

POROČILO O IZVEDBI PILOTOV V URBANEM OKOLJU

Lokacija Celje



PUM Celje

Pripravile: Andreja Belščak, Sonja Tomšič, Sonja Dravec, Zalka Drglin,
Vesna Pucelj, Darja Dravec, Ema Mesarič

Verzija 3

Ljubljana, 9.5.2016



Nacionalni inštitut
za javno zdravje

SKUPAJ ZA
ZDRAVJE



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



»Ta dokument je nastal s finančno podporo Norveškega finančnega mehanizma. Za vsebino tega dokumenta je odgovoren izključno Nacionalni inštitut za javno zdravje in zanj v nobenem primeru ne velja, da odraža stališča nosilca Programa Norveškega finančnega mehanizma.«

Kazalo

UVOD	5
1 VSEBINSKO STROKOVNO IZOBRAŽEVANJE IZVAJALK	5
2 KAKOVOSTNO STARŠEVSTVO ZA ZDRAV ZAČETEK	6
Priprave na izvajanje in potek pilota	6
Spremljanje pilota.....	9
3 PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO.....	10
Priprave na izvajanje in potek pilota	10
Spremljanje pilota.....	13
4 NASVETI IN POGOVORI O DOJENČKU	13
Priprave na izvajanje in potek pilota	13
Spremljanje pilota.....	14
5 VZGOJA ZA ZDRAVJE	15
Priprave na izvajanje in potek pilota	15
Spremljanje pilota.....	16
6 PROMOCIJA ZDRAVJA V SKUPINI OSIPNIKOV – PROJEKTNO UČENJE ZA MLAJŠE ODRASLE	16
Priprave na izvajanje in potek pilota	16
Spremljanje pilota.....	18
PRILOGE - seznam.....	19
PRILOGA 1.....	21
PRILOGA 2.....	23
PRILOGA 3.....	25
PRILOGA 4.....	32
PRILOGA 5.....	34
PRILOGA 6.....	36
PRILOGA 7.....	40
PRILOGA 8.....	44
PRILOGA 9.....	45
PRILOGA 10.....	65
PRILOGA 11.....	89
PRILOGA 12.....	94

PRILOGA 13.....	96
PRILOGA 14.....	108
PRILOGA 15.....	109
PRILOGA 16.....	110
PRILOGA 17.....	125
PRILOGA 18.....	131
PRILOGA 19.....	132
PRILOGA 20.....	133
PRILOGA 21.....	142
PRILOGA 22.....	163

UVOD

Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) je v okviru programa Norveškega finančnega mehanizma 2009-2014 v sodelovanju z Norveškim inštitutom za javno zdravje v sklopu projekta »Skupaj za zdravje« v letu 2015 izvajal pilotna testiranja prenovljenih preventivnih in zdravstveno vzgojnih programov.

Namen celotnega projekta je priprava predloga posodobljenih programov s ciljem naslavljanja bolj ranljivih skupin prebivalstva in s tem zmanjševanje neenakosti. V sklopu prenove preventivnega programa za otroke in mladostnike smo s pilotnim testiranjem preverjali poenoten način izvedbe preventivnih patronažnih obiskov novorojenčkov in dojenčkov v Sloveniji, posodobljene strokovne vsebine obiskov s poudarkom na duševnem zdravju otročnic, podpori dojenju in varnosti doma. Izvajali smo stopnjevano intervencijo v primeru odkritja ranljivejših otročnic in novorojenčkov. Poenotili in posodobili smo vsebine in način izvedbe programa »Priprava na porod in starševstvo«, uvedli skupinske oblike vzgoje za zdravje za starše dojenčkov in poenotili vsebine, primerne za skupinsko obliko vzgoje za zdravje za starše dojenčkov. V okviru vzgoje za zdravje v šolskem okolju smo pripravili optimalni program vstopanja v šolski prostor in izvajanje predpisanega programa v osnovnih šolah. V sklopu projektnega učenja mladih odraslih pa smo preko delavnic izobraževali osipnike o različnih zdravstvenih tematikah.

Pilotna testiranja so potekala na naslednjih vsebinskih področjih in so podrobneje predstavljena v nadaljevanju poročila:

- Patronažno zdravstveno varstvo novorojenčka, dojenčka in otročnice »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek«,
- Skupinska vzgoja za zdravje v predporodnem obdobju »Priprave na porod in starševstvo«,
- Skupinska vzgoja za zdravje v poporodnem obdobju »Nasveti in pogovori o dojenčku«,
- Skupinska vzgoja za zdravje v šolskem okolju in
- Skupinska vzgoja za zdravje v izobraževalnem programu Projektnega učenja mladih »Promocija zdravja v skupini osipnikov«,
- Za izvajalke pilota »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek« in »Priprave na porod in starševstvo« smo pilotno preizkusili tudi program strokovnega izobraževanja.

Na območju Celja je pilotno testiranje potekalo od 10.2.2015 do 15.11.2015.

1 VSEBINSKO STROKOVNO IZOBRAŽEVANJE IZVAJALK

Izobraževanja izvajalcev za pilotno izvedbo posodobljenih preventivnih obiskov v patronažnem varstvu in »Priprav na porod in starševstvo« so potekala v ZD Celje od 10.2.2015 do 26.2.2015. Izobraževanja so obsegala štiri srečanja, ki so bila organizirana v popoldanskem času. Predavanja so zajemala tematike o ranljivosti, andragoških pristopih, duševnem zdravju, komunikaciji, zdravstvenih težavah, dojenju, prehrani, ravnanju z dojenčkom, preprečevanju poškodb, vadbi v nosečnosti, vsebini

pilota, spremljanju podatkov in evalvaciji pilota. Na izobraževanju so udeleženci prejeli tudi strokovna gradiva, seznam gradiv se nahaja v *Prilogi 1*. Podrobnejši program izobraževanj si lahko ogledate v *Prilogi 2*. Tematike, ki smo jih vključili v izobraževanje, so bile izbrane z vidika bodisi vključevanja novih vsebin v pilotne izvedbe ali vsebin, pri katerih je bilo v zadnjem obdobju več novosti, ali pa vsebin, ki so se v oceni potreb izkazale kot potrebne obnove in poenotenja znanja.

Izobraževanja so izvajali strokovnjaki z različnih področij. Udeležba je bila obvezna za izvajalke šole za bodoče starše in patronažne medicinske sestre, določena izbrana predavanja pa še za psihologinje in fizioterapevte, v primeru, da so bile vključene v šolo za bodoče starše. Udeležba je bila izbirna za sodelavce predšolskega pediatričnega dispanzerja, psihologe, psihiatre, fizioterapevte in ginekološki tim. Na lokaciji ZD Celje se je izobraževanja udeležilo 27 različnih udeležencev (*Preglednica 1*).

Preglednica 1: Število udeleženk izobraževanja izvajalk v ZD Celje po posameznih tematikah

Kraj izobraževanja	Datum izobraževanja	Vsebina 1 (št. slušateljev)	Vsebina 2 (št. slušateljev)	Vsebina 3 (št. slušateljev)
Celje	10.2.2015	Andragoški pristopi (21)	Neenakosti v perinatalnem obdobju (21)	Evalvacija pilota (21)
	12.2.2015	Dojenje (21)		
	24.2.2015	Komunikacija (4)	Vadba v nosečnosti (2)	Duševno zdravje (22)
	26.2.2015	Poškodbe (22)	Zdr. težave po odpustu (19)	Handling (19)

Za evalvacijo izobraževanja izvajalk je bil uporabljen »*Vprašalnik za slušatelje usposabljanja*« z 19 vprašanji, ki se nahaja v dokumentih Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek« in »Priprava na porod in starševstvo«. Izpolnjevanje je bilo pisno in anonimno po zaključku vsakega predavanja. Odgovori so bili pretvorjeni v elektronsko obliko na NIJZ za kasnejšo pripravo analitične baze. Mnenje izvajalk o izobraževanju smo pridobili tudi na fokusnih skupinah, izvedenih po koncu izvajanja pilota.

2 KAKOVOSTNO STARŠEVSTVO ZA ZDRAV ZAČETEK

Priprave na izvajanje in potek pilota

Strokovna skupina »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek« projekta Skupaj za zdravje je pred začetkom izvajanja pilota pripravila program in vsebine za izvajanje posodobljenega programa preventivnih obiskov v patronažnem varstvu novorojenčkov in otročnic.

Posodobljen program preventivnih obiskov v patronažnem varstvu so izvajale medicinske sestre in diplomirane babice v patronažnem varstvu (v nadaljevanju dipl.m.s. v PV) zdravstvenega doma (ZD) Celje. Vse izvajalke so se pred začetkom izvajanja pilota udeležile zgoraj opisanega izobraževanja. Izvajalke so za predstavljene tematike prejele tudi gradiva s strokovnimi usmeritvami. Poleg tega so prejele tudi »*Smernice zdravega prehranjevanja za dojenčke*« in »*Nacionalni protokol oskrbe popka pri novorojenčku*«.

Z načrtom in vsebino posodobljenega pilotnega izvajanja so bile izvajalke seznanjene s strani nosilcev projekta na srečanjih na posamezni lokaciji.

V pilot so bile vključene vse otročnice, ki so rodile v času trajanja pilota ter vsi otroci, ki so bili v času trajanja pilota mlajši od enega leta. Med izvajanjem pilota programa je dipl.m.s. v PV otročnico in dojenčka v prvem letu otrokove starosti obiskala skupno 8-krat. Program obiskov je predvideval prvi preventivni obisk v 24. urah po odpustu novorojenčka iz porodnišnice, štiri obiske v 1. mesecu po rojstvu, šesti obisk v 4. – 6. tednu po rojstvu, sedmi obisk v 4. – 5. mesecu ter osmi obisk v 10. – 11. mesecu. Kadar so bili prisotni kriteriji ranljivosti, je opravila dipl.m.s. v PV stopnjevano intervencijo z dodatnimi preventivnimi obiski. Novost pri vsebini prenovljenega programa je bila torej ugotavljanje ranljivosti otročnice oziroma otroka in družine ter poudarek na ugotavljanju duševnega stanja otročnice. Dipl.m.s. v PV je tako v 2. tednu po porodu vprašala otročnico dve presejalni vprašanji glede počutja. V kolikor je otročnica odgovorila, da se je v zadnjem mesecu pogosto počutila potrto, depresivno ali brezupno, in da je v zadnjem mesecu stvari počela brez pravega zadovoljstva, je dipl.m.s. v PV izvedla še **Edinburški presejalni vprašalnik** za poporodno depresijo in ukrepala po protokolu. V 6. tednu po porodu je dipl.m.s. v PV Edinburški presejalni vprašalnik izvedla pri vseh otročnicah in ukrepala glede na rezultate. Dodatna vsebinska novost prenovljenega programa je bilo še ugotavljanje kritičnih točk in vedenj v domačem okolju, z namenom preprečevanja poškodb pri otrocih po seznamu za preverjanje varnosti doma »**Poglejte in preverite, ali je vaš dom varen za dojenčka**«.

Več o protokolu in vsebini predvidenih rednih in dodatnih preventivnih obiskov je na voljo v Prilogi 3.

Za obiske pri vsaki otročnici je bila s strani nosilcev projekta pripravljena mapa (skupno 500 map) z vsem potrebnim gradivom. Vsaka mapa je vsebovala obrazca za beleženje podatkov s strani izvajalk »**Obisk novorojenčka in dojenčka**« (Priloga 4) in »**Obisk otročnice**« (Priloga 5), **Edinburški vprašalnik** za izpolnjevanje za uporabnice in **Protokol za ocenjevanje Edinburškega vprašalnika** s točkovnikom za izvajalke (oboje Priloga 6), gradivo za uporabnice »**Poglejte in preverite, ali je vaš dom varen za dojenčka**« (Priloga 7), motivacijsko pismo za uporabnice s prošnjo za sodelovanje pri izpolnjevanju vprašalnika, »**Vprašalnik o patronažnih obiskih po porodu**« za uporabnice, ki se oba nahajata v dokumentu Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek«, frankirano ovojnico za pošiljanje rešenega vprašalnika in dokument za izvajalke »**Obvestilo pediatru**« (Priloga 8). V 6. tednu po porodu so dipl.m.s. v PV otročnicam izročile promocijsko gradivo projekta (kartonke – slikanice za otroke (Slika 1)), ki je hkrati namenjeno spodbujanju zgodnjega branja otrok, kar dokazano ugodno vpliva na kognitivni in čustveni razvoj otroka. V ZD Celje so prejeli skupno 420 kartonk.



Slika1: Promocijsko gradivo – Kartonke – Slikanice za otroke.

V času poteka pilota so bile izvajalkam na voljo tudi telefonske konzultacije o težavah z dojenjem in duševnim zdravjem s tremi zunanjimi svetovalkami, ki so sodelovale tudi pri predhodnem izobraževanju.

Na posamezni lokaciji smo poskrbeli tudi za obveščanje vseh uporabnikov, da je omenjen ZD vključen v projekt in pilotno izvajanje določenih programov (*Slika 2*). Udeleženske pilotnega programa (otročnice) so bile s strani izvajalk ustno seznanjene s potekom in o vključenosti v posodobljeni program.



Slika 2: Plakat – pingvin – o sodelovanju v projektu Skupaj za zdravje na lokaciji ZD Celje

Za nemoten potek pilota smo se s posamezno lokacijo dogovorili za obdobje sestanke (*Sliki 3 in 4*) oziroma smo imeli redne kontakte preko telefona in elektronske pošte, da smo sproti razreševali nastala vprašanja in dileme.



Slika 3 in 4: Sestanek z izvajalkami pilota »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek« z lokacije ZD Celje

V času izvajanja pilota »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek« je v Celju sodelovalo 21 patronažni sester. V času pilota je bilo na območju ZD Celje v preventivno patronažno zdravstveno varstvo vključenih 361 otrok (med njimi je bilo pet parov dvojčkov, med katerimi je eden umrl) in 357 mater. Skupno je bilo v času pilota opravljenih 1699 obiskov, sedem obiskov ni bilo mogoče opraviti, ostali predvideni obiski so bili opravljeni bodisi pred potekom pilota oziroma bodo opravljeni po zaključku le-tega.

Patronažne medicinske sestre so pri opravljenih obiskih na območju ZD Celja zaznale 19 različnih kriterijev ranljivosti, ki so jih zabeležile skupno 126-krat, najpogostejše, 25-krat, so zabeležile težave pri dojenju, sledili so naslednji kriteriji ranljivosti: zlatenica novorojenčka, ženska, ki ni nikoli obiskovala šole za starše in podaljšano celjenje popka. Na podlagi ugotovljenih kriterijev ranljivosti so dodatne obiske opravile pri skupno 41 družinah, pri 25 družinah po en dodatni obisk, pri 13 družinah dva, pri treh družinah pa tri ali štiri dodatne obiske. Več o rezultatih pilotnega izvajanja si lahko preberete v evalvacijskem poročilu.

Spremljanje pilota

Za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja so bile uporabljene kvantitativne in kvalitativne metode raziskovanja. Podrobnejši načrt za spremljanje pilota se nahaja v dokumentu **»Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa Kakovostno starševstvo za zdrav začetek«** (Priloga 9).

Med potekom pilota so izvajalke beležile podatke o opravljenih obiskih in aktivnostih na obrazec **»Obisk otročnice«** in obrazec **»Obisk novorojenčka in dojenčka«**. Del podatkov v anonimizirani obliki so izvajalke po opravljenem obisku zabeležile v spletno aplikacijo (IKA). Opis pripravljene spletne aplikacije se nahaja v dokumentu **»Spletni obrazci v patronažnem zdravstvenem varstvu otročnic, novorojenčkov in dojenčkov (aplikacija za spremljanje izvajanja pilota)«**, ki se nahaja v Prilogi 10. Na lokaciji so bila predhodno organizirana izobraževanja za izvajalke o vnašanju podatkov v spletno aplikacijo. Prejele so tudi pisna **navodila za beleženje podatkov**, ki se nahajajo v Prilogi 11. V ZD Celje je izobraževanje potekalo 5.3.2015 in je bilo vanj vključenih 17 izvajalk. V primeru kakršnih koli nejasnosti pri zbiranju podatkov ali uporabi spletne aplikacije, so bili na voljo za pomoč in svetovanje strokovnjaki z NIJZ preko telefona ali elektronske pošte. V celotnem poteku pilota

je bilo manj kot 10 vprašanj za dodatna pojasnila ali pomoč. Med potekom pilota smo sproti spremljali kakovost vnesenih podatkov z obdobjimi analizami in poročili Analiza kakovosti vnesenih podatkov in ugotovljene napake – Pilot SZZ Patronaža (dokumenti niso vključena v to poročilo). Glede morebitnih očitnih napak pri vnosu smo redno obveščali izvajalke in jih zaprosili za popravke podatkov.

Za preverjanje zadovoljstva uporabnic s posodobljenim programom je bil uporabljen »**Vprašalnik o patronažnih obiskih po porodu**« s 24 vprašanji. Vprašalnik se nahaja v dokumentu Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa Kakovostno starševstvo za zdrav začetek. Ta vprašalnik je otročnici predala dipl.m.s. v PV na šestem obisku po porodu, skupaj s spremnim pismom s prošnjo za sodelovanje in frankirano ovojnico, naslovljeno na NIJZ. Tudi ti odgovori so bili centralno pretvorjeni v elektronsko obliko za kasnejšo pripravo analitične baze.

Kvalitativne evalvacije programa »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek« so se izvajale preko fokusnih skupin z dipl.m.s. v PV. V ZD Celje so le-te potekale 3. in 4. 11. 2015. V fokusne skupine je bilo vključenih 11 izvajalk. Za njihovo sodelovanje smo se jim zahvalili s promocijskim gradivom – stekleničkami za vodo in jih s tem spodbudili za dobro skrb zase.

Sproti so podatke beležile tudi svetovalke za področje dojenja in duševnega zdravja, ki so za namene izvajanja pilota prejelečasne mobilne telefone. S številkami svetovalk so bile izvajalke seznanjene pred pričetkom pilota. V času poteka pilota je zunanja svetovalka za dojenje prejela štiri klice s strani izvajalk, zunanji svetovalki za področje duševnega zdravja pa nista prejeli nobenega klica.

3 PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO

Priprave na izvajanje in potek pilota

Strokovna skupina »Šola za starše« projekta Skupaj za zdravje je pred začetkom izvajanja pilota pripravila program in vsebine za izvajanje posodobljenega programa skupinske oblike vzgoje za zdravje v času nosečnosti, ki je namenjena tako materam kot očetom oziroma spremljevalcem, ki smo jo poimenovali »Priprava na porod in starševstvo« (prej t.i. Šola za starše).

Izvajalke so bile ustrezno usposobljene zdravstvene delavke, ki so na lokaciji bile že predhodno vključene v izvajanje skupinske vzgoje za zdravje v času nosečnosti. Vse izvajalke so se pred začetkom izvajanja pilota udeležile zgoraj opisanega izobraževanja. Del izobraževanja za izvajalke je vključeval tudi »praktični prikaz izvedbe delavnice o partnerstvu« neposredno na pilotni lokaciji, ko je zunanji strokovnjak prišel in izvedel delavnico. Po končani »demonstraciji« je bil strokovnjak na voljo izvajalki za vprašanja in nasvete o nadaljnjem izvajanju delavnice o partnerstvu. Izvajalke so za tematike vključene v izvajanje »Priprav na porod in starševstvo« prejele strokovna gradiva, ki jih je pripravila širša strokovna skupina projekta, ki je vključevala številne zunanje strokovnjake. Pripravljena in oblikovana so bila tematska **gradiva za izvajalke**, tematska **gradiva za splošno javnost**, ki bodo dostopna preko spletne strani, in, kjer je bilo smiselno, tudi skrajšana tematska gradiva, t.i. izročki. Vsa gradiva so izvajalke pred pričetkom izvajanja prejele na elektronskem nosilcu, gradiva, ki so bila namenjena udeleženkam in udeležencem (t.i. izročki) pa so prejele tudi v tiskani obliki. Seznam gradiv se nahaja v *Prilogi 12*, končna gradiva pa bodo na voljo ob koncu projekta na spletni strani.

Za poenoteno izvajanje prenovljenega programa »Priprav na porod in starševstvo« je strokovna skupina projekta pripravila tudi **elektronsko predstavitev strokovnih vsebin** za izvajalke s ključnimi poudarki za posamezno tematiko, seznam pripravljenih elektronskih predstavitev se nahaja v *Prilogi 12*.

Kot didaktični pripomoček potreben za strokovno izvajanje »Priprav na porod in starševstvo«, smo vsem pilotnim lokacijam priskrbeli kakovostne modele medenice z mišicami medeničnega dna, ki so prikazane na *Slikah 5 in 6*.



Slika 5 in 6: Model medenice z mišicami medeničnega dna – lokacija ZD Celje

Prenovljen program, ki je potekal v času pilotnega testiranja, je predvidel eno srečanje v zgodnji nosečnosti (v 12. - 16. tednu) in šest srečanj v nadaljevanju nosečnosti (med 28. in 34. tednom). Posamezno srečanje je trajalo skupno 120 minut, vključno s telesno vadbo in odmorom, srečanje v zgodnji nosečnosti pa je vsebovalo dodatno še 45 minut praktičnega prikaza in učenja telesnih vaj v času nosečnosti.

Vsebine srečanj pilotnega izvajanja programa so zajemale informacije o poteku nosečnosti v posameznem obdobju, zdravem življenju v nosečnosti, zdravstvenih pravicah, socialnih pravicah, pripravi na porod in pričetku poroda, porodnih dobah, doživljanju poroda, vlogi očeta pri porodu, vrstah porodov, poporodnem obdobju ženske, odnosih v družini ob rojstvu novega člana, laktaciji in dojenju, razvoju in potrebah dojenčka, njegovi negi in rokovanju z njim, pripomočkih in opremi, otrokovemu zdravju ter o partnerskem odnosu. Več o programu in vsebini posameznega srečanja je na voljo v *Prilogi 13*.

S planom in vsebino posodobljenega pilotnega izvajanja so bile izvajalke seznanjene s strani projektne skupine na srečanjih na posamezni lokaciji, prenovljen program so vse izvajalke prejele tudi v pisni obliki. Za razreševanje morebitnih dodatnih vprašanj smo bili v strokovni skupini na NIJZ na razpolago v celotnem poteku pilota.

Izvajanje pilota »Priprava na porod in starševstvo« je na lokaciji ZD Celje potekalo med 1.7.2015 in 15.11.2015. V izvajanje so bile vključene vse nosečnice in njihovi partnerji oziroma spremljevalci, ki so v obdobju izvajanja pilota na pilotni lokaciji obiskovali »Priprave na porod in starševstvo«. V ZD Celje so v času pilota izvedli 8 srečanj v zgodnji nosečnosti, ki se jih je udeležilo 44 nosečnic in 17 spremljevalcev, v povprečju se je posameznega srečanja udeležilo šest udeleženk in dva udeleženci. Srečanja so potekala večinoma v popoldanskem času, enkrat pa v dopoldanskem času. V nadaljevanju nosečnosti so na lokaciji ZD Celje izvedli 13 sklopov šestih srečanj, ki se jih je udeležilo skupno 108 nosečnic in 88 spremljevalcev, v povprečju 15 na sklop. Devet sklopov je potekalo v

Zdravstveni dom Celje in Nacionalni inštitut za javno zdravje sodelujeta v projektu: **»Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju«**. V okviru projekta poteka protislužbeni posodobitveni program za porod in starševstvo – šole za bodoče starše.

Priloge: vodilni v posodobitveni

Prilagojeno na porod in starševstvo – ŠOLE ZA BODOČE STARŠE

v Zdravstvenem domu Celje

Nosečnost je čas vzporednega pripravljanja novega družinskega člana, ki poteka skozi različne faze, kar vključuje in podpira pri porod in zdravju družinskega člana.

Agencija NIJZ bo vam:

- prirediti med nosečnostjo in po rojstvu otroka,
- primerne tekene dejavnosti med nosečnostjo in po rojstvu,
- poteku nosečnosti,
- pripravi na porod, potoku poroda ter poporodnega obdobja,
- negi novorojenčka in starši zanj,
- dojenju,
- spremenbah v družini ob priložnosti novega člana in odgovori na vprašanja glede nosečnosti, poroda in poporodnega obdobja.

Školenje bomo vodili za dobro počutje v nosečnosti in se pripravljali na porod.

Preizkusili bomo, kako postaviti dojenčka in kako ga negovati.

Prilagojeno na porod in starševstvo in brezplačno in bo potekala v treh delih:

- eno srečanje v zgodnji nosečnosti
- drugo srečanje v pozni nosečnosti
- tri srečanja po rojstvu otroka

Informacije o programu in dostopni vsebini najdete na spletni strani: www.nijz.si/izobrazevanje/izobrazevanje-za-bodoce-starse. Če imate kakršnakoli vprašanja, se lahko obrnete na: izobrazevanje@nijz.si ali na tel.: 01 47 540 44 00.

Šole bodo izvedene v prostorih Doma porodnice, 30110 Celje.

Dokladno bomo, in tudi partnerji ostanejo sponzorirani.

NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje

REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADNE UPRAVE
ZA VARNOST IN ZDRAVJE
IN VARNOST ŽIVILNINE IN ŽIVILNIN

norway
grants

Slika 7: Plakat za obveščanje uporabnikov o izvajanju šole za bodoče starše na lokaciji ZD Celje

Udeleženci pilota so na zadnjem srečanju prejeli tudi promocijsko gradivo projekta in sicer kartonke – slikanice za otroke (prikazane na *Sliki 1* v zgornjem poglavju), ki so hkrati namenjene tudi spodbujanju zgodnjega branja otrokom, kar dokazano ugodno vpliva na kognitivni in čustveni razvoj otroka.

Spremljanje pilota

Za spremljanje in evalvacijo pilota so bile uporabljene kvantitativne in kvalitativne metode raziskovanja. Podrobnejši načrt za spremljanje pilota se nahaja v dokumentu *»Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa Kakovostno starševstvo za zdrav začetek«* (Priloga 16).

Za spremljanje udeležbe programa so se sproti beležili podatki preko dveh obrazcev, ki so ju izpolnjevale izvajalke. To sta bila *»Obrazec o predavanju«* in *»Obrazec o udeležencu«*, ki sta del Načrta za spremljanje in evalvacijo. Pred začetkom pilotnega testiranja so bile vodje *»Priprav na porod in starševstvo«* osebno seznanjene s planom beleženja podatkov (vodja Priprav na porod ZD Celje na sestanku dne 22.6.2016), prav tako so vse izvajalke prejele pisna *»Navodila za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja«* (Priloga 17).

Za oceno zadovoljstva uporabnikov s programom se je evalvacija izvajala z anonimnimi pisnimi vprašalniki. Krajši vprašalnik v formatu A5 so udeleženci izpolnili po vsakem srečanju (Priloga 22), na zadnjem srečanju sklopa v nadaljevanju nosečnosti pa še daljši vprašalnik v formatu A4 (Priloga 23). Vodje *»Priprav na porod in starševstvo«* so pred izvajanjem pilota prejeli tudi frankirane ovojnice za pošiljanje izpolnjenih obrazcev in vprašalnikov na NIJZ. Vsi prejeti podatki so bili pretvorjeni v elektronsko obliko na NIJZ za kasnejšo pripravo analitične baze.

Kvalitativne evalvacije programa *»Priprava na porod in starševstvo«* so se izvajale preko fokusnih skupin in so potekale po koncu pilota. Pogovor z izvajalkami se je za ZD Celje izvajal 3.12.2015, v fokusno skupino so bile vključene 4 izvajalke. Za njihovo sodelovanje smo se jim zahvalili s promocijskim gradivom – stekleničkami za vodo in jih s tem spodbudili za dobro skrb zase.

4 NASVETI IN POGOVORI O DOJENČKU

Priprave na izvajanje in potek pilota

V sklopu projekta Skupaj za zdravje smo zaznali potrebo po skupinski vzgoji za zdravje za starše dojenčkov. Za preizkušanje izvedljivosti takšne oblike skupinske vzgoje smo izvedli pilotno različico. Program za skupinsko vzgojo za zdravje staršev dojenčkov v prvem letu smo poimenovali *»Nasveti in pogovori o dojenčku«*.

Strokovna skupina »Šola za starše« projekta Skupaj za zdravje je pred začetkom izvajanja pilota »Nasveti in pogovori o dojenčku« s širšo skupino strokovnjakov pripravila program in strokovne vsebine za izvajanje take skupinske oblike vzgoje za zdravje.

Srečanja v pilotni izvedbi so vodili ustrezno usposobljeni zdravstveni delavci, kot nosilci programa pa so sodelovali: diplomirana medicinska sestra iz pediatrične ambulante, pediater ter psiholog. Pred začetkom izvajanja so bila pripravljena strokovna gradiva na različne tematike za izvajalce ter obvezne vsebine za predavanja oz. posamezna srečanja. Gradiva so bila pred začetkom izvajanja posredovana na pilotne lokacije, seznam pripravljenih gradiv se nahaja v *Prilogi 18*. Pred pričetkom izvajanja so bile diplomirane medicinske sestre iz pediatričnih ambulant (iz ZD Celje dne 22.6.2015) osebno seznanjene s predvidenim potekom prvega srečanja »Nasvetov in pogovorov o dojenčku«, ki smo ga preizkusili v času pilotnega izvajanja. Vse lokacije so pred začetkom izvajanja pilota prejele tudi pisno informacijo o predvidenem poteku pilotnega testiranja.

V pilotno testiranje so bili osebno povabljeni vsi starši v pristojnem ZD ob preventivnem pregledu ob 1. mesecu, ki so v času pilotnega testiranja imeli otroke stare od 1,5 do 2,5 meseca. Vabljenje staršev je potekalo v avgustu 2015. Pediatrični timi so za namene ugotavljanja odzivnosti prejeli preglednico za vpisovanje karakteristik vabljenih oseb.

Srečanja so potekala v majhnih skupinah z materami in/ali očeti ter dojenčki, vsako srečanje pa je vsebovalo strukturiran (kratka predavanja na vnaprej določene teme) in nestrukturiran del (vprašanja, nasvete, praktični prikaz različnih veščin). Po predlogu programa naj bi prvo srečanje potekalo v 2. mesecu otrokove starosti (priporočljiva starost dojenčka od 1,5 do 2,5 meseca), drugo srečanje v 5.-6. mesecu ter tretje srečanje pri 10. mesecih otrokove starosti (priporočljivo od 9. do 11. meseca).

Pilotno izvajanje programa »Nasveti in pogovori o dojenčku« se je izvajalo na lokaciji ZD Celje septembra 2015. Zaradi omejenega trajanja pilotnega testiranja je bilo v pilotu preizkušeno le prvo srečanje v 2. mesecu po rojstvu, ki je vsebovalo tematike o otrokovem telesnem in duševnem razvoju, varnosti doma in v prometu vključno s prvo pomočjo, cepljenju, najpogostejših boleznih v tem obdobju in skrbi za mater z vidika telesnega in duševnega zdravja. Celoten program »Nasveti in pogovori o dojenčku« naj bi poleg teh vsebin obsegal še tematike o prehodu na mešano prehrano, spodbujanju motoričnega, govornega in intelektualnega razvoja, spanju, skrbi za partnerski odnos, zdravem prehranjevanju družine, otroku v varstvu in o odvajanju od plenic. Več o programu je na voljo v *Prilogi 19*.

Na pilotni lokaciji ZD Celje je bilo izvedeno eno srečanje in sicer 28.9.2015. Trajalo je od 10:00 - 12:00. Izvajalci srečanja so bili: dipl. m. sestra, dr. med. spec. pediatrije in uni. dipl. psiholog. Srečanja se je udeležilo 5 staršev (4 mame in 1 oče).

Spremljanje pilota

Za spremljanje in evalvacijo pilota so bile uporabljene kvantitativne in kvalitativne raziskovalne metode. Podrobnejši načrt za spremljanje pilota se nahaja v dokumentu »*Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa Nasveti in pogovori o dojenčku*« (*Priloga 20*).

Za spremljanje udeležbe programa so izvajalke sproti beležile podatke in sicer so izpolnjevale »*Obrazec o vabljenih osebah*« in »*Obrazec o udeležencih*«, ki sta del Načrta za spremljanje in evalvacijo. Obrazca sta vsebovala informacije o spolu, starosti, izobrazbi in zaporedju otroka. Obrazec

o udeležencih, ki se je izpolnil ob sami izvedbi srečanja, je vseboval še osnovne podatke o srečanju (datum in ura izvedbe ter izvajalci). Z obrazci so bile izvajalke pred izvajanjem pilota seznanjene s pisnimi navodili.

Tudi za oceno zadovoljstva uporabnic/-kov programa »Nasveti in pogovori o dojenčku« se je evalvacija izvajala s pomočjo anonimnih pisnih vprašalnikov, ki so del Načrta za spremljanje in evalvacijo. Vsi prejeti podatki so bili pretvorjeni v elektronsko obliko na NIJZ za kasnejšo pripravo analitične baze.

5 VZGOJA ZA ZDRAVJE

Priprave na izvajanje in potek pilota

V okviru projekta Skupaj za zdravje smo se odločili, da bomo skupaj s pilotskimi lokacijami in nekaterimi zdravstvenimi domovi kot primeri dobrih praks, pripravili optimalni program vstopanja v šolski prostor in ustreznega izvajanja predpisanih vsebin vzgoje za zdravje.

Predlog programa obsega izvajanje vzgoje za zdravje v vseh razredih osnovne šole v trajanju dveh pedagoških ur. Izvajalci so se s šolami dogovorili o terminih izvajanja delavnic že v predhodnem šolskem letu (najkasneje do konca junija za naslednje šolsko leto). Predpisane vsebine so bile:

1. razred – zdrave navade
2. razred – osebna higiena
3. razred – zdrav način življenja
4. razred – preprečevanje poškodb
5. razred – zasvojenosti
6. razred – odraščanje – varovalni dejavniki
7. razred – pozitivna samopodoba in stres
8. razred – medosebni odnosi
9. razred – vzgoja za zdravo spolnost.

Vsi izvajalci so bili predhodno usposobljeni za izvajanje delavnic (v okviru svojega rednega dela in ne projekta). Izvajalke Vzgoje za zdravje so se izobraževale na rednih nacionalnih srečanjih za izvajalce vzgoje za zdravje, ki vsako leto potekajo v organizaciji NIJZ-ja. V letu 2015 smo izvedli izobraževanje »Za boljše zdravje otrok in mladostnikov« - vzgoja za zdravje za učence v osnovnih šolah (izobraževanja sta se udeležili dve izvajalki iz ZD Celje). Vsa izobraževanja so bila za izvajalce brezplačna. S strani NIJZ-ja je bil izdan tudi priročnik »**Za boljše zdravje otrok in mladostnikov**« z natančno opisanimi delavnicami (priročnik je objavljen na spletni strani:

http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/publikacije-datoteke/za_boljshe_zdravje_otrok_in_mladostnikov_nova_verzija_13_10_2015.pdf).

V pilotno testiranje smo vključili pripravo načrta sodelovanja med šolami in zdravstvenim domom, komunikacijo med njima in izvajanje delavnic v polletju. Na ZD Celje do sedaj niso imeli vzpostavljenega rednega sistematičnega vstopanja v šolski prostor.

O izvajanju pilota in evalvaciji smo predhodno obvestili vse izvajalce Vzgoje za zdravje, ki so bili takrat zaposleni, in tudi vodstvo zdravstvenih domov.

Za vsa vprašanja glede izvajanja so bili na voljo sodelavci na centralni enoti NIJZ, predvsem pa na območnih enotah.

Spremljanje pilota

Spremljanje pilota je obsegalo tako vsebinski, organizacijski in kadrovski vidik, kot tudi izobraževanje ter potrebno opremo in gradiva. Podrobnejši načrt za spremljanje pilota se nahaja v dokumentu »*Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja Vzgoja za zdravje za otroke in mladostnike*« (Priloga 21). Potekalo je sprotno in končno spremljanje pilota.

V okviru sprotne spremljanja smo bili z izvajalci v stalnem kontaktu (elektronska pošta, telefon, neposredno) in sproti reševali težave, ki so se pojavile (na nivoju zdravstvenega doma ali posamezne šole).

Za končno spremljanje so nam izvajalci posredovali naslednje:

- pripravljen plan sodelovanja med šolo in ZD
- Izpolnjen vprašalnik za izvajalce Vzgoje za zdravje po zaključku pilotnega testiranja

Za potrebe končne evalvacije smo upoštevali še podatke iz rednega nacionalnega spremljanja pokritosti šol, kar pomeni, da bomo pogledali pokritost šol za lokacijo ZD Celje. V poročilo smo vključili pokritost šol v prvi polovici šolskega leta (to je do konca februarja 2016). Razlog je predvsem v tem, da smo na ta način lahko zajeli tudi samo izvajanje na posameznih šolah v prvem polletju.

6 PROMOCIJA ZDRAVJA V SKUPINI OSIPNIKOV – PROJEKTNO UČENJE ZA MLAJŠE ODRASLE

Priprave na izvajanje in potek pilota

Projektno učenje za mlajše odrasle (PUM) je javno veljavni izobraževalni program, namenjen mladim od 15. do 25. leta, ki so iz različnih razlogov opustili osnovnošolsko ali srednješolsko šolanje in niso zaposleni. Delovna skupina »Zdravstvene storitve za mlade v lokalni skupnosti« je v okviru projekta Skupaj za zdravje pred začetkom izvajanja pilota pripravila program »**Promocija zdravja pri osipnikih**«. Pilotni program je potekal v Zavodu Salesianum v območni enoti PUM Celje med 7. 4. in 30. 9. 2015. V izvajanje programa so bili vključeni ustrezno usposobljeni mentorji PUM in zunanji strokovnjaki s posameznega strokovnega področja. Usposabljanje mentorjev PUM in izvajalcev preventivnega programa za otroke in mladostnike ter predstavnikov območnih enot NIJZ je potekalo v Termah Zreče, 8. 10. 2015 (Sliki 8 in 9). Vsa gradiva z izobraževanja so dostopna na spletni povezavi projekta Skupaj za zdravje:

<http://www.skupajzazdravje.si/aktualno/usposabljanje-za-mentorje-pum-izvajalce-preventivnega-programa-za-otroke-in-mladostnike-ter-predstav/>. Usposabljanje za izvajanje pilota je v PUM Celje potekalo 12.3.2016.



Slika 8 in 9: Usposabljanje mentorjev PUM in izvajalcev

Izvajalke delavnic so po posvetu in lastni presoji pripravile gradiva. Od mentorjev PUM so pridobile informacije o skupini, o posebnostih, občutljivosti tem, potrebnih poudarkih. V okviru programa so bile izvedene štiri delavnice in sicer: Zdrav zajtrk, Telesna dejavnost – nordijska hoja, Pozitivna samopodoba in postavljanje ciljev ter Prehod v odraslost.

V izvedbo pilotnega projekta je bilo vključenih vsega skupaj 22 udeležencev, štirje mentorji PUM in pet izvajalcev delavnic. Delavnice so trajale 2 šolski uri in so obsegale teoretični in praktični del.

Vnaprej je bil določen fotograf in snemalec delavnic, strokovna skupina je zagotovila tudi koordinacijo in pomoč pri evalvaciji pilotne izvedbe. Izvedbe delavnic so predstavljene na slikah (Slike 10-13). Več podrobnosti o sami izvedbi delavnic lahko najdete v dokumentu »**Poročilo o izvedbi predloga programa Promocija zdravja v skupini osipnikov v Zavodu Salesianum, OE PUM Celje**« (Priloga 22).



Slika 10 in 11: Delavnici Zdrav zajtrk in Telesna dejavnost – nordijska hoja



Slika 12 in 13: Delavnici Pozitivna samopodoba in postavljanje ciljev in Prehod v odraslost

Tekom pilotne izvedbe so bili napravljeni posnetki, za lažjo predstavo je bil poleg foto arhiva montiran še dokumentarni film o pilotni izvedbi, ki je na voljo na povezavi:

<https://youtu.be/BwyAZAfRRg>

V vseh promocijskih materialih in medijskih objavah o programu PUM 16. generacija je bil promoviran tudi projekt Skupaj za zdravje - na izvirni način so bile v PUM novicah predstavljene vsebine pilotne izvedbe.

Spremljanje pilota

Kot zunanji evalvator je bila v program vključena Mladinska zveza »Brez izgovora Slovenija«, ki je skrbela, da je pridobila povratne informacije od deležnikov. Pilotno izvajanje programa se je vrednotilo preko vprašalnikov in fokusnih skupin z udeleženci, z vprašalniki za izvajalce delavnic in intervjuji z mentorji, ki so del poročila **Vrednotenje programa »Promocija zdravja v skupini osipnikov« v projektu Skupaj za zdravje**, ki se nahaja v evalvacijskem poročilu.

Povratne informacije so bile pridobljene od udeležencev preko reševanja vprašalnika o vedenjskih namerah, vedenju na področju zdravja ter določenih psiholoških kazalnikov – »**Vprašalnik za oceno učinka**«, reševanja vprašalnikov s povratno informacijo glede delavnice – »**Vprašalnik za vrednotenje delavnic**« in preko sodelovanja v fokusnih skupinah. Vprašalnik za oceno učinka so udeleženci reševali pred začetkom in po koncu delavnic. V fokusnih skupinah so bila udeležencem zastavljena vprašanja glede zadovoljstva z izvedbo delavnice in zaznanega učinka delavnic. V Celju je bila fokusna skupina izvedena 29.5.2015.

Od izvajalk so bile povratne informacije pridobljene preko **spletnega vprašalnika**, ki so ga prejele preko elektronske pošte po vsaki izvedeni delavnici.

