



Podpora vodstva zdravstvenega doma pri krepitevi zdravja in zmanjševanju neenakosti v zdravju ter vzpostavitvi Centra za krepitev zdravja

Špela Rot, ZD Vrhnika

Ljubljana, 26. 11. 2015

Ključne aktivnosti ZD v pilotnem testiranju

- vzpostavitev ožjega lokalnega tima
- povezovanje CKZ s patronažno službo in ambulantami družinske medicine ter referenčnimi medicinskimi sestrami
- omogočanje usposabljanje tima izvajalcev
- izvajanje pilotnih aktivnosti
- spremljanje (vnos in posredovanje podatkov)

Izvajalci iz ZD Vrhnika so usposobljeni za izvajanje:

1. **Programa integrirane preventive KNB in zmanjševanja neenakosti v zdravju**
2. **Skupnostnega pristopa za krepitev zdravja in zmanjševanje neenakosti v zdravju**
3. **Vključevanja in obravnave ranljivih skupin z različnimi ovirami v dostopu do zdravstvene službe in preventivnih programov**
4. **Vključevanja in obravnave neodzivnikov preko patronažne službe**
5. **Koncepta integracije (povezovanja) preventive**

Gradiva in orodja NIJZ


- Priročnik – Program integrirane preventive KNB in zmanjševanje neenakosti v zdravju pri odraslih
- Katalog informacij Vrhnika
- Zloženko – Program za krepitev zdravja



Center za krepitev zdravja

- Prostor
- kader
- razširjen sklop vsebin
- podpora delu v lokalni skupnosti.

Interna napotnica za preventivno dejavnost


ZDRAVSTVENI CENTER

INTERNA NAPOTNICA ZA PREVENTIVNO DEJAVNOST
Center za krepitev zdravja

Ime in priimek: _____ Telefonska številka: _____ Izbrani zdravnik: _____ Delovno razmerje: <input type="checkbox"/> brezposeln <input type="checkbox"/> študent <input type="checkbox"/> zaposlen <input type="checkbox"/> upokojenec Datum preventivnega pregleda: _____	Datum rojstva: _____ Elektronska pošta: _____
---	--

Dejavniki tveganja:

<input type="checkbox"/> alkohol	<input type="checkbox"/> telesna nedejavnost	<input type="checkbox"/> stres	<input type="checkbox"/> zvišan sladkor v krvi
<input type="checkbox"/> kajenje	<input type="checkbox"/> nepravilna prehrana	<input type="checkbox"/> zvišan krvni tlak	
<input type="checkbox"/> debelost		<input type="checkbox"/> zvišane maščobe v krvi	

Kronične diagnoze:	Redna terapija:

Opravljenе preiskave:

Telesna višina: _____ cm Telesna masa: _____ kg Obseg pasu: _____ cm Krvni tlak: _____ mmHg Laboratorijske preiskave: holesterol _____ mmol/l	Indeks telesne mase: _____ Srčno žilna ogroženost: _____ % EKG: DA NE sladkor: _____ mmol/l
---	--

Opozorila, pripombe, napotki za telesno dejavnost (odsvetovana gibanja):

Posvet z zdravnikom:

Napotim v naslednje delavnice:

Datum in kraj: _____ Ime in priimek, podpis: _____

Letak CKZ



CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA

Vabimo vas, da se vključite v preventivne brezplačne programe, ki vam bodo pomagali spremeniti življenjski slog in vas spodbudili k zdravemu načinu življenja ter vam pomagali pri krepitvi, ohranjanju ali izboljšanju zdravja.

TEMELJNE OBRAVNAVE: ne potrebujete napotitve vašega osebnega zdravnika, kontaktirajte medicinsko sestro v

Center za krepitev zdravja

- ŽIVIM ZDRAVO
- ALI SEM FIT?
- TEHNIKE SPROŠČANJA
- POVIŠAN KRVNI TLAK
- POVIŠANE MAŠČOBE V KRVI
- POVIŠAN SLADKOR V KRVI
- SLADKORNA BOLEZEN TIPA 2
- TESTIRANJE TELESNE PRIRAVLJENOSTI ZA STAREJŠE OD 65 LET
- INDIVIDUALNO IN SKUPINSKO SVETOVANJE ZA OPUŠČANJE KAJENJA
 - PREPOZNAVANJE IN OBLADOVANJE STRESA
- INDIVIDUALNO SVETOVANJE ZA OPUŠČANJE TVEGANEGA IN ŠKODLJIVEGA PITJA ALKOHOLA

POGLOBLJENE OBRAVNAVE: potrebujete napotitev vašega osebnega zdravnika oz. referenčne medicinske sestre po preventivnem pregledu

- SLADKORNO BOLEZNILO SKOZI ŽIVLJENJE
 - ZDRAVO JEM
 - ZDRAVO HLUŠANJE
 - GIBAM SE
- PODPORA PRI SPOPRIJEMANJU Z DEPRESIJO
- PODPORA PRI SPOPRIJEMANJU Z ANKSIJZNOSTJO

Vabilo za odprta vrata za zdravje



V Centru za krepitev zdravja v Zdravstvenem domu Vrhnika vam bomo z veseljem odprli vrata.

Za vsa vprašanja smo vam na voljo vsako prvo sredo v mesecu od 8 do 10 ure na CSD Vrhnika ali vsak ponedeljek od 14.30 do 16.30 ure in četrtek 8 do 10 ure v Centru za krepitev zdravja za Zdravstvenim domom Vrhnika.

PRIDRUŽITE SE AKTIVNIM IN UŽIVAJTE V ZDRAVIJU!



ZA TERMINE IN URE DELAVNIC SE OBRNITE NA MEDICINSKO SESTRO V CENTRU ZA KREPITEV ZDRAVJA NA SPODNJI TEL. ŠTEVILKI ALI OSEBNO V ČASU URADNIH UR.

ZDRAVSTVENI DOM VRHNIKA
Cesta 6.maja 11
Center za krepitev zdravja
Jerneja Filipič, dipl.m.s.
INFO: 01/755 51 57
csz@zd-vrhnika.si

Podpora zdravstvenega doma

- zagotavlja, da zaposleni v ZD pridobijo ustrezno znanje, usposobljenost in kompetence,
- omogoča redno kontinuirano strokovno izpopolnjevanje kadra, ki dela v ZD v CKZ,
- izvaja zagovorništvo krepitvi zdravja in zmanjševanju neenakosti v zdravju v ZD in lokalnem okolju,

- zagotavlja zaposlitev standardnih timov za izvajanje preventive v ZD in lokalnem okolju,
- omogoča namensko rabo sredstev za preventivo,
- **redni sestanki tima**

Skupaj za zdravje!

