

Sárgaházi Krónika

2000. augusztus

Kórházi információs lap

III. évfolyam, 2. szám

A SZAKMASZERETET TARTJA ÖKET A PÁLYÁN

Újabb rangos országos esemény szervezését vállalta fel a nagykállói Megyei Pszichiátriai Szakkórház.

Három napon át tanácskoztak a múlt hét második felében azok a szakemberek, mintegy háromszázan; akik a Pszichiátriai Szakdolgozók II. Országos Konferenciája apropóján cserélték ki tapasztalataikat.

A botladozó egészségügy még botladozóbb ága a pszichiátria, melynek azonban nem csak múltja, hanem jelene és jövője is van - fogalmazott a szervezők nevében Jakabné Harcsa Erzsébet, ápolási igazgató. Amíg az ember éli hétköznapi rohanó, stressz-

szes életét, nem is gondol arra, hogy bonyolult szervezetének egyensúlya milyen könnyen felborulhat. Ha a laikus először lát pszichiátriai betegségben szenvedőt, nehezen tudja eldönteni, valójában mitől is beteg az illető. Ha kitudódik, hogy mániát, depressziót vagy skizofréniát (ez a klasszikus értelemben vett elmebetegség a lakosság egy százalékát érinti) állapítanak meg nála, akkor már azonnal más szemmel, gyanakvóan, sokszor rettegve nézik a hétköznapi nyelven csak egyszerűen „bolondnak” titulált személyt. Az előítéletekről, de a nyolc szekcióban az 57 rövidke, ámde igen

tartalmas előadás keretében egyebek mellett a pszichiátriai és szenvedélybeteg kórházi ellátásáról, gondozásáról, rehabilitációjáról, az alkoholizmusról is szó volt Nagykállóban, ahol különben tavaly a betegforgalom megközelítette a 7300-at.

A nagyon jó hangulatban zajló rendezvényt még az sem árnyékolta be, noha természetesen beszédtema volt, hogy a kormány által májusra ígért 8,25 százalékos bérfejlesztésnek még a felülvizsgálata sem történt meg. Pedig egyre többen hagyják el a pályát. Ami nem is csoda. Nem nehéz elcsábítani egy pszichiátriai szakdolgozót sem,

ESEMÉNYNAPTÁR

- | | |
|-------------------|--|
| 2000. márc. 23. | - Decubitus Csoport megbeszélése a Megyei ÁNTSZ-ben |
| 2000. márc. 27. | - MÁE által szervezett továbbképzés záróvizsgálója a Szakkórházban |
| 2000. márc. 28. | - Vezetői megbeszélés |
| 2000. márc. 29. | - Főnövéri értekezlet |
| 2000. ápr. 01. | - MedCom program indult |
| 2000. ápr. 12. | - Vendégek a Jászberényi Kórházból |
| 2000. ápr. 13. | - Gazdasági növérek megbeszélése |
| 2000. ápr. 14. | - Mentálhigiénés továbbképzés a SOTE-n |
| 2000. ápr. 23-24. | - Húsvét |
| 2000. ápr. 28. | - Véralók Napja a Lovagteremben |
| 2000. máj. 03. | - Ápolási Igazgatók közgyűlése Budapesten |
| 2000. máj. 10. | - Főnövéri értekezlet |
| 2000. máj. 17-18. | - Vendégek Pomázról |
| 2000. máj. 19. | - Megyei Vöröskereszt küldöttértekezlete a Lovagteremben |
| 2000. máj. 26. | - Országos Ápolók Napja, Vác |
| 2000. máj. 24-27. | - Betegeink (6fő) Sátoraljaújhelyen vetélkedtek |
| 2000. máj. 29. | - Véralás a Lovagteremben |
| 2000. jún. 01-03. | - EGVE Konferencia Siófokon |
| 2000. jún. 07. | - IMEI-ben jártunk a pszichiátriai és mentálhigiénés hallgatókkal |
| 2000. jún. 07. | - Auditorképzés a Könyvtárban |
| 2000. jún. 08. | - Minőség Klub Ülés, Mogyoródon |
| 2000. jún. 11-12. | - Pünkösöd |
| 2000. jún. 14. | - Decubitus csoport ülése a Könyvtárban |
| 2000. jún. 15. | - Minőségi Tanács Ülése |
| 2000. jún. 22-24. | - Pszichiátriai Szakdolgozók II. Országos Konferenciája - Nagykállóban |
| 2000. jún. 29. | - Főnövéri értekezlet |
| 2000. jún. 30. | - Semmelweis Ünnepe a Lovagteremben |
| 2000. júl. 11. | - Qualiproduct tanácsadás |
| 2000. júl. 28. | - Továbbképzés vezetők részére |
| 2000. júl. 28. | - „MI-NAPUNK” - Harangodon |








akik sokszor valóban súlyos állapotú emberekkel foglalkoznak azért a közalkalmazotti bértáblában adotton felül borítékba kerülő bruttó 14.600 forint pótlékért. Hogy mi tartja a maradékot a pályán? Csakis a szakmászereget, amire jó példa volt ez a három nap is.

Forrás: „KELET
MAGYARORSZÁG”
J.H.E. -

„Amikor az emberek hitelesen viselkednek egymással, bámulatos képességük van arra, hogy valódi és megértő szeretetükkel meggyógyítsák a másikat.

(Carl Rogers)

FŐ ROVATAINK

- | | |
|---|--------------------|
|  | Áttekintő |
|  | Tallózó |
|  | Fókuszban |
|  | Közkinccsé tétetik |
|  | Gratulálunk |
|  | Ajánló |
|  | Info-sarok |

**„SZOLGÁLAT” AZ ÉLELMÉZÉSEN**

A Szakkórházunk által rendezett konferencia ideje alatt, két kolleganőmmel az ételmezési osztályra kerültünk „szolgálatra”. Fő feladatunk a vendégek étkezésének segítése volt. Így - ha rövid ideig is -, de belekóstolhattunk az ott dolgozók fáradságos, nem kis fizikai erőt igénylő munkájába.

Hőség, zárt ablakok, gőz, rengeteg munka - és ami leginkább megérintett bennünket -, jó hangulat, kedvesség fogadott.



Ezúton szeretnénk megköszönni az Étellemezési Osztály valamennyi dolgozójának, hogy befogadtak bennünket és vendégeink ellátásában mindig a segítségünkre siettek, hogy ott lehettünk és új barátokra találtunk. Munkájukhoz erőt, jó egészséget és vidám hangulatot kívánunk. - Cs. Zs. -

MUNKA ÉS HIVATÁS

Dolgozatosok vannak előttem. Olvasom és közben összefutnak a sorok a szemem előtt. Sorsok, életek és egy szakma jelenik meg. Valóban ez volna a helyzet 2000-ben, Magyarországon? Igen, ez maga a valóság!

*A dolgozat témája: élményem a betegekkel. A dolgozatokat a Szentágotthai János Egészségügyi Szakképző Iskola hároméves ápolóképzésben résztvevő másodéves hallgatói írták. Munka mellett tanulnak, vannak akik már húsz éve dolgoznak a betegágy mellett. Nagyon tanulságos és megdöbbentő volt számomra, ahogy ezek a hallgatók a betegekről és munkájukról írnak. Mindennapi munkájukat hivatásuknak tekintik, szeretik a betegeket. Az ápolásuk során felmerülő Problémákat, mint „sajátjukat” próbálják megoldani. S ez legtöbbször nem a problémák gyakorlati megoldását jelenti, hanem a problémák megoldásának pszichés terheit. A hallgatók munkájuk során igen sokat foglalkoznak a beteg, idős emberek pszichés vezetésével. A szociális otthonokban, illetve krónikus belgyógyászaton fekvő betegekkel való foglalkozáson - az alapvető szükségletek kielégítésén túl - elsősorban a beteg ember lelkével való törődést érhetjük. Néha az ápoló az egyetlen kapocs a külvilág és a beteg között. „... hiszen nagyon sokszor csak ránk, ápolókra számíthatnak, a ragaszkodásuk olyan, mint a gyerekéké”. **A mi viselkedésünk - ami soha nem lehet hangulat kérdése - határozzák meg betegeink napjait, a gyógyuláshoz vezető utat, de a békés, tisztességes, emberhez méltó halált is tudnunk kell biztosítani.***

Néhány dolgozatóból egy-egy részt közzé tennék, mert tanulságos lehet sokunk számára. Az idézetek azt hiszem nem egyedi eseteket mutatnak be. Valamennyien, akik betegekkel foglalkozunk kerültünk már ilyen helyzetekbe és tudjuk, hogy a problémák megoldása néha nagyon nehéz.