Z mentorji je bil po fokusni skupini z udeleženci opravljen še kratek intervju, kjer so prav tako podali svoj pogled na izvedbo delavnic in odzive mladih. V Celju je bil ta skupinski intervju izveden z dvema mentorjema.

PRILOGE - seznam

[PRILOGA 1: Seznam gradiv, ki so jih prejeli slušatelji izobraževanja](#)

[PRILOGA 2: Program izobraževanj lokacija Celje](#)

[PRILOGA 3: »Protokol pilotne izvedbe posodobljenih preventivnih obiskov diplomiranih medicinskih sester v patronažnem varstvu v prvem letu starosti otroka s stopnjevano intervencijo«](#)

[PRILOGA 4: Obrazec »Obisk novorojenčka in dojenčka«](#)

[PRILOGA 5: Obrazec »Obisk otročnice«](#)

[PRILOGA 6: Edinburški presejalni vprašalnik za poporodno depresijo in Protokol za ocenjevanje Edinburškega vprašalnika s točkovnikom za izvajalke](#)

[PRILOGA 7: Gradivo za uporabnike »Poglejte in preverite, ali je vaš dom varen za dojenčka«](#)

[PRILOGA 8: Obvestilo patronažne medicinske sestre izbranemu pediatru](#)

[PRILOGA 9: Dokument Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek«](#)

[PRILOGA 10: Dokument Spletni obrazci v patronažnem zdravstvenem varstvu otročnic, novorojenčkov in dojenčkov \(aplikacija za spremljanje izvajanja pilota\)](#)

[PRILOGA 11: Dokument Navodila za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja](#)

[PRILOGA 12: Seznam gradiv, ki so jih prejele izvajalke Priprav na porod in starševstvo](#)

[PRILOGA 13: Predlog programa Priprava na porod in starševstvo – šola za bodoče starše](#)

[PRILOGA 14: Dopis ginekologom v Celju](#)

[PRILOGA 15: Obvestilo o izvajanju posodobljenega programa šole za bodoče starše – priprave na porod in starševstvo za nosečnice na območju ZD Celje](#)

[PRILOGA 16: Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa Priprave na porod in starševstvo](#)

[PRILOGA 17: Navodila za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja Priprava na porod in starševstvo »Šola za bodoče starše«](#)

[PRILOGA 18: Seznam gradiv, ki so jih prejeli izvajalci Nasvetov in pogovorov o dojenčku](#)

[PRILOGA 19: Nasveti in pogovori o dojenčku – 2. mesec - Skupinska vzgoja za zdravje do 1. leta otrokove starosti](#)

[PRILOGA 20: Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa Nasveti in pogovori o dojenčku](#)

[PRILOGA 21: Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja »Vzgoja za zdravje za otroke in mladostnike«](#)

[PRILOGA 22: Promocija zdravja pri osipnikih v programu Projektno učenje za mlajše odrasle](#)

PRILOGA 1

Seznam gradiv, ki so jih prejeli slušatelji izobraževanja

- Jug Došler A: *Andragoški pristopi* (ppt) - Celje
- Drglin Z: *Andragoški pristopi pri delu z bodočimi starši in starši* (ppt) - Sevnica
- Mihevc Ponikvar, B, Tomšič, S, Rudolf, S: *Smo ob rojstvu vsi enaki? Neenakosti v perinatalnem zdravju v Sloveniji* (ppt)
- Tomšič, S: *Kazalniki pilota, Evalvacija* (ppt)
- Skale, C: *Dojenje* (ppt)
- Bratanič B, Skale C, Tekauc Golob A: *Smernice in ukrepi za dojenje – NIJZ* (članek)
- Jule F: *Opazovanje dojenja* (tabela za beleženje opazovanja dojenja, prevedla: Skale Cvetka)
- Jelenko Roth P: *Duševno zdravje v obporodnem obdobju* (ppt)
- Velikonja Globevnik V: *Pomen in način zgodnjega odkrivanja obporodne depresije* (ppt)
- Velikonja Globevnik V, Jelenko Roth P, Mihevc Ponikvar B, Tomšič S: *Pomen in način zgodnjega odkrivanja obporodne depresije*. Meden Vrtovec H, Lukanović A, ur. Zbornik prispevkov / 5. kongres ginekologov in porodničarjev Slovenije; Med razgl 2013; Supp: 52;3.
- Drglin Z: *Duševno zdravje v nosečnosti in po porodu*, NIJZ
- Povšnar E: *Komunikacija med staršema* (ppt)
- Ramovš J: *Komunikacija med staršema* (ppt)
- Bibliografija o komunikaciji med staršema – seznam literature
- Ščepanović D, Žgur L: *Telesna drža med nosečnostjo*
- Ščepanović D, Žgur L: *Telesna dejavnost med nosečnostjo* (ppt)
- Videmšek M, Bokal Vrtačnik E, Ščepanović D, Žgur L, Videmšek N, Meško M, Karpljuk D, Štihec J, Hadžić V: *Priporočila za telesno dejavnost nosečnic* (članek, objavljen v Zdravniški vestnik. Let. 84, Št. 2 (2015))
- Zavrl N: *Zgodnji otrokov razvoj* (ppt)
- Durjava Lajevec P, Kalar Ž: *Normalni telesni razvoj otroka*. V: Pucelj V, Drglin Z, Vrdelja M (ur.). *Predšolski otroci: priročnik za izvajalce vzgoje za zdravje ob sistematskih pregledih predšolskih otrok*, Ljubljana, IVZ 2012
- Zavrl N, Rok Simon M: *Dojenček – Kako ga pestujemo in kako se ukvarjamo z njim*. V: Pucelj V, Drglin Z, Vrdelja M (ur.). *Predšolski otroci: priročnik za izvajalce vzgoje za zdravje ob sistematskih pregledih predšolskih otrok*, Ljubljana, IVZ 2012
- Rok Simon M: *Preprečevanje poškodb* V: Pucelj V, Drglin Z, Vrdelja M (ur.). *Predšolski otroci: priročnik za izvajalce vzgoje za zdravje ob sistematskih pregledih predšolskih otrok*, Ljubljana, IVZ 2012
- Tomšič S, Rok Simon M: *Preprečevanje poškodb v prometu*. V: Pucelj V, Drglin Z (ur.). *Šola za starše: priročnik za izvajalce vzgoje za zdravje v šolah za starše*, Ljubljana, IVZ 2012

- Rok Simon M: *Poglejte in preverite, ali je vaš dom varen za dojenčka: seznam za preverjanje varnosti doma*
- Rok Simon M: *Preprečevanje poškodb otrok in zagotavljanje varnosti* (ppt)
- Rok Simon M: Izberimo varno opremo za dojenčka: Nasveti za bodoče starše
- Rok Simon M: *Poglejte in preverite, ali je vaš dom varen za dojenčka: gradivo za patronažne medicinske sestre*
- Rok Simon M: *Kako ravnamo, ko dojenček neutolažljivo joka: gradivo za patronažne medicinske sestre*
- Rok Simon M: Kako izberemo in varno uporabljamo opremo za dojenčka: Gradivo za izvajalke Šole za bodoče starše
- Rok Simon M: Pilotna izvedba programa za izvajalce šole za bodoče starše, programa za patronažne medicinske sestre: preprečevanje poškodb
- Bratanič B: *Zdravstvene težave novorojenčkov v prvih dneh po odpustu: prepoznavna hudi bolnega novorojenčka* (ppt)
- Bratanič B: *Zdravstvene težave novorojenčkov v prvih dneh po odpustu: prepoznavna hudi bolnega novorojenčka – primeri* (delo v skupini)
- Nacionalni protokol zdravstvene oskrbe popka novorojenčka

PRILOGA 2

Program izobraževanj – lokacija Celje

Pilot šola za bodoče starše, patronažno varstvo ženske po rojstvu otroka in dojenčka do enega leta starosti

Obvezna udeležba: izvajalke šole za bodoče starše (Šola), patronažne medicinske sestre (PMS) (glede na označeno v spodnji preglednici); izbrana predavanja: psihologinje, fizioterapevtke (FTH), če so vključene v šolo za bodoče starše

Opcijska udeležba: sodelavci predšolskega pediatričnega dispanzerja, psihologi, psihiatri, fizioterapevti, ginekološki tim

Predavanje	Trajanje (š. ure)	Predavatelji	Obvezna udeležba
Uvod, ranljivost, neenakosti	1	NIJZ	Šola, PMS
Andragoški pristopi	1	Anita Jug Došler, Metka Skubic	Šola, PMS
Podatki, evalvacija	1	NIJZ	Šola, PMS
Vsebina pilota (ločeno kakovostno starševstvo / šola za bodoče starše)	2,5	NIJZ	Šola, PMS
Duševno zdravje v obporodnem obdobju	2	Petra Jelenko Roth, Vislava Velikonja	Šola, PMS
Komunikacija	2+1	Erika Povšnar, Jože Ramovš	Šola in psihologinja
Zdravstvene težave v prvih dneh po odpustu, prepoznavna hudo bolnega novorojenčka	2	Borut Bratanič	Šola, PMS
Dojenje, prehrana	4	Cvetka Skale	Šola, PMS
»Handling«, pripomočki in oprema	2	Nevenka Zavrl	Šola, PMS
Preprečevanje poškodb	2	Mateja Rok Simon	Šola, PMS
Vadba v nosečnosti	2	Darija Ščepanović, Lidija Žgur	FTH in Šola

	Torek 10.2.2015	Trajanje (š. ure)	Predavatelji
	<i>Prigrizek</i>		
13:00 – 13:45	Uvod, ranljivost, neenakosti	1	NIJZ
13:45 – 14:30	Andragoški pristopi	1	Anita Jug Došler
14:30 – 15:15	Podatki, evalvacija	1	NIJZ
15:15 – 15:30	<i>Odmor</i>		
15:30 – 17:30	Vsebina pilota (ločeno kakovostno starševstvo / šola za bodoče starše)	2,5	NIJZ

	Četrtek 12.2.2015	Trajanje (š. ure)	Predavatelji
	<i>Prigrizek</i>		
13:00 – 16:00	Dojenje, prehrana	4	Cvetka Skale
	Torek 24.2.2015	Trajanje (š. ure)	Predavatelji
	<i>Prigrizek</i>		
13:00 – 14:30	Duševno zdravje v obporodnem obdobju	2	Petra Jelenko Roth, Vislava Velikonja
<i>14:30 – 14:45</i>	<i>Odmor</i>		
14:45 – 17:00	Komunikacija	2+1	Erika Povšnar, Jože Ramovš
<i>17:00 – 17:15</i>	<i>Odmor</i>		
17:15 – 18:45	Vadba v nosečnosti	2	Darija Ščepanović, Lidija Žgur
	Četrtek 26.2.2015	Trajanje (š. ure)	Predavatelji
	<i>Prigrizek</i>		
13:00 – 14:30	»Handling«, pripomočki in oprema	2	Nevenka Zavrl
14:30 – 16:00	Poškodbe	2	Mateja Rok Simon
<i>16:00 – 16:15</i>	<i>Odmor</i>		
16:15 – 17:45	Zdravstvene težave v prvih dneh po odpustu, prepoznavna hudo bolnega novorojenčka	2	Borut Bratanič

PRILOGA 3

Protokol pilotne izvedbe posodobljenih preventivnih obiskov diplomiranih medicinskih sester v patronažnem varstvu v prvem letu starosti otroka s stopnjevano intervencijo – Kakovostno starševstvo za zdrav začetek

Namen posodobitve programa preventivnega patronažnega zdravstvenega varstva (v nadaljevanju PZV) otročnice in otroka v prvem letu starosti je:

- Posodobitev načina izvedbe preventivnih obiskov in poenotenje izvajanja v Sloveniji,
- Posodobitev strokovnih vsebin obiskov s posebnim poudarkom na duševnem zdravju otročnic, podpori dojenju in varnosti doma,
- Možnost dodatne - stopnjevane intervencije za ranljivejšo populacijo otročnic in novorojenčkov oziroma dojenčkov.

Predlog posodobljenega programa

Obseg

Patronažna medicinska sestra (v nadaljevanju dipl.m.s. v PV) otročnico in novorojenčka / dojenčka v prvem letu otrokove starosti, v preventivne namene obišče skupno 8-krat (2 obiska sta po Navodilih za izvajanje preventivnega zdravstvenega varstva na primarni ravni (Ur. l. RS, št. 19/1998, 22/2009) namenjena otročnici, 6 obiskov pa posameznemu novorojenčku / dojenčku). Strokovna skupina, ki je pripravila predlog vsebin in izvedbe posodobljenega programa preventivnega patronažnega zdravstvenega varstva, je mnenja, da sta otročnica in novorojenček / dojenček, razen v izjemnih primerih, neločljiva celota in dipl.m.s. v PV tako pri vseh obiskih obravnava oba oziroma ustrezno tudi ostale družinske člane. Ločitev obiskov na tiste, ki so namenjeni otročnici in tiste, ki so namenjeni novorojenčku / dojenčku, ostaja tako samo na formalni ravni z namenom poročanja financerju programa (ZZZS).

Predlog nadgradnje programa predvideva, da pri otročnicah in otrocih, kjer so prisotni predlagani kriteriji ranljivosti (Priloga 3) opravi dipl.m.s. v PV dva (kadar je prisoten vsaj en kriterij ranljivosti) oziroma tri **dodatne preventivne obiske** (kadar so prisotni vsaj trije kriteriji ranljivosti). Ti dodatni preventivni obiski se v času izvajanja pilota **ne poročajo financerju** programa (ZZZS).

Čas izvedbe

Prvi preventivni obisk dipl.m.s. v PV je izveden v 24-urah po odpustu novorojenčka iz porodnišnice. Za izvedbo prvega obiska je nujno potrebno vzpostaviti aktivno komunikacijo med porodničnicami in

službami PZV v Sloveniji, kjer le ta ne obstaja. Ostali obiski so izvedeni v skladu s programom, ki je predstavljen v Prilogi 1 in 2.

Dodatni obiski se izvedejo v okvirno določenem časovnem obdobju glede na vrsto ranljivosti (Priloga 3) oziroma po strokovni presoji posamezne dipl.m.s. v PV.

Vsebina obiskov – glavne novosti

Vsebina predvidenih rednih preventivnih obiskov je prikazana v Prilogi 1 in 2. Za posamezni obisk so podane vsebine, ki jih bo dipl.m.s. v PV praviloma obravnavala in časovni termin posameznega obiska. Novost pri prenovljenem predlogu je **ugotavljanje ranljivosti otročnice, otroka oziroma družine**, ker bo dipl.m.s. v PV glede na prisotnost kriterijev ranljivosti opravila dodatna dva ali tri preventivne obiske. Kriteriji ranljivosti in okvirna vsebina dodatnih obiskov je prikazana v Prilogi 3.

Poseben poudarek predloga prenovljene preventivne dejavnosti dipl.m.s. v PV je na **ugotavljanju duševnega stanja otročnice**, kjer bo predvidoma ob tretjem obisku novorojenčka (v drugem tednu po odpustu iz porodnišnice) dipl.m.s. v PV povprašala **dve presejalni vprašanji** glede počutja otročnice.

Presejalni vprašanji se glasita:

- Ali ste se v zadnjem mesecu pogosto počutili potrto, depresivno ali brezupno?
- Ali ste v zadnjem mesecu pogosto počeli stvari brez pravega zanimanja ali zadovoljstva?

V kolikor bo odgovor na **obe vprašanji DA**, bo izvedla še Edinburški presejalni vprašalnik in ukrepala glede na pripravljen protokol (Priloga 4).

Okvirno v 6. tednu po porodu bo dipl.m.s. v PV pri **vseh** otročnicah izvedla presejalni vprašalnik (**Edinburški vprašalnik** za poporodno depresijo – priloga 4A). Glede na rezultate vprašalnika bo ustrezno ukrepala v skladu s predpisanim protokolom – Priloga 4.

Naslednja predlagana novost je na področju preprečevanja poškodb pri otrocih z ugotavljanjem kritičnih točk v domačem okolju in kritičnih vedenj povezanih z večjim tveganjem za nastanek poškodb, kar bo izvedeno s pomočjo seznama za preverjanje kritičnih točk **»Poglejte in preverite, ali je vaš dom varen za dojenčka«** (Priloga 5). Seznam bo dipl.m.s. v PV staršem predala ob prvem obisku, kasneje pa bodo tudi skupaj preverili, kako varno je urejen njihov dom. Pri ugotavljanju varnosti doma bo dipl.m.s. v PV otročnici nudila dodatna potrebna pojasnila oziroma svetovanje.

Izvajalci in usposabljanje

Program bodo izvajali: diplomirane medicinske sestre/zdravstveniki v patronažnem varstvu, diplomirane babice/babičarji v patronažnem varstvu.

V dokumentih zaradi poenostavitve za vse izvajalce patronažne zdravstvene nege novorojenčka in dojenčka uporabljamo naziv diplomirana medicinska sestra v patronažnem varstvu (dipl. m. s. v PV).

Izvajalke preventivnega patronažnega varstva, ki obiskujejo otročnice in novorojenčke / dojenčke morajo biti ustrezno usposobljene za izvajanje patronažne zdravstvene nege otročnice in novorojenčka

/ dojenčka. V ta namen naj bi opravile predpisano temeljno teoretično in praktično usposabljanje, kasneje pa biti deležne rednega usposabljanja na tematike povezane s patronažno zdravstveno nego in vzgojo za zdravje otročnice in novorojenčka / dojenčka. Predlog usposabljanja bo pripravljen, kot eden izmed izdelkov projekta, po zaključku pilotnega testiranja.

Izvajalke, ki bodo sodelovale pri pilotni izvedbi programa, bodo vključene v posebej za ta namen pripravljeno usposabljanje, ki bo vključevalo naslednje vsebine:

- Ranljivost in neenakosti v zdravju
- Dojenje, prehrana
- Ravnanje z novorojenčkom / dojenčkom (handling), pripomočki in oprema
- Zdravstvene težave novorojenčka in prepoznava hudo bolnega novorojenčka
- Duševno zdravje v obporodnem obdobju
- Varnost in preprečevanje poškodb

Opcijsko se bodo lahko udeležile tudi usposabljanja na temo:

- Telesna vadba v nosečnosti in po porodu
- Komunikacija

Izobraževanja bodo izvedena v februarju (ZD Celje) in marcu (ZD Sevnica) 2015 (Priloga 12 – Program izobraževanja)

Posamezne tematike so se po dosedanjih izkušnjah izkazale za posebej problematične, kot na primer svetovanje glede dojenja, zato dolgoročno predlagamo, da naj določen delež dipl.m.s. v PV pridobi posebna znanja o specifičnih tematikah (na primer za svetovanje v zvezi z dojenjem – IBCLC certifikat) in naj bodo tudi posvetovalna točka za druge dipl.m.s. v PV ob obravnavi zahtevnejših primerov.

Za čas izvajanja pilota bo izvajalkam zagotovljeno telefonsko svetovanje v povezavi s težavami pri dojenju (svetovalka IBCLC) in v povezavi s težavami na področju duševnega zdravja otročnice (klinična psihologinja in psihiatrinja) (glej Osebe za strokovni posvet).

Potrebni pripomočki

Za beleženje dela dipl.m.s. v PV na terenu je potrebno poenotiti zbiranje ključnih podatkov. V ta namen je bil pripravljen predlog **obrazcev za beleženje obiskov** otročnice in novorojenčka / dojenčka, ki ga bomo preverili v pilotu (Priloga 6 in 7).

Z uporabo **Kriterijev ranljivosti in predlogov možnih intervencij za posamezno ciljno skupino** (Priloga 3) bodo dipl.m.s. v PV identificirale ranjive otročnice, dojenčke oziroma družine, pri katerih bodo izvedle dodatne preventivne obiske.

Vprašalnik EPDS s protokolom izvedbe se bo uporabljal za presejanje na prisotnost depresivne simptomatike pri otročnici in ustrezno ukrepanje (Priloga 4A in 4).

Seznam za preverjanje varnosti doma »Poglejte in preverite, ali je vaš dom varen za dojenčka« pa je namenjen prepoznavanju morebitnih nevarnosti, ki prežijo na otroka v domačem okolju (Priloga 5).

Izvajalke bodo prejele tudi **Priporočila za pilotno izvajanje** (priloga 1 in 2) ter gradiva s sodobnimi strokovnimi usmeritvami za zdravstveno nego ter vzgojo in svetovanje, kot npr. Nacionalni protokol oskrbe popka pri novorojenčku in vsebinska gradiva oziroma predstavitve, ki so jih pripravili predavatelji na usposabljanju. Nekatera priporočena gradiva, kot so npr. Smernice zdravega prehranjevanja za dojenčke, ki jih je izdalo Ministrstvo za zdravje, pa so dostopna na spletu (http://www.mz.gov.si/fileadmin/mz.gov.si/pageuploads/zakonodaja/mednarodna_zakonodaja/VARNOST_%C5%BDIVIL/SMERNICE_PREHRANJEVANJA_DOJENCKE_P-4_preview.pdf)

Pilotno testiranje

Lokacija

Področje, ki ga pokrivata patronažno varstvo ZD Celje in ZD Sevnica.

Trajanje

Pilot bo potekal od februarja 2015 do konca septembra 2015. Na področju, ki ga pokriva ZD Celje se izvajanje na terenu predvidoma prične z 9.3.2015, na področju, ki ga pokriva ZD Sevnica pa s 1.4.2015.

Potek pilota

Shematično je potek pilota predstavljen na Sliki 1. Na pilotnih lokacijah se bo izvajala celotna preventivna dejavnost patronažnega zdravstvenega varstva otročnic in novorojenčkov / dojenčkov po prenovljenem predlogu programa. Vsebina in razpored opravljanja obiskov pri otročnici in novorojenčku / dojenčku sta natančneje opredeljena v prilogi 1 in 2. Kriteriji ranljivosti in vsebina dodatnih obiskov pa so opredeljeni v Prilogi 3.

Vključena populacija

V pilota bomo vključili vse otročnice, ki bodo rodile v času trajanja pilota, ter vse otroke, ki bodo v času trajanja pilota mlajši od enega leta, ne glede na to, če so bili pri njih nekateri patronažni obiski že izvedeni.

Osebe za strokovni posvet

V času poteka pilota bodo izvajalkam omogočene telefonske konzultacije na temi »dojenje« in »duševno zdravje otročnice«, v kolikor bodo naletale na težave, ki jih same ne bodo znale rešiti.

Kontaktne osebe in dosegljivost:**Dojenje**

Cvetka Skale, dipl. m.s., IBCLC svetovalka, tel.: 031 734 428 (delavnik med 13h in 19h)

Duševno zdravje

Petra Jelenko Roth, dr. med. spec. psihiatrije, tel.: 031 734 438 (delavnik med 8h in 14h)

Vislava Globevnik Velikonja, klin. psihologinja; tel.: (01) 522 6168 (delavnik med 9h in 14h)

Koordinatorji na nivoju ZD

CELJE: Vladka Vovk, tel.: (03) 5434 523; vladka.vovk@zd-celje.si

SEVNICA: Andreja Kobal, tel.: (07) 8161 514; andreja.kobal@zd-sevnica.si

Kontaktne osebe na NIJZ

V kolikor bodo izvajalke pilota naletale pri izvajanju na kakršne koli dileme oziroma težave, se lahko obrnejo na strokovnjake na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje.

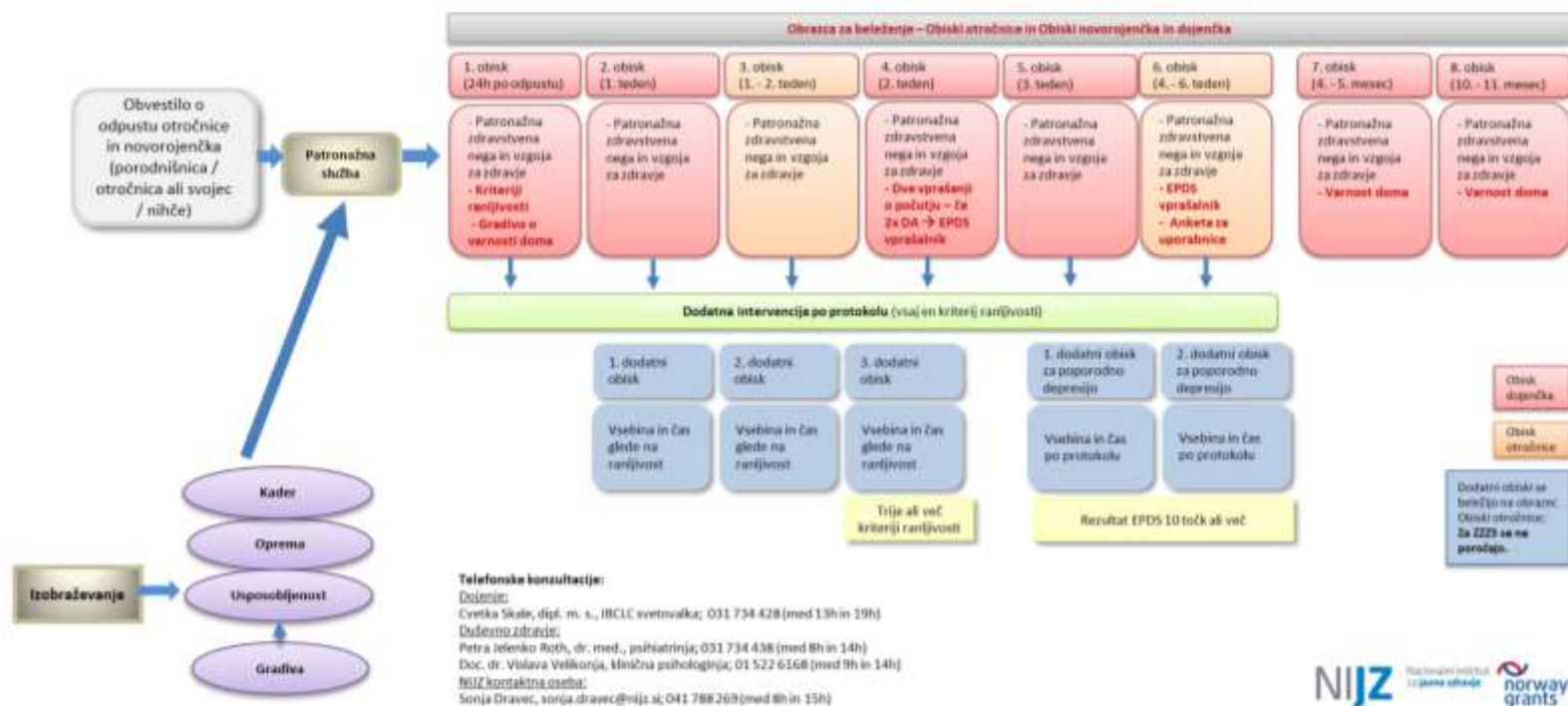
Administrativna in tehnična podpora: Sonja Dravec, tel.: (01) 2441-429 ali 041 788 269; sonja.dravec@nijz.si

Vsebinska podpora: Ema Mesarič, tel.: (02) 5302-126, (041) 797-843; Ema.Mesaric@nijz.si

Barbara Mihevc Ponikvar, tel.: (01) 2441-462; Barbara.Mihevc@nijz.si

Podpora glede beleženja podatkov v spletno aplikacijo: Marcel Kralj, tel.: (01) 244-1456; marcel.kralj@nijz.si, Sonja Tomšič, tel.: (01) 244-1505; sonja.tomsic@nijz.si, Petra Nadrag, tel.: (01) 244-1526.

Potek pilotnega testiranja – PATRONAŽNO ZDRAVSTVENO VARSTVO



Slika 1.

Cilji pilota

S pilotom želimo ugotoviti:

- Ali je pripravljen program izobraževanja ustrezen (vsebine, predavatelji, oblika izobraževanj, časovni obseg, ustreznost gradiv, relevantnost tem, uporabnost pri delu, dodatni predlogi vsebin, kjer izvajalke potrebujejo dodatno znanje)?
- So pripravljena strokovna gradiva za izvajalke ustrezna (uporabna...)?
- Ali je prijava odpusta otroka PZV časovno ustrezna?
- Kdo prijavi otroka PZV?
- Ali je predvidena časovna razporeditev obiskov ustrezna?
- Ali je predvidena vsebina obiskov ustrezna?
- Kako je nov predlog obiskov sprejet pri uporabnicah (vsebine obiskov, število obiskov...)?
- Kolikšen je delež oseb, ki ustreza kriterijem ranljivosti? katerim?
- Ali so dodatni obiski dobro sprejeti pri ranljivih uporabnicah?
- Kakšne so težave pri izvedljivosti EPDS vprašalnika (časovni obseg, sprejetost pri ženskah, način beleženja, način izračunavanja, svetovanje oziroma napotovanje...)?
- Kolikšen delež žensk ima pozitiven presejalni test za duševne težave in kam so napotene?
- Ali je nov predlog beleženja zdravstvenih podatkov ustrezen (obseg podatkov, relevantnost...)?
- Ali so bile dodatne strokovne konzultacije uporabne, dostopne, potrebne?

V ta namen bomo spremljali in evalvirali izvajanje pilota. Podrobnejši plan evalvacije je predstavljen v dokumentu Načrt za evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa »Kakovostno starševstvo za zdrav začetek«. Med samim potekom terenske faze pilota bodo izvajalke zbirale podatke na obrazcih in jih vnašale v spletno aplikacijo v skladu z **Navodili za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja** (Priloga 11). Prav tako bodo izvajalke uporabnicam storitev razdelile **Povabilo za sodelovanje v anketi** ter **Vprašalnik o patronažnih obiskih po porodu** (Prilogi 9 in 10). Z vprašalnikom bomo pridobili mnenje uporabnic o izvedenem programu. Po zaključku terenske faze pilota bomo z izvajalkami izvedli fokusne skupine, na katerih bomo skušali odgovoriti na preostala vprašanja, ki smo si jih zastavili v pilotu.

PRILOGA 4

Obrazec »Obisk novorojenčka in dojenčka«

OBISKI NOVOROJENČKA IN DOJENČKA		Projekt »Skupaj za zdravje« - Priloga 7	
Ime in priimek otroka: _____		Izbrani pediater: _____	
Ime in priimek matere: _____		Prva posvetovalnica (datum): _____	
		Naročene kontrole: _____	
Datum rojstva: _____ Kraj rojstva: _____		Spol otroka: M Ž Gestacija: _____ Apgar: _____/_____/_____	
Datum odpusta: _____ Datum prijave PZV: _____		Porodna teža: _____ Dolžina: _____	
Prijavitelj: - porodnišnica - otročnica/svoji - drugo		Odpustna teža: _____ Obseg glave: _____	
		UZ kolkov: D _____ / L _____ Kontrola UZ kolkov: D _____ / L _____	
Prvi obisk (24 ur po odpustu) - datum: _____		ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE:	
Obisk ni bil možen (razlog): _____		• tehnika dojenja in prikaz pravilnega pristavljanja k prsim • pomen dojenja in spodbujanje za uspešno dojenje • težave pri dojenju in ukrepi ob tem • nega dojk ob morebitni prekinitvi dojenja • novorojenčkovo ležišče, previjalna miza, voziček ter mikroklima • čustvena in psihična podpora s strani družine in drugih oseb • zdrav način življenja v družini • nega novorojenčka • spremljanje ravnanja z novorojenčkom (handling) • nega popka in prikaz • izbira osebnega pediatra za novorojenčka	
OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA NOVOROJENČKA: Popek: - bp - rosi - rdečina - se gnoji - granulira Odpadel: - da - ne Kdaj: _____ Čiščenje: - FR - alkohol Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem Zlatenica: - da - ne Dojenje: - bp - srednje - slabo (neučinkovito) - ne Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____ Blato: - bp - zeleno - sluzasto Pogostost odvajanja: _____ Kolike: - ne - da Ukrepi: _____ Telesna teža: _____ Druge posebnosti: _____		Posebnosti v družini: _____ _____ _____ _____ Izvršeno delo: _____ _____ _____ Podpis: _____ BPI št.: _____	
OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA MATERE: BRADAVICE: - bp - vdrti - sploščene Zapleti: - ragade - krvaveče - drugo: _____ DOJKE: - bp - boleče - trde - vneta - drugo: _____ UTERUS - krčenje: - da - ne POŠKODBA (presredek, vagina, anus): - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma EPIZIOTOMIJA: - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma RANA PO CARSKEM REZU: - bp - vneta - dehiscenca ČIŠČA količina: - bp - obilna - zastoj barva: - rdeča - rjava - svetla vonj: - bp - smrdeča Druge posebnosti: _____		ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE: • tehnike za uspešno dojenje in pomoč pri tem • težave v zvezi z dojenjem • celjenje popka • spremljanje in svetovanje o negi novorojenčka • spremljanje in svetovanja o ravnanju z novorojenčkom (handling) • sprejetost novorojenčka v družini (toplina, varnost, ljubezen) • svetovanje za ravnanje ob neutolažljivem joku otroka • pomen čustvene in psihične podpore s strani družine in drugih oseb • zdrav način življenja v družini • prvi sprehodi z novorojenčkom in zaščita pred soncem Izvršeno delo: _____ _____ Podpis: _____ BPI št.: _____	
Drugi obisk (v prvem tednu) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____ OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA NOVOROJENČKA: Popek: - bp - rosi - rdečina - se gnoji - granulira Odpadel: - da - ne Kdaj: _____ Čiščenje: - FR - alkohol Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem Zlatenica: - da - ne Dojenje: - bp - srednje - slabo (neučinkovito) - ne Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____ Blato: - bp - zeleno - sluzasto Pogostost odvajanja: _____ Kolike: - ne - da Ukrepi: _____ Telesna teža: _____ Druge posebnosti: _____ OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE: Posebnosti: _____		Opomba: Telesna teža ni obvezujoča meritev, služi kot orientacija pri napredovanju novorojenčka. Priporočljivo je, da jo zabeležimo vsaj 3 krat. Zaporedna številka primera _____ Geslo za vnos podatkov _____	

Tretji obisk (v drugem tednu) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____ OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA NOVOROJENČKA: Popek: - bp - rosi - rdečina - se gnoji - granulira Odpadeli: - da - ne Kdaj: _____ Čiščenje: - FR - alkohol Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem Zlatenica: - da - ne Dojenje: - bp - srednje - slabo (neučinkovito) - ne Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____ Blato: - bp - zeleno - sluzasto Pogostost odvajanja: _____ Kolike: - ne - da Ukrepi: _____ Telesna teža: _____ Druge posebnosti: _____ OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE (2 VPRAŠANJI): Posebnosti: _____	Zaporedna številka primera _____ Geslo za vnos podatkov _____ ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE: • težave pri dojenju (mastitis) • varno okolje (voziček, avtomobilski sedež, igrače ipd.) • svetovanje glede sprehodov • svetovanje glede morebitnih odstopanj pri celjenju popka • pomen čustvene in psihične podpore s strani družine in drugih • zdrav način življenja v družini Izvršeno delo: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____
Četrty obisk (v tretjem tednu) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____ OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA NOVOROJENČKA: Popek: - bp - rosi - rdečina - se gnoji - granulira Odpadeli: - da - ne Kdaj: _____ Čiščenje: - FR - alkohol Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem Zlatenica: - da - ne Dojenje: - bp - srednje - slabo (neučinkovito) - ne Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____ Blato: - bp - zeleno - sluzasto Pogostost odvajanja: _____ Kolike: - ne - da Ukrepi: _____ Telesna teža: _____ Druge posebnosti: _____ OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE: Posebnosti: _____	ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE: • težave pri dojenju (mastitis) • svetovanje in prikaz kopanja novorojenčka (ko je popek zaceljen) • nega nohtov • varnost (voziček, avtomobilski sedež, igrače, nevarna oprema,...) • spanje in dnevni počitek novorojenčka • svetovanje glede sprehodov • čustvena, psihična in praktična podpora s strani družine in drugih • zdrav način življenja v družini • izbira pediatra • preventivni pregledi v prvem letu starosti in program cepljenja Izvršeno delo: _____ - Priprava poročila izbranemu pediatru - Drugo: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____
Peti obisk (4. do 5. mesec) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____ OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA DOJENČKA: Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem Dojenje: - da - delno* - ne* (*razlog: _____) Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____ Telesna teža: _____ Dolžina: _____ Gibalni razvoj: _____ Psihični razvoj: _____ Druge posebnosti: _____ OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE: Posebnosti: _____	ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE: • telesni razvoj (spodbujanje pravilne motorične aktivnosti), razvoj čutil in razvoj govora pri dojenčku • uporaba varnih in starosti primernih igračk • uvajanje mešane prehrane (Smernice za prehrano dojenčkov) • dojenčkove potrebe po dnevnem in nočnem spanju in počitku • rast zob in ustna higiena, težave pri izraščanju zob • primerna obleka in obutev, zaščita pred soncem • varnost (promet, padci, utopitve, zadušitve, zastrupitve, insekti...) • obiski v posvetovalnici (pomen rednih obiskovanj, cepljenja) • družinska dinamika in sorojenci • sprejetost dojenčka v družini (toplina, varnost, ljubezen) • pomen branja dojenčku in otroku Podpis: _____ BPI št.: _____
Šesti obisk (10. do 11. mesec) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____ OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA DOJENČKA: Dojenje: - delno - ne Prehrana: _____ Alergije: - ne - da _____ Telesna teža: _____ Dolžina: _____ Št. zob: _____ Gibalni razvoj: _____ Psihični razvoj: _____ Druge posebnosti: _____ OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE: Posebnosti: _____	ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE: • telesni razvoj, razvoj čutil, razvoj govora, gibalni razvoj • starosti in razvoju primerne igrače • spanje in počitek • rast zob in ustna higiena, težave pri izraščanju zob • pogovor in svetovanje o kontroli izločanja urina in blata (kahlica) • primerna obleka in obutev ter prva uporaba čevljev • varnost in prva pomoč (promet, padci, opekline, utopitve,...) • obiski v posvetovalnici (pomen rednega obiskovanja, cepljenje) • varstvo otroka po končanem dopustu za nego otroka • družinska dinamika in sorojenci • težave pri vključevanju v drugo socialno okolje Podpis: _____ BPI št.: _____

PRILOGA 5

Obrazec »Obisk otročnice«

OBISKI OTROČNICE		Projekt »Skupaj za zdravje« - Priloga 6	
Ime in priimek matere: _____ Naslov: _____ Tel. št.: _____ EMŠO: _____ KZZ: _____		Ime in priimek otrok/a: _____ Drugi družinski člani v gospodinjstvu: -partner: _____ -sorojenci: _____ -drugi: _____	
Datum rojstva otročnice: _____ Izobrazba: _____ (vnesite št. iz šifrant na drugi strani) Število porodov: _____ Število otrok: _____ Obisk šole za bodoče starše (kadarkoli): - da - ne - delno Kronične nenalezljive bolezni: _____ Izbrani ginekolog: _____		Datum poroda: _____ Hb po porodu: _____ Potek poroda: - vaginalni - carski rez Posebnosti pri porodu: _____ Posebnosti poporodnega obdobja: _____ Terapija ob odpustu: _____	
Prvi obisk (1. – 2. teden) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____ OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA: VITALNE FUNKCIJE: RR _____ tel. temp. _____ KS _____ POČUTJE: - bp - utrujenost - otožnost - tesnoba, strahovi Drugo: _____ DOJENJE: - da - delno* - ne* (*razlog: _____) Posebnosti: - z nastavkom - drugo: _____ BRADAVICE: - bp - vdrtje - sploščene Zapleti: - ragade - krvaveče - drugo: _____ DOJKE: - bp - boleče - trde - vnete - drugo: _____ UTERUS - krčenje: - da - ne POŠKODBA (presredek, vagina, anus): - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma EPIZOTOMIJA: - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma RANA PO CARSKEM REZU: - bp - vneta - dehiscenca ČIŠČA: količina: - bp - obilna - zastoj barva: - rdeča - rjava - svetla vonj: - bp - smrdeča URINIRANJE: - bp - pogosto - pekoče - zastoj - inkontinenca ODVAJANJE: - bp - zaprtje - driska - drugo: _____ OŽILJE: hemeroidi: - ne - da - ukrep: _____ - varice nog: - ne - da - edem - kompresija ZDRAVSTVENO VZGOJNO DELO: • pomen čustvene in psihične podpore s strani družine • pomen izražanja čustev med družinskimi člani • varno okolje • izločanje otročnice • zdrava prehrana in vnos tekočine • trening za krepitev mišic medeničnega dna • spanje in počitek • ravnanje z novorojenčkom (handling) • nega novorojenčka • pomen dojenja in materinega mleka • tehnike dojenja in pristavljanja otroka • priprava adaptiranega mleka • obisk pri ginekologu Ostalo: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____		Drugi obisk (4. – 6. teden) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____ OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA: VITALNE FUNKCIJE: RR _____ tel. temp. _____ KS _____ POČUTJE: - bp - utrujenost - otožnost - tesnoba, strahovi Drugo: _____ DOJENJE: - da - delno* - ne* (*razlog: _____) Posebnosti: - z nastavkom - drugo: _____ BRADAVICE: - bp - vdrtje - sploščene Zapleti: - ragade - krvaveče - drugo: _____ DOJKE: - bp - boleče - trde - vnete - drugo: _____ UTERUS - krčenje: - da - ne POŠKODBA (presredek, vagina, anus): - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma EPIZOTOMIJA: - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma RANA PO CARSKEM REZU: - bp - vneta - dehiscenca ČIŠČA: količina: - končana - bp - obilna - zastoj barva: - rdeča - rjava - svetla vonj: - bp - smrdeča URINIRANJE: - bp - pogosto - pekoče - zastoj - inkontinenca ODVAJANJE: - bp - zaprtje - driska - drugo: _____ OŽILJE: hemeroidi: - ne - da - ukrep: _____ - varice nog: - ne - da - edem - kompresija ZDRAVSTVENO VZGOJNO DELO: • pomen čustvene in psihične podpore s strani družine • pomen izražanja čustev med družinskimi člani • varno okolje • zdrava prehrana in vnos tekočine • trening za krepitev mišic medeničnega dna • spanje in počitek • pomen dojenja in spodbujanje k nadaljevanju • shranjevanje materinega mleka • priprava adaptiranega mleka • spolno življenje in kontracepcija • obisk pri ginekologu • telesna dejavnost po porodu Ostalo: _____ PRESEJANJE NA POPORODNO DEPRESIJO (EPDS): - da - ne - rezultat: _____ - ukrepi: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____	
Zaporedna številka primera Geslo za vnos podatkov			

KRITERIJI RANLIVOSTI: Otročnica - Starost manj kot 20 let - Priseljenka (v Sloveniji manj kot 1 leto oziroma se ne sporazumeva v slovenskem jeziku) - Ženska, ki ni nikoli obiskovala šole za bodoče starše - Ženska s posebnimi potrebami (slepa, slabovidna, gluha, gibalno ovirana, ...) - Ženska z učnimi težavami, ne pismena, duševno manj razvita (nima končane OŠ ali je obiskovala OŠ s prilagojenim programom, ...) - Ženska s kronično boleznijo ali drugimi bolezenskimi stanji, ki vplivajo na možnost skrbi zase in novorojenčka - Ženska z boleznijo zasvojenosti (nedovoljene droge, alkohol, psihotropna zdravila in druge oblike) - Ženska z drugo znano duševno boleznijo (shizofrenija, bipolarna motnja, depresija, generalizirana anksiozna motnja, idr.) - Ženska s pozitivnim rezultatom na presejalnem testu za poporodno depresijo (rezultat EPDS 10 ali več) - Ženska, ki ni uspela vzpostaviti dojenja, oziroma je prenehala dojiti prej kot 6 tednov po porodu Otrok - Nedonošenček rojen pred 34. tednom gestacije - Otrok z nizko porodno težo ob terminu - zahiranček (< 2500 g pri 37. tednih gestacije ali več) - Otrok s prirojeno anomalijo, kronično boleznijo ali trajno prizadetostjo (genetske bolezni, cerebralna paraliza, ...) - Podaljšano celjenje popka - Zlatenica - Težave pri dojenju/hranjenju Družina - Družina v hudi socialno-ekonomski stiski (prejemniki denarne socialne pomoči, prejemniki pomoči RK, Karitas, ZPM in drugih nevladnih organizacij, ...) - Neustrezni bivalni pogoji (elektrika, voda, ogrevanje, vlaga, prenatrpanost) - Ženska, ki ni v partnerski zvezi in nima ustrezne druge socialne opore - Partner z boleznijo zasvojenosti ali drugo neurejeno duševno boleznijo - Nasilje v družini (že znana situacija ali sum na nasilje v družini) - Nedavna smrt družinskega člana ali huda bolezen v družini - Oče ali drug družinski član, ki skrbi za dojenčka (v primeru hude bolezni ali smrti matere)	DODATNI OBISKI Prvi dodatni obisk - datum: _____ Intervencije: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____ Drugi dodatni obisk - datum: _____ Intervencije: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____ Tretji dodatni obisk - datum: _____ Intervencije: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____ Dodatni obisk pri pozitivnem presejalnem testu (EPDS) - prvi - datum: _____ PONOVNO PRESEJANJE NA POPORODNO DEPRESIJO (EPDS): - da - ne - rezultat: _____ Intervencije: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____
Šifrant najvišje dosežene izobrazbe (SURs): - Brez šolske izobrazbe - Nepopolna osnovnošolska izobrazba - Osnovnošolska izobrazba - Nižja in srednja poklicna izobrazba - Srednja strokovna izobrazba - Srednja splošna izobrazba - Višja strokovna izobrazba, višješolska izobrazba ipd. - Visokošolska strokovna izobrazba ipd. (1. bolonjska st.) - Visokošolska univerzitetna izobrazba ipd. (2. bolonjska st.) - Specializacija - Magisterij znanosti - Doktorat znanosti - Otroci do 14 let - Neznano	Dodatni obisk pri pozitivnem presejalnem testu (EPDS) - drugi - datum: _____ Intervencije: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____ Zaporedna številka primera Geslo za vnos podatkov

PRILOGA 6

Edinburški presejalni vprašalnik za poporodno depresijo in Protokol za ocenjevanje Edinburškega vprašalnika s točkovnikom za izvajalke

Edinburški vprašalnik (EPDS)

Priloga 4A

Datum reševanja:

Starost dojenčka:

Ker ste pred kratkim rodili dojenčka, bi radi izvedeli, kako se počutite. Prosim, OZNAČITE odgovor, ki približno opisuje Vaše počutje V ZADNJIH 7 DNEH, in ne le Vašega počutja danes.

