

Izkušnje z vzpostavitvijo in delovanjem Centra za krepitev zdravja v ZD Celje

Marjana Iršič, dipl. m. s.

***Zaključno srečanje projekta
„Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju“
Ljubljana, 24. 5. 2016***

Vključitev ZD Celje v pilotno testiranje

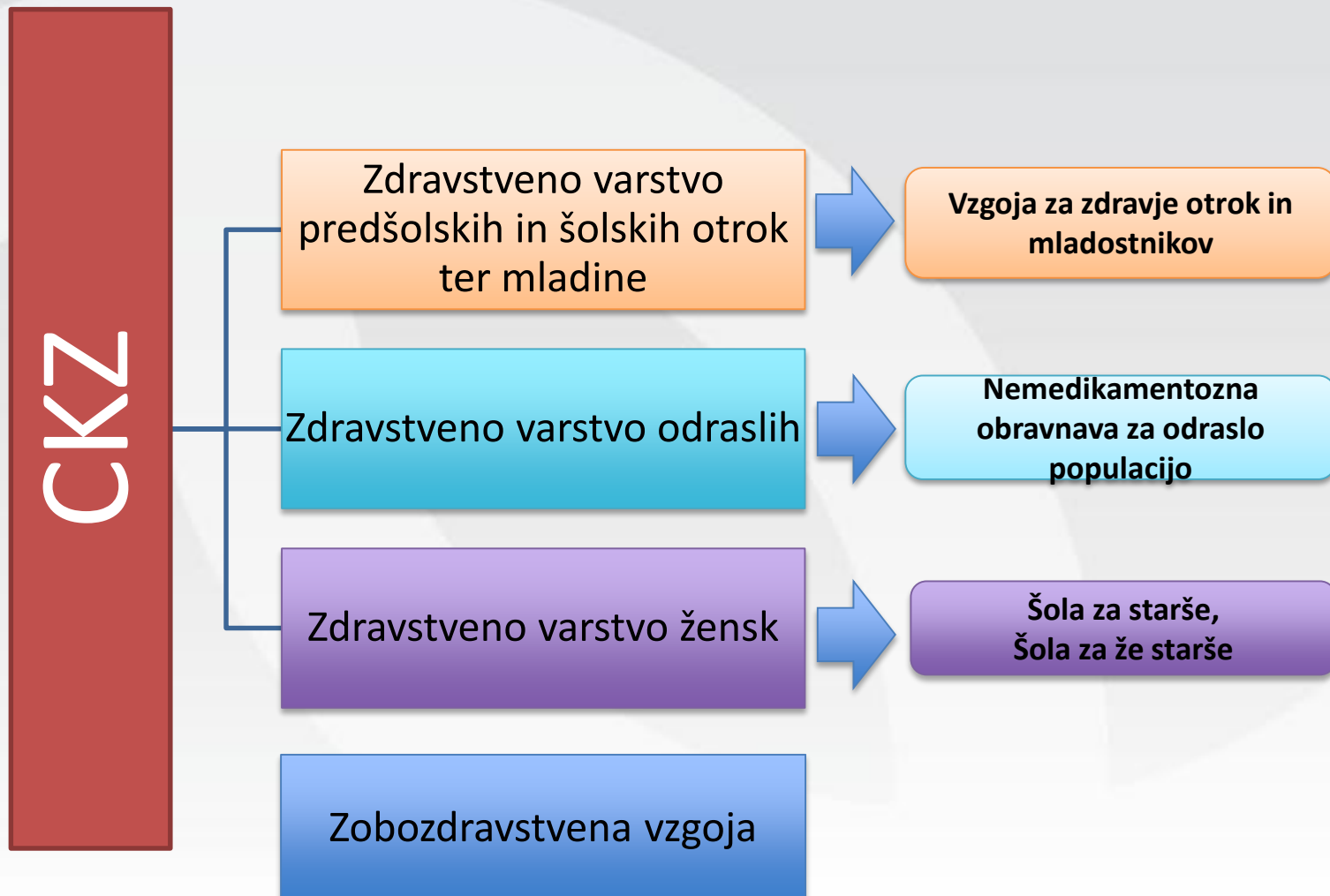
- **Zdravstvenovzgojni center** v ZD Celje
 - veliko izkušenj na področju promocije zdravja in zdravstvene vzgoje za odrasle;
 - izvajanje aktivnosti z omejenim obsegom kadra, in programa ter omejenimi zmožnostmi delovanja v lokalni skupnosti.
- ↓
- Leta 2015 **vključitev v pilotno testiranje** nadgrajenih rešitev, ki jih je pripravil NIJZ v sodelovanju s številnimi strokovnjaki iz prakse.
- ↓
- Eno ključnih nadgradenj predstavlja **vzpostavitev Centra za krepitev zdravja**, katerega organizacija in delovanje sta sedaj **polno financirana s sredstvi ZZZS**. To nam omogoča **celovito izvajanje** številnih aktivnosti CKZ, ki so usmerjene v krepitev zdravja in zmanjševanje neenakosti v zdravju vseh populacijskih skupin v našem lokalnem okolju.