„... Én egy szeretetotthonban dolgo-

zom, mint tanuló nővér. Ebben az otthonban 120 idős ember él... A betegszobában lévőkhöz Kati néni volt a legkedvesebb betegem. Úgy fogadtam el őt, mint a saját nagymamám, és ez nagyon boldogított. Egyszer a mise alatt végig fogta a kezem és megkért, hogy maradjak vele, mert ő nagyon fél. Nem értettem igazán, hogy miért? Nekem ugyanis sok egyéb munkám volt. De ő szorította a kezem tovább és kért, hogy maradjak még. Pár hét után nagyon ideges lettem, és továbbra is csak azt kérte maradjunk mellette. Akkor nem értettem, hogy ő félt a halláltól és ezt nehéz volt elfogadnia. Egyik éjszaka csendesen elaludt. 89 éves volt.”

„... Péter bácsi, aki azelőtt soha nem volt beteg, a nyolcvanas éveiben járt, mikor egy agyi törtézés után a Kórház Belgyógyászatára került, majd további ápolásra hozták. Családja jött, látogatta, de ő nem akart tudomást venni senkiről és semmiről, nem volt egy mosoly az arcán, mindent elutasított. Én azért nem adtam fel. Mindig volt egy kedves szavam, egy simogatás az idős úr számára. Egyszer aztán fordulat következett. Három napig szabadnapos voltam, s negyedik nap reggel is ugyanúgy kezdtem a munkám, mint máskor. Odaértem a kórteremhez, de még köszönni sem volt időm, Péter bácsi megelőzött. - Hajni, hol volt olyan sokáig? A döbbenettől meg sem tudtam szólalni. Ettől a perctől kezdve gyökeresen megváltozott az életünk, mert ez most már a „mi” életünk lett! Állapota rohamosan javult, és végül eljött a nap, amikor ott volt a zárójelentés az éjjeli szekrényén, a nap, amiről azt hitte soha nem fog bekövetkezni. Nem múlik el ünnep vagy névnap, hogy a család ne keressen meg egy-egy szál virággal kedveskedve. Karácsonykor maga Péter bácsi köszöntött, még ha telefonon is. **Azt hiszem egy-egy ilyen eset erőt és hitet ad a további munkához.**

folyt. a köv. oldalon

„Kedves Erzsébet!

Elküldöm Neked az előadásom végleges változatát, amely a konferencián elhangzott.

Nagyon köszönöm, hogy részt vehettem ezen a nagyszerű konferencián!

A nálatok eltöltött 3 nap rendkívüli volt számomra! Ilyen közvetlenséggel, figyelmességgel, szervezethez, odaadással stb.-amely rendezők részéről tapasztalható volt - még nem találkoztam!

Még egyszer hálásan köszönök mindent!

Szeged, 2000. 07. 02.

Legnagyobb tisztelettel:

Irinyi Tamás

„Kedves Igazgató Nő!

Ezúton köszönöm meg Önnek, az illetékes szervezőknek, hogy a közelmúltban szervezett konferencián két dolgozónk megjelenhetett, értékes tapasztalatokat gyűjthetett.

Különösen jól esett az, hogy jelentkezésüket jóval a határidő utáni elküldés ellenére fogadták el, s hogy segítségüket a jövőt illetően is felajánlották.

Intézményünkben egy modernizációs program vette kezdetét. Az Ön által nyújtott gesztus igen hasznosan illeszkedik törekvéseinkhez.”

Borsodivánka, 2000. június 27.

Munkájukhoz további sikereket kívánok:



Dr. Irinyi Tamás
Orvos János
intézetvezető

Folytatás az előző oldalról

Amikor egy nővér fáradt, és úgy érzi a munkája hasztalan, keressen magának egy „Péter bácsit”, az egészségügy minden területén megtalálhatóak, csak észre kell venni őket!”

Néhány hallgatónak megkönnyebbülés volt, hogy pszichés terheit leírhatta. A mindennapi munkában nincs arra időnk, illetve nincs megfelelő személy, hogy elmondhassuk azokat az érzéseinket, gondolatainkat, amelyek nekünk ápolóknak a „lelkét nyomja”.

„...Hiába próbáljuk azt, hogy nem gondolunk a halálra, az elmúlásra. Sajnos, nagyon sokszor találkozunk olyan esetekkel, amikor már nincs visszaút. És ez valahol minket, ápolókat is borzasztóan megráz. Ezért a mi munkánk fizikailag, szellemileg és főként lelkileg nagyon nehéz. Most egy kicsivel könnyebb számomra, mivel kiírhattam magamból ezt a problémámat. Nagyon örültem, hogy a Tánárnő ilyen lehetőséget adott számomra, mert nem tudtam kinek is mondhatnám el problémáimat, hogy megkönnyebbüljek én is!”

„Előjáróban el kell mondanom, hogy 70 beteg fekszik az osztályunkon, éjszaka két nővér látja el őket. Az osztály fele női kórterem, a másik fele férfi. Mivel ketten vagyunk és a fürdetés este történik, ezért egyik nap a női, másik nap a férfi oldal fürdik. A betegek többsége idős ember, akik osztályunkról már nem haza, hanem szociális otthonban vagy máshol kapnak elhelyezést. Nehezen tudnak belenyugodni, hogy nem térhetnek vissza otthonukba, ahol eddig hosszú éveket éltek és amiért egy életen át dolgoztak. Többszöri beszélgetés, folyamatos felkészítés szükséges ahhoz, hogy új helyzetüket elfogadják.”

„De annak ellenére, hogy mi felelünk a betegért, úgy gondolom sokszor tehetetlenek vagyunk. Sokkal több nővérre lenne szükség ennyi beteg ellátására, megfigyelésére. És talán több idő lenne a családdal és a beteggel a helyes kommunikáció, kapcsolat megteremtésére.”

„Gyermekkorom óta az volt a vágyam, hogy az egészségügyben dolgozzak. Baleseti sebészetben dolgozom, ahol tudott dolog, hogy sok sérült ember megfordul. Mindenki más és más jellemmel. Ki kedvesebb, ki barátságosabb, vagy kifejezetten durva. Kellemes élmény, ha egyik nap kimaradás után a még ott lévő, ismert beteg azzal fogad - Milyen jó, hogy itt van, nővérke!”