1. Uspe mi, da se nasmejim in vidim smešno plat stvari:

- ☐ tako, kot mi je to vedno uspelo
- ☐ manj kot prej
- ☐ veliko manj kot prej
- ☐ sploh ne

2. Veselim se stvari:

- ☐ tako, kot sem se vedno
- ☐ manj kot prej
- ☐ precej manj kot prej
- ☐ skoraj ne

3. Po nepotrebnem se obremenjujem, kadar gredo stvari narobe:*

- ☐ večino časa
- ☐ nekaj časa
- ☐ redko
- ☐ nikoli

4. Brez pravega razloga sem tesnoba in zaskrbljena:

- ☐ sploh ne
- ☐ komaj kdaj
- ☐ včasih
- ☐ zelo pogosto

5. Brez pravega razloga se počutim prestrašeno ali panično:*

- ☐ pogosto
- ☐ včasih
- ☐ redko
- ☐ sploh ne

6. Stvari se mi nakopičijo:*

- ☐ večino časa jih ne zmorem obvladati
- ☐ včasih jih ne obvladam tako dobro kot prej
- ☐ večino časa jih precej dobro obvladujem
- ☐ obvladujem jih tako dobro kot vedno

7. Bila sem tako nesrečna, da sem slabo spala:*

- ☐ večino časa
- ☐ včasih
- ☐ redko
- ☐ sploh ne

8. Počutila sem se žalostno ali nesrečno:*

- ☐ večino časa
- ☐ precej pogosto
- ☐ redko
- ☐ sploh ne

9. Bila sem tako nesrečna, da sem jokala:*

- ☐ večino časa
- ☐ precej pogosto
- ☐ občasno
- ☐ nikoli

10. Pomislila sem, da bi si kaj naredila:*

- ☐ precej pogosto
- ☐ včasih
- ☐ skoraj nikoli
- ☐ nikoli

Rezultat:

Zaporedna številka primera: CE001

Geslo za vnos podatkov: ABCDEF

Edinburški vprašalnik – Edinburška lestvica poporodne depresije (The Edinburgh Postnatal depression Scale – EPDS) - Priloga 4

Ta samoocenjevalni vprašalnik je sestavljen iz 10 vprašanj in je namenjen ugotavljanju simptomov čustvene stiske med nosečnostjo in v poporodnem obdobju. Edinburška lestvica poporodne depresije ni diagnostično orodje in mora vedno biti uporabljena skupaj s klinično oceno.

Vprašalnik se praviloma uporablja pri obisku otročnice v 4. – 6. tednu po porodu; izjemoma v 2. tednu, če ženska odgovori pozitivno na katero od predvidenih dveh vprašanj o počutju.

Navodila za uporabo EPDS:

1. Ženske naj podčrtajo postavko, ki je najbližje njenemu počutju v zadnjih sedmih dneh, ne samo na dan reševanja.
2. Odgovoriti morajo na vseh deset vprašanj.
3. Ženske naj izpolnjujejo vprašalnik same, brez tuje pomoči, v mirnem okolju in brez prekinjanja.
4. Ženske naj same izpolnjujejo vprašalnik, razen če ne znajo brati ali imajo težave z razumevanjem jezika, v katerem je vprašalnik napisan. V teh primerih naj ženska vprašalnika ne reši, kar zabeležimo v medicinsko dokumentacijo.
5. Vprašalnik točkujte v skladu s spodnjimi navodili in ustrezno ukrepite.

Točkovanje:

Odgovori so točkovani od 0, 1, 2 in 3 v skladu s stopnjo simptomov. Postavke, označene z zvezdico (*), so točkovane v obratnem vrstnem redu (3, 2, 1 in 0). Točkovnik je prikazan na naslednji strani. Skupno vsoto dobimo s seštevanjem posameznih točk. Možno število doseženih točk se giblje med 0 in 30.

Rezultati EPDS točk in ukrepanje:

0-9 točk: Točke znotraj tega razpona lahko kažejo na prisotnost nekaterih simptomov stiske/stresa, ki so lahko kratkotrajne in za katere je manj verjetno, da ovirajo vsakodnevno funkcioniranje doma in na delu. **Ukrepanje:** običajno ni potrebno.

10-12 točk: Točke znotraj tega razpona kažejo na prisotnost simptomov stresa, ki so lahko neprijetni in vplivajo na vsakodnevno funkcioniranje. **Ukrepanje:** aktivno krepite samozavest otročnice glede njene materinske vloge in skušajte aktivirati socialno mrežo (partnerja, druge bližnje) za pomoč otročnici pri skrbi za otroka in zase (prevzemanje večjega deleža pri vsakodnevni skrbi in opravilih, dogovori o možnosti, da se otročnica naspi ipd.). Opravite dva dodatna obiska in nadaljujte s spremljanjem psihičnega počutja otročnice. Pri prvem dodatnem obisku, čez en teden, ponovite vprašalnik EPDS. Če je rezultat točk ponovljenega EPDS enak ali večji kot prvič (tudi če ostane pod mejo 13 točk), je potrebna nadaljnja napotitev (glej naslednjo točko).

13 točk ali več: ta rezultat zahteva dodatno ocenjevanje in spremljanje, saj je verjetnost depresije visoka, zato je potrebna napotitev k psihiatru ali psihologu. **Ukrepanje:** obvestite osebnega zdravnika in priskrbite napotnico (pod nujno), ponudite možnost kontaktiranja psihologa ali psihiatra za določitev termina srečanja. Aktivno tudi krepite samozavest otročnice glede njene materinske vloge in skušajte aktivirati socialno mrežo.

Vsaka ženska, ki obkroži 1, 2 ali 3 točke pri vprašanju 10 zahteva dodatno ocenjevanje, da se zagotovi varnost matere in njenega otroka. Zato je potrebna napotitev k psihologu ali psihiatru.

Vir: Cox JL, Holden, JM Sagovsky R. Detection of postnatal depression: Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. Br J Psych 1987;150:782-6. 2; Slovenski prevod objavljen v: Koprivnik P, Plemenitaž A. Pojavnost depresij v poporodnem obdobju v slovenskem vzorcu. Med Razgl 2005; 44:139-45.

Edinburški vprašalnik (EPDS) – TOČKOVANJE

- | | |
|---|---|
| <p>1. Uspe mi, da se nasmejim in vidim smešno plat stvari:</p> <p>(0) tako, kot mi je to vedno uspelo
(1) manj kot prej
(2) veliko manj kot prej
(3) sploh ne</p> | <p>6. Stvari se mi nakopičijo:*</p> <p>(3) večino časa jih ne zmorem obvladati
(2) včasih jih ne obvladam tako dobro kot prej
(1) večino časa jih precej dobro obvladujem
(0) obvladujem jih tako dobro kot vedno</p> |
| <p>2. Veselim se stvari:</p> <p>(0) tako, kot sem se vedno
(1) manj kot prej
(2) precej manj kot prej
(3) skoraj ne</p> | <p>7. Bila sem tako nesrečna, da sem slabo spala:*</p> <p>(3) večino časa
(2) včasih
(1) redko
(0) sploh ne</p> |
| <p>3. Po nepotrebnem se obremenjujem, kadar gredo stvari narobe:*</p> <p>(3) večino časa
(2) nekaj časa
(1) redko
(0) nikoli</p> | <p>8. Počutila sem se žalostno ali nesrečno:*</p> <p>(3) večino časa
(2) precej pogosto
(1) redko
(0) sploh ne</p> |
| <p>4. Brez pravega razloga sem tesnoba in zaskrbljena:</p> <p>(0) sploh ne
(1) komaj kdaj
(2) včasih
(3) zelo pogosto</p> | <p>9. Bila sem tako nesrečna, da sem jokala:*</p> <p>(3) večino časa
(2) precej pogosto
(1) občasno
(0) nikoli</p> |
| <p>5. Brez pravega razloga se počutim prestrašeno ali panično:*</p> <p>(3) pogosto
(2) včasih
(1) redko
(0) sploh ne</p> | <p>10. Pomislila sem, da bi si kaj naredila:*</p> <p>(3) precej pogosto
(2) včasih
(1) skoraj nikoli
(0) nikoli</p> |

Rezultat:

PRILOGA 7

Gradivo za uporabnike »Poglejte in preverite, ali je vaš dom varen za dojenčka«

POGLEJTE IN PREVERITE, ALI JE VAŠ DOM VAREN ZA DOJENČKA?

Seznam za preverjanje varnosti doma

Avtorica: Mag. Mateja Rok Simon, dr.med., spec. soc. med., spec. javnega zdravja

Ljubljana, februar 2015

Gradivo je bilo pripravljeno v okviru projekta »Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju« s krajšim nazivom »Skupaj za zdravje«, ki ga sofinancira Norveški finančni mehanizem in ga v sodelovanju s številnimi notranjimi in zunanjimi sodelavci s področja preventive vodi Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ).

Delovna verzija

POGLEJTE IN PREVERITE ALI JE VAŠ DOM VAREN ZA DOJENČKA?

Če je odgovor »Ne«, je treba ukrepati!

I. OB ROJSTVU

Otroška posteljica	Da	Ne
• Ali je posteljica globoka vsaj 50 cm, če nastavimo vzmetnico v najnižji položaj?	☐	☐
• Ali se vzmetnica tesno prilega posteljnemu okviru in ograji posteljice po dolžini in po širini?	☐	☐
• Ali so stranice fiksne, brez možnosti za dviganje in spuščanje?	☐	☐
• Ali imajo stranice ograjo, ki ima navpične prečke z razmikom 4,5–6,0 cm?	☐	☐
• Ali je brez odprtín in štrlečih okrasnih elementov?	☐	☐
Previjalna miza	Da	Ne
• Ali ima previjalna miza dvignjene robove na treh (ali dveh) straneh in varnostni pas?	☐	☐
• Ali omogoča, da si na doseg roke pripravite vse, kar potrebujete za previjanje, vendar zunaj otrokovega dosega?	☐	☐
• Ali je otrok na previjalni mizi vedno pripet z varnostnim pasom in pod nadzorom odrasle osebe?	☐	☐
Ropotuljica in druge igrače	Da	Ne
• Ali je ropotuljica brez okroglo oblikovanih delov, s premerom manjšim od 3 cm, ročaj in deli ropotuljice pa so dovolj veliki, da ne gredo v otrokova usta in zaprejo vhoda v grlo?	☐	☐
• Ali imajo igrače premer večji od 3 cm, se ne morejo razstaviti na drobne dele in so brez vrvic ali trakov, ki so daljši od 22 cm?	☐	☐
• Ali ste odstranili igrače na vrvi, obešene preko posteljice ali košare vozička, ko se je začel otrok že dvigovati na roke in kolena ali je že star 5 mesecev?	☐	☐

Če je odgovor »Ne«, je treba ukrepati!

II. KO ZAČNE OTROK SEDETI SAMOSTOJNO, DODATNO PREVERITE:

Stolček za hranjenje	Da	Ne
• Ali je hrbtni del naslonjala vedno dvignjen v povsem pokončni položaj (pod kotom 90°), otrok pa ima stopala položena na naslon za noge?	☐	☐
• Ali ima stolček 5-točkovni sistem varnostnih pasov (pasove okrog pasu, za med noge in ramenske pasove), s katerimi je otrok v stolčku vedno pripet?	☐	☐
• Ali je stolček težek in ima širok podstavek, kar zagotavlja dobro stabilnost?	☐	☐
• Ali je stolček postavljen vedno stran od sten, vrat, oken in vrvic od zaves ali žaluzij?	☐	☐
Stajica / zložljiva posteljica	Da	Ne
• Ali so v straneh stajice pokončne letvice z razmikom od 4,5 do 6,0 cm?	☐	☐
• Ali je mreža, napeta na straneh zložljive stajice / posteljice, gosto tkana z luknjicami, manjšimi od 7 mm?	☐	☐
• Ali ima zložljiva stajica / posteljica zaskočni mehanizem, ki se avtomatično zapre, ko postavimo stajico ali posteljico v položaj za uporabo?	☐	☐
• Ali imate vse stranice pri zložljivi stajici dvignjene v položaj za uporabo, tudi kadar otroka ni v stajici?	☐	☐
Ograjica za stopnice	Da	Ne
• Ali imate na vrhu in na dnu stopnic nameščeno po eno ograjico za stopnice?	☐	☐
• Ali imate na vrhu stopnic montirano ograjico z vijačenjem v steno, da ne popusti pod težo otroka?	☐	☐
• Ali je razmik med navpičnimi prečkami ograjice manjši od 6,5 cm, spodnji rob ograjice pa je 2,5 – 5,0 cm nad tlemi?	☐	☐
• Ali je ograjica na zgornjem robu brez odprtín v obliki črke V in brez odprtín v obliki kare ali diamanta med letvicami?	☐	☐
• Ali imate ograjice za stopnice zaprte vedno, ko je otrok doma?	☐	☐

Če je odgovor »Ne«, je treba ukrepati!

	Da	Ne
Kopalni ležalnik		
• Ali veste, da se uporabo kopalnega ležalnika odsvetuje, ker lahko poveča tveganje otroka, da se utopi?	☐	☐
• Ali otroka v kopalni kadi vedno držite z rokami, tudi če je nameščen v kopalnem ležalniku?	☐	☐
Detektor dima in ogljikovega monoksida (CO)		
• Ali imate detektorje za dim v vsakem nadstropju večnadstropne hiše in v vsaki spalnici?	☐	☐
• Če imate doma kurišče ali gorilno napravo, ali ste montirali detektorje za CO v prostorih, kjer imate kurišče ali gorilno napravo, in tam, kjer se dlje časa zadržujete (spalnica, kuhinja, dnevna soba)?	☐	☐
Otroški voziček		
• Ali ima košara vozička ravno dno in brez naklona, športni del vozička pa hrbtni del naslonjala, ki se lahko povsem položi tako, da je dno vozička ravno in brez naklona?	☐	☐
• Ali ima voziček 5-točkovni sistem varnostnih pasov (pasove okrog pasu, za med noge in ramenske pasove), s katerimi je otrok v vozičku vedno pripet?	☐	☐
• Ali ima dobro delujoče zavore na dveh kolesih in varovalo, ki preprečuje, da bi se voziček zložil medtem, ko je v njem otrok?	☐	☐
Otroški avtomobilski sedež		
• Ali imate sedež primeren otrokovi starosti, teži in velikosti (sedež iz skupine 0+ za otroke od rojstva do 8.-10. meseca oz. do 13 kg telesne teže)?	☐	☐
• Ali ima sedež (iz skupine 0+) 3-točkovni sistem varnostnih pasov, s katerimi je otrok v sedežu vedno pripet, z možnostjo prilagajanja višine zgornjih trakov glede na velikost otroka in dobro bočno oporo za glavo?	☐	☐
• Ali je rabljen sedež star manj kot 5 let in ni bil nikoli udeležen v prometni nezgodi?	☐	☐

Če je odgovor »Ne«, je treba ukrepati!

	Da	Ne
Hojca		
• Ali veste, da se uporabo hojce odsvetuje, ker ne vpliva ugodno na otrokov razvoj in poveča tveganje otroka za poškodbe?	☐	☐
Kopalni stolček		
• Ali veste, da se uporabo kopalnega stolčka odsvetuje, ker lahko poveča tveganje otroka, da se utopi?	☐	☐
• Ali je otrok v kopalni kadi vedno pod nadzorom odrasle osebe, tudi če je nameščen v kopalnem stolčku?	☐	☐
Opeklina		
• Ali imate na vodovodni armaturi v kopalni kadi nameščen termostat za nastavitev temperature vode , ki je nastavljen na največ 50° Celzija?	☐	☐
Zadulitve in zastrupitve		
• Ali imate predmete in igrače, katerih premer je manjši od 3 cm, shranjene v omarah ali predalih, ki so zaklenjeni s ključem ali opremljeni z mehanizmom-zatičem , da jih otroci ne morejo odpreti?	☐	☐
• Ali imate zdravila in gospodinjske kemikalije, shranjene v omarah ali predalih, ki so zaklenjeni s ključem ali opremljeni z mehanizmom-zatičem , da jih otroci ne morejo odpreti?	☐	☐
• Ali kupite gospodinjske kemikalije v plastenkah z dvofaznim zapiranjem (zamašek je treba hkrati potisniti navzdol in ga zavrteti), česar pa majhni otroci ne zmorejo?	☐	☐
Stik z električnim tokom		
• Ali imate vse vtičnice prekrite z varnostnimi žiltniki za električne vtičnice?	☐	☐
Otroški voziček		
• Ali je hrbtni del naslonjala vedno dvignjen v povsem pokončni položaj (pod kotom 90°), otrok pa ima stopala položena na naslon za noge?	☐	☐
• Ali ima voziček 5-točkovni sistem varnostnih pasov (pasove okrog pasu, za med noge in ramenske pasove), s katerimi je otrok v vozičku vedno pripet?	☐	☐

Če je odgovor »Ne«, je treba ukrepati!

III. KO ZAČNE OTROK HODITI, DODATNO PREVERITE:

Padci z okna in balkona	Da	Ne
• Ali imate na oknih in balkonskih vratih nameščene varnostne mehanizme , ki omogočajo, da se okno ali balkonska vrata odprejo samo za 8 do 10 cm?	☐	☐
• Ali so razmiki med navpičnimi prečkami in druge odprtine na balkonski ograji take velikosti, da malček ne more potisniti glave skozi nje?	☐	☐
• Ali so stoli in ostalo pohištvo prestavljeni stran od oken in balkonskih ograj?	☐	☐
Zaščitna ograjica za štedilnik		
• Ali imate zaščitno ograjico za štedilnik , ki se namesti na štedilnik tako, da otrok ne more doseči posod na njem?	☐	☐
Domači bazen		
• Ali je otrok ob nezavarovanih vodnih površinah vedno pod nadzorom odrasle osebe?	☐	☐
• Ali je bazen z vseh štirih strani obdan z ograjo tako, da je bazen popolnoma ločen od hiše in dvorišča?	☐	☐
• Ali je ograja visoka najmanj 120 cm, vrata ograje se samodejno zapirajo z avtomatsko ključavnico , razmik med navpičnimi prečkami pa je tak, da malček ne more potisniti glave skozi nje?	☐	☐
• Ali pri uporabi samostojnega plastičnega bazena dosledno upoštevate navodila proizvajalca za varno uporabo in po koncu uporabe vsak dan pospravite stopnice za vstopanje v bazen zunaj dosega otrok?	☐	☐
• Ali iz bazena odstranite vse igrače takoj, ko se otrok z njimi ne igra več?	☐	☐
Otroški avtomobilski sedež		
• Ali imate sedež primeren otrokovi starosti, teži in velikosti (sedež iz skupine 1 za otroke od 8 mesecev do 4 leta oz. od 9 do 18 kg telesne teže)?	☐	☐
• Ali ima sedež 5-točkovni sistem varnostnih pasov, s katerimi je otrok v sedežu vedno pripet?	☐	☐
• Ali je rabljen sedež star manj kot 5 let in ni bil nikoli udeležen v prometni nezgodi?	☐	☐

PRILOGA 8

Obvestilo patronažne medicinske sestre izbranemu pediateru

	SKUPAJ ZA ZDRAVJE	
---	------------------------------	--

Zdravstveni dom: _____
Patronažna služba

Izbrani pediater: _____
Prva posvetovalnica: _____

OBVESTILO PATRONAŽNE MEDICINSKE SESTRE IZBRANEMU PEDIATRU

Ime in priimek novorojenčka: _____ Datum rojstva: _____

Ime in priimek matere: _____

Naslov: _____

Porodna teža: _____ Odpustna teža: _____ Datum odpusta: _____

Stanje novorojenčka ob odpustu: _____

POROČILO O SPREMLJANJU NOVOROJENČKA NA DOMU:

Datum prvega obiska: _____

Tesna teža ob prvem tehtanju dne: _____ ob zadnjem tehtanju dne: _____
teža: _____ teža: _____

Popek: _____

Koža: _____

Hranjenje: _____

Drugo: _____

POSEBNOSTI PRI OTROČNICI: _____

DRUŽINA:

Število članov gospodinjstva: _____

Sorojenci:

starost: ____ obiskuje vrtec/šolo: da ne starost: ____ obiskuje vrtec/šolo: da ne

starost: ____ obiskuje vrtec/šolo: da ne starost: ____ obiskuje vrtec/šolo: da ne

starost: ____ obiskuje vrtec/šolo: da ne starost: ____ obiskuje vrtec/šolo: da ne

Bivanjske razmere: urejene neurejene (premajhno stanovanje, neprimerno)

Kajenje v stanovanju: da ne

Škodljiva raba alkohola ali drog v družini: da ne

Posebna opazanja: (posebnosti v družinskih odnosih, dolgotrajna brezposelnost, revščina, morebitne duševne bolezni, nasilje,...): _____

Datum: _____

Podpis: _____

PRILOGA 9

Dokument Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa
»Kakovostno starševstvo za zdrav začetek«

**NAČRT ZA SPREMLJANJE IN EVALVACIJO PILOTNEGA TESTIRANJA
POSODOBLJENEGA PROGRAMA »KAKOVOSTNO STARŠEVSTVO ZA ZDRAV
ZAČETEK«**

Pripravili: Sonja Tomšič, Victoria Zakrajšek, Mirna Macur

Verzija 1

Ljubljana, 4.3.2015

1 Uvod

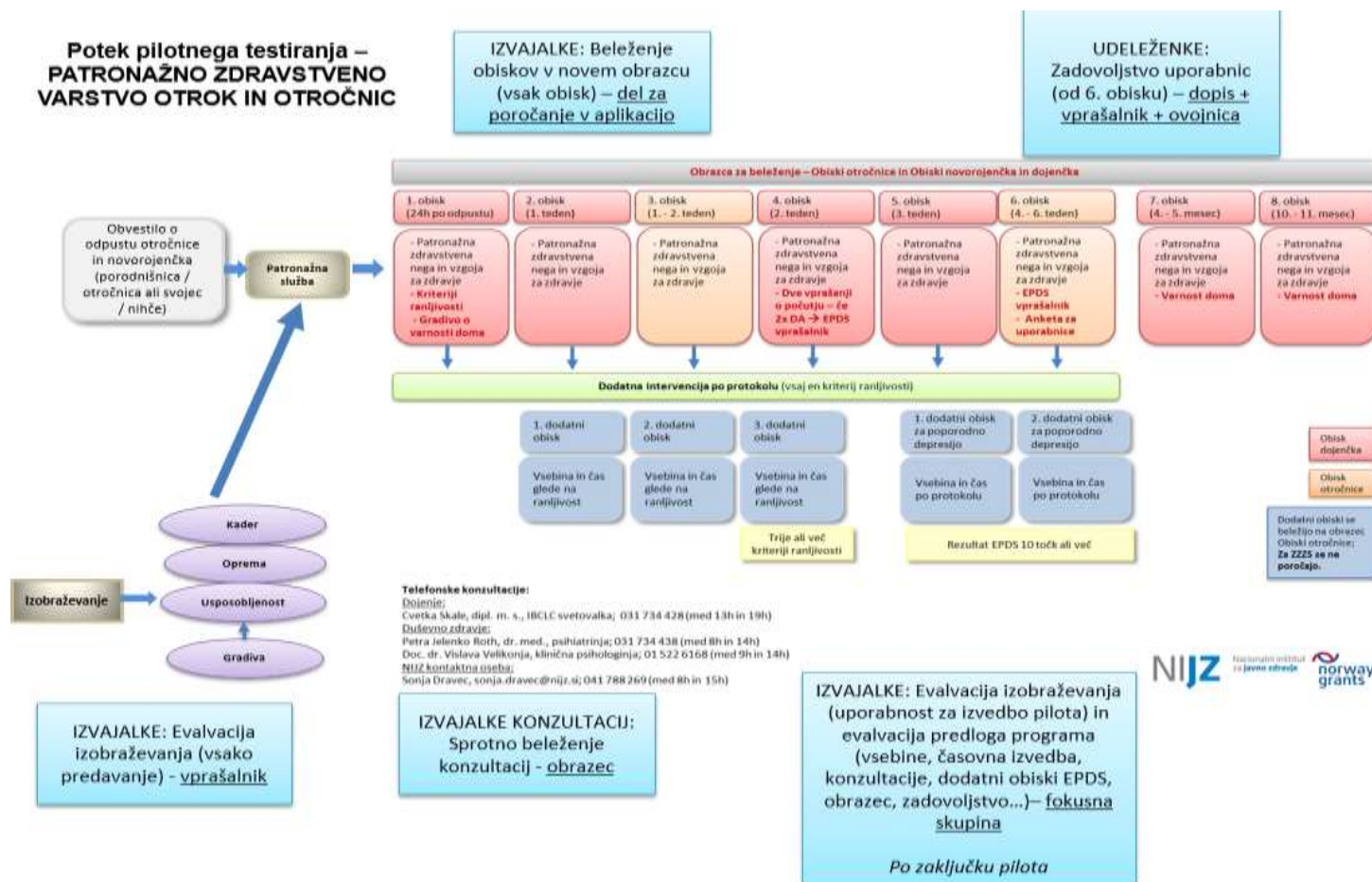
Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) v okviru programa Norveškega finančnega mehanizma 2009–2014 vodi vnaprej opredeljen projekt „Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju“ s krajšim imenom „Skupaj za zdravje“. Projekt poteka v sodelovanju s projektnim partnerjem Norveškim inštitutom za javno zdravje (Norwegian Institute of Public Health - FHI) in slovenskimi strokovnjaki v preventivnem zdravstvenem varstvu, predstavniki strokovnih združenj ter izvajalci zdravstvene dejavnosti. V sklopu projekta »Skupaj za zdravje« se prenavlja program »Patronažno zdravstveno varstvo novorojenčka, dojenčka in otročnice«.

1.1 Osnovne informacije o pilotnem testiranju

Predlog prenovljenega programa patronažnega varstva je osem obiskov patronažne medicinske sestre na domu otročnice in otroka v prvem letu starosti, med katerimi je šest obiskov namenjenih otroku in dva otročnici. Prvi obisk naj bi bil izveden 24 ur po odpustu novorojenčka iz porodnišnice, nato pet obiskov v prvem mesecu po rojstvu, sedmi obisk v 4.–5. mesecu ter osmi obisk v 10.–11. mesecu po rojstvu. Za pilotno testiranje je pripravljena shema vsebin posameznih obiskov, večji poudarek kot do sedaj je namenjen predvsem na področju ugotavljanju duševnega stanja otročnice ter preprečevanju poškodb in ugotavljanju varnosti doma. Izvajalke se bodo pred izvajanjem pilota na terenu usmerjeno izobraževale po pripravljenem programu izobraževanja, kjer bodo prejela tudi strokovna gradiva glede najbolj perečih strokovnih vprašanj.

Pripravljeni so tudi posodobljeni obrazci za beleženje strokovnih ugotovitev in obrazci za sporočanje opažanj patronažne medicinske sestre izbranemu pediatru. V pilotnem testiranju bodo izvajalke v patronažnem zdravstvenem varstvu ugotavljale ali je otročnica oziroma otrok ogrožen zaradi posebnih ranljivosti za kar so pripravljene enotni kriteriji ranljivosti. V primeru opažanja dveh ali več kriterijev ranljivosti je predvidena stopnjevana intervencija z dodatnimi obiski (dva oziroma trije, kadar je kriterijev ranljivosti več kot tri). Za stopnjevano intervencijo so predvidene tudi aktivnosti, ki naj bi jih patronažna medicinska sestra izvedla. V času trajanja pilota bodo izvajalkam po telefonu na voljo tudi zunanje svetovalke s področja dojenja in duševnega zdravja. Shematični potek pilotnega izvajanja posodobljenega programa preventivnega patronažnega varstva novorojenčka, dojenčka in otročnice je prikazan na sliki 1, podrobneje pa je predstavljen v dokumentu »Protokol pilotne izvedbe posodobljenih preventivnih obiskov medicinskih sester v patronažnem varstvu v prvem letu starosti otroka s stopnjevano intervencijo – Kakovostno starševstvo za zdrav začetek«.

**Potek pilotnega testiranja –
PATRONAŽNO ZDRAVSTVENO
VARSTVO OTROK IN OTROČNIC**



Slika 1. Potek pilotnega testiranja – Patronažno preventivno zdravstveno varstvo otrok in otročnic

1.2 Deležniki

V pilotnem testiranju posodobljenega programa preventivnega patronažnega zdravstvenega varstva bodo sodelovale vse medicinske sestre v patronažnem zdravstvenem varstvu Zdravstvenega doma Celje in Zdravstvenega doma Sevnica. Pilot bo potekal od 1.2.2015 do 30.9.2015.

V izvedbo pilota bodo vključene vse otročnice, ki bodo v času pilota imele predviden obisk v sklopu preventivne patronažne dejavnosti in je njihov otrok mlajši od 1 leta starosti. Vključene bodo s prvim preventivnim obiskom opravljenim v obdobju poteka pilota. Udeleženke bodo s strani izvajalk ustno seznanjene o poteku posodobljenega programa in zaprosene za sodelovanje pri evalvaciji posodobljenega programa s pomočjo anonimnega pisnega vprašalnika.

Izvajalkam so ves čas trajanja pilota na voljo dodatne strokovnjakinje – svetovalke, ki jih lahko kontaktirajo preko telefona v primeru dilem oziroma vprašanja, ki jih ne znajo razrešiti. Svetovalke svetujejo na področju dojenja (ena) in področju duševnega zdravja (dve).

1.3 Namen posodobitve

Namen posodobitve programa preventivnega patronažnega zdravstvenega varstva otročnice in otroka v prvem letu starosti je:

- Posodobitev in poenotenje načina izvedbe preventivnih obiskov v Sloveniji,
- Posodobitev strokovnih vsebin obiskov s posebnim poudarkom na duševnem zdravju otročnic, podpori dojenju in varnosti doma,
- Možnost dodatne – stopnjevane intervencije za ranljivejšo populacijo otročnic in novorojenčkov oziroma dojenčkov z možnostjo dodatnih obiskov.

1.4 Osnovni cilji pilotnega testiranja

Osnovni cilji pilotnega testiranja posodobljenega programa preventivnega patronažnega zdravstvenega varstva novorojenčka, dojenčka in otročnice so:

1. Ali je pripravljen program izobraževanja za izvajalce ustrezen (vsebine, predavatelji, oblika izobraževanj, časovni obseg, ustreznost gradiv, relevantnost tem, uporabnost pri delu, dodatni predlogi vsebin, kjer izvajalke potrebujejo dodatno znanje)?
2. Ali so pripravljena strokovna gradiva za izvajalke ustrezna (uporabna...)?
3. Ali je prijava odpusta otroka PZV časovno ustrezna?
4. Ugotoviti, kdo prijavi otroka PZV?
5. Ali je predvidena časovna razporeditev obiskov ustrezna?

6. Ali je predvidena vsebina obiskov ustrezna?
7. Kako je nov predlog obiskov sprejet pri uporabnicah (vsebine obiskov, število obiskov...)?
8. Kolikšen je delež oseb, ki ustreza kriterijem ranljivosti in katerim?
9. Ali so dodatni obiski dobro sprejeti pri ranljivih uporabnicah?
10. Kakšne so težave pri izvedljivosti EPDS vprašalnika (časovni obseg, sprejetost pri ženskah, način beleženja, način izračunavanja, svetovanje oziroma napotovanje...)?
11. Kolikšen delež žensk ima pozitiven presejalni test za duševne težave in kam so napotene?
12. Ali je nov predlog beleženja zdravstvenih podatkov ustrezen (obseg podatkov, relevantnost...)?
13. Ali so bile dodatne strokovne konzultacije uporabne, dostopne, potrebne?

2 Metode raziskovanja

Za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja bodo uporabljene kvantitativne in kvalitativne metode raziskovanja.

Kvantitativne metode:

1. vprašalnik za slušatelje usposabljanja (izvajalke),
2. vprašalnik o zadovoljstvu uporabnic,
3. obrazci za sprotno zbiranje podatkov.

Kvalitativne metode:

4. fokusne skupine z izvajalkami
5. poglobljeni intervjuji s svetovalkami.

Spremljali bomo tako mnenje izvajalk kot tudi mnenje uporabnic.

Povezava med metodami raziskovanja in posameznimi cilji pilotnega testiranja je prikazana v preglednici 1.

Preglednica 1. Metode raziskovanja za posamezne cilje

Cilji pilotnega programa

1. Ali je pripravljen program izobraževanja za izvajalce ustrezen (vsebine, predavatelji, oblika izobraževanj, časovni obseg, ustreznost gradiv, relevantnost tem, uporabnost pri delu, dodatni predlogi vsebin, kjer izvajalke potrebujejo dodatno znanje)?
7. Kako je nov predlog obiskov sprejet pri uporabnicah (vsebine obiskov, število obiskov...)?
3. Ali je prijava odpusta otroka PZV časovno ustrezna?
4. Ugotoviti, kdo prijavi otroka PZV?
8. Kolikšen je delež oseb, ki ustreza kriterijem ranljivosti in katerim?
11. Kolikšen delež žensk ima pozitiven presejalni test za duševne težave in kam so napotene?
2. Ali so pripravljena strokovna gradiva ustrezna?
5. Ali je predvidena časovna razporeditev obiskov ustrezna?
6. Ali je predvidena vsebina obiskov ustrezna?
9. Ali so dodatni obiski dobro sprejeti pri ranljivih uporabnicah?
10. Kakšne so težave pri izvedljivosti EPDS vprašalnika (časovni obseg, sprejetost pri ženskah, način beleženja, način izračunavanja, svetovanje oziroma napotovanje...)?
12. Ali je nov predlog beleženja zdravstvenih podatkov ustrezen (obseg podatkov, relevantnost...)?
13. Ali so bile dodatne strokovne konzultacije uporabne, dostopne, potrebne?
13. Ali so bile dodatne strokovne konzultacije uporabne, dostopne, potrebne?

Metode raziskovanja

- Vprašalnik za slušatelje usposabljanja (izvajalke) – poglavje 2.1
- Vprašalnik o zadovoljstvu uporabnic – poglavje 2.2
- Obrazci za sprotno zbiranje podatkov – poglavje 2.3
- Fokusne skupine z izvajalkami – poglavje 2.4
- Poglobljeni intervjui s svetovalkami – poglavje 2.5

2.1 Vprašalnik za slušatelje usposabljanja (izvajalke)

Za evalvacijo izobraževanja izvajalk (cilj 1) bo uporabljen »**Vprašalnik za slušatelje usposabljanja**« (priloga I).

V vprašalniku je 19 vprašanj večinoma zaprtega tipa. Vprašalnik vsebuje kratek del o poklicni skupini udeleženca/ki in številu let na svojem področju dela, ter zajema vprašanja, ki se nanašajo na različne vsebinske sklope:

- ocena predavatelja,
- vsebina predavanj,
- oblika izvedbe in čas trajanja,
- koristnost oz. uporabnost informacij,
- splošno zadovoljstvo s predavanji.

Na koncu vprašalnika je tudi prostor za komentarje in predloge udeležencev o izobraževanju, ki so se ga pravkar udeležili.

Vprašalniki za slušatelje usposabljanja so v obliki lista papirja v formatu A4 (enostransko). Vprašalnike bodo udeleženke izpolnile na koncu vsakega posameznega vsebinskega predavanja (andragoški pristopi, dojenje, duševne težave v obporodnem obdobju, komunikacija, telesna aktivnost, preprečevanje poškodb, rokovanje z dojenčkom, akutna stanja v poporodnem obdobju). Izpolnjevanje bo pisno in anonimno, zbiranje izpolnjenih vprašalnikov bo potekalo sproti s strani osebja NIJZ v zbirno škatlo. Odgovori vprašalnikov bodo pretvorjeni v elektronsko obliko na NIJZ, kjer bo pripravljena tudi vnosna maska. Iz elektronskih podatkov bo pripravljena SPSS baza, ki bo uporabljena za analize.

2.2. Vprašalnik o zadovoljstvu uporabnic

Mnenje obravnavanih otročnic o posodobljenem programu preventivnega patronažnega varstva (cilj 7) bomo pridobili s samoizpolnitvenim »**Vprašalnikom o patronažnih obiskih po porodu**« (priloga II). Vprašalnik vsebuje 24 vprašanj, večinoma zaprtega tipa. Vprašanja se nanašajo na naslednje sklope:

- oblika izvedbe in čas trajanja,
- ocena patronažne medicinske sestre, ki je izvajala obisk,
- vsebina obiskov,
- koristnost oz. uporabnost informacij in nasvetov,
- praktična pomoč pri rokovanju z dojenčkom,

- splošno zadovoljstvo z obiski.

Poleg tega vprašalnik vsebuje nekaj splošnih vprašanj o otročnici (starost, socialno-ekonomski položaj).

Vprašalniki o patronažnih obiskih po porodu so v obliki lista papirja v formatu A4 (obojestransko). Vprašalniki so pisni in anonimni. Otročnicam bo vprašalnik predala patronažna medicinska sestra na šestem obisku po porodu, skupaj s spremnim pismom s prošnjo za sodelovanje (priloga III) in frankirano ovojnico naslovljeno na NIJZ. Odgovori vprašalnikov bodo pretvorjeni v elektronsko obliko na NIJZ, kjer bo pripravljena vnosna maska. Iz elektronskih podatkov bo pripravljena SPSS baza, ki bo uporabljena za analize.

