življenjski slog

Program Skupaj za zdravje *Za širitev mreže Centrov za krepitev zdravja bi potrebovali dodatnih osem do devet milijonov evrov*

Vsi prebivalci Slovenije, ki so stari 30 let in več ter imajo sklenjeno obvezno zdravstveno zavarovanje, imajo enkrat na pet let pravico do preventivnega pregleda v ambulanti družinske medicine. Opravi ga diplomirana medicinska sestra, pregledane pa na podlagi ugotovitev lahko usmeri v katerega od Centrov za krepitev zdravja, ki delujejo v zdravstvenih domovih po Sloveniji. To je možnost v državnem programu integrirane preventive kroničnih bolezni za odrasle Skupaj za zdravje, ki ga vodi NIJZ.

ANDREJA ŽIBRET IFKO

Pacient v centrih lahko dobi dodatne informacije, pridobi veščine za spremembo življenjskega sloga na področju zdravega prehranjevanja, telesne dejavnosti, obvladovanja stresa, podpore pri depresiji in anksioznosti, podpore pri debelosti in sladkorni bolezni. Posebej potekajo tudi obravnave na področju opuščanja kajenja ter tveganega in škodljivega pitja alkohola.

Spodbuda k zdravemu življenjskemu slogu

Program izvajajo predvsem v ambulantah družinske medicine, centrih za krepitev zdravja (CKZ) in zdravstvenovzgojnih centrih (ZVC) ter v okviru patronažne službe. Zdravstvenovzgojni centri so bili vzpostavljeni leta 2002 z manjšim timom, vključene so bile diplomirane medicinske sestre in fizioterapevti, pozneje so se pridružili psihologi. V CKZ pa so od leta 2015 do leta 2016 vključevali tudi kineziologe in dietetike. Povečali so število drugih strokovnjakov in s tem zagotovili celovitejšo obravnavo pri spremembi vedenja, kjer je pomembna tudi psihološka podpora ter podpora strokovnjakov za prehrano in telesno dejavnost, je povedal Radivoje Pribaković Brinovec, vodja programa Skupaj za zdravje ter predstojnik Centra za upravljanje programov preventive in krepitev zdravja na NIJZ.

V ambulantah družinske medicine vsako leto preventivni pregled opravi približno od 100.000 do 150.000 ljudi, od 30.000 do 40.000 pa se jih oglasi v CKZ. Pribaković Brinovec ocenjuje, da je program uspešen, ob vstopu v obravnavo namreč izmerijo začetno stanje in na koncu ugotavljajo napredek: »Pri približno dveh tretjinah udeleženih pacientov ugotavljamo pomembno spremembo vedenja, kar je dober obet za dolgotrajnejšo spremembo življenjskega sloga.«

S širitvijo mreže CKZ v okolja, kjer ti še niso vzpostavljeni v novi, večji obliki, to je še v 18 zdravstvenih domovih, bi število obravnav lahko še povečali, pravi vodja programa. Ocenjuje, da bi bilo pomembno to službo okrepiti predvsem v ZD Ljubljana, kjer zdaj delujeta dva velika integrirana tima CKZ, glede na število prebivalcev pa bi potrebovali še približno enkrat toliko strokovnjakov. Denar za širitev ni zagotovljen, po njegovi oceni bi bilo treba investirati dodatnih osem do devet milijonov evrov in zaposliti dodaten kader.

Predvsem si želijo, da ne bi zmanjševali števila zaposlenih; na začetku letošnjega leta je namreč delovna skupina na ministrstvu za zdravje pripravila predlog sprememb, ki je predvideval tudi kadrovske reze pri diplomiranih medicinskih sestrah v CKZ, vendar je minister Tadej Ostrc ob nastopu funkcije ta predlog zadržal, o nadaljnjih korakih pa se še niso dogovarjali, je povedal Radivoje Pribaković Brinovec.

Zdravstvena pismenost se izboljšuje

Želimo si, da pacienti prepoznajo našo vrednost, in če so napoteni na delavnice in v programe, tudi zares pridejo in nekaj naredijo za svoje zdravje, pri tem pa se povečuje tudi raven zdravstvene pismenosti, je povedala Jana Lavtižar, vodja Centra za krepitev zdravja Kranj. V center lahko pokliče tudi posameznik, ki ga tja niso napotili v zdravstvenem domu. Lahko pa izbere tudi center v drugem delu države, ne zgolj v lokalnem območju, na primer v primeru delavnic s psihološkega področja. V CKZ se daljših delavnic lahko udeležujejo enkrat na teden, poleg delavnice Zdrava mera, kjer je poudarek na spremembi življenjskega sloga, pa se enkrat na teden udeležijo tudi gibalnega dela. V obravnavo se vključijo diplomirana medicinska sestra, dietetik, psiholog in fizioterapevt.

NIJZ vodi državni program integrirane preventive kroničnih bolezni za odrasle.

Vsako leto je preventivno pregledanih od 100.000 do 150.000 ljudi.

Približno od 30.000 do 40.000 na leto se jih oglasi v CKZ.

Povečuje se delež ljudi s kroničnimi boleznimi, pri katerih so znanje in kompetence diplomiranih medicinskih sester zelo pomembne.

RADIVOJE PRIBAKOVIĆ BRINOVEC

Objave so namenjene interni uporabi v skladu z odločbami ZASP in se brez soglasja imetnika pravic ne smejo prosto razmnoževati in distribuirati!

V centrih za krepitev zdravja pacient lahko pridobi veščine za spremembo življenjskega sloga na področju zdravega prehranjevanja, telesne dejavnosti in obvladovanja stresa. FOTO MATEJ DRUŽNIK

Objave so namenjene interni uporabi v skladu z odločbami ZASP in se brez soglasja imetnika pravic ne smejo prosto razmnoževati in distribuirati!