„Jelenleg idősek otthonában dolgozom, most már hatodik éve. A gondozottaim közül négy néni és egy bácsi van, akihez kijárok és otthonukban gondozom őket. A nénikkel nem is volt probléma, jó volt a kapcsolatunk. Józsi bácsi azonban úgynevezett „csodabogár”, volt. Amikor az első ebédet vittem még csak be sem engedett. Aztán ahogy telt az idő összebarátkoztunk, megkért, hogy vásároljak is. Amikor már beszélgetett is velem, elmesélte, hogy vannak testvérei is, de ő nem engedi be őket. Hétfvégén is akartam ebédet vinni neki, de ő nem akarta. Ekkor az az ötletem támadt, hogy vigyék el a gyerekeim az ebédet Józsi bácsinak. A gyerekekkel hamar megbarátkozott. Ahogy telt az

idő, elértem, hogy tiszta ágyneműt húzhattam, rendszeresen cseréltük a ruhát. Egyszer aztán tűz keletkezett Józsi bácsinál. Ez tette lehetővé, hogy nagytakarítást csinálhassunk. Mindent rendbe hoztunk, végre emberi körülményeket sikerült teremteni. Alig múlt el pár hónap, amikor rosszul lett Józsi bácsi (régebben már volt agyergörccse). Kórházba menni nem akart, a háziorvosa sem tudta meggyőzni. Ereje egyre fogyott, ágynak esett, ekkor már naponta háromszor mentem hozzá. Két hét után egy reggel halva találtam. Nagyon megijedtem, mert ő volt az első halott, akit láttam. A testvérei azt mondták, intézze a Gondozási Központ a temetést. A vezetőnk engem bízott meg, hogy intézkedjek. Szép csendben lezajlott minden, a családja megköszönte, amit tettem. Elérkezett a halottak napja, amikor minden családtagunk sírjához elmentünk, a lányom megszólalt. „Anya, még a Józsi bácsi sírjánál nem voltunk!”. Szerettem ezt a munkát, de a lányom szavai óta érzem, hogy fontos, mert értékes tulajdonságokra tanít meg bennünket.”

„Gyakorlaton voltam a Kórház Belgyógyászatán. A délutáni műszakban behoztak egy hajléktalan, delíriumos állapotban lévő beteget. Mint később kiderült, kezdődő tüdőgyulladásra is volt. A gyógyszeres kezelés hatására állapota rendeződött. Mivel a ruháin kívül semmi nem volt a tulajdonában, vettünk neki egy edényt, ami csak az övé volt. Mindent megköszönt, nagyon udvarias beteggé vált. A ruháit kimosta, hogy ha majd visszatér az utcára, legalább a ruhája legyen tiszta. Láttam rajta, hogy megvan az igénye a jóra, csak hát a sors kegyetlen játékot űz vele. Egyik este elmesélte nekem, hogy került az utcára. Mint hajléktalan csak alkalmi munkásként foglalkoztatták. Leginkább az egyik büfében végzett alkalmi munkát, mint takarító. Mi felvettük a kapcsolatot a büfé vezetőjével, akinek elmondtuk, hogy mi történt. A tulajdonos becsületese emberként ismerte betegünket. Közösben igyekeztünk megoldani a sorsát, hogy ne kelljen a kórházi kezelés után ismét az utcára kerülnie. A büfé vezetője felajánlotta, hogy kialakít neki egy kis részt a raktárhelyiségből, ahol világítás és fűtés is van. A mi betegünket nemcsak alkalmi munkára, hanem állandó jelleggel felvette takarítónak. Egyik reggel miután hazaengedtük, egy-egy szál virággal várt ránk, és megköszönt minden segítséget, amit tőlünk kapott, és amiért elindítottuk újra az életben.”

A dolgozatokban megjelenik az a szeretet, gondoskodás és felelősségtudat, amire a betegeknek, rászorulóknak és a hozzátartozóknak is szükségük van. Remélem, hogy ezen jó tulajdonságaikat soha nem veszítik el a hallgatók.

(A betegek személyiségjogainak tiszteletben tartása miatt a neveket és a helyszíneket megváltoztattuk. A dolgozatok szerzői hozzájárultak munkájuk, illetve annak egy-egy részletének közzétételéhez.)

Mezőcsáti Melinda, ETI- Forrás: ETInfo

Kedves Munkatársaim! A fenti sorok alapján Ti is írjátok ki magatokból „nyomasztó” problémáitokat! Kérjük leadni a szerkesztőségben!



**„És érezzék egy
kézfogásról rólad,
Hogy jót akarsz, és te is
tisztá jó vagy;**

**S egy tekintetük elhitesse véled:
szép dologért élsz - és érdemes élned!**

(Váci Mihály)

**„A bajbajutott embertársakat
Megérteni, szomorú helyzetüket
Igazán átérezni, lelkükbe látni,
Kívánságaikat jó szívvel honorálni
Csak az tudja, aki maga is átélte a
Megpróbáltatások iskoláját.”**

(Pető Ernő)

KÖRNYEZETIRÁNYÍTÁSI, EGÉSZSÉGVÉDELMI ÉS BIZTONSÁGIRÁNYÍTÁSI (KEB) RENDSZERÜNK KIÉPÍTÉSÉNEK LÉPÉSEI

Szakkórházunk vezetősége általános célként határozta meg a környezet magas szinten történő megóvását, a környezet szennyezésének megakadályozását, az egészséget nem veszélyeztető, biztonságos munkavégzés lehetőségének biztosítását, valamint a vonatkozó környezetvédelmi és munkabiztonsági jogszabályok betartását.

Ennek elősegítésére célul tűztük ki, hogy Minőségbiztosítási Rendszerünk mellé bevezetjük az **MSZ EN ISO 14001:1997 szabvány szerinti környezetközpontú irányítási rendszert** és meg kívánunk felelni a **BS 8800-as brit szabványban**, illetve az **MSZ/T 2880:1999** magyar szabványtervezetben meghatározott Munkahelyi Egészségvédelemmel és Biztonságirányítással kapcsolatos elvárásoknak is.

A fenti szabványokat összhangban készítették az MSZ EN ISO 9000-es szabványsorozattal, ezért lehetőségünk volt arra, hogy az átfedések elkerülése érdekében, a már meglévő Minőségügyi Rendszerünkhöz kapcsolva építsük ki a szabványos Környezetirányítási, Egészségvédelmi és Biztonságirányítási (KEB) rendszerünket, így egy integrált rendszert létrehozva.

Az MSZ EN ISO 14001:1997 és az MSZ/T 2880:1999 szabványok nem tartalmazznak abszolút követelményeket a környezetvédelmi és a munkabiztonsági teendőkre nézve azokon az elkötelezettségeken kívül, melyek Szakkórházunk Környezeti, Egészségvédelmi és Biztonsági Politikájában szerepelnek. A munka első lépése a környezeti hatások illetve a munkahelyi kockázatok meghatározása és értékelése volt, melyek elvégzéséhez 2 új eljárásutastást dolgoztunk ki.

MPSZ KÖRNYEZETI, EGÉSZSÉGVÉDELMI ÉS BIZTONSÁGI POLITIKÁJA

Szakkórházunk az ország második legnagyobb pszichiátriai szakkórháza, mely szolgáltatásait, a betegek gyógyítását a következők szem előtt tartásával kívánja megvalósítani.

Célunk, hogy Környezetközpontú, valamint az Egészség- és Biztonságirányítási rendszer bevezetésével és működtetésével szolgáltatásunk minőségének javítása mellett, biztosítsuk a környezetről való gondoskodást, illetve a munkavállalók és a betegek egészségének megóvását, biztonságát.

Ennek érdekében Szakkórházunk a következőkre vállal kötelezettséget::

- ✓ a környezetvédelmi, a munkavédelmi és a munkaegészségügyi előírásokban, jogszabályokban és szabványokban foglaltakat betartja, azokat a tevékenysége során alkalmazza.
- ✓ szolgáltatási tevékenységét oly módon hajtja végre, hogy a fenntartható fejlődés elvét követve az energiát, az anyagokat és az eszközöket hatásonként felhasználva, környezetvédelmi teljesítményét fokozatosan növelje,
- ✓ munkavállalóival ismerteti a tevékenységükkel kapcsolatos kockázatokat, számukra megfelelő képzést biztosít, hogy képesek legyenek a rájuk bízott feladatok biztonságos elvégzésére, biztosítja az egészséges és biztonságos munkavégzés feltételeit,
- ✓ a munkavállalók bevonásával környezetvédelmi, egészségvédelmi és biztonsági célokat határoz meg, melyek eléréséhez felelősöket jelöl ki és gondoskodik a szükséges erőforrásokról,
- ✓ folyamatosan és rendszeresen ellenőrzi a Környezetközpontú, Egészség és Biztonságirányítási Rendszer eredményeit, hatékonyságát és megfelelőségét,
- ✓ környezetvédelmi, egészségvédelmi és biztonsági elvárásait külső partnereivel, beszállítóival is elfogadtatja,
- ✓ Rendszeresen tájékoztatja a lakosságot és a betegeket környezeti hatásairól, egészség- és biztonságvédelmi eseményeiről.