2.3 Sprotno beleženje podatkov

Med potekom pilota bodo izvajalke beležile podatke o opravljenih obiskih in aktivnostih na **obrazec »Obisk otročnice«** (priloga IV) in **obrazec »Obisk novorojenčka in dojenčka«** (priloga V), ki sta bila pripravljena za pilotno izvajanje. Del podatkov v anonimizirani obliki bodo izvajalke po opravljenem obisku zabeležile v spletno aplikacijo (1KA). Prikaz nabora podatkov za vnos v aplikacijo se nahaja v prilogi – senčena polja na obrazcu »Obisk otročnice« in obrazcu »Obisk novorojenčka in dojenčka«. Spletna aplikacija za vnos podatkov je podrobneje opisana v dokumentu »Spletni obrazci v patronažnem zdravstvenem varstvu otročnic, novorojenčkov in dojenčkov«. Pred začetkom izvedbe pilotnega testiranja bodo vsem izvajalcem izročena metodološka navodila o pravilih beleženja in poročanja podatkov (Navodila za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja). Anonimizirane podatke o opravljenih obiskih bomo zbirali in analizirali na NIJZ. Iz tako pridobljenih podatkov bomo lahko odgovorili na cilje 3, 4, 8, 11.

Sprotno bodo podatke beležile tudi svetovalke (za področje dojenja in duševnega zdravja). Svetovalke bodo beležile podatke o številu kontaktov s strani izvajalk in vsebini težav s katerimi so se srečale. Obrazci za zabeležke posvetov s svetovalkami se nahajajo v prilogi VI. Po zaključku pilota bomo analizirali najpogostejše težave s katerimi so se srečevale izvajalke.

2.4 Fokusne skupine

Mnenje izvajalk o izobraževanju (cilj 1), pripravljenih strokovnih gradivih (cilj 2), možnostmi konzultacij, obrazcih za beleženje (cilj 12) in celotnem predlogu posodobljenega preventivnega programa (cilji 5, 6, 9, 10, 13) bomo pridobili na **fokusnih skupinah z izvajalkami** ob zaključku pilota. Razprava se bo nanašala na različne sklope. Fokusne skupine se bodo izvajale na lokacijah pilotnega testiranja – ZD Celje, ZD Sevnica in ZD Vrhnika. Vse izvajalke, ki so sodelovale v pilotu

bodo zaprošene za sodelovanje, v posamezni skupini bo sodelovalo največ 10 udeleženk. Pri izvajanju fokusnih skupin bo prisoten moderator/ica in pomočnik. Sogovornice bomo zaprosili za dovoljenje za snemanje pogovorov na avdio nosilec ter jim zagotovili tajnost osebnih podatkov. Ugotovitve s fokusnih skupin bodo analizirane s strani NIJZ.

- ustreznost in uporabnost izobraževanj,
- ustreznost in uporabnost strokovnih gradiv,
- časovna izvedljivost predloga,
- vsebinska izvedljivost predloga,
- zadovoljstvo izvajalk in uporabnikov,
- težave pri izvedbe srečanja,

2.5 Poglobljeni intervjuji s svetovalkami

Evalvacija možnosti konzultacij s področja duševnega zdravja in dojenja bo opravljena tudi s poglobljenimi intervjuji s svetovalkami ob koncu pilota, kjer bomo pridobili mnenja svetovalk glede opravljenega načina svetovanja.

3 Priloge

Priloga I. Vprašalnik za slušatelje usposabljanja

Priloga II. Vprašalnik o patronažnih obiskih po porodu

Priloga III. Spremno pismo za uporabnice s prošnjo za sodelovanje

Priloga IV. Obrazec »Obisk otročnice«

Priloga V. Obrazec »Obisk novorojenčka in dojenčka«

Priloga VI. Obrazec za zabeleške posvetov s svetovalkami

Hvala za vaš čas in sodelovanje!

Priloga II. Vprašalnik o patronažnih obiskih po porodu**Vprašalnik o patronažnih obiskih po porodu**

Prosimo, da izpolnjen vprašalnik pošljete v priloženi ovojnici na Nacionalni inštitut za javno zdravje.

Spoštovani,

patronažna medicinska sestra vas je od odpusta iz porodnišnice do danes večkrat obiskala. Zanima nas, kako ste bili zadovoljni s pogostnostjo, trajanjem in časovno razporeditvijo obiskov.

1. Koliko krat vas je (vključno z današnjim obiskom) obiskala patronažna medicinska sestra:

_____krat

2. Kako ste bili zadovoljni s številom obiskov? (obkrožite le en odgovor)

Opravljenih obiskov se mi je zdelo:

1. Čisto premalo;
2. Premalo;
3. Ravno prav;
4. Preveč;
5. Čisto preveč;
6. Obiskov patronažne medicinske sestre si sploh ne želim.

3. Kako ste bili zadovoljni s časovno razporeditvijo obiskov? (obkrožite le en odgovor)

Z razporeditvijo obiskov sem bila zadovoljna:

1. Da;
2. Ne, raje bi več obiskov v prvem tednu;
3. Ne, raje bi več obiskov kasneje;
4. Ne, drugo:_____.

4. Koliko časa je v povprečju trajal posamezni obisk patronažne medicinske sestre?

_____minut

5. Kako ste bili zadovoljni s povprečnim trajanjem obiskov? (obkrožite le en odgovor)

V povprečju so se mi zdeli obiski:

1. Zelo prekratki;
2. Prekratki;
3. Ravno pravšnji;
4. Predolgi;
5. Zelo predolgi.

OBRNITE ➔

Navedli bomo nekaj izjav o delu patronažne medicinske sestre. Prosimo, da se do njih opredelite.

Na naslednja vprašanja odgovorite tako, da v vsaki vrstici obkrožite ustrezno številko.

V celoti se
strinjam

Sploh se ne
strinjam

6. Patronažna medicinska sestra je bila spodbudna.	5	4	3	2	1
7. Nasveti o negi dojenčka so mi zadostovali.	5	4	3	2	1
8. Praktična pomoč pri negi dojenčka mi je zadostovala.	5	4	3	2	1
9. Nasveti o ravnanju z dojenčkom (dvigovanje, obračanje ...) so mi zadostovali.	5	4	3	2	1
10. Praktična pomoč pri ravnanju z dojenčkom (dvigovanje, obračanje ...) mi je zadostovala.	5	4	3	2	1
11. Nasveti o dojenju so mi zadostovali.	5	4	3	2	1
12. Praktična pomoč pri dojenju mi je zadostovala.	5	4	3	2	1
13. Nasveti glede organizacije družinskega življenja so bili koristni.	5	4	3	2	1
14. Nasveti glede preprečevanja poškodb in varnosti doma so bili koristni.	5	4	3	2	1
15. Ostali nasveti in informacije patronažne medicinske sestre so mi zadostovali.	5	4	3	2	1
16. Patronažno medicinsko sestro sem lahko vprašala, kar me je zanimalo.	5	4	3	2	1

17. Ali ste s strani patronažne medicinske sestre kaj pogrešali? (izpolnite lahko več odgovorov)

1. Da, nasvete in informacije. Prosimo, napišite katere: _____
2. Da, praktično pomoč. Prosimo, napišite pri čem: _____
3. Da, drugo. Prosimo, napišite kaj ste še pogrešali: _____
4. Ne, nič nisem pogrešala.

18. Kako ste bili na splošno zadovoljni s kakovostjo patronažnih obiskov ?

Zelo zadovoljna

Zelo nezadovoljna

5 4 3 2 1

Zanima nas še vaše mnenje o **gradivu za preverjanje varnosti doma**, ki ste ga prejeli.

19. Ali je bilo gradivo razumljivo?

Povsem razumljivo

Povsem nerazumljivo

5 4 3 2 1

20. Ali je bilo gradivo uporabno?

Zelo uporabno

Zelo neuporabno

5 4 3 2 1

Prosimo, navedite še nekaj splošnih podatkov o vas:

21. Leto rojstva: _____

22. Dokončana izobrazba (obkrožite le en odgovor):

1. Brez šolske izobrazbe
2. Nepopolna osnovnošolska izobrazba
3. Osnovnošolska izobrazba
4. Nižja in srednja poklicna izobrazba
5. Srednja strokovna izobrazba
6. Srednja splošna izobrazba
7. Višja strokovna izobrazba, višješolska izobrazba ipd.
8. Visokošolska strokovna izobrazba ipd. (1. bolonjska st.)

23. Kako shajate s celotnimi družinskimi prihodki vključno z morebitnimi socialnimi prejemki, štipendijo, pokojnino...? (obkrožite le en odgovor)

1. Ne moremo pokriti običajnih potreb
2. Težko pokrijemo običajne potrebe
3. Pokrijemo običajne potrebe, vendar ne moremo nič prihraniti
4. Pokrijemo običajne potrebe in uspemo nekaj prihraniti

Za vaš čas in trud se vam najlepše zahvaljujemo.

Nacionalni inštitut za javno zdravje

- 9. Visokošolska univerzitetna izobrazba ipd. (2. bolonjska st.)
- 10. Specializacija
- 11. Magisterij znanosti
- 12. Doktorat znanosti

- 5. Del dohodka zlahka prihranimo in gre v
prihranke ali vlaganja
- 8. Drugo: _____

24. Ali nam želite še karkoli sporočiti? _____

Priloga III. Spremno pismo za uporabnice s prošnjo za sodelovanje

Številka: 1810-40/15-1/326
Ljubljana, 3.3. 2015

Povabilo k sodelovanju

CENTER ZA UPRAVLJANJE PROJEKTOV
IN RAZISKOVALNO DEJAVNOST

Trubarjeva 2
SI-1000 Ljubljana
t +386 1 2441 400
f +386 2 2441 447
www.nijz.si
info@nijz.si
ID DDV:
SI 4724535
TRR: 011006000043188

Spoštovana mamica,

Nacionalni inštitut za javno zdravje v okviru projekta »Za boljše zdravje in zmanjševanje neenakosti v zdravju – Skupaj za zdravje (www.skupajzazdravje.si)« pripravlja prenovno preventivnega patronažnega varstva novorojenčka, dojenčka in otročnice.

V preteklih tednih vas je večkrat obiskala patronažna medicinska sestra in od vas **želimo izvedeti vaše izkušnje, mnenje in zadovoljstvo s temi obiski**. Vaše izkušnje so za nas izredno pomembne in dragocene, saj bomo lahko le na osnovi vaših odgovorov prilagodili predlog preventivnih obiskov patronažnih medicinskih sester tako, da bodo ti obiski kar najbolj ustrezali željam uporabnic.

Prosim vas, da izpolnite kratek vprašalnik o opravljenih patronažnih obiskih vas in vašega dojenčka po odpustu iz porodnišnice. Vprašalnik je anonimen, nikjer vam ni potrebno vpisati imena in priimka, izpolnjevanje pa vam bo vzelo le nekaj minut časa. Izpolnjen vprašalnik preprosto vložite v ovojnico z našim naslovom (poština je že plačana) in jo oddajte v nabiralnik ali na pošto.

Če bi nas želeli karkoli povprašati, nas lahko kontaktirate na: sonja.dravec@nijz.si ali na 041 788 269.

Želimo vam vse dobro in se vam hkrati zahvaljujemo za sodelovanje.

S spoštovanjem,

Polonca Truden Dobrin, dr. med. MSc
spec. epidemiologije, spec. javnega zdravja

Vodja delovnega sklopa za otroke in mladostnike
Nacionalni inštitut za javno zdravje

Priloga IV. Obrazec »Obisk otročnice«

OBISKI OTROČNICE		Projekt »Skupaj za zdravje« - Priloga 6	
Ime in priimek matere: _____ Naslov: _____ Tel. št.: _____ EMŠO: _____ KZZ: _____		Ime in priimek otrok/a: _____ Drugi družinski člani v gospodinjstvu: -partner: _____ -sorojenci: _____ -drugi: _____	
Datum rojstva otročnice: _____ Izobrazba: _____ (vnesite št. iz šifranta na drugi strani) Število porodov: _____ Število otrok: _____ Obisk šole za bodoče starše (kadarkoli): - da - ne - delno Kronične nenalezljive bolezni: _____ Izbrani ginekolog: _____		Datum poroda: _____ Hb po porodu: _____ Potek poroda: - vaginalni - carski rez Posebnosti pri porodu: _____ Posebnosti poporodnega obdobja: _____ Terapija ob odpustu: _____	
Prvi obisk (1. – 2. teden) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____ OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA: VITALNE FUNKCIJE: RR _____ tel. temp. _____ KS _____ POČUTJE: - bp - utrujenost - otožnost - tesnoba, strahovi Drugo: _____ DOJENJE: - da - delno* - ne* (*razlog: _____) Posebnosti: - z nastavkom - drugo: _____ BRADAVICE: - bp - vdrtje - sploščene Zapleti: - ragade - krvaveče - drugo: _____ DOJKE: - bp - boleče - trde - vnete - drugo: _____ UTERUS - krčenje: - da - ne POŠKODBA (presredek, vagina, anus): - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma EPIZIJOTOMIJA: - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma RANA PO CARSKEM REZU: - bp - vneta - dehiscenca ČIŠČA: količina: - bp - obilna - zastoj barva: - rdeča - rjava - svetla vonj: - bp - smrdeča URINIRANJE: - bp - pogosto - pekoče - zastoj - inkontinenca ODVAJANJE: - bp - zaprtje - driska - drugo: _____ OŽILJE: hemeroidi: - ne - da - ukrep: _____ varice nog: - ne - da - edem - kompresija ZDRAVSTVENO VZGOJNO DELO: • pomen čustvene in psihične podpore s strani družine • pomen izražanja čustev med družinskimi člani • varno okolje • izločanje otročnice • zdrava prehrana in vnos tekočine • trening za krepitev mišic medeničnega dna • spanje in počitek • ravnanje z novorojenčkom (handling) • nega novorojenčka • pomen dojenja in materinega mleka • tehnike dojenja in pristavljanja otroka • priprava adaptiranega mleka • obisk pri ginekologu Ostalo: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____		Drugi obisk (4. – 6. teden) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____ OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA: VITALNE FUNKCIJE: RR _____ tel. temp. _____ KS _____ POČUTJE: - bp - utrujenost - otožnost - tesnoba, strahovi Drugo: _____ DOJENJE: - da - delno* - ne* (*razlog: _____) Posebnosti: - z nastavkom - drugo: _____ BRADAVICE: - bp - vdrtje - sploščene Zapleti: - ragade - krvaveče - drugo: _____ DOJKE: - bp - boleče - trde - vnete - drugo: _____ UTERUS - krčenje: - da - ne POŠKODBA (presredek, vagina, anus): - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma EPIZIJOTOMIJA: - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma RANA PO CARSKEM REZU: - bp - vneta - dehiscenca ČIŠČA: količina: - končana - bp - obilna - zastoj barva: - rdeča - rjava - svetla vonj: - bp - smrdeča URINIRANJE: - bp - pogosto - pekoče - zastoj - inkontinenca ODVAJANJE: - bp - zaprtje - driska - drugo: _____ OŽILJE: - hemeroidi: - ne - da - ukrep: _____ - varice nog: - ne - da - edem - kompresija ZDRAVSTVENO VZGOJNO DELO: • pomen čustvene in psihične podpore s strani družine • pomen izražanja čustev med družinskimi člani • varno okolje • zdrava prehrana in vnos tekočine • trening za krepitev mišic medeničnega dna • spanje in počitek • pomen dojenja in spodbujanje k nadaljevanju • shranjevanje materinega mleka • priprava adaptiranega mleka • spolno življenje in kontracepcija • obisk pri ginekologu • telesna dejavnost po porodu Ostalo: _____ PRESEJANJE NA POPORODNO DEPRESIJO (EPDS): - da - ne - rezultat: _____ - ukrepi: _____ Podpis: _____ BPI št.: _____	
Zaporedna številka primera Geslo za vnos podatkov			

KRITERIJI RANLJIVOSTI:**Otročnica**

1. Starost manj kot 20 let
2. Priseljenska (v Sloveniji manj kot 1 leto oziroma se ne sporazumeva v slovenskem jeziku)
3. Ženska, ki ni nikoli obiskovala šole za bodoče starše
4. Ženska s posebnimi potrebami (slepa, slabovidna, gluha, gibalno ovirana, ...)
5. Ženska z učnimi težavami, ne pismena, duševno manj razvita (nima končane OŠ ali je obiskovala OŠ s prilagojenim programom, ...)
6. Ženska s kronično boleznijo ali drugimi bolezenskimi stanji, ki vplivajo na možnost skrbi zase in novorojenčka
7. Ženska z boleznijo zasvojenosti (nedovoljene droge, alkohol, psihotropna zdravila in druge oblike)
8. Ženska z drugo znano duševno boleznijo (shizofrenija, bipolarna motnja, depresija, generalizirana anksiozna motnja, idr.)
9. Ženska s pozitivnim rezultatom na presejalnem testu za poporodno depresijo (rezultat EPDS 10 ali več)
10. Ženska, ki ni uspela vzpostaviti dojenja, oziroma je prenehala dojeti prej kot 6 tednov po porodu

Otrok

11. Nedonošenček rojen pred 34. tednom gestacije
12. Otrok z nizko porodno težo ob terminu - zahranček (< 2500 g pri 37. tednih gestacije ali več)
13. Otrok s prirojeno anomalijo, kronično boleznijo ali trajno prizadetostjo (genetske bolezni, cerebralna paraliza, ...)
14. Podaljšano celjenje popka
15. Zlatenica
16. Težave pri dojenju/hranjenju

Družina

17. Družina v hudi socialno-ekonomski stiski (prejemniki denarne socialne pomoči, prejemniki pomoči RK, Karitas, ZPM in drugih nevladnih organizacij, ...)
18. Neustrezni bivalni pogoji (elektrika, voda, ogrevanje, vlaga, prenatrpanost)
19. Ženska, ki ni v partnerski zvezi in nima ustrezne druge socialne opore
20. Partner z boleznijo zasvojenosti ali drugo neurejeno duševno boleznijo
21. Nasilje v družini (že znana situacija ali sum na nasilje v družini)
22. Nedavna smrt družinskega člana ali huda bolezen v družini
23. Oče ali drug družinski član, ki skrbi za dojenčka (v primeru hude bolezni ali smrti matere)

Šifrant najvišje dosežene izobrazbe (SURS):

1. Brez šolske izobrazbe
2. Nepopolna osnovnošolska izobrazba
3. Osnovnošolska izobrazba
4. Nižja in srednja poklicna izobrazba
5. Srednja strokovna izobrazba
6. Srednja splošna izobrazba
7. Višja strokovna izobrazba, višješolska izobrazba ipd.
8. Visokošolska strokovna izobrazba ipd. (1. bolonjska st.)
9. Visokošolska univerzitetna izobrazba ipd. (2. bolonjska st.)
10. Specializacija
11. Magisterij znanosti
12. Doktorat znanosti
88. Otroci do 14 let
99. Neznano

DODATNI OBISKI

Prvi dodatni obisk - datum: _____

Intervencije: _____

Podpis: _____ BPI št.: _____

Drugi dodatni obisk - datum: _____

Intervencije: _____

Podpis: _____ BPI št.: _____

Tretji dodatni obisk - datum: _____

Intervencije: _____

Podpis: _____ BPI št.: _____

Dodatni obisk pri pozitivnem presejalnem testu (EPDS) - prvi - datum: _____

PONOVO PRESEJANJE NA POPORODNO DEPRESIJO (EPDS):

- da - ne - rezultat: _____

Intervencije: _____

Podpis: _____ BPI št.: _____

Dodatni obisk pri pozitivnem presejalnem testu (EPDS) - drugi - datum: _____

Intervencije: _____

Podpis: _____ BPI št.: _____

Zaporedna številka primera

Geslo za vnos podatkov

Priloga V. Obrazec »Obisk novorojenčka in dojenčka«

OBISKI NOVOROJENČKA IN DOJENČKA		Projekt »Skupaj za zdravje« - Priloga 7	
Ime in priimek otroka: _____		Izbrani pediater: _____	
Ime in priimek matere: _____		Prva posvetovalnica (datum): _____	
		Naročene kontrole: _____	
Datum rojstva: _____ Kraj rojstva: _____		Spol otroka: ☐ M ☐ Ž Gestacija: _____ Apgar: ____/____/____	
Datum odpusta: _____ Datum prijave PZV: _____		Porodna teža: _____ Dolžina: _____	
Prijavitelj: - porodnišnica - otročnica/svojci - drugo		Odpustna teža: _____ Obseg glave: _____	
		UZ kolkov: D ____ / L ____ Kontrola UZ kolkov: D ____ / L ____	
Prvi obisk (24 ur po odpustu) - datum: _____		ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE: • tehnika dojenja in prikaz pravilnega pristavljanja k prsim • pomen dojenja in spodbujanje za uspešno dojenje • težave pri dojenju in ukrepi ob tem • nega dojke ob morebitni prekinitvi dojenja • novorojenčkovo ležišče, previjalna miza, voziček ter mikroklima • čustvena in psihična podpora s strani družine in drugih oseb • zdrav način življenja v družini • nega novorojenčka • spremljanje ravnanja z novorojenčkom (handling) • nega popka in prikaz • izbira osebnega pediatra za novorojenčka	
Obisk ni bil možen (razlog): _____			
OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA NOVOROJENČKA: Popek: - bp - rosi - rdečina - se gnoji - granulira Odpadel: - da - ne Kdaj: _____ Čiščenje: - FR - alkohol Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem Zlatenica: - da - ne Dojenje: - bp - srednje - slabo (neučinkovito) - ne Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____ Blato: - bp - zeleno - sluzasto Pogostost odvajanja: _____ Količe: - ne - da Ukrepi: _____ Telesna teža: _____ Druge posebnosti: _____			
OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA MATERE: BRADAVICE: - bp - vdrte - sploščene Zapleti: - ragade - krvaveče - drugo: _____ DOJKE: - bp - boleče - trde - vneta - drugo: _____ UTERUS - krčenje: - da - ne POŠKODBA (presredek, vagina, anus): - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma EPIZOTOMIJA: - ne - bp - boleča - vneta - dehiscenca - hematoma RANA PO CARSKEM REZU: - bp - vneta - dehiscenca ČIŠČA količina: - bp - obilna - zastoj barva: - rdeča - rjava - svetla vonj: - bp - smrdeča Druge posebnosti: _____			
Posebnosti v družini: _____ _____ _____ _____ _____			
Izvršeno delo: _____ _____ _____ _____			
Podpis: _____ BPI št.: _____			
Drugi obisk (v prvem tednu) - datum: _____ Obisk ni bil možen (razlog): _____			
OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA NOVOROJENČKA: Popek: - bp - rosi - rdečina - se gnoji - granulira Odpadel: - da - ne Kdaj: _____ Čiščenje: - FR - alkohol Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem Zlatenica: - da - ne Dojenje: - bp - srednje - slabo (neučinkovito) - ne Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____ Blato: - bp - zeleno - sluzasto Pogostost odvajanja: _____ Količe: - ne - da Ukrepi: _____ Telesna teža: _____ Druge posebnosti: _____			
OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE: Posebnosti: _____			
Izvršeno delo: _____ _____ _____ _____			
Podpis: _____ BPI št.: _____			
<i>Opomba: Telesna teža ni obvezujoča meritev, služi kot orientacija pri napredovanju novorojenčka. Priporočljivo je, da jo zabeležimo vsaj 3 krat.</i>			
Zaporedna številka primera Geslo za vnos podatkov			

Tretji obisk (v drugem tednu) - datum: _____

Obisk ni bil možen (razlog): _____

OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA NOVOROJENČKA:

Popek: - bp - rosi - rdečina - se gnoji - granulira

Odpadela: - da - ne Kdaj: _____ Čiščenje: - FR - alkohol

Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem

Zlatenica: - da - ne

Dojenje: - bp - srednje - slabo (neučinkovito) - ne

Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____

Blato: - bp - zeleno - sluzasto Pogostost odvajanja: _____

Količe: - ne - da Ukrepi: _____

Telesna teža: _____

Druge posebnosti: _____

OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE (2 VPRAŠANJ):

Posebnosti: _____

Četrty obisk (v tretjem tednu) - datum: _____

Obisk ni bil možen (razlog): _____

OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA NOVOROJENČKA:

Popek: - bp - rosi - rdečina - se gnoji - granulira

Odpadela: - da - ne Kdaj: _____ Čiščenje: - FR - alkohol

Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem

Zlatenica: - da - ne

Dojenje: - bp - srednje - slabo (neučinkovito) - ne

Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____

Blato: - bp - zeleno - sluzasto Pogostost odvajanja: _____

Količe: - ne - da Ukrepi: _____

Telesna teža: _____

Druge posebnosti: _____

OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE:

Posebnosti: _____

Peti obisk (4. do 5. mesec) - datum: _____

Obisk ni bil možen (razlog): _____

OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA DOJENČKA:

Koža: - bp - suha - plenični izpuščaj - soor - akne - eritem

Dojenje: - da - delno* - ne* (*razlog: _____)

Adaptirano mleko: - ne - delno - da: _____

Telesna teža: _____ Dolžina: _____

Gibalni razvoj: _____

Psihični razvoj: _____

Druge posebnosti: _____

OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE:

Posebnosti: _____

Šesti obisk (10. do 11. mesec) - datum: _____

Obisk ni bil možen (razlog): _____

OCENA ZDRAVSTVENEGA STANJA DOJENČKA:

Dojenje: - delno - ne

Prehrana: _____

Alergije: - ne - da _____

Telesna teža: _____ Dolžina: _____ Št. zob: _____

Gibalni razvoj: _____

Psihični razvoj: _____

Druge posebnosti: _____

OCENA PSIHO-FIZIČNEGA POČUTJA MATERE:

Posebnosti: _____

Zaporedna številka primera

Geslo za vnos podatkov

ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE:

- težave pri dojenju (mastitis)
- varno okolje (voziček, avtomobilski sedež, igrače ipd.)
- svetovanje glede sprehodov
- svetovanje glede morebitnih odstopanj pri celjenju popka
- pomen čustvene in psihične podpore s strani družine in drugih
- zdrav način življenja v družini

Izvršeno delo: _____

Podpis: _____ BPI št.: _____

ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE:

- težave pri dojenju (mastitis)
- svetovanje in prikaz kopanja novorojenčka (ko je popek zaceljen)
- nega nohtov
- varnost (voziček, avtomobilski sedež, igrače, nevarna oprema,...)
- spanje in dnevni počitek novorojenčka
- svetovanje glede sprehodov
- čustvena, psihična in praktična podpora s strani družine in drugih
- zdrav način življenja v družini
- izbira pediatra
- preventivni pregledi v prvem letu starosti in program cepljenja

Izvršeno delo:

- Priprava poročila izbranemu pediatru

- Drugo: _____

Podpis: _____ BPI št.: _____

ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE:

- telesni razvoj (spodbujanje pravilne motorične aktivnosti), razvoj čutil in razvoj govora pri dojenčku
- uporaba varnih in starosti primernih igrač
- uvajanje mešane prehrane (Smernice za prehrano dojenčkov)
- dojenčkove potrebe po dnevnem in nočnem spanju in počitku
- rast zob in ustna higiena, težave pri izražanju zob
- primerna obleka in obutev, zaščita pred soncem
- varnost (promet, padci, utopitve, zadušitve, zastrupitve, insekti...)
- obiski v posvetovalnici (pomen rednih obiskovanj, cepljenja)
- družinska dinamika in sorojenci
- sprejetost dojenčka v družini (toplina, varnost, ljubezen)
- pomen branja dojenčku in otroku

Podpis: _____ BPI št.: _____

ZDRAVSTVENA VZGOJA IN SVETOVANJE:

- telesni razvoj, razvoj čutil, razvoj govora, gibalni razvoj
- starosti in razvoju primerne igrače
- spanje in počitek
- rast zob in ustna higiena, težave pri izražanju zob
- pogovor in svetovanje o kontroli izločanja urina in blata (kahlica)
- primerna obleka in obutev ter prva uporaba čevljev
- varnost in prva pomoč (promet, padci, opekline, utopitve,...)
- obiski v posvetovalnici (pomen rednega obiskovanja, cepljenje)
- varstvo otroka po končanem dopustu za nego otroka
- družinska dinamika in sorojenci
- težave pri vključevanju v drugo socialno okolje

Podpis: _____ BPI št.: _____

Priloga VI. Obrazec za zabeleške posvetov s konzultantkami

ZABELEŽKE KONZULTACIJE

Konzultantka: _____

Zap. št.	Datum konzultacije	Lokacija izvajalke (ZD Celje/ ZD Sevnica)	Zaporedna številka primera	Kratka vsebina konzultacije	Opombe
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

PRILOGA 10

Dokument Spletni obrazci v patronažnem zdravstvenem varstvu otročnic, novorojenčkov in dojenčkov
(aplikacija za spremljanje izvajanja pilota)

Spletni obrazci v patronažnem zdravstvenem varstvu otročnic, novorojenčkov in dojenčkov

(aplikacija za spremljanje izvajanja pilota)

Pripravili: Petra Nadrag, Marcel Kralj, Sonja Tomšič, Barbara Mihevc Ponikvar

Verzija 1

Ljubljana, 4.3.2015

Vsebina

Uvod	67
Začetne predpostavke	67
Osnovni tehnični podatki o spletnem obrazcu	68
Spletni obrazec	69
Podatki o Patronažni zdravstveni negi – SZZ otroci in mladostniki	69
Identifikacija »otročnice in novorojenčka/dojenčka«	69
Otročnica	69
Podatki o novorojenčku / dojenčku	70
Enojček	70
Dvojček A	71
Dvojček B	72
Trojček A	72
Trojček B	73
Trojček C	73
Kateri/e obisk/e želite vnesti?	74
OBISKI OTROČNICE	74
OBISKI ENOJČEK	75
<i>Predvideni obiski pri novorojenčku/dojenčku v patronažni zdravstveni negi</i>	75
OBISKI DVOJČKA A	79
<i>Predvideni obiski pri DVOJČKU A v patronažni zdravstveni negi</i>	79
OBISKI DVOJČKA B	79
<i>Predvideni obiski pri DVOJČKU B v patronažni zdravstveni negi</i>	79
OBISK TROJČKA A	80
<i>Predvideni obiski pri TROJČKU A v patronažni zdravstveni negi</i>	80
OBISK TROJČKA B	80
<i>Predvideni obiski pri TROJČKU B v patronažni zdravstveni negi</i>	80
OBISK TROJČKA C	80
<i>Predvideni obiski pri TROJČKU C v patronažni zdravstveni negi</i>	80
Kriteriji ranljivosti	81
Beleženje dodatnih obiskov	82
Šifranti v anketi	86

Uvod

V sklopu projekta Skupaj za zdravje, v sklopu delavne skupine 1 Program za boljše zdravje in zmanjševanje neenakosti v zdravju otrok in mladostnikov pri delavni nalogi »?« je bilo dogovorjeno, da se v času izvedbe pilota od 1.3.2015 do 31.10.2015 na lokacijah Celje in Vrhnika zbirajo tudi nekateri podatki vezani na posamezne obiske patronažnih sester pri otročnicah, novorojenčkih, dojenčkih. Zaradi obremenjenosti patronažnih sester oz. delavk v patronažni zdravstveni negi, je bila sprejeta odločitev, da se pripravi s pomočjo spletne storitve 1KA spletni obrazec (vprašalnik), ki bo oblikovan tako, da bo izvajalke vodil sam.

V sklopu projekta SZZ je bil bilo 5.3.2015 v Celju opravljeno tudi izobraževanje glede vnosa podatkov v spletni obrazec. Izvajalkam smo pripravili tudi kratka navodila za izpolnjevanje spletnega obrazca »Navodila za poročanje«.

Začetne predpostavke

- Geslo vezano na 1 družino (otročnica + novorojenčki/dojenčki), tako da lahko različne izvajalke po opravljenem obisku, vnašajo podatke o obisku v isti spletni obrazec.
- Gesla za vstop v spletni obrazec so bila generirana preko spletne storitve 1KA. V spletnem obrazcu sta bila predvideni dve gesli prvo geslo za sam vstop v spletno aplikacijo in drugo za povezavo med spletnim obrazcem in obrazcem na papirju. Generirano je bilo 520 gesel, od tega je bilo 500 namenjenih za patronažne obiske, 20 gesel pa je bilo namenjenih testiranju.
- Omogočili smo, da je spletni obrazec oblikovan tako, da so v njem zapisani vsi podatki o 1 otročnici in njenih novorojenčkih, dojenčkih. Ker je bilo predvideno, da se vsak obisk beleži v spletno aplikacijo sproti, smo omogočili večkratni vstop v spletni obrazec.
- Vpisovanje podatkov smo želeli poenostaviti, pri večini podatkov smo vprašanja oblikovali tako, da jih lahko izvajalke samo izberejo.
- V sami spletni anketi je bilo s pomočjo tako imenovanih »filter vprašanj« potrebno oblikovati preskoke da je vpisovanje podatkov teklo v skladu z vsebino obiska; v spletni anketi se je med drugim za precejšnje število spremenljivk določilo pravila, ki omogočajo opravljanje validacije podatkov na način, da se ob nepravilnem/nekonsistentnem vpisu podatka pojavijo opozorila.
- Pri oblikovanju spletnega obrazca smo se poskušali držati vsebinskih sklopov. Vsak sklop vprašanj (podatki o otročnici, podatki o novorojenčku, obiskih,...) se nahaja na svoji strani.
- Pri posameznem obisku smo ponudili možnost, da lahko izvajalke s prostim besedilom zabeležijo tudi komentarje oz. opombe.
- Spletna aplikacija 1KA je v osnovi namenjena spletnemu anketiranju in ne za izdelavo spletnih obrazcev. Manjša pomanjkljivost spletne storitve so datumske spremenljivke, ki jih imamo v spletnem obrazcu kar nekaj in kontrole vezane nanje.

Vprašanja vezana na datume smo v spletni aplikaciji oblikovali na dva načina:

- Vnos datuma, ki so vezani na otročnico oz. na novorojenčka/dojenčka (datum rojstva, datum poroda, datum rojstva, datum odpusta, datum prijave v PZV), se opravi s pomočjo grafičnega vmesnika (tj. predloženi koledarj). Za izbiro datuma je potrebno najprej izbrati želeni datum po naslednjem vrstnem redu LETO, MESEC, DAN).

- Datumi, ki so vezani na obiske je potrebno vpisati v obliki DD.MM.LLLL na primer 1. Marec 2015 je potrebno vnesti kot 01.03.2015.
- Spletni obrazec Pilot patronaža – SZZ so testirale različne osebe z različnim znanjem in izkušnjami ter z različno vlogo v samem projektu (osebe v ožji delovni skupini, metodologi, patronažne sestre, ki bodo izvajale vpisovale podatke,...).

Osnovni tehnični podatki o spletnem obrazcu

Ime ankete:	Pilot SZZ - patronaža
Spletna storitev	1KA
Tip ankete:	Anketa
Spremenljivke:	715
Vprašanj:	365
Strani	10
Spletna stran:	http://anketa.nijz.si/szz-patronaza https://www.1ka.si/szz-patronaza

Spletni obrazec

Podatki o Patronažni zdravstveni negi – SZZ otroci in mladostniki

Spoštovani,

pozdravljeni v aplikaciji za vnos podatkov preventivnih obiskov patronažnega zdravstvenega varstva novorojenčkov, dojenčkov in otročnic v pilotnem testiranju posodobljenega preventivnega programa v okviru projekta Skupaj za zdravje.

Prosimo, spodaj vpišite šestmestno geslo za vnos podatkov, ki se nanaša na posamezni primer (mati + otrok oziroma otroci) in je navedeno na papirnatem obrazcu. S klikom na "Naslednja stran" boste pričeli z vnosom podatkov.

Hvala za vaše sodelovanje.

Nacionalni inštitut za javno zdravje
(www.skupajzazdravje.si)

Geslo za vnos podatkov: _____ (Generira jo sam računalnik)

Identifikacija »otročnice in novorojenčka/dojenčka«

Prosimo, ponovite vpis gesla za vnos podatkov. To šest mestno geslo, ki se nahaja v levem spodnjem kotu obrazca »Obisk otročnice« oziroma v desnem spodnjem kotu obrazca »Obisk novorojenčka in dojenčka«. Posamezno geslo za vnos podatkov je vezano na otročnico in vse njene otroke.

(ID_k) Geslo za vnos podatkov: _____ (zapiše geslo, ki jo bila generirana z računalnikom)

Za lažje sklicevanje na posamezni zapis, prosimo vpišite zaporedno številko primera.

Zaporedna številka primera je pet mestna koda, ki je navedena na obrazcu. Sestavljena je iz dvo črkovne oznake mesta pilota (CE, SE) in tro številčne oznake, ki predstavlja zaporedno številko papirnatega obrazca Primer zaporedne številke primera: CE001.

Zaporedna številka primera: _____

Otročnica

Vnos podatkov vezanih na otročnico.

(Dat_m) Datum rojstva: _____ (koledarček)

(Izo_m) Stopnja izobrazbe: ____ (roleta)

Šifrant:

- 1 – Brez šolske izobrazbe
- 2 – Nepopolna osnovnošolska izobrazba
- 3 – Osnovnošolska izobrazba
- 4 – Nižja in srednja poklicna izobrazba
- 5 – Srednja strokovna izobrazba
- 6 – Srednja splošna izobrazba
- 7 – Višja strokovna izobrazba, višješolska izobrazba ipd.
- 8 – Visokošolska strokovna izobrazba ipd.
- 9 – Visokošolska univerzitetna izobrazba ipd.
- 10 – Specializacija
- 11 – Magisterij znanosti
- 12 – Doktorat znanosti
- 88 – otroci od 0 do 14 let
- 99 - neznano

(Por_m) Število porodov: ____ (Kontrola 1– 10)

(Otr_m) Število otrok: ____ (Kontrola 1 – 10)

(Obi_m) Obisk šole za bodoče starše (kadarkoli): (roleta)

Šifrant:

- da
- ne
- delno

(Dat_por) Datum poroda:

(Pot_por) Potek poroda: ____ (roleta)

Šifrant:

- vaginalni
- carski rez

Podatki o novorojenčku / dojenčku

(St_otr) Število otrok v tej nosečnosti: ____

(Izbere se ena izmed možnosti.)

- 1 Enojček (preskok na podatek En_st)
- 2 Dvojčka (preskok na podatek Da_st)
- 3 Trojčki (preskok na podatek TA_st)

-----ENOJČEK-----

Naslednji podatki se nanašajo na ENOJČKA

Enojček

(Pojavi se samo kadar se označi pri St_otr = Enojček)

(En_st) Stanje otroka:

(Izbere se ena izmed možnosti.)

- 1 Živorojen
- 2 Živorojen, umrl po porodu (ne zbiramo nobenih podatkov)
- 3 Mrtvorjen (ne zbiramo nobenih podatkov)

----- Kontrola: Spodnji podatki se izpolnijo samo kadar je pri (En_st = živorojen).-----
V nasprotnem primeru se podatki ne vpisujejo.

(En_sp) Spol:

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Moški - Ženska |
|---|

(En_pt) Porodna teža: _____ (min 500, max 5500)

(En_ot) Odpustna teža: _____ (min 500, max 5500)

(En_ges) Gestacija (v tednih) _____ (min 22, max 45)

(En_droj) Datum rojstva _____ (koledarček)

(En_kroj) Kraj rojstva (šifrant porodnišnic v Sloveniji in opcija drugo) _____

(En_dod) Datum odpusta _____ (koledarček)

(En_dpri) Datum prijave v PZV _____ (koledarček)

(En_prijav) Prijavitelj:

- porodnišnica
- otročnica/svojci
- drugo

-----DVOJČKA-----

Dvojček A

(Pojavi se samo kadar se označi pri St_otr = Dvojček)

(DA_st) Stanje otroka:

- 1 Živorojen
- 2 Živorojen, umrl po porodu (ne zbiramo nobenih podatkov)
- 3 Mrtvorjen (ne zbiramo nobenih podatkov)

----- Kontrola: Spodnji podatki se izpolnijo samo kadar je pri (DA_st = živorojen).-----
V nasprotnem primeru se podatki ne vpisujejo.

(DA_sp) Spol:

- Moški
- Ženska

(DA_pt) Porodna teža: _____ (min 500, max 5500)

(DA_ot) Odpustna teža: _____ (min 500, max 5500)

(DA_ges) Gestacija (v tednih) _____ (min 22, max 45)

(DA_droj) Datum rojstva _____ (koledarček)

(DA_kroj) Kraj rojstva (šifrant porodnišnic v Sloveniji in opcija drugo) _____

(DA_dod) Datum odpusta _____ (koledarček)

(DA_dpri) Datum prijave v PZV _____ (koledarček)

(DA_prijav) Prijavitelj:

- porodnišnica
- otročnica/svojci
- drugo

Dvojček B

(Pojavi se samo kadar se označi pri St_otr = Dvojček)

(DB_st) Stanje otroka:

- 1 Živorojen
- 2 Živorojen, umrl po porodu (ne zbiramo nobenih podatkov)
- 3 Mrtvorjen (ne zbiramo nobenih podatkov)

----- Kontrola: Spodnji podatki se izpolnijo samo kadar je pri (DB_st = živorojen).-----
V nasprotnem primeru se podatki ne vpisujejo.