Vključitev ZD Celje v pilotno testiranje

- Pilotno testiranje nam je omogočilo
 - preoblikovanje zdravstvenovzgojnega centra v **Center za krepitev zdravja** (zaposlitev interdisciplinarnega standardnega tima, ki je dodatno strokovno usposobljen),
- nadaljnja zagotovitev financiranja s strani ZZZS pa
 - celovito izvajanje aktivnosti **krepitev zdravja in zmanjševanja neenakosti v zdravju** vseh populacijskih skupin v različnih okoljih, v skladu s prepoznanimi potrebami lokalnega prebivalstva,
 - izvajanje integrirane preventive kroničnih bolezni za **osebe, ogrožene za kronične bolezni kot za kronične bolnike**.

Vzpostavitev Centra za krepitev zdravja v ZD Celje

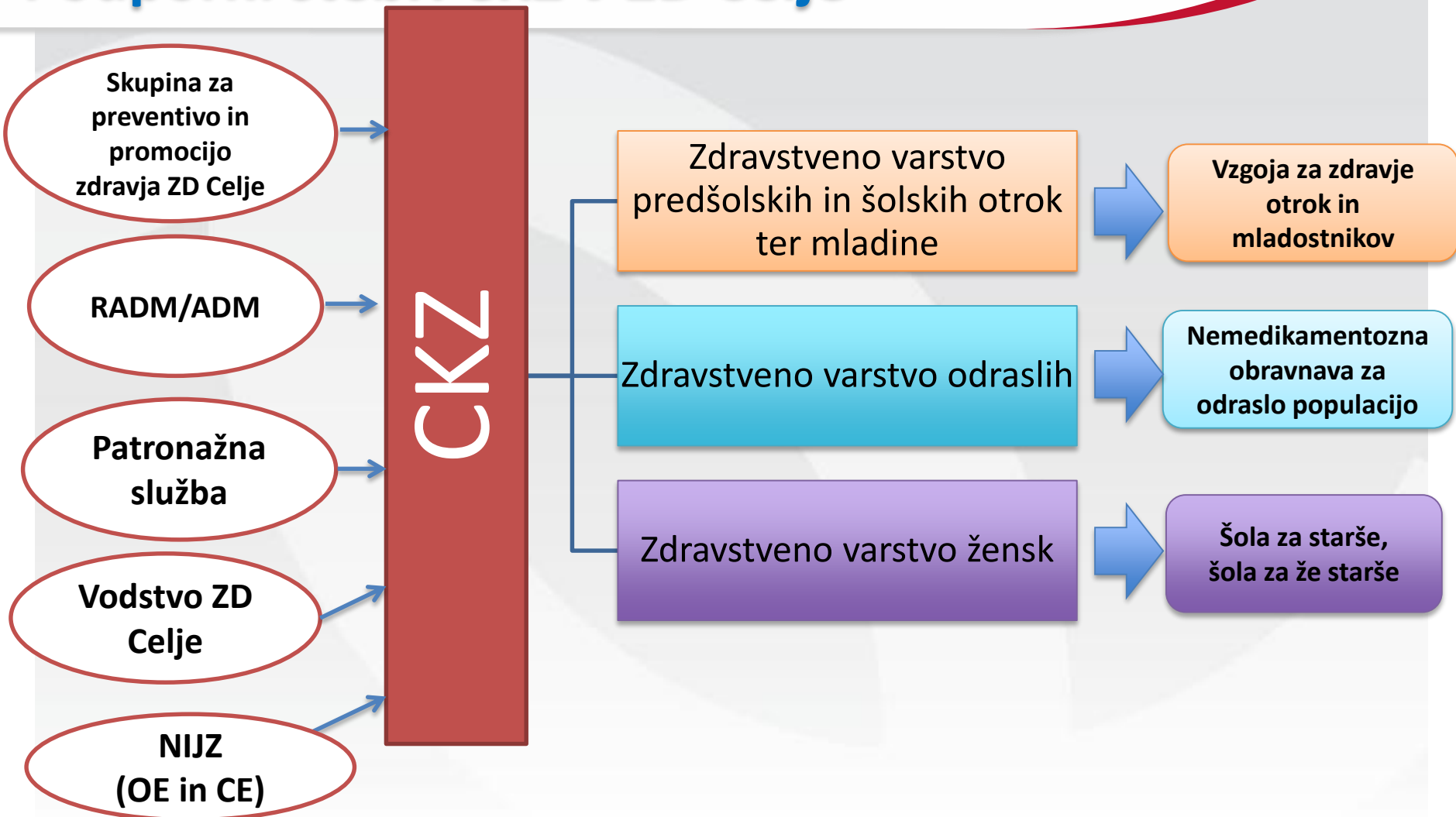
Struktura CKZ v ZD Celje



Kader CKZ v ZD Celje



Podporni stebri CKZ v ZD Celje



Izvajanje aktivnosti Centra za krepitev zdravja v ZD Celje

Program za krepitev zdravja

Program za krepitev zdravja

- Izvajanje **individualnih razgovorov ob vstopu v CKZ** z vsemi osebami, ogroženimi za razvoj kroničnih bolezni, z osebami z že prisotno kronično boleznijo ter z ranljivimi osebami,
- **18 nemedikamentoznih obravnav** (zdravstvenovzgojnih/psihoedukativnih delavnic in individualnih svetovanj), strukturiranih v tri skupine obravnav,
- **presejanje za funkcijsko manjzmožnost** za vse osebe, starejše od 65 let,
- **pogovorne ure v CKZ**, ki so namenjene ciljni populaciji Programa za krepitev zdravja za krajše individualne posvete s strokovnjakom iz CKZ glede ohranjanja in krepitev zdravja, izvedbe kontrolnih meritev ter za nudenje podpore in pomoči pri spreminjanju vedenja, povezanega z zdravjem.

Struktura programa za krepitev zdravja

Individualni vstopni razgovor

TEMELJNE OBRAVNAVE ZA KREPITEV ZDRAVJA

Zdravo živim

Ali sem fit?

Tehnike sproščanja

MODULI ZA KREPITEV ZDRAVJA

Zvišan krvni tlak

Zvišane maščobe v
krvi

Zvišan krvni sladkor

Sladkorna bolezen
tipa 2

Test telesne
pripravljenosti za
starejše

POGLOBLJENE OBRAVNAVE ZA KREPITEV ZDRAVJA

*SVETOVALNICA ZA
ZDRAV ŽIVLJENJSKI
SLOG*

Zdravo jem

Gibam se

Zdravo hujšanje

S sladkorno
boleznijo skozi