Mindenkor hatékonyan reagálunk a környezetvédelmi, egészségvédelmi, és biztonsági eseményekre, ezzel is elősegítve az élet és a szolgáltatás minőségének javulását, valamint dolgozóink egészségének megőrzését.

Nagykálló, 2000. március 27.

DR. VÁGVÖLGYI JÁNOS
főigazgató főorvos

MPSZ-EU 01-01 Környezeti hatások azonosítása és értékelése
MPSZ-EU 01-02 Kockázat-értékelés címmel.

A jelentős környezeti hatások és munkahelyi kockázatok veszélyeinek mérséklése érdekében jelenleg a célok kidolgozásán munkálkodunk. (Pl.: felhasznált energiahordozók mennyiségének csökkentése, hulladékok csökkentése, stb.) A bevezetés első lépése az MPSZ szervezeti struktúrájának megfelelően a felelőségek és hatáskörök meghatározása volt, melyet a Minőségügyi, Környezetirányítási, Egészségvédelmi és Biztonságirányítási Kézikönyvben rögzítettünk. A következőkben elkészültek **új eljárásutastásaink**:

MPSZ-EU 01-03 Alkalmassági orvosi vizsgálat rendje
MPSZ-EU 09-09 Hulladékok kezelése
MPSZ-EU 10-02 Figyelemmel kísérés és mérés
MPSZ-EU 14-02 Felkészültség és reagálás vészhelyzetekre és elkezdődött már meglévő átdolgozása az MSZ EN ISO 14001:1997 és az MSZ/T 2880:1999 szabványoknak megfelelően.

Az elkészült eljárásutastások az Integrált rendszer bevezetésének alapját képezik. A rendszer zavartalan és eredményes működtetése érdekében szükség van belső felülvizsgálatokra, auditokra. A KEB rendszer auditálásához szükséges információkat, módszereket az MPSZ belső auditorai a közelmúltban sajátították el. Majd elkezdődött az Integrált Rendszer eljárás utastásainak, Kézikönyvének kiosztása és oktatása.

Hamarosan belső auditjainkra is sor kerül, majd az októberi előaudit során tapasztalt hiányosságok kijavítását követően terveink szerint novemberben sikeres tanúsító auditunk lesz.

- B. K. -

VÁLTOZÁSOK A MINŐSÉGÜGYI RENDSZER DOKUMENTUMAIBAN

(Kiadás időpontja: 2000. 06. 30.)

Intézetünkben tovább folytatódik az integrált rendszer kiépítése. Ennek megfelelően az alábbi változások történtek:

MINŐSÉGÜGYI, KÖRNYEZETIRÁNYÍTÁSI, EGÉSZSÉGVÉDELMI ÉS BIZTONSÁGIRÁNYÍTÁSI KÉZIKÖNYV (rövidítve: MKEB Kézikönyv).

Módosult:

✓A. Tartalomjegyzék	3/2. változat/kiadás
✓3. sz. Melléklet	3/2. változat/kiadás
✓11. sz. Melléklet	3/2. változat/kiadás
✓14. sz. Melléklet	3/2. változat/kiadás
Új melléklet:	
✓16. sz. Melléklet	3/1. változat/kiadás

Új eljárás utasítás:

MPSZ-EU 10-02 Figyelemmel kísérés és mérés 0/1. változat/kiadás

Módosított, felülvizsgált eljárás utasítások:

MPSZ-EU 02-01	Minőségügyi rendszer (Minőségterv)	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 03-01	OEP Finanszírozási szerződések átvizsgálása	3/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 03-02	Megyei Önkormányzattal kötött éves költségvetés átvizsgálása	3/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 03-03	Külföldi betegek gyógykezelése	2/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 04-01	Szolgáltatási tevékenység fejlesztése	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 06-01	A beszerzés és a beszállítók, vállalkozók igénybevételeinek szabályozása	5/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 06-02	Vállalkozói tevékenység szabályozása	5/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 06-03	Közszolgáltatási tevékenység igénybevételeinek szabályozása	5/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 07-01	A beteg által behozott értékek, dokumentumok és tárgyak kezelése	5/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 08-01	Azonosítás és nyomonkövetés a gyógyítási folyamatban	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 08-02	Gyógyszertári azonosítás és nyomonkövetés	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 08-03	Élelmezési folyamat azonosítása és nyomonkövetése	3/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 09-01	A fekvőbeteg-ellátás	6/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 09-02	A járóbeteg-ellátás	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 09-03	Az ápolási tevékenység	3/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 09-04	A kórházhygiénés tevékenység	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 09-05	Az élelmezés-ellátás	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 09-06	Az anyaggazdálkodás	3/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 09-07	A karbantartás, felújítás és energiaellátás	3/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 09-08	Számítógépes adatfeldolgozás, szoftver kezelés	3/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 10-01	Ellenőrzés és vizsgálat	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 11-01	Ellenőrző, mérő- és vizsgálóberendezések felügyelete	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 12-01	Ellenőrzött és vizsgált állapot	3/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 13-01	Nem megfelelő szolgáltatás kezelése	5/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 14-01	Helyesbítő és megelőző tevékenység	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 15-01	Raktározás, tárolás, állagmegőrzés és szállítás	5/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 19-01	Vevőszolgálat	4/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 19-02	Kapcsolattartás, kommunikáció	5/1. változat/kiadás
MPSZ-EU 20-01	Statisztikai módszerek	5/1. változat/kiadás

Kérjük Munkatársainkat, hogy az új és a módosított dokumentumokat szíveskedjenek figyelemmel kíséni.

- HBE -



XI. KONFERENCIA

„Ígérem, hogy úgy foglak kezelni,
amilyen ellátást én magam
szeretnék”

(Hippokratész)

„Mosoly és érintés”

2000. április 14-én Budapesten, a Semmelweis Egyetemen továbbképzésen vettünk részt (Jakabné Harcsa Erzsébet, Forró Ferencné, Kosztonyák Jánosné, Lippainé Szabó Katalin, Tóth Mónika). A konferencia témája „Élet-minőség” és az egészségügyi munka (az egészségügyi dolgozók mentálhigiénéje), valamint a Korszerű diagnosztikai és terápiás lehetőségek a daganatos betegek gyógyításában, ápolásában” volt.

A konferencia ünnepélyes megnyitójára 10.00 órától került sor, az Egészségügyi Minisztérium képviselője köszöntötte a megjelenteket. Az előadásokban hallhattunk

- ♣ a betegjogi deklarációról és annak a dolgozókra és betegekre gyakorolt hatásáról, a mentálhigiénét veszélyeztető tényezőkről (külső környezeti - kudarc élmény, érzelmi túlterheltség, nagyfokú felelősség, társas helyzetek, kritikus döntések -, és belső környezeti tényezők -érzelmi beszűkültség, alacsony frusztrációs küszöb, hibás énvédelmi technikák, kudarc orientáltság, kommunikációs akadályok),
 - ♣ a kiégésről, a kiégés tipikus tüneteiről,
 - ♣ a munkakörülmények és munkafeltételek javításáról,
 - ♣ a suicidumról, depresszióról,
 - ♣ a professzionális inkontinencia ellátásáról, az ezzel kapcsolatos bőrvédelemről
 - ♣ a „vezető” halálokokról Magyarországon (baleseti sérülések, szív- és érrendszeri betegségek, daganatos betegségek),
 - ♣ a daganatos betegségek kezelési módjairól és lehetőségeiről,
 - ♣ a minőségről az egészségügyben, a palliatív és szupportív kezelésről,
 - ♣ a minőségbiztosításról,
 - ♣ a daganat eltávolítása után, hogyan lehet testi - lelki harmóniát helyreállítani (mellprotézis, protézises melltartó, gyógytornász, öngyógyító csoportok, tanácsadók)
 - ♣ a daganatos gyermekek kezeléséről, ellátásáról, rehabilitációjáról és még számos más érdekes témáról.
- Mindannyiunk nevében elmondhatom, hogy nagyon sok új ismerettel gazdagodva tértünk haza a konferenciáról.