(DB_sp) Spol:

- Moški
- Ženska

(DB_pt) Porodna teža: _____ (min 500, max 5500)

(DB_ot) Odpustna teža: _____ (min 500, max 5500)

(DB_ges) Gestacija (v tednih) _____ (min 22, max 45)

(DB_droj) Datum rojstva _____ (koledarček)

(DB_kroj) Kraj rojstva (šifrant porodnišnic v Sloveniji in opcija drugo) _____

(DB_dod) Datum odpusta _____ (koledarček)

(DB_dpri) Datum prijave v PZV _____ (koledarček)

(DB_prijav) Prijavitelj:

- porodnišnica
- otročnica/svojci
- drugo

-----TROJČKI-----

Trojček A

(Pojavi se samo kadar se označi pri St_otr = Trojček)

(TA_st) Stanje otroka:

- 1 Živorojen
- 2 Živorojen, umrl po porodu (ne zbiramo nobenih podatkov)
- 3 Mrtvorjen (ne zbiramo nobenih podatkov)

----- Kontrola: Spodnji podatki se izpolnijo samo kadar je pri (TA_st = živorojen).-----
V nasprotnem primeru se podatki ne vpisujejo.

(TA_sp) Spol:

- Moški
- Ženska

(TA_pt) Porodna teža: _____ (min 500, max 5500)

(TA_ot) Odpustna teža: _____ (min 500, max 5500)

(TA_ges) Gestacija (v tednih) _____ (min 22, max 45)

(TA_droj) Datum rojstva _____ (koledarček)

(TA_kroj) Kraj rojstva (šifrant porodnišnic v Sloveniji in opcija drugo) _____

(TA_dod) Datum odpusta _____ (koledarček)

(TA_dpri) Datum prijave v PZV _____ (koledarček)

(TA_prijav) Prijavitelj:

- porodnišnica
- otročnica/svojci
- drugo

Trojček B

(Pojavi se samo kadar se označi pri St_otr = Trojček)

(TB_st) Stanje otroka:

- 1 Živorojen
- 2 Živorojen, umrl po porodu (ne zbiramo nobenih podatkov)
- 3 Mrtvorjen (ne zbiramo nobenih podatkov)

----- Kontrola: Spodnji podatki se izpolnijo samo kadar je pri (TB_st = živorojen).-----
V nasprotnem primeru se podatki ne vpisujejo.

(TB_sp) Spol:

- Moški
- Ženska

(TB_pt) Porodna teža: _____ (min 500, max 5500)

(TB_ot) Odpustna teža: _____ (min 500, max 5500)

(TB_ges) Gestacija (v tednih) _____ (min 22, max 45)

(TB_droj) Datum rojstva _____ (koledarček)

(TB_kroj) Kraj rojstva (šifrant porodnišnic v Sloveniji in opcija drugo) _____

(TB_dod) Datum odpusta _____ (koledarček)

(TB_dpri) Datum prijave v PZV _____ (koledarček)

(TB_prijav) Prijavitelj:

- porodnišnica
- otročnica/svojci
- drugo

Trojček C

(Pojavi se samo kadar se označi pri St_otr = Trojček)

(TC_st) Stanje otroka:

- 1 Živorojen
- 2 Živorojen, umrl po porodu (ne zbiramo nobenih podatkov)
- 3 Mrtvorjen (ne zbiramo nobenih podatkov)

----- Kontrola: Spodnji podatki se izpolnijo samo kadar je pri (TC_st = živorojen).-----
V nasprotnem primeru se podatki ne vpisujejo.

(TC_sp) Spol:

- Moški
- Ženska

(TC_pt) Porodna teža: _____ (min 500, max 5500)

(TC_ot) Odpustna teža: _____ (min 500, max 5500)

(TC_ges) Gestacija (v tednih) _____ (min 22, max 45)

(TC_droj) Datum rojstva _____ (koledarček)

(TC_kroj) Kraj rojstva *(šifrant porodnišnic v Sloveniji in opcija drugo)* _____

(TC_dod) Datum odpusta _____ (koledarček)

(TC_dpri) Datum prijave v PZV _____ (koledarček)

(TC_prijav) Prijavitelj:

- porodnišnica
- otročnica/svojci
- drugo

-----FILTER-----OBISKI -----

Kateri/e obisk/e želite vnesti?

(možnih več odgovorov.)

- Obisk/e vezan/e na otročnico *(preskok na Obiske otročnice)*
- Obisk/e vezan/e na novorojenčka/e *(preskok na Obiske novorojenčka)*
- Dodatni/e obiski /e *(preskok na dodatne obiske, v primeru že označenih kriterijev ranljivosti)*

-----FILTER-----OBISKI -----

OBISKI OTROČNICE

- A. 1. obisk otročnice (1-2 TEDEN) *(novi podatki se odprejo na isti strani spodaj)*
- B. 2. obisk otročnice (4-6. TEDEN) *(novi podatki se odprejo na isti strani spodaj)*

(Spodnji podatki se prikažejo v primeru potrditve, drugače so zakriti.)

PRVI OBISK OTROČNICE (1.-2. TEDEN)

Datum obiska: _____ (če je označeno, prikaz spodaj kriterijev ranljivosti in BPI št)

Obisk je bil opravljen pred pričetkom pilota.

Obisk ni bil možen. *(prikaz razloga Zakaj)*

Zakaj obisk ni bil možen:

- Ne želijo
- Preselitev
- Hospitalizacija
- Smrt
- Drugo: _____

Ali so bili prisotni kriteriji ranljivosti? (v primeru vpisa datuma)

- Da (preskok na Kriterije ranljivosti)
- Ne (zaključek)

Ali nam želite še karkoli sporočiti v zvezi s tem obiskom? (Vprašanje je vedno na voljo)

Vpišite BPI številko: _____ (v primeru izbire datuma)

DRUGI OBISK OTROČNICE (4.-6. TEDEN)

Datum obiska: _____ (če je označeno, prikaz spodaj kriterijev ranljivosti in BPI št)

Obisk je bil opravljen pred pričetkom pilota.

Obisk ni bil možen. (prikaz razloga Zakaj)

Zakaj obisk ni bil možen:

- Ne želijo
- Preselitev
- Hospitalizacija
- Smrt
- Drugo: _____

Ali so bili prisotni kriteriji ranljivosti? (v primeru vpisa datuma)

- Da (preskok na Kriterije ranljivosti) → + dodatni obiski
- Ne (zaključek)

Ali nam želite še karkoli sporočiti v zvezi s tem obiskom? (Vprašanje je vedno na voljo)

Vpišite BPI številko: _____ (v primeru izbire datuma)

OBISKI ENOJČEK

Obvezen filter: ENOJČEK (pojavi, kadar je označeno st_otr=1 + en_st=1)

Predvideni obiski pri novorojenčku/dojenčku v patronažni zdravstveni negi

Označenih je lahko več odgovorov hkrati.

Validacija MEHKO OPOZORILO na primer 3. obisk ne more biti izpolnjen, če ni izpolnjenih obiskov pred njim (1 ali 2).

- C. Prvi obisk novorojenčka (24h po odpustu iz porodnišnice) (prikaz spodaj)
- D. Drugi obisk novorojenčka (v 1. TEDNU) (prikaz spodaj)

- E. Tretji obisk novorojenčka (v 2. TEDNU) (prikaz spodaj)
- F. Četrti obisk novorojenčka (v 3. TEDNU) (prikaz spodaj)
- G. Peti obisk dojenčka (4.-5. MESEC) (prikaz spodaj)
- H. Šesti obisk dojenčka (10.-11. MESEC) (prikaz spodaj)

(Vsi spodnji podatki, ki se nanašajo na obisk novorojenčka se prikažejo v primeru potrditve, drugače so zakriti.) Obiski so nanizani vsi na enem listu eden za drugim.

Prvi obisk novorojenčka (24 UR PO ODPUSTU IZ PORODNIŠNICE)

(Možen je 1 eden odgovor.)

Datum obiska: _____ (če je označeno, prikaz spodaj kriterijev ranljivosti in BPI št)

Obisk je bil opravljen pred pričetkom pilota.

Obisk ni bil možen. (prikaz razloga Zakaj)

Zakaj obisk ni bil možen: (v primeru, da obisk ni možen)

- Ne želijo
- Preselitev
- Hospitalizacija
- Smrt
- Drugo: _____

Ali so bili prisotni kriteriji ranljivosti?

- Da (preskok na Kriterije ranljivosti) → + dodatni obiski
- Ne (zaključek)

Ali nam želite še karkoli sporočiti v zvezi s tem obiskom?: _____

(vedno ne glede na odgovor)

Vpišite BPI številko: _____ (v primeru izbire datuma)

Drugi obisk novorojenčka (1. TEDEN)

(Možen je 1 eden odgovor.)

Datum obiska: _____ (če je označeno, prikaz spodaj kriterijev ranljivosti in BPI št)

Obisk je bil opravljen pred pričetkom pilota.

Obisk ni bil možen. (prikaz razloga Zakaj)

Zakaj obisk ni bil možen: (v primeru, da obisk ni možen)

- Ne želijo
- Preselitev
- Hospitalizacija
- Smrt
- Drugo: _____

Ali so bili prisotni kriteriji ranljivosti? (v primeru, da je označen datum obiska)

- Da (preskok na Kriterije ranljivosti) → + dodatni obiski
- Ne (zaključek)

Ali nam želite še karkoli sporočiti v zvezi s tem obiskom?: _____

(vedno ne glede na odgovor)

Vpišite BPI številko: _____ (v primeru izbire datuma)

Tretji obisk novorojenčka (2. TEDEN)

(Možen je 1 eden odgovor.)

Datum obiska: _____ (če je označeno, prikaz spodaj kriterijev ranljivosti in BPI št)

Obisk je bil opravljen pred pričetkom pilota.

Obisk ni bil možen. (prikaz razloga Zakaj)

Zakaj obisk ni bil možen: (v primeru, da obisk ni možen)

- Ne želijo
- Preselitev
- Hospitalizacija
- Smrt
- Drugo: _____

Ali so bili prisotni kriteriji ranljivosti? (v primeru, da je označen datum obiska)

- Da (v nadaljevanju odprejo Kriteriji ranljivosti)
- Ne (zaključek)

Pozitivni obe presegalni vprašanji glede počutja: (v primeru, da je označen datum obiska)

- Da (če odgovori pozitivno prikaz EPDS)
- Ne

EPDS vprašalnik za poporodno depresijo (če je zgoraj označeno z DA)

Rezultat EPDS: _____

Ukrep:

Ali nam želite še karkoli sporočiti v zvezi s tem obiskom?: _____

(vedno ne glede na odgovor)

Vpišite BPI številko: _____ (v primeru izbire datuma)

Četrty obisk novorojenčka (3. TEDEN)

(Možen je 1 eden odgovor.)

Datum obiska: _____ (če je označeno, prikaz spodaj kriterijev ranljivosti in BPI št, EPDS

Ukrep)

Obisk je bil opravljen pred pričetkom pilota.

Obisk ni bil možen. (prikaz razloga Zakaj)

Zakaj obisk ni bil možen: (v primeru, da obisk ni možen)

- Ne želijo
- Preselitev
- Hospitalizacija
- Smrt
- Drugo: _____

Ali so bili prisotni kriteriji ranljivosti? (v primeru, da je označen datum obiska)

- Da (preskok na Kriterije ranljivosti) → + dodatni obiski
- Ne (zaključek)

Ali nam želite še karkoli sporočiti v zvezi s tem obiskom?: _____

(vedno ne glede na odgovor)

Vpišite BPI številko: _____ (v primeru, da je označen datum obiska)

Peti obisk novorojenčka (4. - 5. MESEC)

(Možen je 1 eden odgovor.)

Datum obiska: _____ (če je označeno, prikaz spodaj kriterijev ranljivosti in BPI št)

Obisk je bil opravljen pred pričetkom pilota.

Obisk ni bil možen. (prikaz razloga Zakaj)

Zakaj obisk ni bil možen: (v primeru, da obisk ni možen)

- Ne želijo
- Preselitev
- Hospitalizacija
- Smrt
- Drugo: _____

Ali so bili prisotni kriteriji ranljivosti? (v primeru, da je označen datum obiska)

- Da (preskok na Kriterije ranljivosti) → + dodatni obiski
- Ne (zaključek)

Dojenje: (v primeru, da je označen datum obiska)

(en dogovor)

- Da
- Delno, _____ (vnesite razlog)
- Ne, _____ (vnesite razlog)

Ali nam želite še karkoli sporočiti v zvezi s tem obiskom?: _____

(vedno ne glede na odgovor)

Vpišite BPI številko: _____ (v primeru, da je označen datum obiska)

Šesti obisk novorojenčka (10. - 11. MESEC)

(Možen je 1 eden odgovor.)

Datum obiska: _____ (če je označeno, prikaz spodaj kriterijev ranljivosti in BPI št)

Obisk ni bil možen. (prikaz razloga Zakaj)

Zakaj obisk ni bil možen: (v primeru, da obisk ni možen)

- Ne želijo
- Preselitev
- Hospitalizacija
- Smrt

- Drugo: _____

Ali so bili prisotni kriteriji ranljivosti? (v primeru, da je označen datum obiska)

- Da (preskok na Kriterije ranljivosti) → + dodatni obiski
- Ne (zaključek)

Ali nam želite še karkoli sporočiti v zvezi s tem obiskom?: _____
(vedno ne glede na odgovor)

Vpišite BPI številko: _____ (v primeru, da je označen datum obiska)

OBISKI DVOJČKA A

DVOJČKA (pojav, kadar je označeno st_otr=2 + (da_st=1)
(Vsa vprašanja, vse kontrole in validacija so enaka kot pri Enojčku)

Predvideni obiski pri DVOJČKU A v patronažni zdravstveni negi

- A. Prvi obisk novorojenčka A (24h po odpustu iz porodnišnice)
- B. Drugi obisk novorojenčka A (v 1. TEDNU)
- C. Tretji obisk novorojenčka A (v 2. TEDNU)
- D. Četrty obisk novorojenčka A (v 3. TEDNU)
- E. Peti obisk dojenčka A (4.-5. MESEC)
- F. Šesti obisk dojenčka A (10.-11. MESEC)

OBISKI DVOJČKA B

(Vsa vprašanja so enaka kot pri Enojčku)

Predvideni obiski pri DVOJČKU B v patronažni zdravstveni negi

(Vsa vprašanja, vse kontrole in validacija so enaka kot pri Enojčku)

- A. Prvi obisk novorojenčka B (24h po odpustu iz porodnišnice)
 - B. Drugi obisk novorojenčka B (v 1. TEDNU)
 - C. Tretji obisk novorojenčka B (v 2. TEDNU)
 - D. Četrty obisk novorojenčka B (v 3. TEDNU)
 - E. Peti obisk dojenčka B (4.-5. MESEC)
 - F. Šesti obisk dojenčka B (10.-11. MESEC)
-

OBISK TROJČKA A

TROJČKI (pojavi, kadar je označeno st_otr=2 + (ta_st=1 ali tb_st=1 ali tc_st=1)

Predvideni obiski pri TROJČKU A v patronažni zdravstveni negi

(Vsa vprašanja, vse kontrole in validacija so enaka kot pri Enojčku)

- G. Prvi obisk novorojenčka A (24h po odpustu iz porodnišnice)
- H. Drugi obisk novorojenčka A (v 1. TEDNU)
- I. Tretji obisk novorojenčka A (v 2. TEDNU)
- J. Četrty obisk novorojenčka A (v 3. TEDNU)
- K. Peti obisk dojenčka A (4.-5. MESEC)
- L. Šesti obisk dojenčka A (10.-11. MESEC)

OBISK TROJČKA B

Predvideni obiski pri TROJČKU B v patronažni zdravstveni negi

(Vsa vprašanja, vse kontrole in validacija so enaka kot pri Enojčku)

- G. Prvi obisk novorojenčka B (24h po odpustu iz porodnišnice)
- H. Drugi obisk novorojenčka B (v 1. TEDNU)
- I. Tretji obisk novorojenčka B (v 2. TEDNU)
- J. Četrty obisk novorojenčka B (v 3. TEDNU)
- K. Peti obisk dojenčka B (4.-5. MESEC)
- L. Šesti obisk dojenčka B (10.-11. MESEC)

OBISK TROJČKA C

Predvideni obiski pri TROJČKU C v patronažni zdravstveni negi

(Vsa vprašanja, vse kontrole in validacija so enaka kot pri Enojčku)

- A. Prvi obisk novorojenčka C (24h po odpustu iz porodnišnice)
- B. Drugi obisk novorojenčka C (1 TEDEN)
- C. Tretji obisk novorojenčka C (2. TEDEN)
- D. Četrty obisk novorojenčka C (3. TEDEN)
- E. Peti obisk dojenčka C (4-5. MESECEV)
- F. Šesti obisk dojenčka C (11-12 MESECEV)

Kriteriji ranljivosti

Kriteriji ranljivosti se ponudijo vedno, kadar je pri katerem koli obisku označeno, da so prisotni kriteriji ranljivosti. Ne želimo spremljati, pri katerem obisku, so označeni kriteriji ranljivosti, temveč nas zanima samo število označenih kriterijev.

(Možnih več odgovorov).

- V primeru, da sta označena 1 - 2 kriterij (razen 9), se ponudita 2 dodatna obiska.
- V primeru, da so označeni 3 ali več kriteriji, so ponujeni 3 dodatni obiski.
- Izjema je kriterij 9, ki omogoča, dva zanju predpisana obiska DODATNI OBISK pri pozitivnem presejalnem testu (EPDS) - PRVI DODATNI OBISK pri pozitivnem presejalnem testu (EPDS) - DRUGI. Na primer, če pri otročnici in novorojenčku ni nobenih drugih kriterij ranljivosti kot samo kriterij 9, se predhodni trije obiski ne prikažejo.

Dogovor, ne glede na število otrok je možnih največ 5 dodatnih obiskov.

OTROČNICA

1. Starost manj kot 20 let
2. Priseljenka (v Sloveniji manj kot 1 leto oziroma se ne sporazumeva v slovenskem jeziku)
3. Ženska, ki ni nikoli obiskovala šole za bodoče starše
4. Ženska s posebnimi potrebami (slepa, slabovidna, gluha, gibalno ovirana...)
5. Ženska z učnimi težavami, ne pismena, duševno manj razvita (nima končane OŠ ali je obiskovala šolo s prilagojenim programom...)
6. Ženska s kronično boleznijo ali drugimi bolezenskimi stanji, ki vplivajo na možnost skrbi zase in novorojenčka
7. Ženska z boleznijo zasvojenosti (nedovoljene droge, alkohol, psihotropna zdravila in druge oblike)
8. Ženska z drugo znano duševno boleznijo (shizofrenija, bipolarna motnja, depresija, generalizirana anksiozna motnja, idr.)
9. Ženska s pozitivnim rezultatom na presejalnem testu za poporodno depresijo
10. Ženska, ki ni uspela vzpostaviti dojenja, oziroma je prenehala dojiti prej kot 6 tednov po porodu

OTROK

11. Nedonošenček rojen pred 34. tednom gestacije
12. Otrok z nizko porodno težo ob terminu - zahiranček (< 2500 g pri 37 tednih gestacije ali več)
13. Otrok s prirojeno anomalijo, kronično boleznijo ali trajno prizadetostjo (genetske bolezni, cerebralna paraliza...)
14. Podaljšano celjenje popka
15. Zlatenica
16. Težave pri dojenju/hranjenju

DRUŽINA

17. Družina v hudi socialno-ekonomski stiski (prejemniki denarne socialne pomoči, prejemniki pomoči RK, Karitas, ZPM in drugih nevladnih organizacij,...)
18. Neustrezni bivalni pogoji (elektrika, voda, ogrevanje, vlaga, prenatrpanost)
19. Ženska, ki ni v partnerski zvezi in nima ustrezne druge socialne opore
20. Partner z boleznijo zasvojenosti ali drugo neurejeno duševno boleznijo
21. Nasilje v družini (že znana situacija ali sum na nasilje v družini)
22. Nedavna smrt družinskega člana ali huda bolezen v družini
23. Oče ali drug družinski član, ki skrbi za dojenčka (v primeru hude bolezni ali smrti matere)

-----Dodatni obiski-----

Beleženje dodatnih obiskov

(Pomembno, predvidenih je 5 obiskov ne glede na število otrok (Enojček, Dvojček, Trojček)

Dodatni obiski se prikažejo v primeru označenih kriterij ranljivosti in označenega dodatnega obiska pri vprašanju Kateri/e obisk/e želite vpisati?

Odprejo naj se na isti strani spodaj, glede na to kako so označeni.

1. DODATNI OBISK

(Možnost vpisa, če sta pri kriterijih ranljivosti označena 1 ali 2 kriterija in dodatni obisk (Kateri obisk....)

Datum obiska: _____

Intervencije: (Izpis vseh možnih intervencij glede na označene kriterije ranljivosti). Intervencije se ne podvajajo.

2. DODATNI OBISK

(Možnost vpisa, če sta pri kriterijih ranljivosti označena 1 ali 2 kriterija in dodatni obisk (Kateri obisk....)

Datum obiska: _____

Intervencije: (Izpis vseh možnih intervencij glede na označene kriterije ranljivosti). Intervencije se ne podvajajo.

3. DODATNI OBISK

(Možnost vpisa, če so pri kriterijih ranljivosti označeni 3 kriteriji ali več ter dodatni obisk (kateri obisk....). (kriterij ne sme biti 9.))

Datum obiska: _____

Intervencije: (Izpis vseh možnih intervencij glede na označene kriterije ranljivosti). Intervencije se ne podvajajo.

4. Dodatni obisk pri pozitivnem presejalnem testu EPDS - PRVI

(Možnost vpisa, če je Kriterij ranljivosti =9 in dodatni obisk (kateri obisk...)

Datum obiska: _____

Intervencije: (Izpis vseh možnih intervencij glede na označene kriterije ranljivosti). Intervencije se ne smejo podvajati.

EPDS vprašalnik za poporodno depresijo - ponovljen

Rezultat EPDS: _____

Ukrep:

5. - Dodatni obisk pri pozitivnem presejalnem testu EPDS - DRUGI

(Možnost vpisa, če je Kriterij ranljivosti =9 in dodatni obisk (Kateri obisk...)

Datum obiska: _____

Intervencije: (Izpis vseh možnih intervencij glede na označene kriterije ranljivosti). Intervencije se ne smejo podvajati.

Seznam intervencij, ki je predviden pri dodatnih obiskih

(Pomembno: istočasno je možnih več intervencij (število ni omejeno))

Glede na izbrane kriterije ranljivosti se za vpisovanje ponudi seznam možnih intervencij, ki je naveden pri posameznem kriteriju. Paziti je treba, kadar je več kriterijev ranljivosti, saj se tudi predlogi možnih intervencij lahko ponavljajo, morajo pa se ponuditi samo enkrat.)

Na primer: če pri kriterijih označi št. 1. Starost manj kot 20 let, je potrebno da se ji pojavijo izpisane vse intervencije, kjer je v spodnji tabeli Tabela 1: Pregled intervencij glede na kriterije ranljivosti napisana št. 1. Prikazati se mora desni del tabele:

Starost manj kot 20 let	- Opolnomočenje in krepitev samozavesti matere - Svetovanje in pomoč pri skrbi za novorojenčka - Pogovor s polnoletnim partnerjem - Pogovor s starši mladostnice - Koordinacija s CSD - Spodbujanje nadaljevanja šolanja - Koordinacija s šolo, ki jo mladostnica obiskuje - Obvestilo pediatru
-------------------------	--

Tabela 1: Pregled intervencij glede na kriterije ranljivosti

Intervencije	Kriteriji ranljivosti (številka kriterija)
Informiranje mame in povezava z ustreznim društvom	13
Informiranje o možnih dodatnih oblikah pomoči	17
Komunikacija s pomočjo polnoletne zaupne osebe, ki zna slovenski jezik	2
Kontakt z morebitnimi strokovnjaki, ki so že obravnavali zasvojeno osebo	7
Kontrolno tehtanje	12
Koordinacija s CSD	1;4;5;7
Koordinacija s pediatrom	6;9;7;8;12;15
Koordinacija s porodnišnico, otroškim oddelkom bolnišnice in pediatrom	13
Koordinacija s pristojnim CSD	8;11;17;19;20;23;22;
Koordinacija s psihiatrom	20
Koordinacija s psihologom	22
Koordinacija s specialistom	6
Koordinacija s šolo, ki jo mladostnica obiskuje	1
Koordinacija z ambulanto za zdravljenje odvisnosti	7;20
Koordinacija z IBCLC svetovalcem	10;16
Koordinacija z osebnim zdravnikom	6;7
Koordinacija z pediatrom	11
Koordinacija s psihiatrom	8
Motivacijski pogovor glede spoprijemanja z zasvojenostjo,	7

Nadzor nad jemanjem terapije, posebna pozornost nad spremembami terapije, ki so bile povezane z nosečnostjo / porodom / dojenjem	8
Nega popka in svetovanje glede nege	14
Obvestilo pediatru	1;2;4;5;18;21;23
Opolnomočenje in krepitev samozavesti matere	1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;13;16;17;18;19;20;21;22
Opolnomočenje in krepitev samozavesti osebe, ki skrbi za otroka	23
Po potrebi pomoč nevladnih organizacij	19
Pogovor s partnerjem	5
Pogovor s polnoletnim partnerjem	1
Pogovor s starši	5
Pogovor s starši mladostnice	1
Poizvedba glede vzroka za prenehanje dojenja	10
Poizvedba glede vzroka, zakaj ni obiskala šole za starše	3
Povezava z ustreznim društvom	4
Pridobitev tolmača	2
Pridobitev tolmača za gluhe	4
Prijava pristojnemu CSD ali policiji	21
Priporočilo za kontrolo pri pediatru	15
Psihološka podpora	19
Psihološka podpora materi za soočanje s situacijo	13
Psihološka podpora ženski	20
Psihosocialna opora ženske in svetovanje	21
Psihosocialna opora ženski	22
Psihosocialna podpora	23
Ravnanje skladno s pravilnikom in smernicami za obravnavo žrtev nasilja v družini v zdravstvu	21
Seznanitev z vsebinami, ki bi jih pridobila v šoli za starše	3
Seznanjanje z možnimi oblikami pomoči (NVO...)	20
Seznanjanje z možnimi oblikami pomoči (policija, NVO...)	21
Spodbujanje k zapisovanju pomembnih vsebin	5
Spodbujanje nadaljevanja šolanja	1
Spremljanje	15
Spremljanje sprememb v razpoloženju, vedenju	8
Sprotno preverjanje razumevanja vsebine	5
Svetovanje in pomoč pri skrbi za novorojenčka	1;2;3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;13;17;18;19;20;21;22
Svetovanje in pomoč pri skrbi za otroka	23
Svetovanje svojcem, ki bi lahko sodelovali pri skrbi za otroka	7;8
Ugotavljanje vzroka za težave pri dojenju, svetovanje	16
Pogovor s partnerjem	9
Aktivacija socialne mreže	9

Napotitev k psihologu	9
Napotitev k psihiatru	9
Koordinacija z izbranim zdravnikom (napotnica)	9
Uporaba slikovnega gradiva	5
V prvem tednu obiski vsak drugi dan, po potrebi vsak dan	11
Vključitev RK ter drugih nevladnih organizacij na terenskem območju	17;18
Vključitev svojcev in bližnjih	23
Vključitev svojcev in bližnjih v pomoč materi	19
Zdravstvenovzgojno delo z družinskim članom glede nege in vzgoje novorojenčka	23

Šifranti v anketi

Kraj rojstva:

- SPLOŠNA BOLNIŠNICA BREŽICE
- SPLOŠNA BOLNIŠNICA CELJE
- SPLOŠNA BOLNIŠNICA JESENICE
- SPLOŠNA BOLNIŠNICA IZOLA
- BOLNIŠNICA ZA GINEKOLOGIJO IN PORODNIŠTVO KRANJ
- UKC LJUBLJANA - UNIVERZITETNA GINEKOLOŠKA KLINIKA
- UKC MARIBOR
- SPLOŠNA BOLNIŠNICA MURSKA SOBOTA
- SPLOŠNA BOLNIŠNICA DR. FRANCA DERGANCA NOVA GORICA
- SPLOŠNA BOLNIŠNICA NOVO MESTO
- BOLNIŠNICA ZA ŽENSKÉ BOLEZNI IN PORODNIŠTVO POSTOJNA
- SPLOŠNA BOLNIŠNICA DR. JOŽETA POTRČA PTUJ
- SPLOŠNA BOLNIŠNICA SLOVENJ GRADEC
- SPLOŠNA BOLNIŠNICA TRBOVLJE
- Drugo: _____

Vpišite BPI številko:

- 20616
- 21089
- 21417
- 22962
- 24179
- 24565
- 24987
- 25420
- 25421
- 25925
- 26034
- 26865
- 26867
- 27772
- 28253
- 30413
- 30850
- 40802
- 50114
- 50349
- 50366
- 50978
- 79127
- 79221
- 79409
- 79964

- 85525
- 93017
- BPI številke ni med zgoraj navedenimi: _____

Intervencije (brez kriterija 9):

- Informiranje mame in povezava z ustreznim društvom
- Informiranje o možnih dodatnih oblikah pomoči
- Komunikacija s pomočjo polnoletne zaupne osebe, ki zna slovenski jezik
- Kontakt z morebitnimi strokovnjaki, ki so že obravnavali zasvojeno osebo
- Kontrolno tehtanje
- Koordinacija s CSD
- Koordinacija s pediatrom
- Koordinacija s porodnišnico, otroškim oddelkom bolnišnice in pediatrom
- Koordinacija s pristojnim CSD
- Koordinacija s psihiatrom
- Koordinacija s psihologom
- Koordinacija s specialistom
- Koordinacija s šolo, ki jo mladostnica obiskuje
- Koordinacija z ambulanto za zdravljenje odvisnosti
- Koordinacija z IBCLC svetovalcem
- Koordinacija z osebnim zdravnikom
- Koordinacija z pediatrom
- Koordinacija z psihiatrom
- Motivacijski pogovor glede spoprijemanja z zasvojenostjo
- Nadzor nad jemanjem terapije, posebna pozornost nad spremembami terapije, ki so bile povezane z nosečnostjo / porodom / dojenjem
- Nega popka in svetovanje glede nege
- Obvestilo pediatru
- Opolnomočenje in krepitev samozavesti matere
- Opolnomočenje in krepitev samozavesti osebe, ki skrbi za otroka
- Po potrebi pomoč nevladnih organizacij
- Pogovor s partnerjem
- Pogovor s polnoletnim partnerjem
- Pogovor s starši
- Pogovor s starši mladostnice
- Poizvedba glede vzroka za prenehanje dojenja
- Poizvedba glede vzroka, zakaj ni obiskala šole za starše
- Povezava z ustreznim društvom
- Pridobitev tolmača
- Pridobitev tolmača za gluhe
- Prijava pristojnemu CSD ali policiji
- Priporočilo za kontrolo pri pediatru
- Psihološka podpora
- Psihološka podpora materi za soočanje s situacijo
- Psihološka podpora ženski
- Psihosocialna opora ženske in svetovanje
- Psihosocialna opora ženski

- Psihosocialna podpora
- Ravnanje skladno s pravilnikom in smernicami za obravnavo žrtev nasilja v družini v zdravstvu
- Seznanitev z vsebinami, ki bi jih pridobila v šoli za starše
- Seznanjanje z možnimi oblikami pomoči (policija, NVO...)
- Spodbujanje k zapisovanju pomembnih vsebin
- Spodbujanje nadaljevanja šolanja
- Spremljanje stanja glede zlatenice.
- Spremljanje sprememb v razpoloženju, vedenju
- Sprotno preverjanje razumevanja vsebine
- Svetovanje in pomoč pri skrbi za novorojenčka
- Svetovanje in pomoč pri skrbi za otroka
- Svetovanje svojcem, ki bi lahko sodelovali pri skrbi za otroka
- Ugotavljanje vzroka za težave pri dojenju, svetovanje
- Uporaba slikovnega gradiva
- V prvem tednu obiski vsak drugi dan, po potrebi vsak dan
- Vključitev RK ter drugih nevladnih organizacij na terenskem območju
- Vključitev svojcev in bližnjih
- Vključitev svojcev in bližnjih v pomoč materi
- Zdravstvenovzgojno delo z družinskim članom glede nege in vzgoje novorojenčka
- Drugo: _____

Intervencije za Kriterij 9:

- Opolnomočenje in krepitev samozavesti matere
- Svetovanje in pomoč pri skrbi za novorojenčka
- Koordinacija z izbranim zdravnikom (napotnica)
- Koordinacija s pediatrom
- Napotitev k psihologu
- Napotitev k psihiatru
- Aktivacija socialne mreže
- Pogovor s partnerjem
- Drugo: _____

PRILOGA 11

Dokument Navodila za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja

Navodila za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja -
patronažno zdravstveno varstvo otročnic, novorojenčkov in dojenčkov

Pripravili: Petra Nadrag, Marcel Kralj, Sonja Tomšič

Verzija 1

Ljubljana, 4.3.2015

Številka primera

Vsak primer obravnave otročnice, novorojenčka in dojenčka v času trajanja pilota označujeta **DVE številki primera**:

- zaporedna številka primera (npr. CE001, CE002...) in
- geslo za vnos podatkov – samogenerirana šestmestna koda (npr. 21142d, 675746), ki služi za vstop v spletno aplikacijo 1KA.

Otročnica, otrok oziroma več otrok štejejo za namene poročanja na NIJZ kot isti primer in imajo tako vsi obrazci, ki jih uporabljate pri materi in njenem novorojenčku/ih isti dve številki.

Zaporedna št. primera: **CE001**
Geslo za vnos podatkov: **ae1b55**

Obrazci in gradivo

Za vsak obravnavan primer smo vam pripravili vse potrebne obrazce in gradiva z vnaprej določenimi številkami primera v individualnih mapah.

Vsaka mapa vsebuje:

- Obrazec – Obisk novorojenčka in dojenčka (s številkami);
- Obrazec – Obisk otročnice (s številkami);
- Gradivo za starše – preverjanje varnosti doma;
- Edinburški vprašalnik (s številkami);
- Navodilo za uporabo Edinburškega vprašalnika s točkovnikom;
- Spremno pismo za sodelovanje v anketi za uporabnico;
- Vprašalnik za uporabnico (s številkami);
- Vnaprej plačano kuverto naslovljeno na NIJZ.

Dodatno so na vsaki pilotni lokaciji na voljo:

- Edinburški vprašalniki – te uporabite kadar je potrebna ponovitev vprašalnika (če je prvič rezultat med 10 in 12 točk ali če presejanje izvedete že v drugem tednu). Prosimo, da na dodatni obrazec prepisite zaporedno številko primera in geslo za vnos podatkov.
- Obrazci »Obisk novorojenčka in dojenčka« - te uporabite kadar obiskujete otročnico z dvojčki, trojčki... Prosimo, da na dodatni obrazec otroka prepisite zaporedno številko primera in geslo za vnos podatkov z obrazca otročnice. Prvorojenega otroka označite z A, drugorojenega z B.

V primeru, da vam začne primanjkovati obrazcev ali gradiva, se prosimo pravočasno obrnite na sodelavko NIJZ Sonjo Dravec, da vam zagotovi dodatne (sonja.dravec@nijz.si; 041 788 269).

Kako vstopati v spletno aplikacijo za vnos podatkov (1KA)?

V spletno aplikacijo boste dostopali preko spletnega naslova <http://anketa.nijz.si/szz-patronaza> ali <https://www.1ka.si/szz-patronaza>, ki ste ga vse izvajalke prejele tudi preko spletne pošte. Za vpisovanje posameznega obiska morate na vstopni strani vpisati šest mestno geslo za vnos podatkov, ki se nahaja na obrazcih.



0% 100%

PATRONAŽNA ZDRAVSTVENA NEGA - SZZ OTROCI IN MLADOSTNIKI

Spoštovani,

pozdravljeni v aplikaciji za vnos podatkov preventivnih obiskov patronažnega zdravstvenega varstva novorojenčkov, dijačnikov in otročnic v pilotnem testiranju posodobljenega preventivnega programa v okviru projekta Skupaj za zdravje.

Prosim, spodaj vpišite šestmestno geslo za vnos podatkov, ki se nahaja na posamezni primer (mali * izšli oziroma otroci) in je navedeno na pripadnem obrazcu. S klikom na "Naslednja stran" boste pričeli z vnosom podatkov.

Hvala za vaše sodelovanje.

Nacionalni inštitut za javno zdravje
(www.skupajzazdravje.si)

Geslo za vnos podatkov:

Katere podatke je potrebno vnesti?

V aplikacijo najprej vnesete obe številki primera (ponovno vnesite geslo za vnos podatkov – isto geslo, ki ste ga uporabili za vstop v aplikacijo – IN zaporedno številko primera), nato vnesite splošne podatke o materi in splošne podatke o otroku oziroma otrocih. Te podatke boste morali vnesti le pri prvem vpisu primera.



0% 100%

PATRONAŽNA ZDRAVSTVENA NEGA - SZZ OTROCI IN MLADOSTNIKI

IDENTIFIKACIJA OTROČNICE IN NOVOROJENČKA/DOJENČKA

* Prosimo, povežite vpis gesla za vnos podatkov. To je šest mestno geslo, ki se nahaja v levem spodnjem kotu obrazca "Obisk stročnice" zbirnega v desnem spodnjem kotu obrazca "Obisk novorojenčka in dojenčka". Posamezno geslo za vnos podatkov je vezano na otročnice in vse njene otroke.

Geslo za vnos podatkov

* Za lažje sklicevanje na posamezni zapis, prosimo vpišite zaporedno številko primera.

Zaporedna številka primera je 6-številčna številka, ki je razdeljena na dve skupini. Prva skupina je 3-številčna številka, ki predstavlja zaporedno številko zapisa. Druga skupina je 3-številčna številka, ki predstavlja zaporedno številko primera. Primer zaporedne številke primera: 0001.

Zaporedna številka primera

[Prejšnja stran](#) [Naslednja stran](#)

Aplikacija vas nato vodi po podatkih, ki jih morate vnesti. Vnesti morate podatke, ki so na papirnatih obrazcih osenčeni. Podatki v spletni aplikaciji označeni z zvezdico so obvezni, brez izpolnitve teh vas aplikacija ne bo spustila naprej.

Pri vsakem obisku je potrebno vnesti tudi številko iz Baze podatkov o izvajalcih (BPI številko) izvajalke, ki je obisk opravila, torej vašo BPI številko, ki ste jo prejeli v osebni mapo z zadnjimi navodili za izvajanje pilota.

Ali je potrebno vnesti vsak obisk posebej?

Za posamezni primer lahko vnašate vsak obisk posebej ali več obiskov istočasno, vendar morajo biti vedno vsi predhodni obiski izpolnjeni, da vam aplikacija omogoča vnos naslednjega obiska (npr. aplikacija ne omogoča vnos tretjega obiska novorojenčka, če ni predhodno vnesenega prvega in drugega obiska novorojenčka). **POZOR: vsakič ko zaključite vnos podatkov za posamezni obisk, kliknite na gumb »naprej« (prehod na naslednjo stran), saj s tem zagotovite, da se vneseni podatki shranijo.**

Podatke o vsakem obisku lahko prihodnjič tudi dopolnite ali spremenite, vendar pri tem ne odstranjujte kljukic za že vnesene obiske (tudi če jih ne popravljate), saj se vam pri tem vsi predhodno vneseni podatki izbrišejo.

Dolžina spletnega obrazca?

Dolžina spletnega obrazca je odvisna od že vnesenih podatkov. Večje število obiskov je bilo opravljenih (in vnesenih) pri otročnici in njenih otrocih, daljša bo tudi dolžina spletnega obrazca. Pomembno je, da se pri ponovnem vstopu v spletni obrazec preko že vnesenih strani pomikamo s pomočjo klikov na gumb »naprej« in samo še dodajamo kljukice tam, kjer želimo vnesti nov obisk. Spletni obrazec je oblikovan tako, da vas samostojno vodi pri vpisovanju podatkov o obiskih.

Kdo naj vnaša obiske?

Če je obiske pri istem primeru opravilo več dipl. m. s. v PZV (npr. nadomeščanje), naj vsaka izvajalka vnese obiske, ki jih je sama opravila, saj mora pri vsakem obisku vnesti tudi svojo BPI številko. Za vnos podatkov pri enem primeru pa se ne glede na osebo, ki podatke vnaša, vedno uporabi ISTO geslo za vnos podatkov (ista šest mestna številka za isti primer pri vsakem vnosu podatkov).

Kako pogosto vnašati?

Priporočamo sproten vnos podatkov na dan obiska ali vsaj en krat tedensko. Na NIJZ bomo večkrat mesečno preverjali vnesene podatke in vas po potrebi kontaktirali.

Kaj storiti, če nastopijo težave?