življenje

*SVETOVALNICA ZA
DUŠEVNO ZDRAVJE*

Podpora pri
spoprijemanju z
depresijo

Podpora pri
spoprijemanju s
tesnobo

Spoprijemanje s
stresom

*SVETOVALNICA ZA
TVEGANA VEDENJA*

Skupinsko
svetovanje za
opuščanje kajenja

Individualno
svetovanje za
opuščanje kajenja

Individualno
svetovanje za
opuščanje
tvegane in
škodljivega pitja
alkohola

Sporočila udeležencev

ALI SEM FIT

„Zdravstvenima delavkama sem hvaležna, da sta bili pripravljene izvesti delavnico, čeprav sem prišla na napačno mesto – čutilo se je, da z veseljem opravljata delo. To veliko pomeni, kakor tudi njuna strokovnost.“

SPOPRIJEMANJE S STRESOM

„Hvala, ker tega ne jemljete samo kot službo.“

S SLADKORNO BOLEZNIJO SKOZI ŽIVLJENJE

„Imaš možnost pa ne greš.“

„Razmišljam drugače.“

„Edino zdravilo sem jaz.“

Sporočila udeležencev

PODPORA PRI SPOPRIJEMANJU S TESNOBO

„Spoznala sem, da nisem sama. Morda te težave niso tako grozne kot sem mislila, verjamem da jih bom lahko premagala.“

GIBAM SE

„Bila sem skeptična na začetku, vendar so rezultati pokazali, da sem se motila. Zelo dobro hvala.“

ALPHA BATERIJA TESTOV

„Super! Izvedba in rezultat maksimalno pohvalno. Na razumljiv način, pohvalno.“

Izvajanje aktivnosti Centra za krepitev zdravja v ZD Celje

***Izvajanje aktivnosti za udejanjanje javnozdravstvenih
ciljev v lokalni skupnosti***

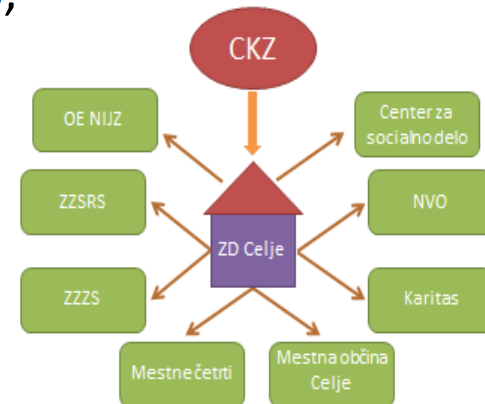






Pomen CKZ za ZD Celje

- **Povezovanje in sodelovanje** z vsemi zdravstvenimi delavci in sodelavci v ZD, ki delajo na področju preventive,
- zagotavljanje **podpore ranljivim skupinam prebivalstva** pri vključevanju v preventivni program (pomoč pri izbiri osebnega izbranega zdravnika, odprta vrata za zdravje, pomoč pri urejanju obveznega zdravstvenega zavarovanja ...),
- **nova znanja**,
- bolj **kakovostna zdravstvena obravnava** uporabnika,
- povezovanje z **zunanji deležniki, lokalno skupnostjo**,
- izvajanje aktivnosti krepitve zdravja v različnih okoljih (vrtci, šole, delovne organizacije, lokalna okolja ...).





Timi CKZ Celje, Vrhnika in Sevnica





HVALA, KER SMO LAHKO DEL USPEŠNE ZGODBE.