- T. M. -



Fehér ruha mögött gyarló ember
bújik
Ki tudásával, ember életért szembe
száll

Harca ádá, de kitartó
Még ha a beteg szív le is áll.

Nem adjuk fel könnyen a harcot
Hisz az élet nagy érték
Ebből csak egy van, tudjuk jól
Ha az nincs, az ember mit sem ér.

Orvos, nővér együtt száll a ringbe
A betegség az ellenfél
Bíránk a sors, mely kegyetlen
Sok-sok embert elítél

Becsüljük meg hát egymást
Hisz a győzelem sokszor rajtunk áll
Bizalommal, megértéssel
Ez a csapat jól helytáll.

Mi mindannyian erre születtünk
E hivatás az életünk
Mosolyunk titka a lelkünk békéje
Minden ember vigasztaló ereje.

Fehér ruha mögött gyarló ember
bújik
Kinek szívében sok szeretet lakik
Jut belőle Neked és Nekem is
Ápold lelked, hogy így legyen ez
sokáig.

(Virág Jánosné)



Nemrégiben 2 napos továbbképzésen
vehattunk részt, ahol - a napjainkban
az első helyre került - nők rákos meg-
betegedéséről hallhattunk tartalmas és
színvonalas előadásokat. Hangsúlyoz-
ták a korai felismerés jelentőségét, hi-
szen ebben az esetben a gyógyulási
arány még nagyon jó.

Szó esett a megelőzésről, a korai fel-
ismerés és kezelés előnyeiről, a már
kialakult betegség kezelési módjairól,
módszereiről, a javuló arányt mutató
gyógyulási statisztikáról, valamint az
éves szinten növekvő, új daganatos
megbetegedések számáról is.

Terveink között szerepel, hogy Intéze-
tünk női dolgozói számára a konferen-
cián hallottakat továbbadjuk (15-20
fős csoportokban), majd a női betegek
számára is megtanítjuk a mell önviz-
sgátát, hogy esélyt adjunk mindenki-
nek e veszélyes kór korai felismerésére
és megelőzésére.

(Köszönjük Szakkórházunk Vezetésé-
nek és az Ápolási Egyesületnek, hogy
kollégáimmal,
hármán mi is
részt vehettünk
ezen a sok, új
ismeretet nyúj-
tó rendezvé-
nyen!)




- N. É. -

2000.06. 30.
**SEMMELWEIS NAP
KITÜNTETETTJEI:**

Gacsályiné Czirják Veronika,
Lippainé Szabó Katalin
Kállósemjén
Kovács Lászlóné,
Gyógyszerár
Szabó Zsuzsanna,
Foglalkoztató
Sebők Miklós,
Élelmezés
Forró Ferencné
II. Pszichiátria
Vékony Ferenc
gépkocsivezető
Oláh Istvánné
belső ellenőr
Kerényi Istvánné
Fizioterápia

**ADJUNKTUSSÁ
LÉPETT ELŐ:**
Dr. Lesán Anna
Dr. Kulja Erika

Gratulálunk!




Légy: ragyogó, üde, mint a
harmatos fűszál
Légy: kellemes, színes, mint az ősz,
Légy: hófehér, tiszta téli táj,
Légy: életet adó, tápláló legelő.

Jöjj, nyújtsd ki segítő kezed!
Jöjj, mutasd meg milyen jó a
szíved!
Jöjj, ne maradj le tőlünk már! –
Hisz a mosolygó lelkű ember mindig
élen jár.

Hinnünk kell, hogy szebb lesz
a jövő,
Hinnünk, hogy létünkkel eljő.
Hinnünk kell, hogy minden ember
tisztá,
És, hogy a jóság a lélek tápláléka.

Sietve élünk e világon,
Miközben megmattulhat
boldogságunk.
Csiszoljuk és tápláljuk énünk,
Hogy másnak minél több jó jusson
belőlünk.

Soha ne sajnáld szereteted mástól,
Soha ne gondold: minden mindegy
mától,
Soha nem bánd azt, amiért vagy,
Soha ne bánd azt, hogy segítő
ember vagy!

(Szabó Zsuzsanna)



**Feltűnés nélkül végezhető, de „FELTŰNŐ” eredményt nyújtó gyakorla-
tok,** az íróasztal mellett ülő munkatársaim részére, akik a „főnökük” bevoná-
sával NÉHÁNY PERCET áldoznak testi-lelki felfrissülésük érdekében.

Jelszó:

„EGY KICSI MOZGÁS MINDENKINEK KELL!”

1. A mellizmok erősítése:

Nyitott tenyerünket helyezzük az íróasztal két oldalára, és erősen nyomjuk
befelé a kezeket különböző távolságba helyezve, vagy más-más erősséggel
nyomva tenyerünket a gyakorlatot sokféleképpen végezhetjük.

2. A felkar erősítése

Helyezzük tenyerünket az asztalra és nyomjuk lefelé, könyökünkkel támasz-
kodjunk az asztalra.

3. Az alkar erősítése

Helyezzük tenyerünket az asztal aljára és erősen nyomjuk felfelé.

4. A far- és lábizmok erősítése

A kezekkel a karfán támaszkodva emelkedjünk fel egy-két cm-re, de ne áll-
junk fel. Szorítsuk össze far- és lábizmunkat és maradjunk így néhány má-
sodpercig, majd üljünk vissza.

5. A hátizmok erősítése

Üljünk egyenes háttal, a könyökkel támaszkodjunk a szék karfáján, be-
légzéskor könyökünkkel nyomjuk meg erősen a szék támláját, mellkasunkat
emeljük ki és lazítsunk.

Minden gyakorlatnál fontos:

- ✓ A lehető legnagyobb erő kifejtéssel dolgozzunk.
- ✓ Az izmokat 8-10 mp-ig tartsuk megfeszítve, 20-30 mp-es szünet.
- ✓ A feszítés után lazíthatunk, 3-4-szer ismételjük a gyakorlatot.
- ✓ A gyakorlatok alatt lélegezzünk természetesen, csak könnyedén.

Jó gyakorlatot kíván: - M.M.M. -

A 2000. áprilisi számban megjelent **KVÍZ** helyes megfejtéseit az alábbiakban közöljük, reméljük, hogy nagyon sok helyes megoldás született.
(Forrás: ETINFO)

KVÍZ Pszichiátria témakörben- ápolók részére

I. Soroljon fel négy (4) betegséget, amelyben téves eszmék fordulhatnak elő! 2 pont

- ✓ schizophréniák
- ✓ psychosis maniac depressiva
- ✓ paranoid kórképek
- ✓ organicus agybetegségek

II. Hasonlítsa össze az anorexiát és a bulímiát a megadott szempontok szerint! Töltse ki a táblázatot! 2 pont

	anorexia	bulímia
testsúly ideál	túlzott soványság	sovány
valódi testsúly	kórosan sovány	megtartott vagy kövér
evési szokás	nem eszik	Sokat eszik, amit kóros módon ellensúlyoz (pl. hashajtók, hánytatás)

III. Jellemezze a nyugtató típusú szerek használatával visszaélő, intoxikált állapotú beteget a megadott szempontok szerint! 3 pont

beszéde: akadozó, meglassult
 mozgása: összerendezetlen
 járása: bizonytalan, ataxiás
 Szeme: szemtekerezgés (nystagmus)
 figyelem, memória: károsodott, csökken
 tudati állapota: szomnolens

IV. Állapítsa meg az ápolási diagnózisokat az alábbi eszleírás alapján! (Írjon három (3) ápolási diagnózist! 3 pont

Egy 32 éves háziasszonyt háziorvosa neurózis osztályra utalt be. Nem érzi magát idegesebbnek az „átlagnál”, de állandó félelmei vannak a hirtelen kialakuló rosszulletei (szívdobogás, remegés, viszketés, halálfélelem) miatt. Az utóbbi hónapokban feladatait ellátni nem tudja, értéktelennek érzi magát, bizalmatlan, nem hisz a gyógyulásában.