Če imate težave pri uporabi spletne aplikacije, se obrnite na sodelavce Nacionalnega inštituta za javno zdravje:

Marcel Kralj, tel. 01 244 1 456, marcel.kralj@nijz.si

Sonja Tomšič, tel. 01 244 1 505, sonja.tomsic@nijz.si

Petra Nadrag, tel. 01 244 1 526, petra.nadrag@nijz.si

PRILOGA 12

Seznam gradiv, ki so jih prejele izvajalke Priprav na porod in starševstvo

Seznam strokovnih gradiv za izvajalke in udeležence pilota Priprava na porod in starševstvo

Gradivo za izvajalke pilota Priprave na porod in starševstvo

- Učkar V, Grgič Vitek M, Kraigher A: *Cepljenje otrok*, NIJZ, april 2015
- Drglin Z: *Duševno zdravje v nosečnosti in po porodu*, NIJZ, april 2015
- Koprivnikar H: *Kajenje*, NIJZ, april 2015
- Stanek Zidarič T: *Laktacija in dojenje*, NIJZ, april 2015
- Rok Simon M: *Dojenček – kako ravnamo ko neutolažljivo joka*, NIJZ, april 2015
- Vračko P: *Nevarnosti v okolju – zaščita otrok in odraslih v rodni dobi*, NIJZ, april 2015
- Mivšek A. P: *Fiziološka nosečnost*, NIJZ, april 2015
- Učkar V: *Okužbe v nosečnosti*, NIJZ, april 2015
- Rok Simon M: *Otroška oprema: izbira in varna uporaba*, NIJZ, april 2015
- Skubic M: *Poporodno obdobje*, NIJZ, april 2015
- Petročnik P: *Porod*, NIJZ, april 2015
- Skubic M, Petročnik P: *Prehod v starševstvo in novorojenček*, NIJZ, april 2015
- Fajdiga Turk V, Blaznik U: *Prehrana dojenčkov*, NIJZ, april 2015
- Fajdiga Turk V, Blaznik U: *Prehrana mladostnic ter žensk v rodnem obdobju, nosečnic in doječih mamic*, NIJZ, april 2015
- Ščepanović D, Žgur L: *Telesna drža med nosečnostjo*, NIJZ, april 2015

Gradivo za uporabnike (navedeno gradivo so prejele izvajalke, niso pa ga še dajale udeležencem pilota):

- Žalar A. in sod.: *Alkohol, nosečnost in starševstvo*, NIJZ april 2015
- Koprivnikar H: *Kajenje, nosečnost in poporodno obdobje*, NIJZ, april 2015
- Zavrl N, Rok Simon M: *Dojenčke – kako ga pestujemo in kako se ukvarjamo z njim*, NIJZ, april 2015
- Gorenc Jazbec Š, Zavrl N: *Pripomočki*, NIJZ, april 2015
- Tomšič S, Rok Simon M: *Preprečevanje poškodb v prometu – nosečnost*, NIJZ, april 2015
- Drglin Z: *Skrb za zdrave zobe ženske in otroka*, NIJZ, april 2015
- Drglin Z: *Spolnost v času nosečnosti in po porodu, kontracepcija in načrtovanje družine, razmik med nosečnostmi*, NIJZ, april 2015
- Ščepanović D, Žgur L: *Telesna drža med nosečnostjo*, NIJZ, april 2015
- Drglin Z: *Zdrav način življenja, zdravstvene tegobe in težave ter zdravstveni zapleti v nosečnosti*, NIJZ, april 2015
- Mihevc Ponikvar B, Drglin Z: *Zdravstveno varstvo v nosečnosti in zdravstveno varstvo otroka in ženske po porodu*, NIJZ, april 2015

Izročki za uporabnice (prejele udeleženke pilota Priprave na porod in starševstvo):

- Navodila za otročnico po odpustu iz porodnišnice
- Oblačila in pripomočki za nego novorojenčka in mamice
- Prehrana doječe matere
- Prehrana zdravih dojenčkov
- Prehrana za devet posebnih mesecev: prehrana nosečnice

Predstavitev strokovnih vsebin za izvajalke pilota Priprava na porod in starševstvo s ključnimi poudarki za posamezno tematiko (ppt. predstavitev)

- Nosečnost I in II
- Porod I
- Porod II
- Dojenček I del 6.srečanja
- Dojenček II del 6. srečanja
- Laktacija in dojenje; raba prilagojenega mleka
- Poporodno obdobje

PRILOGA 13

Predlog programa Priprava na porod in starševstvo – šola za bodoče starše

Predlog programa

Priprava na porod in starševstvo – šola za bodoče starše

Delovna različica: 1

Datum: 10.4.2015

Pojasnila

Tematike posameznih srečanj so smiselno razdeljene po sklopih. Zajemajo poglobljena vsebinska področja, ki smo jih ocenili kot pomembna za nosečnost, porod in poporodno obdobje z vidika nosečnice, ploda, bodočega očeta, novorojenčka/-ke, matere, očeta, družine. Uravnoteženi so telesni, duševni in socialni vidiki zdravja tako z vidika posameznice/posameznika kot tudi z vidika javnega zdravja.

V ožji delovni skupini smo predlagali okviren čas, potreben za določeno tematiko.

Priprava na porod in starševstvo je namenjena bodoči materi in bodočemu očetu oziroma spremljevalcu/-ki. Pri vsebinah srečanj je pomembno vključevati vidika obeh, kjer je to smiselno.

Predlagana časovna shema Priprave na porod in starševstvo

Predlog prenovljenega programa obsega naslednja srečanja:

- (1) eno srečanje v zgodnji nosečnosti (priporočljivo od 12. - 18. tedna)
- (6) šest srečanj v kasnejši nosečnosti (priporočljivo med 28. in 34. tednom nosečnosti)
- (3) tri srečanja po porodu (predvidoma v drugem mesecu, v četrtem mesecu in v desetem mesecu otrokove starosti; termini še niso dokončno postavljeni)

Posamezno srečanje traja 2 x 60 minut → 120 minut. Predlagamo, da vključuje

- 10 minutni odmor,
- 10 minutno aktivno vadbo oz. sproščanje ipd.,
- 10 minut, namenjenih vprašanjem in odgovorom.

Prvemu srečanju (*Zgodnja nosečnost*) je pridruženih še 45 minut praktičnega prikaza telesnih vaj in aktivne telesne vadbe nosečnic (po možnosti z vodstvom fizioterapevtke).

Posamezna srečanja z okvirnimi časi za posamezno tematiko in pregledom poglobljenih vsebin so predstavljena v nadaljevanju.

Dokument je oblikovan tako, da je mogoče posamično srečanje natisniti na en list (obojestransko tiskanje).

1. Naslov srečanja: Zgodnja nosečnost

Obdobje: od 12. tedna (do 18. tedna)

Trajanje srečanja: 115 min + 45 min → 160 min

Teme in podteme	Trajanje (min)	Vsebina srečanja
Potek nosečnosti		
Fiziološki potek nosečnosti	10	fiziološki potek nosečnosti, razvoj ploda, potrebe nosečnice in ploda, skrb zase in nega v nosečnosti – telesno in duševno zdravje, higiena; doživljanje nosečnosti s strani ženske in bodočega očeta
Tegobe v nosečnosti	30	zgodnja nosečnost in nadaljevanje nosečnosti (osredotočimo se na obdobje do naslednjega srečanja): tegobe, nevšečnosti (in kako si pomagati), opozorilni znaki zapletov, zdravstvene težave; okužbe; omeniti tudi duševno zdravje; kdaj in kam po pomoč – s konkretno informacijo dopolni izvajalska organizacija
Zdravstvene pravice	5	prestavitev pregledov in preiskav v nosečnosti, presejalni testi
Odmor	10	
Zdravo življenje v nosečnosti		
Prehrana	15	načela zdrave prehrane: izbira hrane in način prehranjevanja; prehransko varnost; jemanje folne kisline ..., nasloviti pogostejša napačna prepričanja o prehrani nosečnice ...
Gibanje	2	pomen gibanja v nosečnosti, dobri načini za spremembo telesnih položajev; napoved dodatne ure s predstavitvijo vaj
Spolnost	2	varna spolnost v nosečnosti
Ustno zdravje	2	skrb za zobe matere in otroka, pravica do pregledov v nosečnosti, razvoj zob pri otroku v času nosečnosti
Okoljska in kemična varnost	2	konkretno glede tega, čemur je ženska izpostavljena v vsakdanu – delovno okolje, gospodinjstvo, čiščenje, beljenje; neionizirajoča sevanja (indukcijska plošča, prenosni telefon, tablica, prenosni računalnik ...)
Prometna varnost	1	pravilna uporaba varnostnega pasu v nosečnosti
Kajenje	2	osnovna informacija o škodljivosti kajenja in pasivnega kajenja v nosečnosti; informacija o možnih oblikah pomoči za odvajanje – dopolni pilotna lokacija
Alkohol	3	osnovna informacija o škodljivosti alkohola v nosečnosti
Prepovedane droge	1	osnovna informacija o škodljivosti rabe prepovedanih drog
Zdravila in zdravilni pripravki	3	osnovna informacija o rabi zdravil in zdravilnih pripravkov
Posamezni drugi vidiki življenja v nosečnosti	4	osnovne informacije o posameznih drugih vidikih življenja v nosečnosti – interaktivno (kopanje, sončenje, solarij, savna, potovanje ...)

Pravice na delovnem mestu	3	pravice na delovnem mestu z vidika varnosti nosečnice in ploda
Vprašanja in odgovori	10	
Odmor	10	
Telesna vadba v nosečnosti	45	<i>dodatna ura: vodijo fizioterapevtke, če je mogoče;</i> prikaz in aktivno sodelovanja nosečnic; telesne vaje, pomembne za nosečnost in porod; primerna telesna vadba v nosečnosti; prehod med različnim telesnimi položaji – vstajanje, sedanje, leganje in dviganje bremen ...; trening mišic medeničnega dna ...

2. Naslov srečanja: Nadaljevanje nosečnosti

Obdobje: 28. - 35. teden nosečnosti

Trajanje srečanja: 120 min

Teme in podteme	Trajanje (min)	Vsebina srečanja
Potek nosečnosti		
Fiziološki potek nosečnosti	20	fiziološki potek nosečnosti v tretjem tromesečju, razvoj ploda, skrb zase, nega v nosečnosti, higiena, potrebe nosečnice in ploda; teme, povezane z obdobjem, ki je še pred nosečnico: potek nosečnosti, pridobivanje teže, kako naj bi nosečnica čutila plod, omeniti lego ploda; doživljanje nosečnosti s strani ženske in bodočega očeta ...
Tegobe v nosečnosti	15	tegobe, nevšečnosti in kako si pomagati; opozorilni znaki zapletov, zdravstvene težave – okužbe, krči v nogah, nosečniški popadki, otekanje nog, zaprtje, hemeroidi, oteženo dihanje, težave s spanjem, čustveni in duševni vidiki tega obdobja, Omeniti znake grozečega prezgodnjega poroda, znake zapletov in ukrepanje, omeniti tudi duševno zdravje ... kdaj in kam po pomoč – s konkretno informacijo dopolni izvajalska organizacija
Zdravstvene pravice	5	zdravstvene pravice (vloga zdravstvenih in drugih strokovnjakov v obporodnem obdobju, ustanove); pravice pacienta; zdravstvena dokumentacija; kdaj in kam – s konkretno informacijo dopolni izvajalska organizacija (navodila za nosečnico)
Telesna vadba	10	training mišic medeničnega dna; izvedba priporočenega načina vstajanja, sedanja itd. v nosečnosti
Odmor	10	
Zdravo življenje v nosečnosti (v tem obdobju do poroda)		
Prehrana	10	načela zdrave prehrane: zbira hrane in način prehranjevanja; prehranska varnost; omeniti: več manjših obrokov, kako omiliti težave z zgago, zaprtjem ...
Gibanje	10	primerna telesna dejavnost glede na predhodno telesno aktivnost; vzdrževanje telesne aktivnosti; dvigovanje bremen, spreminjanje telesnih položajev ...
Spolnost	2	varna spolnost
Ustno zdravje	4	skrb za zobe matere in otroka, razvoj zob pri plodu
Okoljska in kemična varnost	5	smiselno glede na srečanje v zgodnji nosečnosti, izpostaviti tisto, čemur je nosečnica izpostavljena – v delovnem okolju, gospodinjstvu: čiščenje, prenavljanje stanovanja, sevanja (prenosni telefoni in računalniki, indukcijska plošča, mikrovalovna pečica ...), nevarnost plesni za žensko in otroka ...

Prometna varnost (varnostni pas)	1	pravilna raba varnostnega pasu v nosečnosti
Kajenje, alkohol, prepovedane droge, zdravila in zdravilni pripravki	3	osnovna informacija o škodljivosti alkohola, kajenja, prepovedanih drog v nosečnosti; varna raba zdravil in zdravilnih pripravkov
Posamezni drugi vidiki sodobnega življenja in nosečnost	10	osnovne informacije o posameznih drugih vidikih življenja v nosečnosti – interaktivno (kopanje, sončenje, solarij, savna, potovanje ...)
Socialne pravice	5	pravice in možnosti v obporodnem obdobju – nosečnica v različnih življenjskih situacijah; napotilo na Center za socialno delo, urejanje porodniškega dopusta, očetovskega dopusta, dopusta za nego in varstvo otroka ... kdaj in kam – s konkretno informacijo dopolni izvajalska organizacija
Vprašanja in odgovori	10	

3. Naslov srečanja: **Porod I**

Obdobje: 28. - 35. teden nosečnosti

Trajanje srečanja: 120 min

Teme in podteme	Trajanje (min)	Vsebina srečanja
Priprava na porod Pričetek poroda		
Zadnji tedni nosečnosti	5	telesna in psihična priprava na porod v času nosečnosti, (masaža presredka ... , pripravljenost na začetek poroda); porodne izbire – nosečnica in partner/spremljevalec/-ka; spremljanje plodovih gibov; kdaj in kam – s konkretno informacijo dopolni izvajalska organizacija
Znanilci poroda	10	luščenje čepa, nosečniški in porodni popadki, ravnanje ob iztekanju/odteku plodovnice; kako ravnati doma pred odhodom v porodnišnico; kako zdravstveni strokovnjaki ugotavljajo, ali se je porod dejansko začel
Odhod v porodnišnico	10	kdaj, kako v porodnišnico, kaj s seboj (dokumentacija za porod: napotnica za porod, za reševalno vozilo, izvidi, mat. knjižica ...); kdaj poklicati reševalno vozilo; oprema za žensko ter novorojenčka/-ko; kdaj in kam – s konkretno informacijo dopolni izvajalska organizacija (konkretno kam pride nosečnica, telefonske številke, pravila in izjeme glede delovnika, praznika ...)
Sprejem v porodnišnici Zdravstveni strokovnjaki pri porodu	10	postopki ob prihodu v porodnišnico; kaj se dogaja v porodnišnici ob sprejemu; vloga zdravstvenih strokovnjakov pri porodu
Lega in vstava ploda	5	prikaz lege in vstave ploda – za razumevanje poteka poroda oz. vrste poroda z vidika ženske in spremljevalca/-ke
Odmor	10	
Telesna vadba	10	naj bo povezana s tematiko srečanja: na primer različni porodni položaji, sproščanje, dihalne vaje, masaža, sproščanje
Potek poroda Prva porodna doba		
Potek poroda	10	predstavitev porodnega poteka (celoten porod) (slikovno gradivo); sledi predstavitev posameznih porodnih dob
Fiziološki porod: I. porodna doba	25	fiziologija I. porodne dobe; kaj se dogaja, o popadku (kaj je, kako se ga čuti), odpiranje mater. vratu, potrebe porodnice (telesne, duševne, socialne), otroka, spremljevalca/ke; skrb za porodnico in otroka, spremljanje plodovih srčnih utripov, spremljanje popadkov, spremljanje napredovanja poroda; gibanje in porodni položaji v I. porodni dobi
Porodna pomoč v I. porodni dobi	10	pogostejši postopki in posegi, kaj se dogaja v porodnišnici v prvi porodni dobi
Vprašanja in odgovori	15	

4. Naslov srečanja: **Porod II**

Obdobje: 28. - 35. teden nosečnosti

Trajanje srečanja: 120 min

Teme in podteme	Trajanje (min)	Vsebina srečanja
Druga porodna doba Tretja porodna doba Po rojstvu v porodni sobi		
Fiziološki porod: II. porodna doba	12	fiziologija II. porodne dobe; kaj se dogaja z mamo in otrokom, potrebe porodnice, otroka, spremljevalca/ke; gibanje in porodni položaji; skrb za porodnico in otroka, spremljanje plodovih srčnih utripov, spremljanje popadkov, spremljanje napredovanja poroda
Porodna pomoč v II. porodni dobi	3	pogostejši postopki in posegi, zapleti in operativno dokončanje poroda
Fiziološki porod: III. porodna doba	12	fiziologija III. porodne dobe; kaj se dogaja z mamo, otrokom, očetom; potrebe matere, dojenčka, očeta / spremljevalca/ke
Porodna pomoč v III. porodni dobi	3	fiziološko in aktivno vodenje; pogostejši postopki in posegi, pogostejši zapleti in pomoč ob njih
Telesna vadba	10	naj bo povezana s tematiko srečanja: na primer različni porodni položaji, sproščanje, dihalne vaje, masaža, sproščanje
Zgodnje poporodno obdobje v porodni sobi	15	potrebe matere, dojenčka in očeta/spremljevalca/ke; pomen najzgodnejšega obdobja po rojstvu: prvi stik novorojenčka in matere, očeta; prvi podoj; preprečevanje krvavitve po porodu; antropometrične meritve novorojenčka; neonatalna profilaksa
Odmor	10	
Doživljanje poroda Oče pri porodu Vrste porodov		
Doživljanje poroda; porodna bolečina, lajšanje bolečin	25	doživljanje poroda z vidika porodnice in spremljevalca/ke, občutki pri porodu; porodna bolečina, metode in tehnike lajšanja bolečin
Oče, spremljevalec/ka	10	vloge, možnosti, potrebe očeta oz. spremljevalca/-ke pri porodu
Vrste porodov	10	pogostejše vrste porodov, izbira med porodničnicami
Vprašanja in odgovori	10	

5. Naslov srečanja: Poporodno obdobje in dojenje

Obdobje: 28. – 35. teden nosečnosti

Trajanje srečanja: 120 min

Teme in podteme	Trajanje (min)	Vsebina srečanja
Poporodno obdobje: mama		
Fiziološki potek pri ženski	10	fiziološke spremembe ženskega telesa po porodu (involicija in krčenje maternice, vaginalni izcedek – uporabno za ženske, celjenje maternične votline itd.), podrobneje po organskih sistemih; potrebe matere, nega matere v porodnišnici, postopki in posegi
Ženska: telesno zdravje, nega, skrb zase	5	nega mame, potrebe: gibanje, spanje, počitek, prehrana ...; kako naj ženska skrbi zase, za svoje zdravje
Tegobe, nevšečnosti, zapleti pri ženski	5	pogostejše tegobe, nevšečnosti – kaj storiti; opozorilni znaki zapletov, posebni izzivi poporodnega obdobja kdaj in kam po pomoč – s konkretno informacijo dopolni izvajalska organizacija omeniti: ko se nosečnost ne konča srečno (bolan, prizadet otrok; smrt otroka)
Spremembe v poporodnem obdobju pri ženski	5	spremembe v duševnem in socialnem življenju, izpostaviti duševno zdravje žensk po porodu: otožnost, tesnoba, depresija, omeniti psihozo
Odnosi v družini ob rojstvu novega člana/članice		
Vloga očeta, vloga mame, sorojenci, razširjena družina, odnosi v družini; socialna mreža	10	spremenjena razmerja in odnosi v družini; dedki, babice, vloga socialne mreže; sodelovanje obeh spolov v družinskem življenju – dolžnosti in odgovornosti; potrebe (vseh) družinskih članov, kaj lahko pričakujemo v času prehoda v starševstvo, ob povečanju družine; doživljanje očeta; duševne stiske pri očetu; posebni izzivi v družinskem življenju; omeniti tudi nasilje v družini kdaj in kam po pomoč – s konkretno informacijo dopolni izvajalska organizacija
Spolnost	3	spolnost, preprečevanje neželene nosečnosti, nadaljnje načrtovanje družine
Vprašanja in odgovori	7	
Telesna vadba	10	
Odmor	10	
Laktacija in dojenje; raba prilagojenega mleka		
Pomen dojenja	5	pomen dojenja za otroka, žensko, družino, za družbo
Porod in dojenje	5	povezava med potekom poroda, laktacijo in dojenjem, pomen "zlate prve ure" po rojstvu

Fiziologija laktacije in dojenja	10	refleksi pri otroku; refleksi pri ženski; sestava ženskega mleka; količina potrebnega mleka, pogostost in trajanje podoja
Spretnosti dojenja	15	ustrezno pristavljanje otroka; položaji za dojenje, prepoznavanje potreb otroka, demonstracija
Posebnosti in izzivi pri dojenju	5	omeniti pogostejše posebnosti in izzive ter ukrepe kdaj in kam po pomoč – s konkretno informacijo dopolni izvajalska organizacija
Metode hranjenja, ko dojenje ni mogoče	5	pripomočki za hranjenje; metode; raba prilagojenega mleka
Vprašanja in odgovori	10	

6. Naslov srečanja: **Dojenček**

Obdobje: 28. – 35. teden nosečnosti

Trajanje srečanja: 120 min

Teme in podteme	Trajanje (min)	Vsebina srečanja
Razvoj in potrebe dojenčka Nega otroka in »rokovanje«		
Zgodnji otrokov razvoj, otrokove potrebe in odzivanje nanje	20	kaj potrebuje novorojenček in dojenček, otrokovo izražanje (telesna govorica, oglašanje, jok ...), opazovanje in spremljanje otroka, odnos / sodelovanje / komunikacija z otrokom; pomen telesnega, očesnega, besednega stika; spanje, počitek in aktivnosti, hranjenje in izločanje ...
Nega otroka	20	skrb za čistočo, previjanje, umivanje, kopanje, masaža ...; praktične vaje
»Rokovanje« z otrokom	15	"rokovanje" z otrokom; opozoriti tudi na varnost ter tveganja praktične vaje
Odmor	10	
Telesna vadba	10	
Pripomočki in oprema Otrokov vsakdan Otrokovo zdravje		
Pripomočki in oprema za dojenčka	5	kaj potrebujemo za dobro skrb za otročka – izbira pripomočkov in opreme; tudi z vidika varnosti; prometna varnost (dosledna raba ustrezne opreme v vozilu; nujno že ob odhodu iz porodnišnice)
Izbrani vidiki otrokovega vsakdana	15	dnevne aktivnosti – doma, v naravi, v urbanem okolju, sprehodi, potovanja, počitnice, izpostavljanje soncu, gibanje ...
Izbrani vidiki otrokovega zdravja, starševski izzivi pri skrbi za otroka	15	storitve v zdravstvenem sistemu (izbira pediatra, presejalni testi za otroka, shema pregledov, cepljenje, patronažni obiski; poporodna skupinska srečanja staršev), kaj je "normalno" glede otrokovega zdravja in kaj je odstopanje (videz, posebnosti v vedenju), znaki zdravstvenih težav pri dojenčku in ravnanje ob njih, skrb za zdravje otrokovih zob in ustne votline (raba dude ...), Pogostejši starševski izzivi pri skrbi za otroka: npr. pri dolgotrajnem joku (opozoriti na npr. sindrom stresanega otroka ...)
Vprašanja in odgovori	10	

7. Naslov srečanja: Partnerstvo

Obdobje: 28.- 35. teden nosečnosti

Trajanje srečanja: 120 min

Teme in podteme	Trajanje (min)	Vsebina srečanja
Partnerski odnosi		<i>Delavnica, predpostavlja se aktivnost udeležencev</i>
Predstavitev	10	pozdrav, napoved teme, predstavitev izvajalca, predstavitev udeležencev
Spremembe v partnerskem odnosu	5	spremembe v partnerskem odnosu z rojstvom otroka
kakovosten partnerski odnos	10	spretnosti za kakovosten partnerski odnos / za dobre odnose v družini
Vrste pogovorov	10	vrsta pogovorov med partnerjema/staršema predstavitev ključnih ugotovitev
Pogovor v paru	20	vaja "Osebni pogovor v parih"
Sproščanje	15	npr. progresivna mišična relaksacija, vizualizacija; vaja vzpostavitve povezanosti med partnerjema
Odmor	10	
Komunikacija	10	komunikacija v družini
Kakovostno družinsko življenje	10	spretnosti za dobro družinsko življenje
Vprašanja in odgovori	10	vprašanja in odgovori, sklepni odzivi udeležencev

PRILOGA 14

Dopis ginekologom v Celju

Številka: 900-28/15-1/326

Ljubljana, 2.4.2015

Obvestilo o izvajanju posodobljenega programa šole za bodoče starše – priprave na porod in starševstvo

Spoštovani,

v okviru programa Norveškega finančnega mehanizma 2009-2014, NIJZ vodi projekt Za boljše zdravje in zmanjševanje neenakosti v zdravju – Skupaj za zdravje (www.skupajzazdravje.si). Cilj delovnega sklopa za otroke in mladostnike je nadgradnja programa preventivnega varstva za otroke in mladostnike. Posebna pozornost je namenjena ranljivim ciljnim skupinam, razvoju dobrih praks za zgodnje odkrivanje otrok in mladih z večjim tveganjem ter razvoju interdisciplinarnega in medsektorskega sodelovanja. Na osnovi strokovnih smernic bodo zasnovani novi pristopi tako na področju preventivnega zdravstvenega varstva otrok in mladostnikov kot v okviru zdravstvene vzgoje za otroke, mladostnike, bodoče starše in starše.

V okviru projekta pripravljamo **posodobitev in nadgradnjo programa šole za bodoče starše** s ciljem posodobitve vsebin ter poenotenja njihovega izvajanja. Šola za bodoče starše bo potekala v dveh sklopih: eno srečanje je predvideno v zgodnji nosečnosti (12.-16. teden nosečnosti), šest srečanj pa bo potekalo v pozni nosečnosti. Posodobljeni model šole za bodoče starše bo pilotno testiran v ZD Celje. **Pilotno testiranje posodobljenega programa bo potekalo od maja 2015 do konca septembra 2015.**

Vljudno vas prosimo, da vaše nosečnice, še zlasti prvorodke, aktivno spodbujate k obiskovanju šole za bodoče starše. Pripravili smo tudi obvestilo o izvajanju posodobljenega programa šole za bodoče starše, ki ga prosimo nosečnici izročite. Posebno pozornost namenite mlajšim in manj izobraženim nosečnicam ter tistim, ki pozno pridejo na prvi pregled v nosečnosti. Te skupine nosečnic se namreč manj udeležujejo šole za starše. Še posebej prosimo, da vaše nosečnice že ob prvem pregledu opozorite na srečanje v zgodnji nosečnosti. Srečanje je namenjeno ženskam v zgodnji nosečnosti in njihovim partnerjem. Seznanili se bodo s fiziološkim potekom nosečnosti, poseben poudarek pa bo na zdravem načinu življenja med nosečnostjo. Nosečnice bodo imele tudi možnost, da se naučijo zanje primerne telesne vadbe. Za ostale informacije in termine srečanj naj se obrnejo na vodjo šole za bodoče starše v ZD Celje.

Prilagamo nekaj izvodov obvestil na nosečnice. Dodatna obvestila lahko kopirate. Če potrebujete elektronsko različico ali dodatne izvode, nam prosimo sporočite na e-naslov: sonja.dravec@nijz.si.

Veselim se sodelovanja z vami in vas lepo pozdravljamo,

Polonca Truden Dobrin
Vodja delovnega sklopa za otroke in mladostnike
Nacionalni inštitut za javno zdravje

PRILOGA 15

Obvestilo o izvajanju posodobljenega programa šole za bodoče starše – priprave na porod in starševstvo za nosečnice na območju ZD Celje

Številka: 1810-55/15-1/336
Ljubljana, 2.4.2015

Obvestilo o izvajanju posodobljenega programa šole za bodoče starše – priprave na porod in starševstvo

Spoštovana nosečnica, prijazno pozdravljeni,

obveščamo vas, da Zdravstveni dom Celje sodeluje z Nacionalnim inštitutom za javno zdravje pri prenovi programa šole za bodoče starše.

Program šole za bodoče starše je vsebinsko posodobljen in obsega sedem srečanj. Prvo srečanje je predvideno že v zgodnji nosečnosti. **Seznani se boste s potekom nosečnosti, poseben poudarek pa bo na zdravem načinu življenja med nosečnostjo. Nosečnice boste imele tudi možnost, da se naučite primerne telesne vadbe.**

Ostalih šest srečanj pa se boste udeležili v zadnjem tromesečju nosečnosti.

Priporočamo, da se srečanj udeležite skupaj s partnerjem ali drugo bližnjo osebo. Udeležba v šoli za bodoče starše je brezplačna.

Srečanja bodo potekala po nekoliko spremenjenem urniku. Informacije o urniku najdete na spletni strani:

www.zd-celje.si/dejavnost/specialisticna-zdravstvena-dejavnost/dispanzer-za-zene-in-sterilizacija/

Vabimo vas, da svojo udeležbo sporočite na e-naslov: sola.starsev@zd-celje.si ali na tel.: (03) 5 434 437 (Radka Podlesnik, dipl.m.s.), kjer dobite vse dodatne informacije o vsebini in trajanju posameznih srečanj.

Na vsakem srečanju vas bomo na kratko anonimno povprašali o vašem mnenju glede vsebine in organizacije.

Več o projektu Skupaj za zdravje: www.skupajzazdravje.si.

Lepo vas pozdravljamo,

Polonca Truden Dobrin
Vodja delovnega sklopa za otroke in mladostnike
Nacionalni inštitut za javno zdravje

PRILOGA 16

Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja posodobljenega programa Priprave na porod in starševstvo

NAČRT ZA SPREMLJANJE IN EVALVACIJO PILOTNEGA TESTIRANJA
»PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO«

Pripravili: Victoria Zakrajšek, Sonja Tomšič, Mirna Macur

Verzija 3

Ljubljana, 7.10.2015

Uvod

Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) v okviru programa Norveškega finančnega mehanizma 2009–2014 vodi vnaprej opredeljen projekt „Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju“ s krajšim imenom „Skupaj za zdravje“. Projekt poteka v sodelovanju s projektnim partnerjem Norveškim inštitutom za javno zdravje (Norwegian Institute of Public Health - FHI) in slovenskimi strokovnjaki v preventivnem zdravstvenem varstvu, predstavniki strokovnih združenj ter izvajalci zdravstvene dejavnosti. V sklopu projekta »Skupaj za zdravje« se prenavlja program »Priprava na porod in starševstvo« (prej t.i. Šola za starše). Gre za skupinsko obliko vzgoje za zdravje v času nosečnosti in je namenjena tako materam kot očetom.

1 Osnovne informacije o pilotnem testiranju programa »Priprava na porod in starševstvo«

Predlog prenovljenega programa obsega eno srečanje v zgodnji nosečnosti (priporočljivo v 12. – 16. tednu) in šest srečanj v nadaljevanju nosečnosti (priporočljivo med 28. in 34. tednom nosečnosti). Shema izvajanja pilotnega testiranja Priprav na porod in starševstvo je predstavljena na sliki 1. Posamezno srečanje naj bi trajalo skupaj 120 minut vključno s telesno vadbo in odmorom, srečanje v zgodnji nosečnosti ima dodatno še 45 minut praktičnega prikaza in učenja telesnih vaj v času nosečnosti. Oba sklopa srečanj Priprav na porod in starševstvo naj bi potekali vsaj enkrat mesečno na posamezni lokaciji izvajanja.

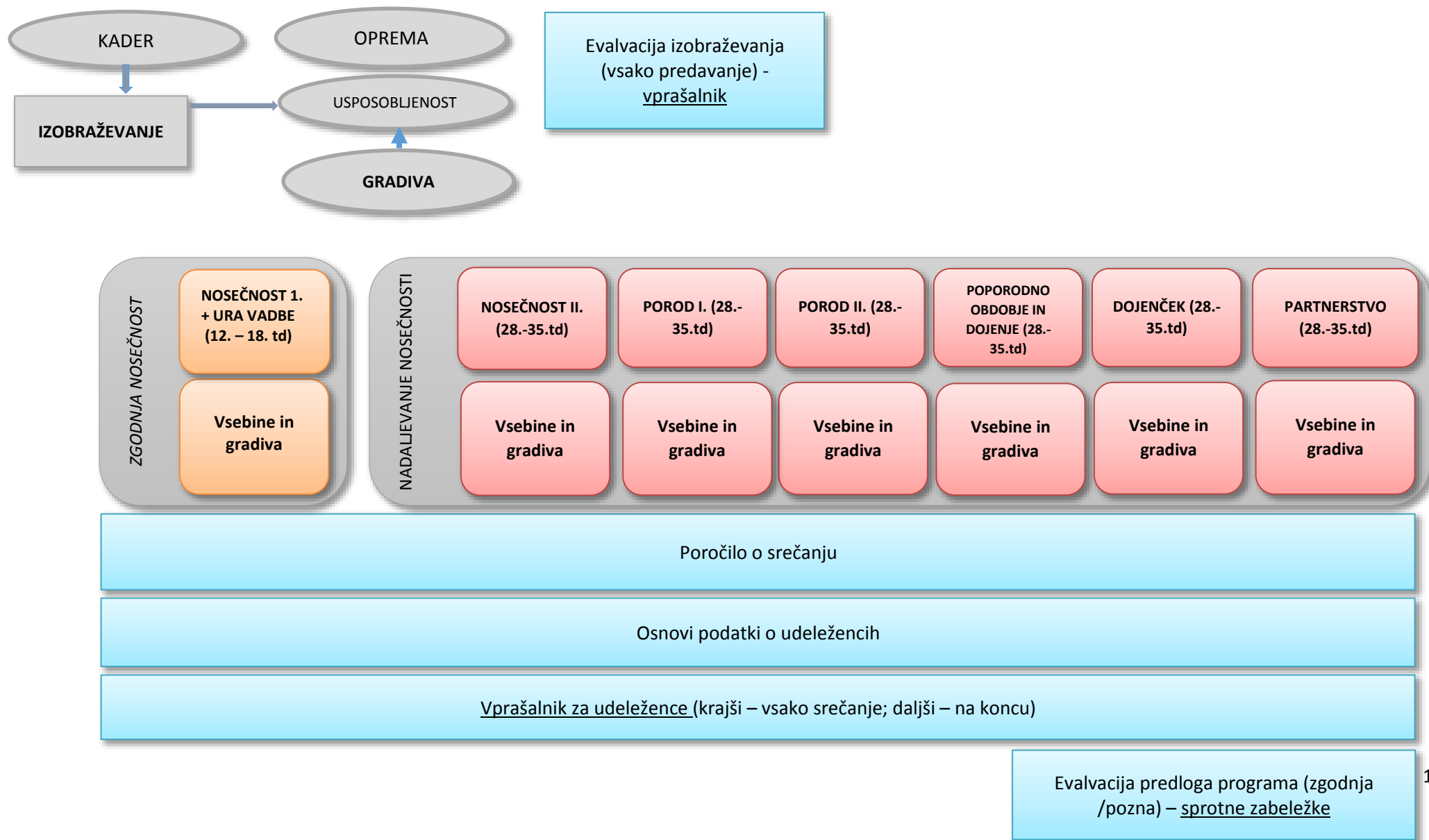
Izvajalci so ustrezno usposobljeni zdravstveni delavci, vključitev različnih drugih strokovnjakov je odvisna od lokalne razpoložljivosti kadrov oziroma drugih možnosti. Za izvedbo praktičnega prikaza in učenje telesnih vaj (srečanje v zgodnji nosečnosti) je priporočljiva vključitev fizioterapevtov oziroma kadra z ustrezno usmerjeno izobrazbo.

Za pilotno izvedbo bo za izvajalce pripravljeno izobraževanje, pripravljena bodo strokovna gradiva tako za izvajalce, kot za bodoče starše, izročki ter obvezne vsebine za vključitev na predavanjih oziroma vsebinska struktura posameznega srečanja.

Pilotno testiranje se bo izvajalo na lokacijah ZD Celje, ZD Sevnica in ZD Vrhnika. Pilot bo potekal od februarja 2015 do konca septembra 2015. V februarju in marcu 2015 bodo izvedena izobraževanja izvajalcev.

V pilotno testiranje bodo vključene vse nosečnice in njihovi partnerji oziroma spremljevalci, ki bodo v času pilotnega testiranja obiskovali Priprave na porod in starševstvo. Na vsakem tečaju bo izvajalka seznanila udeležence, da so deležni novega posodobljenega programa Priprav na porod in starševstvo in jih zaprosila za sodelovanje pri izpolnjevanju ankete o zadovoljstvu. Za vsa vprašanja, ki se bodo pojavili v zvezi z izvajanjem pilotnega programa, bodo udeležencem na razpolago strokovnjaki iz NIJZ.

Slika 1. Potek pilotnega testiranja – PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO



1.1 Namen prenove

Namen prenove programa »Priprava na porod in starševstvo« je:

- Poenotenje načina izvedbe;
- Poenotenje predstavljenih vsebin;
- Posodabljanje vsebin predavanj.

1.2 Merljivi cilji pilotnega programa in kriteriji za ugotavljanje doseganja teh ciljev:

1. Ali je pripravljen program izobraževanj za strokovne delavce ustrezen?
2. Ali so pripravljena strokovna gradiva ustrezna?
3. Ali je predlagan program »Priprava na porod in starševstvo« časovno izvedljiv?
4. Ali je predlagan program »Priprava na porod in starševstvo« vsebinsko izvedljiv?
5. Ali je predlagan program »Priprava na porod in starševstvo« vsebinsko ustrezen?
6. Kakšno je zadovoljstvo izvajalk/cev »Priprava na porod in starševstvo«?
7. Kakšno je zadovoljstvo uporabnic/kov »Priprava na porod in starševstvo«?
8. Kakšna je udeležba v Pripravah na porod in starševstvo (zgodnja, nadaljevanje)?

2 Metode raziskovanja

Za spremljanje in evalvacijo pilotnega programa bomo uporabili različne raziskovalne metode. Glede na posamezne cilje se bodo izvajale kvantitativne in kvalitativne metode.

Kvantitativne metode:

1. vprašalnik za slušatelje usposabljanja (izvajalke),
2. vprašalnik za udeležence programa »Priprava na porod in starševstvo«,
3. obrazci za sprotno zbiranje podatkov.

Kvalitativne metode:

4. fokusne skupine z izvajalkami,
5. fokusne skupine z udeleženci.

Povezava med metodami raziskovanja in posameznimi cilji pilotnega testiranja je prikazana v preglednici 1.

Preglednica 1. Metode raziskovanja za posamezne cilje

Metode raziskovanja	Cilji pilotnega programa
---------------------	--------------------------

Vprašalnik za slušatelje usposabljanja (izvajalke) – poglavje 2.1	1. Ali je pripravljen program izobraževanj za strokovne delavce ustrezen?
Vprašalnik za udeležence programa »Priprava na porod in starševstvo« – poglavje 2.2	5. Ali je predlagan program »Priprava na porod in starševstvo« vsebinsko ustrezen? 7. Kakšno je zadovoljstvo uporabnic/kov programa »Priprava na porod in starševstvo«?
Obrazci za sprotno zbiranje podatkov – poglavje 2.3	8. Kakšna je udeležba na Pripravah na porod in starševstvo (zgodnja, nadaljevanje)?
Fokusne skupine z izvajalkami – poglavje 2.4	2. Ali so pripravljena strokovna gradiva ustrezna? 3. Ali je predlagan program »Priprava na porod in starševstvo« časovno izvedljiv? 4. Ali je predlagan program »Priprava na porod in starševstvo« vsebinsko izvedljiv? 5. Ali je predlagan program »Priprava na porod in starševstvo« vsebinsko ustrezen? 6. Kakšno je zadovoljstvo izvajalk/cev programa »Priprava na porod in starševstvo«?
Fokusne skupine z udeleženci – poglavje 2.5	2. Ali so pripravljena strokovna gradiva ustrezna? 5. Ali je predlagan program »Priprava na porod in starševstvo« vsebinsko ustrezen? 7. Kakšno je zadovoljstvo uporabnic/kov programa »Priprava na porod in starševstvo«?

2.1 Vprašalnik za slušatelje usposabljanja (izvajalke)

Za vrednotenje programa izobraževanja za strokovne sodelavce (cilj št. 1) se bo evalvacija izvajala v obliki vprašalnika (priloga I). Vprašalnik vsebuje kratek del o poklicni skupini udeleženca/ki in številu let na področju dela, ter zajema vprašanja, ki se nanašajo na različne vsebinske sklope:

- ocena predavatelja,
- vsebina predavanj,
- oblika izvedbe in čas trajanja,
- koristnost oz. uporabnost informacij
- splošno zadovoljstvo s predavanji.

Na koncu vprašalnika je tudi prostor za komentarje in predloge udeležencev o izobraževanju.

Vprašalniki za slušatelje usposabljanja so v obliki lista papirja v formatu A4, ki se bodo delili udeležencem po vsakem izobraževanju. Vprašalniki se bodo izpolnjevali pisno, anonimno, zbiranje izpolnjenih vprašalnikov bo potekalo sproti s strani osebja NIJZ. Odgovori vprašalnikov bodo pretvorjeni v elektronsko obliko na NIJZ, kjer bo pripravljena vnosna maska. Iz podatkov bo pripravljena SPSS baza, ki bo kasneje analizirana.

2.2 Vprašalnik za udeležence programa »Priprava na porod in starševstvo«

Za oceno zadovoljstva uporabnikov Programa »Priprava na porod in starševstvo« (cilja št. 5 in 7) se bo evalvacija izvajala s pomočjo anonimnih pisnih vprašalnikov. Krajši vprašalnik v obliki lista papirja v formatu A5 bodo udeleženci izpolnili po vsakem srečanju (priloga II), na zadnjem srečanju pa bodo izpolnili daljši vprašalnik (priloga III) v obliki lista papirja v formatu A4. Po koncu izpolnjevanja bodo vprašalniki oddani v zbirne škatle, ki jih bo vodja Priprav na porod in starševstvo posredovala na NIJZ. Odgovori vprašalnikov bodo pretvorjeni v elektronsko obliko na NIJZ. Pripravljena bo vnosna maska, iz podatkov bo pripravljena SPSS baza, ki bo kasneje analizirana.

2.3 Obrazci za sprotno zbiranje podatkov

Za spremljanje udeležbe programa »Priprava na porod in starševstvo« oz. šole za starše (cilj št. 8) bomo uporabili sprotno zbiranje podatkov (beleženje). Izvajalke bodo izpolnjevale dva obrazca. Obrazec o predavanju (priloga IV) vsebuje podatke o datumu izvedbe in temi srečanja, časovnem obsegu, ter izvajalcu predavanja. Drugi obrazec o udeležencu (priloga V) vsebuje splošne demografske podatke o posameznem udeležencu, podatke o trajanju nosečnosti, o morebitnem obiskovanju šole za starše v preteklosti ter o prisotnosti na posameznem predavanju tokratnih Priprav na porod in starševstvo, vse brez osebnih podatkov.