Ápolási dg.:

- ✓ félelem a rosszullettől
- ✓ önértékelési zavar szerepeinek ellátatlansága miatt
- ✓ háztartás ellátásának csökkent képessége

V. Alkoholelvonó kezelés során a betegnél delírium alakul ki. Imertesse a beteg szakszerű elhelyezését és az ápolói megfigyeléssel kapcsolatos feladatokat! 11 pont

I. Betegelhelyezés:

A. Kórterem:

- ✓ nyugodt, enyhén világos vagy megvilágított
- ✓ az ágy környékéről minden veszélyt okozó tárgyat el kell távolítani

B. ágy:

- ✓ 3 oldalról megközelíthető

- ✓ oldalráccsal ellátható

C. ágynemű

- antidekubitor matrac
- könnyű takaró
- félig kemény párna
- ágyvédelem (gumi és harántlepedő)

II. Megfigyelés

D. szomatikus állapot: (Írjon kilencet (9))!

- | | |
|---------------|---------------------|
| ✓ vérnyomás | ✓ tremor |
| ✓ pulzus | ✓ mozgás |
| ✓ hőmérséklet | ✓ nyálkahártyák |
| ✓ légzés | ✓ Bőr |
| ✓ fájdalom | ✓ folyadék egyenleg |
| ✓ görcsök | |

E. pszichés állapot (Írjon négyet (4))!

- a tudat ébersége
- orientáltság
- hallucinációk
- szorongás

VI. Írja le a beteg szakszerű elhelyezését az alábbi információk alapján! 5 pont

Információk a betegről: Az osztályra érkező új beteg legfőbb panasa a zsúfolt helyektől és a bezártságtól való félelem.

A beteg elhelyezése:

- ✓ kis létszámú (2-3) ágyas kórterembe
- ✓ az ajtóhoz közeli ágyra
- ✓ a kórterem legyen közel a nővérszobához és az osztályos kijáráshoz
- ✓ Környékén ne legyen nagy forgalom
- ✓ Megfelelő szellőztetés, friss levegő biztosítása

VII. Soroljon fel hat olyan eszközt/anyagot, amely a betegek fizikai biztonságát veszélyeztetheti pszichiátriai osztályon! 3 pont

Szűrő-vágó eszköz, éles tárgyak, berendezése, védőrács nélküli emeleti nyílászárók, elektromos berendezése, nyílt láng használata, könnyen éghető anyagok, forró víz, fertőző anyagok, maró anyagok, szabadon hagyott gyógyszerek,

VIII. Sorolja fel a csoport-pszichoterápia alkalmazásától várható pozitív hatásokat! 4 pont

érzékenyebbé tesz mások problémái iránt, fejleszti a szociális érzékenységet, fejlődik vagy helyreáll a kommunikáció és az interperszonális kapcsolat-készség, javul a realitással való kapcsolat, hozzásegít a hibás beállítódások, viselkedésmódok korrekációjához, mélyül az önismeret, javul a döntési és önszabályozási készség, fokozza az élménykészséget, én erősítő hatású

DÖBBENET

... volt tapasztalható a klinikai szakápoló tanfolyam hallgatóinak arcán, amikor átléptük az **IMEI** (Igazságügyi Megfigyelő - és Elmegyógyító Intézet, Budapest) kapuit.

A kívülről impozáns épület oly sötét dolgokat rejt magában, ami egy civil ember részéről elképzelhetetlen. Az eddig csak TV-ben látott börtön tárult elénk. A hátsó udvari részben elszigetelten helyezkedik el a megfigyelő rész. Szíves invitálás után megismertük az intézet életét. Szóbeli tájékoztatás után végigjártuk a férfi- és a női osztályokat, betekintettük az osztályon folyó terápiás foglalkozásokba. A vezető főnövér készségesen és őszintén bemutatta azt a „köztes állapotot”, ami náluk uralkodik. Intézményük a börtön felügyelete és gazdasági irányítása alá tartozik. Inkább a börtön jelleg dominál. Az épület takarítását is a megfigyelt személyek végzik. Érdeklődtünk a dolgozók lelkiállapota felől is, hogyan tudják ők átvészelni a bezártságot és a kórháznak nem nevezhető körülményeket. Soha sem fogom elfelejteni, amikor a férfi osztályon belenéztem a betegek szemébe, csak merev tekinteteket, kifejezéstelen arckokat láttam. Hiányzott a szemükből a csillogás. Eszembe jutottak a mi kállósemjéni betegeink, akik tele vannak étellel, energiával. Gondolatban akaratlanul is összehasonlítottuk az ottani helyzetet intézetünkkel.

Örülünk, hogy ebben a kórházban dolgozhatunk, ilyen körülmények között és talán azt is írhatom, hogy ilyen betegekkel. Ilyenkor ismeri fel az ember a jelentőségét annak az óriási erőfeszítésnek, amit az évek folyamán tettünk azért, hogy idáig jutottunk.

- L. Sz. K. -

KIRÁNDULÁS

Kállósemjén egyik nagycsoportos foglalkozásán betegeink kérésére kirándulási útvonalat jelöltünk ki. Úticélunk Máriapócs volt, a keresztények Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei zarándokhelye. Az utat óriás készülődés előzte meg.

Máriapócson megtekintettük a templom lenyűgöző belsejét, majd a történetéről, múltjáról meséltek a templom papjai, amit betegeink óriási érdeklődéssel hallgattak. A látogatás során vásárlásra is lehetőség nyílt. Majd a nap zárásaként - nem ki meglepetésre - egy cukrászdában töltöttünk el egy kis időt.

Másnap élménybeszámolót tartottak társaiknak, majd kérdéssel fordultak hozzánk: „mikor megyünk újra kirándulni?”. Nos válaszunk az, hogy július 20-ára a Sóstói Vadasparkba terveztünk újabb kirándulást.

- K. E. -

A VILÁG LEGCSODÁLATOSABB TITKAI 3.**HONNAN FÚJ A SZÉL?****A szél a levegő mozgása. Az oka a légkörben kialakult eltérő nyomás.**

A szél mindig a nagyobb légnyomású területekről fúj a kisebb nyomású területek felé, így próbálva kiegyenlíteni a nyomáskülönbséget. Jól példázza a működését egy léggömb, amelyben nagyobb a levegő nyomása, mint a külső térben. Ha kilyukasztjuk a léggömböt, a levegő kiáramlik a nagyobb nyomású helyről a kisebb nyomásúra. Az Egyenlítő mentén levő földszávon kicsi a nyomás, a sarkokon pedig nagy. A köztük lévő részeken a kis és nagy nyomású részek váltakoznak, és ezek meghatározzák a legtöbb általános szélirányt. Ezek elhelyezkedésének és a Föld forgástengelyének hatására alakultak ki a legáltalánosabb keleti és nyugati, északi és déli szélirányok.

MI AZ A HURRIKÁN?