Pred začetkom izvedbe pilotnega testiranja bodo vsem izvajalcem izročena navodila o pravilih beleženja in poročanja podatkov (Navodila za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja – Priprava na porod in starševstvo »Šola za bodoče starše«). Podatki iz obrazcev bomo zbirali, vnašali v elektronsko obliko in analizirali na NIJZ.

2.4 Fokusne skupine z izvajalkami

Za oceno predloga programa »Priprava na porod in starševstvo« ter izvedbo pilota (cilji št. 2, 3, 4,5, 6 in 7) se bo evalvacija izvajala v obliki fokusnih skupin z izvajalkami izobraževanj. Razprava se bo nanašala na različne sklope:

- ustreznost in uporabnost izobraževanj,
- ustreznost in uporabnost strokovnih gradiv,
- časovna izvedljivost predloga,
- vsebinska izvedljivost predloga,
- zadovoljstvo izvajalk in uporabnikov,
- težave pri izvedbi srečanj,
- najpogostejša vprašanja udeležencev,
- razlike od prejšnjih oblik Priprav na porod in starševstvo,
- izkušnje izvajalk.

Fokusne skupine bodo potekale po koncu pilota, okvirno na začetku oktobra 2015. Pogovor se bo izvajal predvidoma na NIJZ. Vse izvajalke v Pripravah na porod in starševstvo bodo zaprosene za sodelovanje. 14 dni pred izvedbo fokusnih skupin se vsem povabljenim pošlje uradno vabilo. V skupinah bo sodelovalo največ 10 udeleženk od tistih, ki so vodile predavanja. Prisoten bo moderator/ka in pomočnik. Pogovor se bo posnel na avdio-nosilec. Sogovornice bomo zaprosili za dovoljenje za snemanje ter jim zagotovili tajnost osebnih podatkov. Pred začetkom pilotnega testiranja bodo izvajalke prejele obrazce za sprotno beleženje morebitnih opomb (priloga VI), ki bodo služile njim, kot opomnik pred izvedbo fokusnih skupin. Ugotovitve s fokusnih skupin bodo analizirane s strani NIJZ.

2.5 Fokusne skupine z udeleženci

Za oceno predloga programa »Priprava na porod in starševstvo« ter izvedbo pilota (cilji št. 2, 5, 7) se bo evalvacija izvajala v obliki fokusnih skupin z udeleženci/kami izobraževanj. Razprava se bo nanašala na različne sklope:

- ustreznost in uporabnost gradiv,
- časovna izvedljivost predloga,
- vsebinska izvedljivost predloga,
- zadovoljstvo uporabnikov,
- najpogostejša vprašanja udeležencev,

Fokusne skupine z udeleženci bodo zaradi izvedljivosti potekale le na pilotni lokaciji ZD Vrhnika in sicer takoj po zadnjem srečanju, okvirno v začetku oktobra 2015 ali konec septembra 2015. Pogovor se bo izvajal na lokaciji pilotnega testiranja – ZD Vrhnika. Vsi udeleženci v programu »Priprava na porod in starševstvo« bodo zaproseni za sodelovanje, vabljeni bosta oba partnerja. Prisotna bosta moderatorka in pomočnica. Pogovor se bo posnel na avdio-nosilec. Sogovornike bomo zaprosili za dovoljenje za snemanje ter jim zagotovili tajnost osebnih podatkov. Ugotovitve s fokusnih skupin bodo analizirane s strani NIJZ.

3 Priloge

Priloga I. Vprašalnik za slušatelje usposabljanja (izvajalke).

Priloga II. Vprašalnik za udeležence programa »Priprava na porod in starševstvo« (krajši).

Priloga III. Vprašalnik za udeležence programa »Priprava na porod in starševstvo« (daljši).

Priloga IV. Obrazci za sprotno zbiranje podatkov. Obrazec o predavanju.

Priloga V. Obrazci za sprotno zbiranje podatkov. Obrazec o udeležencu.

Priloga VI. Obrazec za sprotne opombe.

Priloga I.

VPRAŠALNIK ZA SLUŠATELJE UPOSABLJANJA

<NASLOV POSAMEZNEGA PREDAVANJA>

Kraj in datum: _____

Spoštovani,

V sklopu projekta Skupaj za zdravje želimo oceniti kakovost usposabljanja, ki smo ga pripravili za izvajalce preizkušanja predlogov dopolnitev preventivnega programa za otroke in mladostnike.

Vaše ocene in mnenja nam bodo v pomoč pri končnem predlogu usposabljanja izvajalcev.

1. Področje dela: 1. Šole za bodoče starše (poklicna skupina) _____
 2. Patronažno zdravstveno varstvo (poklicna skupina) _____
 3. Drugo: _____
2. Število let na tem področju dela: _____

Na naslednja vprašanja odgovorite tako, da obkrožite ustrezno številko.

*V celoti
soglašam*

*Sploh ne
soglašam*

3. Obravnavane vsebine so bile predstavljene na jasn in razumljiv način.	5	4	3	2	1
4. Tematika je bila predstavljena preveč teoretično.	5	4	3	2	1
5. Predstavljene vsebine so uporabne v konkretnih delovnih razmerah.	5	4	3	2	1
6. Predavatelj je spodbujal razpravo in sodelovanje slušateljev.	5	4	3	2	1
7. Predavatelj je bil dostopen za vprašanja in reševanje naših dilem.	5	4	3	2	1
8. Na predavanju/delavnici sem se naučil/a veliko novega.	5	4	3	2	1
9. Večji del predavanja/delavnice je bilo ponavljanje meni že znanih stvari.	5	4	3	2	1
10. Vsebina predavanja/delavnice se mi zdi težka.	5	4	3	2	1
11. Vsebina tega predavanja/delavnice se mi zdi zelo uporabna.	5	4	3	2	1
12. Predviden obseg je preobsežen glede na naše predhodno znanje.	5	4	3	2	1
13. Predavanje/delavnica je bilo prekratko.	5	4	3	2	1
14. Obravnavana tema je zelo relevantna za moje delo.	5	4	3	2	1
15. Za udeležbo mi je bilo težko uskladiti službene in družinske obveznosti.	5	4	3	2	1
16. Menim, da sem pridobil/a dovolj praktičnih znanj.	5	4	3	2	1

20. Kako ste na splošno zadovoljni s kakovostjo tega izobraževanja / delavnice ?

Zelo zadovoljen/na

Zelo nezadovoljen/na

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

21. V kolikšni meri je izvedba izobraževanja/delavnice izpolnila vaša pričakovanja ?

Boljša kot sem pričakoval/a

Slabša kot sem pričakoval/a

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

22. Vaši predlogi za organiziranje tega usposabljanja v bodoče:

Hvala za vaš čas in sodelovanje!

Priloga II.

Vprašalnik za udeležence šole za bodoče starše – krajši



Nacionalni inštitut
za javno zdravje

SKUPAJ ZA ZDRAVJE



Nosečnost II ☐
Porod I ☐
Porod II ☐
Poporodno obdobje in dojenje ☐
Dojenček ☐
Partnerstvo ☐
CE

izpolni vnaprej šola za bodoče starše

Vprašalnik o posameznem srečanju v pripravi na porod in starševstvo

1. Datum srečanja: _____

3. Spol: 1 Ženski ☐ 2 Moški ☐

5. Kako ste bili na splošno zadovoljni? (obkrožite le en odgovor)
S srečanjem sem bila na splošno:

1. Zadovoljna / en
2. Niti zadovoljna / en, niti nezadovoljna / en
3. Nezadovoljna / en

7. Kako ste bili zadovoljni s trajanjem srečanja? (obkrožite le en odgovor)
Srečanje je bilo:

1. Prekratko
2. Ravno pravi
3. Pre dolgo

9. Ali ste dobili odgovore na vaša vprašanja, povezana s tematico? (obkrožite le en odgovor)

1. Da
2. Deloma
3. Ne
4. Nisem imel/a vprašanj

2. Šifra udeleženke/ca _____
(prvi dve črki imena, prvi dve črki priimka, dan rojstva)

4. Vloga: 1 Nosečnica ☐ 2 Spremljevalec/ka ☐

6. Kako uporabne se vam zdijo informacije? (obkrožite le en odgovor)
Informacije, ki sem jih dobil/a, se mi zdijo:

1. Uporabne
2. Niti uporabne, niti neuporabne
3. Neuporabne

8. Kaj menite o obsegu praktičnega dela (učenje spretnosti, preizkušanje veščin ...)? (obkrožite le en odgovor)
Praktičnega usposabljanja je bilo:

1. Premalo
2. Dovolj
3. Preveč

10. Nam želite še karkoli sporočiti?

Za vaš čas in trud se vam najlepše zahvaljujemo.
Nacionalni inštitut za javno zdravje

Priloga III.

Vprašalnik za udeležence šole za bodoče starše – daljši

Zaključni vprašalnik o pripravi na porod in starševstvo – »Šoli za starše«

Spoštovani,

povratno mnenje o vaši izkušnji obiskovanja priprav na porod in starševstvo je za nas izredno pomembno, zato vas prosimo, da izpolnite ta zaključni vprašalnik.

1. Datum zadnjega srečanja: _____	2. Šifra udeleženke/ca _____ (prvi dve črki imena, prvi dve črki priimka, dan rojstva)
3. Spol: 1 Ženski ☐ 2 Moški ☐	4. Vloga: 1 Nosečnica ☐ 2 Spremljevalec/ka ☐

5. Kako ste bili na splošno zadovoljni s srečanji za pripravo na porod in starševstvo? (obkrožite le en odgovor)

S srečanji sem bil/a na splošno:

1. Zadovoljna/en
2. Niti zadovoljna/en, niti nezadovoljna/en
3. Nezadovoljna/en

6. Kako ste bili zadovoljni s številom srečanj? (obkrožite le en odgovor)

Število srečanj se mi je zdelo:

1. Čisto premalo
2. Premalo
3. Ravno prav
4. Preveč
5. Čisto preveč

7. Kako ste bili zadovoljni s časovno umestitvijo srečanj v dnevu? (obkrožite le en odgovor)

S časovno umestitvijo srečanj v dnevu sem bil/a zadovoljna/en:

1. Da
2. Ne, raje bi se udeleževal/a srečanj v dopoldanskem času (zaključek do okoli 12h)
3. Ne, raje bi se udeleževal/a srečanj v zgodnjem popoldanskem času (med 12. in 16. uro)
4. Ne, raje bi se udeleževal/a srečanj v poznem popoldanskem času (med 16. in 20. uro)
5. Ne, drugo (prosimo, navedite): _____.

8. Kako ste bili zadovoljni s celotnim obsegom priprave na porod in starševstvo (celotna Šola za starše)? (obkrožite le en odgovor)

Celoten obseg priprav na porod in starševstvo (celotna Šola za starše) se mi je zdel:

1. Zelo prekratek
2. Prekratek
3. Ravno pravi
4. Predolg
5. Zelo predolg

9. Kako uporabne se vam zdijo informacije, ki ste jih dobili na celotnih pripravah na porod in starševstvo (celotni Šoli za starše)? (obkrožite le en odgovor)

Informacije, ki sem jih dobil/a, se mi zdijo:

1. Zelo uporabne
2. Uporabne
3. Niti uporabne, niti neuporabne
4. Neuporabne
5. Zelo neuporabne

10. Kako uporabno se vam je zdelo **praktično delo** (učenje spretnosti, preizkušanje prikazanih veščin ...) na celotnih pripravah na porod in starševstvo (celotni Šoli za starše)? (obkrožite le en odgovor)

Praktično delo se mi zdi:

1. Zelo uporabno
2. Uporabno
3. Niti uporabno, niti neuporabno
4. Neuporabno
5. Zelo neuporabno

Kakšno je vaše mnenje o količini informacij in praktičnem delu (učenje spretnosti, preizkušanje prikazanih veščin...) na posamezno tematiko? Prosimo, izpolnite spodnjo tabelo, kjer v vsaki vrstici obkrožite po en odgovor.

Tematike:	Informacij je bilo:		
11. Zdrav način življenja (prehrana, gibanje, alkohol, tobak, spolnost...)	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
12. Nosečnost	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
13. Težave v nosečnosti in njihovo razreševanje	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
14. Porod	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
15. Nega in ravnanje z dojenčkom	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
16. Dojenje	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
17. Ženska po porodu	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
18. Spremembe v družini in odnosi	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
19. Vsebine za bodočega očeta	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
20. Preprečevanje poškodb	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo

Tematike:	Praktičnega dela (učenje spretnosti, preizkušanje prikazanih veščin...) je bilo:		
21. Telesna vadba	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
22. Dihanje pri porodu, porodni položaji, masaža	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
23. Nega in ravnanje z dojenčkom («rokovanje», «handling»)	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
24. Dojenje	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo
25. Komunikacija med partnerjema	1 Preveč	2 Ravno prav	3 Premalo

26. Ali je bilo gradivo o prehrani, ki ste ga prejeli, razumljivo?

Povsem razumljivo				Povsem nerazumljivo
5	4	3	2	1

27. Ali je bilo gradivo o prehrani, ki ste ga prejeli, uporabno?

Zelo uporabno				Zelo neuporabno
5	4	3	2	1

28. Ali ste na celotnih pripravah na porod in starševstvo (celotni Šoli za starše) dobili odgovore na vaša vprašanja, povezana s tematiko? (obkrožite le en odgovor)

1. Da
2. Deloma
3. Ne
4. Nisem imel/a vprašanj

29. Katere tematike bi po vašem mnenju v prihodnje morali **vključiti** v pripravo na porod in starševstvo, pa jih sedaj ni?

30. Katere tematike bi po vašem mnenju v prihodnje morali **izpustiti** v pripravi na porod in starševstvo, pa so sedaj prisotne?

31. Ali nam želite še karkoli sporočiti?

Za vaš čas in trud se vam najlepše zahvaljujemo.

Nacionalni inštitut za javno zdravje

Nadaljevanje nosečnosti

CE

Priloga IV.

Obrazci za sprotno zbiranje podatkov. Obrazec o predavanju.

POROČILO O SREČANJU

Šifra lokacije: 1 – Celje 2 – Sevnica 3 – Vrhnika

Datum izvedbe (dd.mm.llll): _____

Številka srečanja:

Čas začetka (hh:mm): _____

1 – Nosečnost I.

Čas zaključka (hh:mm): _____

2 – Nosečnost II.

3 – Porod I.

Število izvajalcev: _____

4 – Porod II.

5 – Poporodno obdobje in dojenje

Poklicni profili izvajalcev: _____

6 – Dojenček

7 – Partnerstvo

8 – Srečanje po porodu

Priloga VI.

OBRAZEC ZA SPROTNE OPOMBE

Mesec srečanja: _____

Tema srečanja: _____

Podtema: _____

1. Časovno okvir za posamezne vsebine:

2. Težave pri izvedbi srečanja:

3. Najpogostejša vprašanja udeležencev:

4. Druge zabeleške:

Hvala za vaš čas in sodelovanje!

PRILOGA 17

Navodila za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja Priprava na porod in starševstvo »Šola za bodoče starše«

Navodila za beleženje in poročanje podatkov v času pilotnega izvajanja – Priprava na porod in starševstvo »Šola za bodoče starše«

Pripravili: Petra Nadrag, Sonja Tomšič

Verzija 1

Ljubljana, 1.6.2015

Uvod

Pričeli smo s pilotnim izvajanjem prenovljenega programa priprav na porod in starševstvo – »Šole za bodoče starše«. Za namene spremljanja izvajanja pilota ter za namene zbiranja mnenj udeležencev vas prosimo, da s kar največjo skrbnostjo pristopite k zbiranju predvidenih podatkov, saj lahko le na osnovi kakovostnih podatkov analiziramo kakšen je predlog programa, ki ga preizkušamo v pilotu in naredimo dodatne dopolnitve, spremembe ali popravke.

V nadaljevanju smo vam pripravili kratka navodila za beleženje in posredovanje podatkov za čas izvajanja pilotnega testiranja. Zbirali bomo podatke, ki jih boste morali izpolniti izvajalci, prav tako pa vas prosimo, da sodelujete pri zbiranju podatkov s strani udeležencev srečanj.

Osebnih podatkov udeležencev v času pilota na NIJZ ne bomo zbirali. V ta namen je predvidena na obrazcih uporaba šifre udeleženca oziroma šifra NIJZ. Šifra udeleženca je sestavljena iz prvih dveh črk (prvega) imena, prvih dveh črk (prvega) priimka in dneva rojstva.

PRIMER:

Udeleženka: Ana Marija Novak Šuštar, rojena 4.1.1986.

ŠIFRA: ANNO04

Pozor: pri dnevu rojstva tudi za številke do 10 uporabite dvomestno številčenje – 01, 02, 03, 04...

Spremljanje izvajanja pilota

Za spremljanje izvajanja pilotnega predloga programa je predvideno zbiranje podatkov o izvedenih srečanjih in udeležbi ter osnovni podatki o udeležencih.

Za ta namen so pripravljeni naslednji obrazci:

- Podatki o udeležencih
- Lista prisotnosti
- Podatki o srečanju
- Sprotne zabeleške

Podatki o udeležencih

Na obrazcu »Podatki o udeležencih« se zbirajo osebni podatki **vseh udeležencev** (tako nosečnic kot spremljevalcev) **za posamezen sklop srečanj**.

Podatki zajemajo: datum prvega srečanja, sklop srečanja, ime in priimek udeleženca, datum rojstva, šifra udeleženca*, spol, izobrazbo (uporabite šifrant, ki je naveden na obrazcu), trajanje nosečnosti, obiskovanje priprav na porod in starševstvo v preteklosti (slika 1).

*Šifra NIJZ oziroma šifra udeleženca je sestavljena iz prvih dveh črk (prvega) imena, prvih dveh črk (prvega) priimka in dneva rojstva.

Pozor: pri dnevu rojstva tudi za številke do 10 uporabite dvomestno številčenje – 01, 02, 03, 04...

Podatki o srečanju zajemajo opredelitev srečanja, lokacijo, datum in čas trajanja posameznega srečanja ter število izvajalcev in njihov poklicni profil.

Podatki o srečanju se beležijo za vsako srečanje na svoj obrazec in sicer sproti, po vsakem srečanju.

Sprotne zabeleške

Vsak izvajalec šole za starše prejme tudi obrazce poimenovane »Sprotne zabeleške«. Obrazci so razdeljeni na posamezna srečanja in obsegajo tako zgodnjo nosečnost, nadaljevanje nosečnosti in srečanje po porodu. Sprotne zabeleške so namenjene vašemu sprotnemu beleženju opazk in pripomb, ki so se vam ali drugim izvajalcem porodila ob samem izvajanju pilota. Tega obrazca ne boste pošiljali naprej na NIJZ, mišljeno je, da vam bodo sprotne zabeleške služile kot oporne točke pri vašem sodelovanju na fokusnih skupinah, ki jih bomo po zaključku pilota izvajali z izvajalkami/ci šol za bodoče starše.

Spremljanje mnenja udeležencev

Za spremljanje sprejemljivosti vsebin in organizacije priprav na porod in starševstvo med uporabnicami in uporabniki, smo za čas poteka pilota pripravili:

- Vprašalnik o posameznem srečanju v pripravi na porod in starševstvo in
- Zaključni vprašalnik o pripravi na porod in starševstvo.

Vprašalnik o posameznem srečanju

Gre za krajši vprašalnik (dolžine A5), ki ga razdelite udeležencem na koncu vsakega posameznega srečanja. Za izpolnjevanje posameznega vprašalnika bodo potrebovali približno 1 min. Pred srečanjem glede na število udeležencev na posameznem vprašalniku označite ustrezno srečanje (slika 2).



Nacionalni inštitut
za javno zdravje

SKUPAJ ZA ZDRAVJE



Nosečnost II ☐ Porod I ☐ Porod II ☐ Poporodno obdobje in dojenje ☐ Dojenček ☐ Partnerstvo ☐¹⁾

Izpolni vodja šole za bodoče starše

Vprašalnik o posameznem srečanju v pripravi na porod in starševstvo

1. Datum srečanja: _____

2. Šifra udeleženke/ca _____
(prvi dve črki imena, prvi dve črki priimka, dan rojstva)

3. Spol: 1 Ženski ☐ 2 Moški ☐

4. Vloga: 1 Nosečnica ☐ 2 Spremljevalec/ka ☐

5. Kako ste bili na splošno zadovoljni? (obkrožite le en odgovor)
S srečanjem sem bila na splošno:

1. Zadovoljna / en
2. Niti zadovoljna / en, niti nezadovoljna / en
3. Nezadovoljna / en

6. Kako uporabne se vam zdijo informacije? (obkrožite le en odgovor)
Informacije, ki sem jih dobil/a, se mi zdijo:

1. Uporabne
2. Niti uporabne, niti neuporabne
3. Neuporabne

Prosimo, da udeležencem na kratko obrazložite, da vaša lokacija sodeluje pri projektu, ki ga vodi Nacionalni inštitut za javno zdravje, kaj je namen projekta in zakaj je povratno mnenje udeležencev pomembno. Obrazložite jim tudi potek zbiranja podatkov in najpomembnejše – kako pravilno vpisati njihovo šifro. V pomoč vam je lahko spodnje besedilo.

Na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje pripravljajo prenovo programa za pripravo na porod in starševstvo – Šole za starše. Kot veste, na naši lokaciji izvajamo pilotno testiranje novega predloga programa.

Povratno mnenje o vaši izkušnji obiskovanja priprav na porod in starševstvo je izredno pomembno, saj bomo tudi na osnovi vaših mnenj in predlogov trenutni predlog programa lahko še dopolnili in izboljšali. Zato vas prosimo, da izpolnite ta kratek vprašalnik, ki se nanaša na današnje srečanje in vam bo vzel le kakšno minuto. Na zadnjem srečanju v sklopu pa vas bomo prosili, da izpolnite tudi nekoliko daljši vprašalnik (dve strani), ki se bo nanašal na celotno šolo za bodoče starše.

Le še v pojasnilo, vprašalnik je anonimen, zato vas prosimo, da ga oddate v zbiralno škatlo ob izhodu. Namesto vašega imena in priimka pa morate vnesti šifro udeleženca. To je šifra, ki je sestavljena iz prvih dveh črk (prvega) imena, prvih dveh črk (prvega) priimka in dneva rojstva.

PRIMER:

Udeleženka: Ana Marija Novak Šuštar, rojena 4.1.1986.

ŠIFRA NIJZ: ANNO04

Pozor: pri dnevu rojstva tudi za številke do 10 uporabite dvomestno številčenje – 01, 02, 03, 04...

Zaključni vprašalnik o pripravi na porod in starševstvo

Gre za vprašalnik, ki sprašuje udeležence o njihovem mnenju o celotni šoli za starše. Vprašalnik obsega dve A4 strani, udeleženci bodo za izpolnjevanje porabili približno 6 min.

Vprašalnik naj udeleženci izpolnijo na zadnjem srečanju v sklopu. Prosimo, da jim ponovno poveste pomen njihovega sodelovanja in ponovno date navodila o pravilnem beleženju šifre udeleženca (gre za šifro, ki je sestavljena iz prvih dveh črk (prvega) imena, prvih dveh črk (prvega) priimka in dneva rojstva) ter način anonimnega zbiranja podatkov v zbiralni škatli.

Prosimo, da jih še posebej opozorite na natančno izpolnjevanje tabele, ki se nahaja na drugi strani vprašalnika.

Zbiranje vprašalnikov udeležencev

Vprašalnike bomo zbirali anonimno, zato je vsaka lokacija prejela zbiralno škatlo, kamor naj udeleženci oddajo svoje izpolnjene vprašalnike.

Pošiljanje podatkov

Prosimo, da nam podatke pošiljate sproti po vsakem opravljenem sklopu srečanj. V ta namen ste na pilotnih lokacijah prejeli prednaslovljene kuverte (naslovljene na NIJZ, Sonja Dravec, Trubarjeva 2, Ljubljana). V primeru, da vam ovojnic zmanjka se prosim obrnite na sodelavko Sonjo Dravec (sonja.dravec@nijz.si; 041 788 269).

Prosimo, da nam posredujete **fotokopije** podatkov o udeležencih in liste prisotnosti – **brez dela z osebnimi podatki** (pred fotokopiranjem prepognite po debeli črti!), originale poročil o srečanju in vprašalnikov o posameznem srečanju in zaključnih vprašalnikov udeležencev.

Obrazci in gradivo

Vsaka pilotna lokacija prejme obrazce v številu kot je bilo dogovorjeno na sestanku pred pričetkom izvajanja pilota.

Vsaka lokacija prejme tudi dogovorjeno število izvodov gradiva za udeležence – izročki o strokovnih temah namenjeni udeležencem ter kartonk.

Vsaka lokacija prejme tudi obrazce in gradivo v pdf obliki za morebiten lasten dodaten natis.

Kontakti

Če vam je zmanjkalo obrazcev in gradiv ali imate tehnično-administrativna vprašanja, se obrnite na sodelavko NIJZ Sonjo Dravec (sonja.dravec@nijz.si; 041 788 269).

Če imate težave ali vprašanja glede beleženja in pošiljanja podatkov, se obrnite na sodelavki NIJZ:

Sonjo Tomšič, tel. 01 244 1 505, sonja.tomsic@nijz.si ali
Petro Nadrag, tel. 01 244 1 526, petra.nadrag@nijz.si.

Če imate vsebinska vprašanja glede izvajanja pilota, se obrnite na vodjo delovne skupine za prenovu programa šole za starše Zalko Drglin (zalka.drglin@nijz.si; 01 244 1 540).

PRILOGA 18

Seznam gradiv, ki so jih prejeli izvajalci Nasvetov in pogovorov o dojenčku

Seznam gradiv za izvajalce pilota Nasveti in pogovori o dojenčku

- Bregant T: Razvoj dojenčka: 0-6 mesecev
- Bajt M: Čustveni razvoj otroka
- Bajt M: Čustveni razvoj dojenčka in jok
- Rok Simon M: Dojenček – kako ravnamo, ko neutolažljivo joka
- Bajt M: Komunikacija in govor pri dojenčkih
- Lajevcec Durjava P, Kalar Ž: Normalni telesni razvoj otroka
- Zavrl N, Rok Simon M: Dojenček – kako ga pestujemo in kako se ukvarjamo z njim
- Gorenc Jazbec Š, Zavrl N: Otroška oprema: s stališča razvoja
- Rok Simon M: Otroška oprema: s stališča varnosti
- Učkar V: Nalezljive bolezni in cepljenje
- Bregant T: Otrok ima vročino. Kaj storiti?
- Stanek Zidarič T: Laktacija in dojenje (izvleček)
- Fajdiga Turk V: Prehrana dojenčkov (izvleček)
- Drglin Z: Spolnost v času nosečnosti in po porodu, kontracepcija in načrtovanje družine, razmik med nosečnostmi (izvleček)
- Gobov L: Kako preprečevati bolezni, ki najbolj ogrožajo majhnega dojenčka
- Gobov L: Čustveni razvoj otroka in stres

PRILOGA 19

Nasveti in pogovori o dojenčku – 2. mesec - Skupinska vzgoja za zdravje do 1. leta otrokove starosti

SKUPINSKA VZGOJA ZA ZDRAVJE – DO 1. LETA OTOKOVE STAROSTI

Stik/ trajanje	Vsebine	Ključna sporočila
1,5 do 2,5 meseca 90 minut	Strukturirani del Otrokov telesni in duševni razvoj: odnos z otrokom, prepoznavanje (mdr.) čustvenih potreb in odzivanje nanje (jok; kdaj k zdravniku), preprečevanje stresa pri otroku, pestovanje, uspanje, spanje – 20 minut Varnost doma (opekline, zadušitve), v prometu, vključno s prvo pomočjo (praktični prikaz) – 10 minut Cepjenja (seznanitev o priporočenih in obveznih cepljenjih) – 5 minut Najpogostejše bolezni (preprečevanje, prepoznavanje, kaj storiti doma, kdaj nujno k zdravniku – temperatura, če ne pije, če hitro diha) – 10 minut Skrb za mater: vidiki njihovega duševnega zdravja (kako se počutijo, kako premagujejo morebitne težave zaradi preutrujenosti, neprespanosti, kako se vidijo v vlogi mame, kako jih podpirajo partnerji..., telesni vidiki (npr. spolnost po porodu, kontracepcija, hujšanje ...) – 10 minut Družinsko življenje: mdr. starejši otrok in vrtec – 5 minut Nestrukturirani del Informacije, nasveti, napotila glede na izražene potrebe, vprašanja, dvome ... mater (staršev) – 30 minut <i>Možnost praktičnega prikaza in vadbe (preprečevanje zadušitev; pestovanje, masaža, preoblačenje, dvigovanje otroka)</i>	

Izvajalci: če je le mogoče, trije sodelujoči: diplomirana medicinska sestra v pediatričnem timu, pediater/pediatrinja, psiholog /psihologinja

Čas: 90 minut

Velikost skupine: 8 do 10 mamic oz. staršev in dojenček

PRILOGA 20

Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja »Nasveti in pogovori o dojenčku«

**NAČRT ZA SPREMLJANJE IN EVALVACIJO PILOTNEGA TESTIRANJA
»NASVETI IN POGOVORI O DOJENČKU«**

Pripravili: Victoria Zakrajšek, Sonja Tomšič, Mirna Macur

Verzija 3

Ljubljana, 6.5.2015

Uvod

Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) v okviru programa Norveškega finančnega mehanizma 2009–2014 vodi vnaprej opredeljen projekt „Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju“ s krajšim imenom „Skupaj za zdravje“. Projekt poteka v sodelovanju s projektnim partnerjem Norveškim inštitutom za javno zdravje (Norwegian Institute of Public Health - FHI) in slovenskimi strokovnjaki v preventivnem zdravstvenem varstvu, predstavniki strokovnih združenj ter izvajalci zdravstvene dejavnosti. V sklopu projekta »Skupaj za zdravje« smo pripravili nov program skupinske vzgoje za zdravje, namenjen staršem dojenčkov, z delovnim naslovom »Nasveti in pogovori o dojenčku«.

1 Osnovne informacije o pilotnem testiranju programa »Nasveti in pogovori o dojenčku«

Predlog novega programa skupinske vzgoje za zdravje obsega prvo srečanje v 2 mesecu otrokove starosti (priporočljivo od 1,5 do 2,5 meseca), drugo srečanje v 5-6 mesecu ter tretje srečanje pri 10 mesecih otrokove starosti (priporočljivo od 9 do 11 meseca). Zaradi omejenega trajanja pilotnega testiranja bo v pilotu preizkušeno le eno srečanje v 2 mesecu po rojstvu. Shema izvajanja pilotnega testiranja je predstavljena na sliki 1.

Vsako srečanje bo vsebovalo dva dela: 1) strukturiran – kratka predavanja na vnaprej določene teme, 2) nestrukturiran – vprašanja, napotila, nasveti, praktični prikaz različnih veščin itd. Posamezno srečanje naj bi trajalo skupaj 90 minut vključno z možnostjo praktičnega prikaza, vadbe in odmorom. Srečanja bodo vodili ustrezno usposobljeni zdravstveni delavci. Kot nosilci programa bodo v pilotni izvedbi programa sodelovali: diplomirana medicinska sestre iz pediatrične ambulante, pediater ter psiholog.

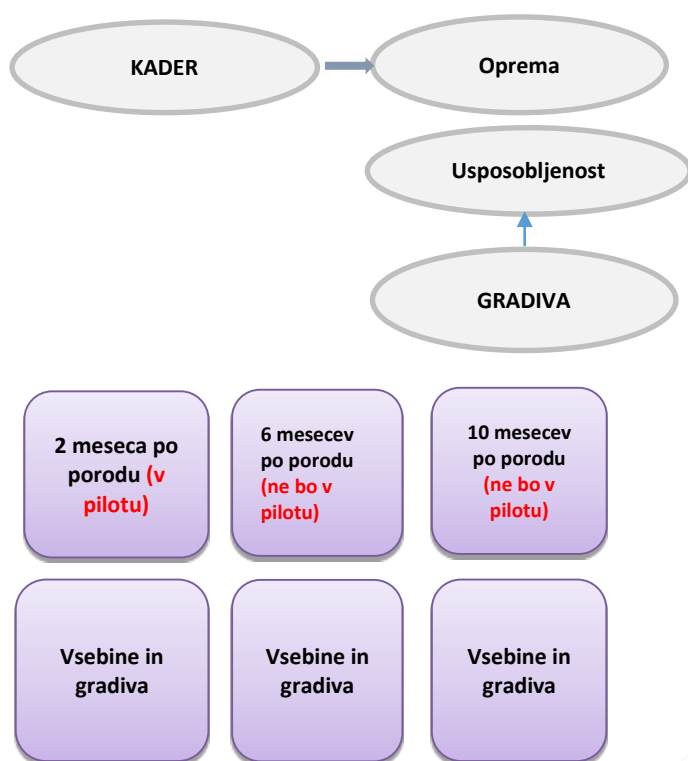
Za pilotno izvedbo bodo pripravljena strokovna gradiva za izvajalce ter obvezne vsebine za vključitev na srečanjih.

Nasveti in pogovori o dojenčku se bodo izvajali na lokacijah zdravstvenih domov oziroma pediatričnih ordinacij. Srečanja se bodo izvajala v majhnih skupinah, prisotne bodo matere in/ali očetje in dojenčki. Pilotno testiranje se bo izvajalo na lokacijah ZD Celje, ZD Sevnica in ZD Vrhnika. Pilot bo potekal septembra 2015.

V pilotno testiranje bodo osebno povabljeni vsi starši v pristojnem ZD ob preventivnem pregledu ob 1. mesecu, ki bodo v času pilotnega testiranja imele otroke stare od 1,5 do 2,5 meseca. Vabljenje bo tako potekalo s strani pediatričnih timov v avgustu 2015. Pediatrični timi bodo za namene ugotavljanja odzivnosti prejeli preglednico za vpisovanje osnovnih karakteristik vabljenih oseb (priloga II).

Na srečanju bodo izvajalci seznanili udeležence, da so deležni novega programa »Nasveti in pogovori za dojenčke« in jih zaprosili za sodelovanje pri izpolnjevanju anonimne ankete o zadovoljstvu (priloga I), ki jo bodo starši izpolnili ob zaključku srečanja. Za vsa vprašanja, ki se bodo pojavila v zvezi z izvajanjem pilotnega programa, bodo udeležencem na razpolago strokovnjaki iz NIJZ.

Slika 1. Potek pilotnega testiranja »NASVETI IN POGOVORI O DOJENČKU«



1.1 Namen predloga novega programa vzgoje za zdravje za starše

Namen predloga programa vzgoje za zdravje za starše dojenčkov »Nasveti in pogovori o dojenčku« je:

- Uvedba skupinske oblike vzgoje za zdravje za starše dojenčkov
- Poenotenje vsebin, ki so primerne za skupinsko obliko vzgoje za zdravje za starše dojenčkov

1.2 Merljivi cilji pilotnega programa

1. Ali obstaja interes za program skupinske vzgoje za zdravje s strani staršev?
2. Kakšna je udeležba v programu »Nasveti in pogovori o dojenčku«?
3. Ali je predlagan program »Nasveti in pogovori o dojenčku« časovno izvedljiv?
4. Ali je predlagan program »Nasveti in pogovori o dojenčku« vsebinsko izvedljiv?
5. Ali je predlagan program »Nasveti in pogovori o dojenčku« vsebinsko ustrezen?
6. Kakšno je zadovoljstvo uporabnic/kov programa »Nasveti in pogovori o dojenčku«?

2 Metode raziskovanja

Za spremljanje in evalvacijo pilotnega programa bomo uporabili različne raziskovalne metode. Glede na posamezne cilje se bodo izvajale kvantitativne in kvalitativne metode.

Kvantitativne metode:

- obrazci za sprotno zbiranje podatkov o vabljenih osebah;
- obrazci za sprotno zbiranje podatkov o udeležencih.

Kvalitativne metode

- vprašalnik za udeležence programa »Nasveti in pogovori o dojenčku«
- povratne informacije s strani izvajalcev srečanj.

Povezava med metodami raziskovanja in posameznimi cilji pilotnega testiranja je prikazana v preglednici 1.

Preglednica 1. Metode raziskovanja za posamezne cilje

<i>Metode raziskovanja</i>	<i>Cilji pilotnega programa</i>
Vprašalnik za udeležence programa »Nasveti in pogovori o dojenčku« – poglavje 2.1	1. Ali obstaja interes za program skupinske vzgoje za zdravje s strani staršev? 5. Ali je predlagan program »Nasveti in pogovori o dojenčku« vsebinsko ustrezen? 6. Kakšno je zadovoljstvo uporabnic/kov programa »Nasveti in pogovori o dojenčku«?
Obrazci za sprotno zbiranje podatkov – poglavje 2.2	2. Kakšna je udeležba v programu »Nasveti in pogovori o dojenčku«?
Povratne informacije s strani izvajalk srečanj »Nasveti in pogovori o dojenčku« – poglavje 2.3	2. Kakšna je udeležba v programu »Nasveti in pogovori o dojenčku«? 3. Ali je predlagan program »Nasveti in pogovori o dojenčku« časovno izvedljiv? 4. Ali je predlagan program »Nasveti in pogovori o dojenčku« vsebinsko izvedljiv? 5. Ali je predlagan program »Nasveti in pogovori o dojenčku« vsebinsko ustrezen?

2.1 Vprašalnik za udeležence programa »Nasveti in pogovori o dojenčku«

Za oceno zadovoljstva uporabnikov programa »Nasveti in pogovori o dojenčku« (cilji št. 1, 5, 6) se bo evalvacija izvajala s pomočjo anonimnih pisnih vprašalnikov (priloga I), ki jih bodo udeleženci izpolnili na koncu srečanja. Vprašalnik je v obliki lista papirja v formatu A5, vsebuje kratek del o demografskih karakteristikah udeleženca, njegovi družinski vlogi (mama ali očka), številu in zaporedju otrok, ter vprašanja, ki se nanašajo na samo srečanje:

- zadovoljstvo;
- časovni obseg srečanja;
- uporabnost informacij;
- obseg praktičnih veščin.

Na koncu vprašalnika je tudi prostor za komentarje in predloge udeležencev o srečanju, ki so se ga pravkar udeležili.

Izpolnjene vprašalnike bo zbrala vodja srečanja in jih posredovala na NIJZ. Odgovori vprašalnikov bodo pretvorjeni v elektronsko obliko na NIJZ. Podatki iz obrazcev bomo vnesli v elektronsko obliko in analizirali na NIJZ.

2.2 Obrazci za sprotno zbiranje podatkov

Za spremljanje udeležbe programa »Nasveti in pogovori o dojenčku« (cilj št. 2) bomo uporabili sprotno zbiranje podatkov (beleženje). Izvajalke bodo izpolnjevale dva obrazca : obrazec o vabljenih osebah (priloga II) in obrazec o udeležencih (priloga III). Obrazca vsebujeta informacije o spolu, starosti, izobrazbi in zaporedju otroka. Obrazec o udeležencih, ki se izpolni ob sami izvedbi srečanja vsebuje še osnovne podatke o srečanju (datum in ura izvedbe ter izvajalci).

Podatki bodo zbrani v pisni obliki in posredovani na NIJZ. Podatki iz obrazcev bomo vnesli v elektronsko obliko in analizirali na NIJZ.

2.3 Vprašalnik za izvajalke srečanj »Nasveti in pogovori o dojenčku«

Za vrednotenje programa »Nasveti in pogovori o dojenčku« s strani izvajalk, jih bomo po končani pilotni izvedbi prosili za povratne informacije glede:

- ustreznosti in uporabnosti srečanj,
- ustreznosti in uporabnosti prejetih strokovnih gradiv,
- časovni izvedljivost predloga,
- vsebinski izvedljivosti predloga,
- zadovoljstvu izvajalk in uporabnikov,
- težav pri izvedbi srečanj,
- najpogostejših vprašanj udeležencev.

3 Priloge

Priloga I. Vprašalnik za udeležence programa »Nasveti in pogovori o dojenčku«.

Priloga II. Obrazci za sprotno zbiranje podatkov – Vabljeni osebe.

Priloga III. Obrazci za sprotno zbiranje podatkov - Udeleženci.

Priloga I. Vprašalnik za udeležence programa »Nasveti in pogovori o dojenčku«

Nacionalni inštitut za javno zdravje		SKUPAJ ZA ZDRAVJE		REPUBLIKA SLOVENIJA SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO			
Vprašalnik o srečanju »Nasveti in pogovori o dojenčku«							VR
1. Datum srečanja: _____ 2. Vloga: 1. Mama ☐ 2. Oče ☐ 3. Starost otroka v tednih: _____ 4. Ali je to vaš prvi otrok? 1. DA 2. NE 5. Leto vašega rojstva: _____		6. Dokončana izobrazba: 1. Brez šolske izobrazbe 2. Nepopolna osnovnošolska izobrazba 3. Osnovnošolska izobrazba		4. Nižja in srednja poklicna izobrazba 5. Srednja strokovna izobrazba 6. Srednja splošna izobrazba 7. Višja strokovna izobrazba, višješolska izobrazba ipd.		8. Visokošolska strokovna izobrazba ipd. (1. bolonjska st.) 9. Visokošolska univerzitetna izobrazba ipd. (2. bolonjska st.) 10. Specializacija 11. Magisterij znanosti 12. Doktorat znanosti	
7. Kako ste bili na splošno zadovoljni? (obkrožite le en odgovor) S srečanjem sem bila na splošno: 1. Zadovoljna / en 2. Niti zadovoljna / en, niti nezadovoljna / en 3. Nezadovoljna / en				8. Kako uporabne se vam zdijo informacije? (obkrožite le en odgovor) Informacije, ki sem jih dobil/a, se mi zdijo: 1. Uporabne 2. Niti uporabne, niti neuporabne 3. Neuporabne			
9. Kako ste bili zadovoljni s trajanjem srečanja? (obkrožite le en odgovor) Srečanje je bilo: 1. Prekratko 2. Ravno pravih 3. Predolgo				10. Kaj menite o obsegu praktičnega dela (učenje spretnosti, preizkušanje veščin ...)? (obkrožite le en odgovor) Praktičnega usposabljanja je bilo: 1. Premalo 2. Dovolj 3. Preveč			
11. Ali ste dobili odgovore na vaša vprašanja o razvoju in skrbi za dojenčka? (obkrožite le en odgovor) 1. Da 2. Ne, želel/a bi izvedeti več o _____ 3. Nisem imel/a vprašanj				12. Nam želite še karkoli sporočiti? _____ _____ <i>Za vaš čas in trud se vam najlepše zahvaljujemo.</i> Nacionalni inštitut za javno zdravje			

Seznam UDELEŽENIH oseb na srečanju

»Nasveti in pogovori o dojenčku – 2. mesec«

Izvajalci srečanja (poklicni profili): _____, _____, _____.