Amikor a tropikus viharokban a szél sebessége meghaladja a 120 km/h-t, a vihart hurrikánnak nevezzük. Ezek a hatalmas forgó, örvénylő meteorológiai képződmények több mint 1600 km átmérőjük lehetnek, a szélsébség bennük elérheti a 320 km/h-t is. Jellemző részeik a hatalmas esőfelhők, amelyek meghökentető mennyiségű csapadékot képesek lehullatni. Egy intenzív hurrikán egy nap alatt annyi esőt hozhat, amennyi Londonban vagy Seattle-ben egész évben hullik.

Ezek a viharok a trópusokon alakulnak ki. Az atlantikumban hurrikánnak. Kínában tájfunnak, ciklonnak vagy tropikus ciklonnak nevezik az indiai tengerpartokon, és willy-willies a neve Ausztráliában.

A nevüktől függetlenül mindegyik vihar úgy kezdődik, hogy egy kis nyomású területen a levegő spirálisan örvénylik a tenger fölött; amikor a tenger hőmérséklete eléri a 27 °C-ot, vagy még melegebb lesz, a spirál egyre nagyobbá és nagyobbá válik, a kis nyomású terület meleg, páradús levegője felemelkedik a légtérben. Amikor a levegő lehűl, a víz kicsapódik (kondenzálódik). Ahogy ez megtörténik, óriási mennyiségű energia szabadul fel, és ez az energia látja el nagy sebességgel és erővel a trópusi vihart.

MI OKOZZA A TORNÁDÓT?

A tornádó félelmetes, gyorsan forgó légtölcser. Viharfelhőkből nyúlik le, és felszív szinte minden megmozdíthatót, ami az útjába kerül. A tornádó kicsiny, de intenzív kisnyomású területről indul a levegőből, a viharfelhők alól. Ha a nyomás erőteljes, akkor egy szoros spirál alakú légtölcser támad, ami minden oldalról összehúzódik. Ha ez a levegőtölcser eléri a talajt, mindent felszív, a törmeléket, gépeket és állatokat, mindent, ami nincs lerögzítve. Egy kicsiny terület fölött a tornádó szele elérheti a 600 km/h. sebességet. A tölcserzőna szélessége általában csupán 90 és 600 m között van. A tornádó általában 20-30 percig tart, de

**FOGLALKOZTATÓK
KÁLLÓSEMJÉNEN**

A Rehabilitációs Osztályon négy fő foglalkoztató dolgozik. A mi munkánk igazi team munka. Jelenleg 60 fő tartózkodik rehabilitációs program keretein belül osztályunkon, ebből 40-45 fő foglalkoztatható.

Munkaterápia keretein belül a betegeink készítenek lábtörlőt, szőnyeget, táskát; hímeznek és kerámiaszabászatban is jól foglalkoztathatóak.

Napjaik, hogy változatosan teljenek, plusz juttatásokat nyújtunk számukra (pl. tízórait készítünk a tanonyhában). Szabadidős programokat szervezünk számukra pl. zenés, táncos mulatság, sport délután, szalonna sütés, stb. Szocioterápiás kiscsoportokat is vezetünk, ahol betegeink állapotváltozása jól megfigyelhető.

Mi jól tudjuk, hogy „egyhangú” mindennapjaikat változatosabbá, élménygazdaggá kell tennünk. Erre törekszünk...

- K. E. -

Texasban volt egy tornádó, amely 7 órán át tombolt. Rövid élete alatt a tornádó 65 km/h sebességgel járja be a vidéket. Habár kisebb, mint a hurrikán, sokkal rombolóbb lehet annál. A forgószél kevésbé heves levegőspirál. Ahogy a nap melege felmelegíti a talajt, forgó levegőoszlop keletkezik, amely fölszáll, spirálisan egyre följebb. A forgószél fölkapja a homokot, a száraz, poros talajt, és a havat is.



KÖSZÖNET

Néhány betegünk kórházi tartózkodása során tollat ragadott, hogy köszönetet mondjon mindazoknak, akik valamilyen módon is hozzájárultak gyógyulásukhoz, akár csupán néhány kedves szóval, vagy mosollyal.

„Szólit lelkem, s égő vággyal
Rögtön tollat fogtam én,
Hálát adni, s megköszönni,
Amit itten kaptam én.

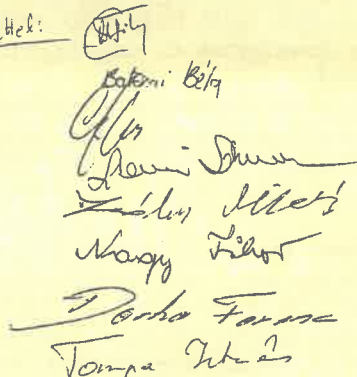
Köszönöm a fáradozást
Orvosok, - és Segítők,
Adjon érte a jó Isten
Mindnyájuknak sok erőt.

Megéreztek lelkük báját,
Sugárzott a szeretet,
Minden jóval itt elláttak,
Tettek értünk eleget.

Versem végén mit kívánjak,
Mit mondhatnék én vajon,
Azt kívánom legyen éltünk
Boldog, nagyon-nagyon.”

Nagykálló, 2000. június 06.

Tisztelettel:





„PARLAMENTI LÁTOGATÓ”

Ismét köszöntelek abból az alkalomból, hogy jelentkeztél 2000. augusztus 03. vagy 18-ára, a Szakkórház Dolgozóinak szervezett kirándulásra. Elmúlt évben hegyet másztunk (a Mátrában), most pedig az alábbiak szerint alakul a **PROGRAM: GYÜLEKEZÉS, FELSZÁLLÁS: KÁLLÓSEMJÉN BEN** az INTÉZET előtt **4.30 órakor;**

NAGYKÁLLÓBAN a KÓRHÁZ FŐBEJÁRATA előtt **4.45 órakor (innen 5.00 órakor a busz elindul!)**

NYÍREGYHÁZÁN felszállóknak az UNIVERZUM előtt **5.15 órakor.** (Pontos megjelenést kérünk, mivel mindkét alkalommal – augusztus 03. és 18-án – kettő busszal megyünk, így a közel 90-90 fő fegyelmezett, de jókedvű és felszabadult magatartására számíthatunk.)

IDŐJÁRÁS, FELSZERELÉS:

Mivel nem vagyok sem Szilvia, sem Szilárd, nehéz lenne megmondani, milyen idő várható, de bármire számíthatunk, ezért figyelembe véve azt, hogy a Parlamenti látogatás (húvös), hajón utazni szelles, Szentendrén sétálni (kényelmes), szóval mindenki számára a lezser, sportos, kényelmes cipővel kiegészített felszerelés ajánlott. Eső ellen is jó, ha felkészülünk! Kaját, piát lehet, sőt ajánlatos hozni, de egyszeri meleg ételt megrendeltünk, azt illik majd elfogyasztani! Cigaretta, WC-t használni kijelölt helyen tudunk!

TERVEZETT ÚTVONAL:

NAGYKÁLLÓ-BUDAPEST (M3-ason megyünk) **10.30-11.30-ig** Parlament látogatás, lehetőleg nehéz táskával ne közelítse meg, mert a biztonsági rendszernél tüzetes átvizsgálás vár ránk!

11.30-13.00-ig ebéd a Péterffy Sándor utcai kórházban.

13.30 – felszállás a Vígadótéren a sétahajóra. Ide mindenki hozza magával az érvényes **50 %-os utazási igazolványát, nyugdíjas vagy diák igazolványát,** melyet az autóbuszon szedünk össze!

14.00 órakor indul a sétahajó el velünk, és 15.30-ra érkezünk Szentendrére!

15.30-19.30 Szentendre nevezetességeinek megtekintése következik, úgy mint:
- Kovács Margit Kerámia Múzeuma
- Szabadtéri Néprajzi Múzeum-Skanzen
- a Belváros megtekintése

és amire még időnk lesz vagy nem lesz. A visszaindulás tervezett időpontja legkésőbb 19.30, akkor is a megérkezés éjfél tájban várható.