[illegible]

PRILOGA 21

Načrt za spremljanje in evalvacijo pilotnega testiranja »Vzgoja za zdravje za otroke in mladostnike«

NAČRT ZA SPREMLJANJE IN EVALVACIJO PILOTNEGA TESTIRANJA
»VZGOJA ZA ZDRAVJE ZA OTROKE IN MLADOSTNIKE«

Pripravili: Vesna Pucelj, Lea Peternel

Verzija 1

Ljubljana, 17.11.2015

Uvod

Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) v okviru programa Norveškega finančnega mehanizma 2009–2014 vodi vnaprej opredeljen projekt „Za boljše zdravje in zmanjšanje neenakosti v zdravju“ s krajšim imenom „Skupaj za zdravje“. V okviru sklopa Otroci in mladostniki se prenavlja program vzgoje za zdravje za otroke in mladostnike, s posebnim poudarkom na delu dejavnosti, ki se nanaša na sodelovanje šol in zdravstvenih domov (izvajanje dejavnosti v šolah).

1 Osnovne informacije o pilotnem testiranju programa »Vzgoja za zdravje za otroke in mladostnike«

Vzgoja za zdravje za otroke in mladostnike v okviru preventivnega zdravstvenega varstva na primarni ravni se izvaja v različnih oblikah za otroke od 0 do 19 leta starosti. Vzgoja za zdravje se izvaja individualno in/ali skupinsko ob preventivnih/sistematskih in namenskih pregledih. Ob rednih sistematskih pregledih v šolskem obdobju poteka skupinsko, ob drugih pregledih pa večinoma individualno. V šolskem obdobju poteka vzgoja za zdravje tudi v šolskem okolju. Zdravstveni delavci izvedejo določene dejavnosti na šolah. V vsak razred vstopajo najmanj enkrat letno z določeno vsebino. Vsebine so določene v priročniku Za boljše zdravje otrok in mladostnikov, ki ga je izdal NIJZ. Vse dejavnosti so za šole brezplačne. Izvajanje vzgoje za zdravje določa Navodila za izvajanje preventivnega zdravstvenega varstva na primarni ravni, plačnik storitev pa je Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije. Ne glede na to pa vseeno nekateri zdravstveni domovi teh dejavnosti zaradi različnih razlogov niso izvajale. Zato je ZZZS v letu 2015 s Splošnim dogovorom spremenil način poročanja in spremljanja izvajanje dejavnosti. Za nekatere izvajalce to ni pomenilo velike spremembe, za nekatere pa je bila sprememba zelo velika.

V okviru projekta Skupaj za zdravje smo se zato odločili, da bomo skupaj s pilotskimi lokacijami in nekaterimi zdravstvenimi domovi kot primeri dobrih praks pripravili optimalni program vstopanja v šolski prostor in ustreznega izvajanja predpisanih vsebin vzgoje za zdravje.

Predlog optimalnega programa obsega izvajanje vzgoje za zdravje v vseh razredih osnovne šole v trajanju 2 pedagoških ur. Izvajalci se s šolami dogovorijo o terminih izvajanja delavnic že v predhodnem šolskem letu (najkasneje do konca junija). Predpisane vsebine so:

10. razred – zdrave navade
11. razred – osebna higiena
12. razred – zdrav način življenja
13. razred - preprečevanje poškodb
14. razred - zasvojenosti
15. razred – odraščanje – varovalni dejavniki
16. razred – pozitivna samopodoba in stres
17. razred – medosebni odnosi
18. razred - vzgoja za zdravo spolnost.

Vsi izvajalci so bili predhodno usposobljeni za izvajanje delavnic (v okviru rednega dela in ne projekta). Vsa izobraževanja so bila za izvajalce brezplačna.

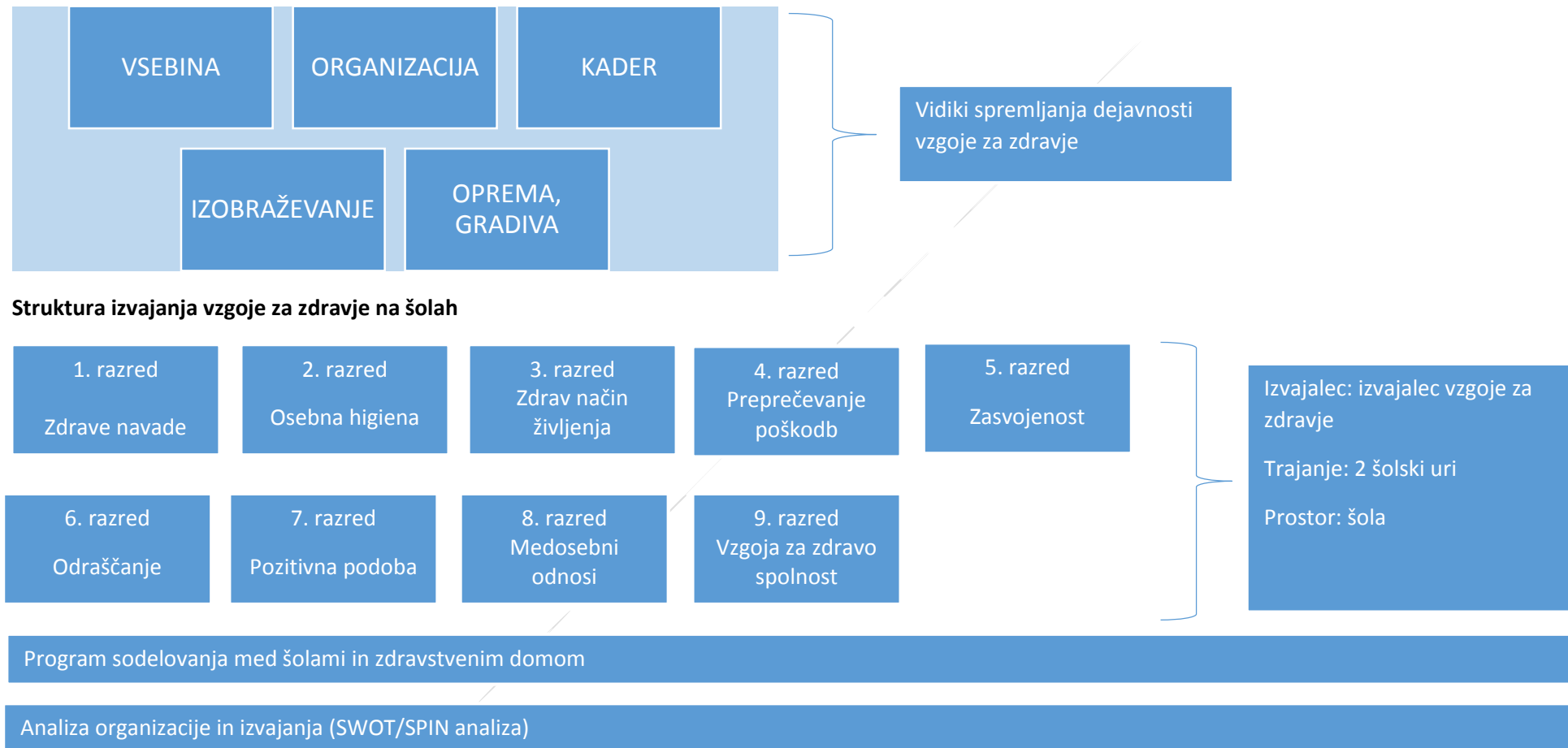
Pilotno testiranje se bo izvajalo na lokacijah ZD Celje, ZD Sevnica in ZD Vrhnika. Pilot bo potekal od februarja 2015 do konca oktobra 2016.

V pilotno testiranje bomo vključili pripravo načrta sodelovanja med šolami in zdravstvenim domom, komunikacijo med njima, eventuelno izvajanje določenih delavnic. Na pilotnih lokacijah do sedaj niso imeli vzpostavljenega rednega sistematičnega vstopanja v šolski prostor.

Pri primerih dobrih bomo spremljali podobne parametre kot pri pilotnih lokacijah. S tem, da so te lokacije že imajo vzpostavljeno redno sistematično vstopanje v šolski prostor. Kot primere dobrih praks bomo vključili ZD Ljubljana Vič Rudnik, ZD Črnomelj, ZD Piran.

Za vsa vprašanja glede izvajanja bodo na voljo sodelavci na centralni enoti NIJZ, predvsem pa na območnih enotah.

Slika 1. Potek pilotnega testiranja – VZGOJA ZA ZDRAVJE ZA OTROKE IN ŠOLE



1.1 Namen prenove

Namen prenove programa »Vzgoja za zdravje za otroke in mladostnike« je:

- Dostopnost VZ z dejavnostmi;
- Pokritost osnovnih šol z vzgojo za zdravje;
- Poenotenje načina izvedbe vzgoje za zdravje;
- Poenotenje izvedenih vsebin vzgoje za zdravje.

1.2 Merljivi cilji pilotnega programa in kriteriji za ugotavljanje doseganja teh ciljev:

1. Ali je pripravljen program vzgoje za zdravje izvedljiv?
2. Ali so pripravljena strokovna gradiva ustrezna?
3. Ali je predlagan program časovno izvedljiv?
4. Ali je predlagan program vsebinsko izvedljiv?
5. Ali je program kadrovsko izvedljiv?
6. Kakšno je zadovoljstvo izvajalk/cev?
7. Kakšna je pokritost šol? **Kakšen je bil odziv šol?**

2 Metode raziskovanja

Za spremljanje in evalvacijo pilotnega programa bomo uporabili različne raziskovalne metode. Glede na posamezne cilje se bodo izvajale kvantitativne in kvalitativne metode.

Kvantitativne metode:

6. pregled pokritosti šol (glede na čas izvedbe) pilotnih lokacij,
7. pregled pokritosti šol (glede na čas izvedbe) primerov dobrih praks,
8. Izračun potrebnega kadra glede na število oddelkov.

Kvalitativne metode:

9. intervjuji/poglobljeni vprašalnik z izvajalkami s pilotnih lokacij,
10. opisi primerov dobrih praks
11. intervjuji z izvajalkami (primeri dobrih praks)
12. SWOT/SPIN analiza posameznih lokacij

Povezava med metodami raziskovanja in posameznimi cilji pilotnega testiranja je prikazana v preglednici 1.

Preglednica 1. Metode raziskovanja za posamezne cilje

Metode raziskovanja	Cilji pilotnega programa
*intervjuji/poglobljeni vprašalnik z izvajalkami s pilotnih lokacij, *opisi primerov dobrih praks *intervjuji z izvajalkami (primeri dobrih praks)	Ali so pripravljena strokovna gradiva ustrezna? Ali je predlagan program časovno izvedljiv? Ali je predlagan program vsebinsko izvedljiv? Kakšno je zadovoljstvo izvajalk/cev?

*SWOT/SPIN analiza posameznih lokacij	
*pregled pokritosti šol (glede na čas izvedbe) pilotnih lokacij, *pregled pokritosti šol (glede na čas izvedbe) primerov dobrih praks *pregled opredeljenega kadra glede na število oddelkov	Ali je pripravljen program vzgoje za zdravje izvedljiv? Ali je program kadrovske izvedljiv? Kakšna je pokritost šol?

2.1. Načrt izvajanja vzgoje za zdravje

Vsaka lokacija bo napisala načrt izvajanja vzgoje za zdravje v sodelovanju s šolami, kjer bo opredeljeno:

- število oddelkov/šol
- predviden kader
- opredeljene delavnice (predpisane in druge)

2.2. Poglobljeni vprašalniki in intervjuji z izvajalci s pilotnih lokacij in primerov dobrih praks

Za vrednotenje izvajanja in sodelovanja s šolami se bo evalvacija opravila v obliki poglobljenih vprašalnikov in eventuelno tudi intervjujev. Vprašanja se bodo nanašala na:

- program sodelovanja
- vsebinski vidik
- organizacijski vidik
- kadrovski vidik
- finančni vidik izvajanja
- prednosti in pomanjkljivosti izvajanja.

V kolikor se bo izkazalo, da nekateri vidiki manjkajo oz. so nerazumljivi, bomo z izvajalci opravili še intervjuje.

Na koncu se bo za vsak primer naredila SWOT/SPIN analiza.

2.3 SWOT/SPIN analiza izvajanja vzgoje za zdravje

SWOT/SPIN analiza je učinkovita metoda evalviranja prednosti, slabosti, izzivov in nevarnosti (ang. strengths, weaknesses, opportunities, threats) programa. Prednosti in slabosti se nanašajo na notranje, izzivi in nevarnosti pa na zunanje okolje. Namen SWOT analize je odkriti pozitivne sile, ki nam pomagajo in potencialne težave, ki jih bomo mogoče morali nasloviti. Notranji dejavniki vključujejo naše vire in izkušnje. Splošna področja, o katerih moramo razmisliti so kadri, finance, procesi in aktivnosti, prejšnje izkušnje. Pri zunanjih dejavnikih moramo pogledati dovolj široko. Nobena organizacija, skupina ali program ni imuna na zunanje dogodke in sile. Upoštevamo lahko prihodnje trende, ekonomijo, finalne vire, demografijo, fizično okolje, zakonodajo Realno prepoznavanje slabosti in nevarnosti, ki obstajajo, je prvi korak k temu, da se jim zoperstavimo s primernimi

strategijami, ki gradijo na prednostih in izzivih. SWOT analiza nam torej pomaga pri pripravi strateških načrtov in pri strateških odločitvah.

2.4 Pregled pokritosti oddelkov/šol

Za pregled pokritosti oddelkov/šol z izvajanjem vzgoje za zdravje bomo primerjali seznam vseh šol z oddelki, ki jih pokrivajo pilotske lokacije s seznamom šol/oddelkov, kjer bodo v času trajanja projekta izvedli vsebine vzgoje za zdravje. Pregledali bomo tudi opravljene ure izvajanja.

Pregled opredeljenega kadra

Za učinkovito izvedbo predvidenih dejavnosti so pomembni tudi kadrovski resursi. V ta namen bomo pregledali naslednje:

- število izvajalcev vzgoje za zdravje za otroke in mladostnike
- izobrazbena struktura izvajalcev
- primerjava podatkov o izvajalcih glede na opredeljen kader s strani plačnika
- primerjava števila izvajalcev (iz ur) in dejansko izvedenih ur dejavnosti.

3 Priloge

Priloga I. Vprašalnik za izvajalce vzgoje za zdravje (primeri dobri praks)

Priloga II. Shema SWOT/SPIN analize

Priloga III. Plan sodelovanje med šolo in ZD

Priloga IV. Vprašalnik za izvajalce vzgoje za zdravje po zaključku pilotnega testiranja

Priloga I. Vprašalnik za izvajalce vzgoje za zdravje (primeri dobrih praks)

Opis izvajanja vzgoje za zdravje za otroke in mladostnike

Ustanova:

Izvajalka:

Tel. št.:

E-pošta:

Izobrazba:

Delovna doba na tem delovnem mestu (VZ):

Koliko šol imate opredeljenih:

Opis izvajanja dejavnosti vzgoje za zdravje (okvirne točke, na katere želimo, da odgovorite):

Priložite načrt vzgoje za zdravje za zadnje šolsko leto!

Vsebinski vidik

- ali imajo izvajalci pripravljen predlog načrta (iz česa izhajajo ob načrtovanju),
- kako nastaja, s kom se posvetujejo, kdo načrt potrdi, ali sodeluje tudi kdo iz šole
- opis, kako načrtujejo/se dogovarjajo s šolami,
- s kom na nivoju šole se dogovarjajo oz. usklajujejo,
- kje prihaja do težav pri dogovarjanju (v šoli in/ali v ZD),
- ali imajo zagotovljeno pokritost vseh šol, vseh razredov (vrtci, osnovne in srednje šole, vsi razredi),
- opis kako izvajajo vzgojo za zdravje (npr. ali izvajajo v šoli ali v zdravstvenem domu, kako se vključujejo v delo šole – učne ure, naravoslovni dnevi ...),
- katere oblike/ metode dela uporabljajo,
- ali je pri izvajanju prisoten pedagoški delavec (učitelj/vzgojitelj),
- ali se s pedagoškimi delavci dogovorijo, da se tema nadaljuje,
- ali izvajajo sprotno in/ali končno evalvacijo ter samoevalvacijo.

Organizacijski vidik

- koliko časa na teden so izvajalci na šoli,
- v kolikih razredih na dan izvedejo vzgojo za zdravje,
- kako izvajajo VZ v kombiniranih oddelkih (podružnice šole),
- koliko ur porabijo za pripravo, izvedbo in evalvacijo v enem letu,
- ali imajo zagotovljen prostor za izvajanje in kakšen je prostor (v ZD),
- minimalna oprema za izvajanje (oprema, pripomočki, gradiva),
- gradiva za udeležence in izvajalce (kdo jih zagotovi/tiska, čigav strošek so)
- ali se povezujejo z drugimi enotami v okviru ZD,
- kako je urejeno izvajanje VZ, če so šolarji opredeljeni pri koncesionarji (velja v primeru šole, ne posameznega otroka),
- na kakšen način še sodelujejo s šolo,
- na kakšne težave naletijo pri sodelovanju s šolo
- odnos drugih zaposleni v ZD na delo VZ (sodelavci, vodstvo).

Kadrovski vidik

- ali izvajalci opravljajo samo naloge VZ ali tudi druge (npr. za odrasle, v ambulantni ...),
- kakšna je izobrazba izvajalcev v ZD,
- kaj se zgodi ob odsotnosti izvajalca,

- ali so pri svojem delu dovolj samostojni, kompetentni
- kakšna izobraževanja imajo izvajalci opravljena (npr. specializacije, neformalna izobraževanja ...),
- ustrezno število izvajalcev (glede na splošni dogovor ZZZS in dejansko stanje, glede na število šol/oddelkov – podružnične šole).

Finančni vidik:

- koliko km je do najbližje šole/vrtca in koliko do najbolj oddaljene
- kakšen prevoz imajo na voljo in iz kje se financira prevoz
- ali šolam kakšne dejavnosti zaračunajo
- ali imajo na voljo gradiva za šole – kako jim ga zagotavljajo (tisk, stroški)

Izzivi

- kaj so prednosti vašega primera delovanja
- kje so pomanjkljivosti, kje vidite izboljšave
- kaj pričakujete od nacionalne, regionalne in lokalne ravni odločanja (zakonodaja – pravilniki (kaj omogoča in kaj ne, financiranje, nacionalne smernice/priporočila)
- stalno strokovno spopolnjevanje – vsebine, metode
- priporočena izobrazba izvajalcev
- organiziranost vzgoje za zdravje na ravni ZD
- predlog spremljanja dejavnosti (spremljanje procesa in učinka)

Priloga II: SWOT - matrika izvajanja vzgoje za zdravje v osnovnih šolah

	PREDNOSTI	SLABOSTI
NOTRANJE OKOLJE		
	IZZIVI	NEVARNOSTI
ZUNANJE OKOLJE		

Priloga III. Plan sodelovanja med šolo in ZD

PREDLOG

NAČRTOVANJA IN SPREMLJANJA IZVAJANJA VZ V VRTCIH IN ŠOLAH
(v okviru pilotnega testiranja)

A. Načrt sodelovanja med zdravstvenim domom in šolo/vrtcem

- šolsko leto
- kdo je sodeloval pri pripravi, kontaktna oseba
- seznam šol, število razredov
- seznam izvajalcev njihovimi podatki

1. Program vzgoje za zdravje za otroke in mladostnike

- namen in cilji

Razred/enota (vrtci, osnovne šole, srednje šole, šole s PP, drugi)	Vsebine	Dodatne/specifične vsebine	Način vstopa v šolo
1. – 9. razreda 1. – 4. letnik	Glede na nacionalna priporočila	Glede na regionalne/lokalne posebnosti	Možni vstopi v šolsko okolje (npr. razredne ure, naravoslovni dnevi, vključevanje v predmetnik ...)
Vrtci			
Osnovna šola			
OŠ s PP			
Srednja šola			
Druge ustanove/zavodi			
Dodatne dejavnosti za otroke in mladostnike			
Dejavnosti za pedagoške delavce			
Dejavnosti za starše			

2. Predstavitev posameznih specifičnih programov
(opis programov)

3. Individualni programi vzgoje za zdravje za posamezno šolo

- šolsko leto:
- šola:
- kontaktna oseba na šoli:
- izvajalec vzgoje za zdravje:

Dogovorjen program vzgoje za zdravje za otroke in mladostnike

Razred/enota	Dodatne/specifične vsebine	Način vstopa v šolo	Terminski načrt
1. – 9. razreda 1. – 4. letnik	Glede na regionalne/lokalne posebnosti	Možni vstopi v šolsko okolje (npr. razredne ure, naravoslovni dnevi...)	
Dodatne dejavnosti za otroke in mladostnike			
Dejavnosti za pedagoške delavce			
Dejavnosti za starše			

Priloga IV: Vprašalnik za izvajalce vzgoje za zdravje – po zaključku pilotnega testiranja

I. PODATKI O IZVAJALCIH IN ŠOLAH

1. Naziv ustanove:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

2. Izpolnite spodnjo tabelo s podatki o izvajalcih vzgoje za zdravje (trenutno zaposleni)?

Ime in priimek	e-pošta	Izobrazba	Delovna doba na tem delovnem mestu

3. Navedite katera izobraževanja imate opravljena izvajalci vzgoje za zdravje:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

4. V spodnjo tabelo vpišite nazive osnovnih šol in število razredov, ki jih pokriva vaš ZD:

(**Celje:** 10 osnovnih šol, **Vrhnika:** 4 osnovne šole; **Sevnica:** 8 osnovnih šol, 1 šola za otroke s posebnimi potrebami)

Šola	Število vseh razredov

5. Navedite ime kontaktne osebe za morebitna vprašanja glede vprašalnika

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

II. STANJE PRED ZAČETKOM IZVAJANJA PROJEKTA »SKUPAJ ZA ZDRAVJE«

6. Izpolnite spodnjo tabelo s podatki o izvajalcih vzgoje za zdravje pred vključitvijo v projekt »Skupaj za zdravje«:

Ime in priimek	Izobrazba	Delovna doba na tem delovnem mestu

7. V spodnjo tabelo vpišite nazive osnovnih šol, s katerimi ste sodelovali pred vključitvijo v projekt »Skupaj za zdravje«:

Šola

8. Ali ste imeli pred vključitvijo v projekt »Skupaj za zdravje« z vsemi šolami, s katerimi ste sodelovali, pripravljen načrt sodelovanja v pisni obliki?

☐ da

☐ ne

Če niste imeli pripravljenega pisnega načrta sodelovanja, obrazložite, zakaj ne:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

9. Opišite, kakšno je bilo sodelovanje z zgoraj navedenimi šolami pred vključitvijo v projekt »Skupaj za zdravje«:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

10. Navedite, katere vsebine vzgoje za zdravje ste izvajali v šolah pred vključitvijo v projekt »Skupaj za zdravje«:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

III. IZVAJANJE VZGOJE ZA ZDRAVJE V OKVIRU IZVAJANJA PROJEKTA »SKUPAJ ZA ZDRAVJE«

11. V spodnjo tabelo vpišite osnovne šole in število razredov, v katerih ste izvedli vzgojo za zdravje v okviru projekta »Skupaj za zdravje« (to je od začetka leta 2015 do konca februarja 2016):

Šola	Število vseh razredov

12. Ali imate pripravljen načrt sodelovanja v pisni obliki z vsemi zgoraj navedenimi šolami?

☐ da ☐ ne

Če nimate pripravljenega načrta sodelovanja v pisni obliki, obrazložite, zakaj ne:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

13. Opišite postopek priprave načrta sodelovanja s šolami (s kom ste se posvetovali v ZD, s kom ste sodelovali v šoli ...):

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

14. Navedite, kdo je potrdil načrt sodelovanja v ZD in kdo v šoli:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

15. Ali je pri pripravi načrta sodelovanja prihajalo do težav?

☐ da ☐ ne

Če je pri pripravi načrta sodelovanja prihajalo do težav, obrazložite:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

16. Ali ste načrtovali tudi izvedbo aktivnosti vzgoje za zdravje, ki niso opredeljene v priročniku »Za boljše zdravje otrok in mladostnikov«?

☐ da

☐ ne

Če ste jih načrtovali, navedite katere:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

Obrazložite, kaj je bil razlog za načrtovanje teh aktivnosti (potreba šole, ugotovitve sistematskih pregledov ...):

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

17. Ali ste zagotovili pokritost vseh razredov osnovnih šol z vzgojo za zdravje po programu iz priročnika?

☐ da

☐ ne

Če pokritosti niste zagotovili, obrazložite, zakaj ne:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

18. Katere vsebine iz priročnika ste do sedaj (v prvi polovici šolskega leta 15/16 – do konca februarja 2016) že izvedli v šolah?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

19. Izvedbo katerih vsebin iz priročnika še načrtujete?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

20. Katerih vsebin iz priročnika ne boste mogli izvesti?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

Obrazložite, zakaj teh vsebin iz priročnika ne boste mogli izvesti:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

21. Ali ste izvedli načrtovane aktivnosti, ki niso opredeljen v priročniku?

☐ da

☐ ne

Če ste jih izvedli, napišite, katere:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

Če jih niste izvedli, obrazložite, zakaj:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

22. Ali ste izvedli tudi kakšne aktivnosti, ki jih niste opredelili v načrtu sodelovanja s šolo?

☐ da ☐ ne

Če ste jih izvedli, obrazložite, kaj je bil razlog za to:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

23. Ali je bil pri izvedbi delavnic v šoli prisoten pedagoški delavec?

☐ da ☐ ne

Če ni bil prisoten, obrazložite, zakaj ne:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

24. Ali ste s šolo sodelovali še na kakšen drug način?

☐ da ☐ ne

Če da, obrazložite, kako ste sodelovali:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

25. Ali ste pri sodelovanju s šolo naleteli na kakšne težave?

☐ da ☐ ne

Če se naleteli na težave, obrazložite kakšne in kako ste jih rešili:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

26. Ali ste po zaključku izvajanja posamezne delavnice izvedli evalvacijo?

☐ da ☐ ne

Če je niste izvedli, obrazložite, zakaj ne:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

27. Ali ste po zaključku izvajanja posamezne delavnice izvedli samoevalvacijo?

☐ da ☐ ne

Če je niste izvedli, obrazložite, zakaj ne:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

28. Povprečno koliko ur na teden ste vsi izvajalci vašega ZD izvajali vzgojo za zdravje na posamezni šoli?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

29. Povprečno v koliko razredih na teden ste vsi izvajalci vašega ZD izvajali vzgojo za zdravje na posamezni šoli?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

30. Opišite, kako izvajate vzgojo za zdravje v kombiniranih razredih (podružnične šole):

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

31. Ali imate na voljo gradiva za izvajalce in udeležence?

☐ da

☐ ne

Če jih imate, kdo jih zagotavlja/tiska in kdo jih financira:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

Če jih nimate, kaj je razlog za to:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

32. Kako imate organizirano izvajanje vzgoje za zdravje v šoli, če so otroci opredeljeni pri koncesionarju (velja v primeru opredelitve cele šole, ne posameznega učenca)?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

33. Ali se pri svojem delu povezujete z drugimi enotami v vašem ZD?

☐ da

☐ ne

Če se povezujete, obrazložite, kako se povezujete:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

Če se ne povezujete, obrazložite, zakaj ne:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

34. Kakšen je odnos drugih zaposlenih v vašem ZD do dela na področju vzgoje za zdravje (sodelavci, vodstvo)?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

35. Ali izvajalci vzgoje za zdravje v vašem ZD opravljate samo naloge vzgoje za zdravje?

☐ da

☐ ne

Če opravljate še druge naloge, jih naštejte:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

36. Kako je organizirano izvajanje vzgoje za zdravje ob daljši odsotnosti izvajalca vzgoje za zdravje?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

37. Ali ste pri svojem delu dovolj samostojni?

☐ da

☐ ne

Obrazložite:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

38. Ali imate sedaj zagotovljeno ustrezno število izvajalcev glede na splošni dogovor ZZZS?

☐ da

☐ ne

Obrazložite:

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

39. Koliko kilometrov je do najbližje šole, ki jo pokriva vaš ZD?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

40. Koliko kilometrov je do najbolj oddaljene šole, ki jo pokriva vaš ZD?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

41. Kakšen prevoz do šole imate na voljo?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

42. Kako se financira prevoz do šole?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

43. Ali ste šolam katero izmed aktivnosti zaračunali?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

44. Kje vidite prednosti vašega načina izvajanja vzgoje za zdravje na šolah?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

45. Kje vidite pomanjkljivosti vašega načina izvajanja vzgoje za zdravje na šolah in kako bi jih odpravili?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

46. Kaj pričakujete od nacionalne, regionalne in lokalne ravni odločanja pri izvajanju vzgoje za zdravje (zakonodaja, smernice ...)?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

47. Kakšno stalno strokovno izpopolnjevanje bi potrebovali za kompetentno izvajanje vzgoje za zdravje?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

48. Kakšna naj bi bila priporočena izobrazba izvajalca vzgoje za zdravje?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

49. Kakšna naj bi bila organiziranost vzgoje za zdravje na ravni ZD (del preventivnega tima, del šolske ambulante, samostojna enota ...)?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

50. Kakšen je vaš predlog spremljanja izvajanja in učinkov dejavnosti vzgoje za zdravje?

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

51. Vaši predlogi, mnenja ...

Kliknite tukaj, če želite vnesti besedilo.

PROSIMO, PRILOŽITE NAČRT VZGOJE ZA ZDRAVJE ZA ŠOLSKO LETO 2015/16

Za vse vaše odgovore se vam najlepše zahvaljujemo!

PRILOGA 22



Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



**Poročilo o izvedbi predloga programa
Promocija zdravja v skupini osipnikov
v Zavodu Salesianum, OE PUM Celje**



Celje, 6. 10. 2015



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



I. UVOD

Izvedba predloga programa Promocija zdravja v skupini osipnikov je trajala od 7.4.2015 do 30.9.2015 v Zavodu Salesianum, OE PUM Celje. Kraj izvedbe posamezne delavnice je opredeljen v točki II., v poročilu o delavnicah.

V izvedbo projekta je bilo vključenih vsega skupaj:

- 22 udeležencev,
- 4 mentorji PUM (Barbara Jost, Sebastijan Martinčič, Barbara Kotnik, Mojca Ploštajner),
- 5 izvajalcev v posameznih delavnicah:
 - o ga. Tatjana Škornik Tovornik, ga. Alenka Tacol (NIJZ, Območna enota Celje),
 - o ga. Brigita Fižuleto (Zdravstveni dom Celje)
 - o ga. Maruša Naglič (Zdravstveni dom Šentjur)
 - o ga. Slavica Javornik, zunanja sodelavka PUM Celje (organizatorka poslovanja v gostinstvu in dolgoletna organizatorka praktičnega pouka in izobraževalka odraslih v Srednji šoli za gostinstvo in turizem Celje).
- Evalvacijo je pripravila ga. Daša Kokole iz No Excuse, evalvacijske vprašalnike sem natisnila, jih šifriral in dajala udeležencem v izpolnjevanje Barbara Jost, evalvacijo z metodo fokusnih skupin in intervjujev je opravila ga. Daša Kokole.

II. DELAVNICE

V projektu so bile izvedene naslednje 4 delavnice:

1. Zdrav zajtrk

Čas izvedbe: 17.4.2015

Kraj izvedbe: PUM Celje, Don Boskov trg 1, Celje

Sodelovalo je 18 udeležencev.

Izvajalki: ga. Tatjana Škornik Tovornik iz NIJZ (teoretični del) in ga. Slavica Javornik (praktični del).

Prisotni so bili mentorji PUM: Barbara Jost, Mojca Ploštajner in Barbara Kotnik

Vsebina:

Pri teoretičnem delu je ga. Tatjana predstavila:

- o Kaj je zdrava prehrana
- o Kakšen je pravilen način prehranjevanja
- o Zakaj je zajtrk pomemben
- o Kakšna so priporočila za izbiro živil iz piramide zdrave prehrane





Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



- Predstavila je, kakšne so posledice debelosti in kako se uporablja tabela indeks telesne mase
- Udeleženci so dobili tudi 2 lista, ki so jih obdržali, in sicer piramido zdrave prehrane in pa tabelo indeks telesne mase

Pri praktične delu pa so udeleženci pod vodstvom ge. Slavice spekli

- čemažev kruh in
- polnozrnat bombetke, naslednji dan pa pripravili še:
- čemažev namaz s skuto,
- fižolov namaz s tuno, postregli pa še:
- maslo
- različno sadje
- oreščke
- navadni jogurt
- ovsene kosmiče
- belo kavo.

2. Nordijska hoja

Datum izvedbe: 24.4.2015

Kraj izvedbe: Špica in sprehajalna pot ob Savinji, Celje

Sodelovalo je 12 udeležencev

Izvajalka delavnice je bila ga. Brigita Fižuleto iz Zdravstvenega doma Celje.

Prisotni pa so bili še mentorji PUM: Barbara Jost, Mojca Ploštajner, Barbara Kotnik in Sebastijan Martinčič.

Vsebina:

Ga. Brigita je najprej predstavila,

- a. Kakšni so razlogi in učinki ukvarjanja z nordijsko hojo,
- b. Kakšne so dobre palice za nordijsko hojo, koliko morajo biti dolge in
- c. Kako jih pravilno držimo.
- d. Nato je sledil praktični preizkus hoje, in sicer smo se sprehodili po sprehajalni in tekaški poti ob Savinji.

3. Pozitivna samopodoba in postavljanje ciljev

Datum izvedbe: 15. 5. 2015

Kraj izvedbe: PUM Celje, Don Boskov trg 1, Celje

Izvajalka delavnice je bila ga. Alenka Tacol, zunanja sodelavka NIJZ.

V delavnici je sodelovalo 12 udeležencev.

Prisotni sta bili še mentorici PUM: Barbara Jost in Mojca Ploštajner.



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



Vsebina:

Ga. Alenka je mladim predstavila:

- a. Pomen dobre samopodobe
- b. Vlogo prepoznavanja in postavljanja lastnih ciljev v življenju ter
- c. Pomen prizadevanja za njihovo uresničitev ter
- d. Da so prvi koraki na tej poti zahtevni, hkrati pa preko prizadevanja za življenjske cilje doživljamo smiselnost našega življenja

Uporabila je metodo vodenega razgovora in metodo dela z besedilom, kjer so mladi reševali delovne liste in se potem o njih pogovarjali.

4. Prehod v odraslost

Datum izvedbe: 27.5.2015

Kraj izvedbe: PUM Celje, Don Boskov trg 1, Celje

Izvajalka: ga. Maruša Naglič iz Zdravstvenega doma Šentjur

V delavnici je sodelovalo 13 udeležencev.

Prisotni sta bili mentorici PUM: Barbara Kotnik in Mojca Ploštajner.

Vsebina:

Skozi pogovor in delo v manjših skupinah so obdelali vprašanja:

- a. kaj je za udeležence odraslost,
- b. kdaj je kdo odrasel,
- c. prednosti in slabosti odraslosti

Pri kreativni aktivnosti Moje življenje kot film so mladi razmišljali o tem,

- d. kaj jim je v življenju pomembno, kaj si želijo do konca svojega življenja doseči.

Predstavljene so jim bile

- e. osnovne človeške potrebe in se pogovarjali o tem, da
- f. obstajajo bolj in manj primerni načini njihovega zadovoljevanja.



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



III. FOTO MATERIAL

Delavnice smo dokumentirali s fotografiranjem, nekaj odsekov smo tudi posneli, posnetke pa smo poslali v PUM Murska Sobota, kjer so pripravili dokumentarni film o izvedbi projekta.

Zdrav zajtrk



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje





Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



Nordijska hoja





Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



Pozitivna samopodoba in postavljanje ciljev



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



Prehod v odraslost





Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



IV. NAŠI KOMENTARJI ALI PREDLOGI GLEDE PROGRAMA IN IZVEDBE

Z veseljem smo se odzvali vabilu k sodelovanju v pilotni izvedbi projekta Skupaj za zdravje, v delovni skupini Promocija zdravja v skupini mladostnikov osipnikov. Vabila smo bili zelo veseli, ker se nam zdi sodelovanje s strokovnjaki z zdravstvenega področja za našo ciljno skupino potrebno, pomembno in tudi popestritev programa.

Ker je naš način dela v PUM-u tak, da se vključujemo v lokalno skupnost in se povezujemo z drugimi ustanovami, smo za projekt v bistvu uporabili že obstoječe vezi poznanstva s sodelavci NIJZ (med drugim smo bili nekaj let vključeni v LAS Celje, vedno so nas kolegi iz NIJZ povabili na strokovno srečanje ob svetovnem dnevu zdravja ...).

V evalvaciji projekta smo izrazili naslednje mnenje o programu in izvedbi le-tega:

- Delavnice so se mladim zdele zanimive, prav tako je bil odziv večine udeležencev kar pozitiven (bolj kot je bilo izraženo v fokusnih skupinah – nekaterim udeležencem se ne zdi »kul« in primerno, da bi izrazili navdušenje in zanimanje, drugi jim v tem sledijo zaradi vrstniškega pritiska).
- Praktični deli so bili za udeležence bolj zanimivi od teoretičnih, zaradi tega smo kot delavnice, ki so pritegnile največ zanimanja, izpostavili prehod v odraslost, nordijsko hojo in pa praktični del zdravega zajtrka; največji vtis je naredila delavnica o prehodu v odraslost (tukaj bi omenila, da po besedah mladih tudi zaradi simpatičnosti izvajalke)
- Predlog je bil, da bi imeli udeleženci več besede pri izbiri tem delavnic in da bi to lahko dvignilo njihovo zanimanje in participacijo v delavnicah - ni potrebno, da sami izberejo vse teme, ampak da imajo širši nabor tem, izmed katerih lahko izbirajo, da imajo občutek, da tudi njihovo mnenje nekaj velja
- Ciljna skupina je specifična v tem, da je za delavnice že primarno manj zainteresirana in so jim s tega vidika morda manj všeč, ocene nimajo toliko povezave z dejansko kvaliteto delavnic.
- Udeležencem so bile bolj všeč praktične vaje in prikazi ter delo v manjših skupinah oz. tudi samorefleksija, kot pa samo pogovor oz. spraševanje v veliki skupini.
- Rezultati evalvacije kažejo, da samo nove informacije v delavnicah niso nujno povezane z zanimivostjo teme ter všečnostjo delavnice, temveč je le-ta odvisna tudi od drugih dejavnikov.
- Nekateri izvajalci so izrazili željo, da bi potrebovali več informacij o udeležencih in njihovih pričakovanjih pred samo delavnico.

Možne izboljšave, ki so se pojavljale pri vrednotenju več delavnic:

- daljše delavnice, bolj podrobne (z več informacijami) ali pa v več delih,
- več sodelovanja ostalih udeležencev
- več slik / videoposnetkov
- več časa za predstavitev dela udeležencev
- pridobitev kakšnih pripomočkov ali brošur, ki bi jim ostale po koncu delavnic



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



Zavod Salesianum
OE PUM Celje
Don Boskov trg 1
3000 Celje



Omenila bi, da je čar delavnice o nordijski hoji bil tudi to, da smo si izbrali zelo lep ambient za izvedbo – pešpot ob Savinji, kjer je čudovita narava, mir, nobenih avtomobilov, slišalo se je samo šumenje vode, ptičje petje in pa naši koraki ter pogovor. Menimo, da je bil dejavnik očaranosti nad delavnico poleg preizkusa nečesa novega tudi stik z naravo. Prav tako je bilo pomembno tudi to, da smo hodili po ravnem, ker če bi hodili v hrib, bi se za udeležbo v delavnici odločilo manj udeležencev.

Izvedbo celotnega programa ocenjujemo kot pozitivno in se veselimo prihodnjega sodelovanja.

V. POTEK EVALVACIJE

Vrednotenje je potekalo po izvedbi posameznih delavnic z vprašalnikom (vprašalnike je pripravila ga. Daša Kokole iz No Excuse, natisnila, šifrirala in dala v izpolnjevanje pa Barbara Jost). Po zaključku vseh delavnic, dne 29.5.2015, je v prostorih programa PUM Celje potekalo še splošno vrednotenje projekta z udeleženci po metodi fokusnih skupin in z mentorji z intervjuji – izvedla ga. Daša Kokole. Dodatno je bila izvedena tudi ocena stanja na področju vedenj, povezanih z zdravjem in oceno izvajalcev.

Podrobnejši potek evalvacije, število udeležencev in ocene delavnic so navedene v poročilu ge. Daše Kokole iz No Excuse, z naslovom *Evalvacija programa »Promocija zdravja v skupini osipnikov« v projektu Skupaj za zdravje (Ljubljana, junij 2015).*

Pripravila:
Barbara Jost
Mentorica PUM