Az árakról: A fenti program nem szakkórházi dolgozó (és nem szakszervezeti tag) részére: 2.600 Ft.- (mely magában foglalja az autóbusz költségét, az ebédet, a belépőket, a hajójegyet). Dolgozóink közül, aki szakszervezeti tag, de nem vett részt mint szervező a bálon vagy konferencián, 800 Ft.-ot fizet. (1.800.- Ft. támogatást kap). A bál és konferencia szervezők részére csak a hajójegy megtérítését kérjük (**50 %-os igazolvány esetén 340 Ft., a hajójegy teljes ára: 680. -Ft.**) A bekerülési összegeket az osztályok, részlegcsoportvezetői szedik össze, csak **AZ INDULÁS ELŐTTI NAPON KÉREM** a szervezők (Polonné, Jakabné) részre eljuttatni.

Kívánom, hogy mindenki érezze jól magát! Az autóbuszok a megszokott és eddig bevált gépkocsivezetőkkel állnak rendelkezésünkre, (Berci és Gabi) foglalt helye senkinek nincs, a két busz közül a betelt létszámig lehet választani! Kélemes kikapcsolódást, élményekben gazdag kirándulást kíván: **- a Szervező -**



FOLYÓIRAT - AJÁNLO

Pszichiátriai Szakkórházunk Orvosi Könyvtárából az alábbi folyóiratok kölcsönözhetőek:

Angol nyelvű folyóiratok

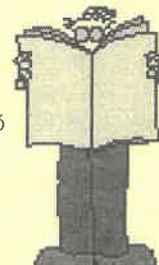
- ▲ The American Journal of Psychiatry
- ▲ Archives of General Psychiatry
- ▲ European Hospital

- ▲ Házi orvos továbbképző szemle
- ▲ Konzilium hírlevél
- ▲ Kórház
- ▲ Kórház és Orvostechika
- ▲ Labinfó
- ▲ Magyar Belorvosi Archivum (MBA)
- ▲ Nővér

Magyar nyelvű folyóiratok

- ▲ Egészségügyi menedzsment
- ▲ Etnofó
- ▲ Gyógyszereink

- ▲ Nővér praxis
- ▲ Orvosi hetilap
- ▲ Orvostudomány
- ▲ Orvostovábbképző szemle
- ▲ Pszichoterápia
- ▲ Rehabilitáció
- ▲ Sebinko



Minden érdeklődőt
szeretettel várunk!



KÖZELEG A „MI NAPUNK”!

NEM RÉGIBEN LEZAJLOTT A „MI NAPUNK” RENDEZVÉNYE. REMÉLJÜK, HOGY MINDENKI NAGYSZERŰEN ÉREZTE MAGÁT. HA IGEN, ÖRÖMMEL VESSZÜK ÚJSÁGUNKBAN AZ ÉLMÉNY-BESZÁMOLÓKAT!

Ha fáradt vagy,
de érzel még magadban annyi energiát,
hogy eltölts velünk

2000. JÚLIUS 28-ÁN DU. 14:00-TÓL
A HÁRANGODON

egy késő éjszakába nyúló délután,
akkor jelentkezni!!!

Készülj fel egy fantasztikus bulira, ahol kedvedre
szórakozhatsz, kikapcsolódhatsz!

Részletes tájékoztató a jelentkezési lapok
visszaérkezése után kaptok!

A jelentkezéseket július 14-ig fogadjuk!





Sárgaházi Krónika

KÓRHÁZI INFORMÁCIÓS LAP

SZ.-SZ.-B. MEGYEI ÖNKORMÁNYZAT PSZICHIÁTRIAI SZAKKÓRHÁZA

4321 Nagykálló, Szabadság tér 13.
Tel./Fax.: 06-42-263-128
E-mail: meiszab@sabinet.hu

Felelős kiadó:

DR. VÁGVÖLGYI JÁNOS, NAGY ILLÉS
CSIKAI SÁNDORNÉ

Főszerkesztő:
JAKABNÉ HARCZA
ERZSÉBET

Szerkesztő:
Mészáros Anita



„KERTTIP”

Karfiol termesztésénél vegyük figyelembe, hogy nagyon igényes növény, ezért csak nagyon jó talajon érdemes a nevelésével foglalkozni.



A karfiolt - ha az időjárás nem megfelelő - hetente kétszer frissítő öntözéssel serkenthetjük nagyobb rózsá fejlődésére.



A karfiolrósákat a külső zöld levelek összekötésével (akár 1-2 levélnek rózsára törésével is) védeni kell az erős napfénytől. Így a rózsák szép fehérek maradnak és tovább fejlődnek.



A nagy melegben hideg vízzel történő öntözés kedvezőtlenül hat a növények gyökérzetére (pl. paprika ledobhatja a virágai is).



Az öntözésnél vegyük figyelembe, hogy legalább annyi vízzel locsoljunk, hogy az bejusson a gyökérzónába.



Az olyan öntözés, amikor csak a talaj felületét nedvesítjük be, nem ér semmit, sőt kárt okozhatunk vele, mert a gyökereket a talaj mélyebb rétegeiből a talajfelszín közelébe „csalogatjuk”



Inkább ritkábban öntözzünk, de akkor legalább 20 cm mélyen nedvesítjük át a talajt.



A legolcsóbb és legjobb locsolóvíz az esővíz, ezért azt célszerű összegyűjteni.



GUMI SÜTEMÉNY

Hozzávalók: 4 (25 g-os) csomag zselatin, 3 csomag vaníliacukor, 2 evőkanál kakaó, 17 evőkanál porcukor, 6 db tojás, 5 dl tejföl, 2 dl málnaszörp.

1. réteg: 3 tojássárgáját, 1 csomag vaníliacukorral, 5 evőkanál porcukorral elkeverünk. Közben 1,5 dl vízben felforraltunk 1 csomag zselatint, azonnal hozzáadjuk a kikevert tojássárgájához, majd a 3 felvert tojásfehérje habjával óvatosan összeöntjük. Az elkészült masszát tepsibe öntjük, majd hűtőbe tesszük. Amikor megszilárdult, akkor öntjük rá a következő réteget:

2. réteg: ugyanúgy készítjük, mint az első réteget, csak még két evőkanál kakaót keverünk hozzá. Újra lehűtjük, majd ha megdermedt, következik a:

3. réteg: 5 dl tejfölt 7 evőkanál porcukorral, 1 csomag vaníliacukorral simára kavarrunk, majd hozzáadjuk a 1,5 dl vízben felforralt zselatint, újradermesztjük és végül a

4. réteg: 2,5 dl vízben felfőzünk 1 csomag zselatint és összekavarjuk 2 dl málnaszörppel.

Dermedés után vizes késsel szeleteljük. Kissé időigényes, de mutatós sütemény. **Jó étvágyat kívánunk!**

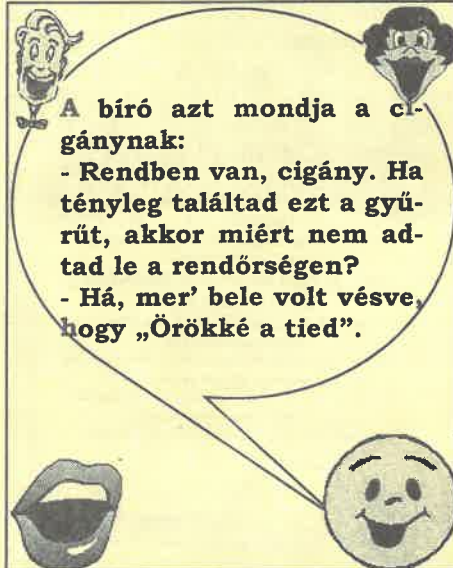


MUNKAHELYI ETIKETT

Ébrenlétének nagy részét a legtöbb ember a munkahelyén tölti, s ez az idő sokkal kellemesebben telik, ha ő és kollégái betartanak néhány egyszerű udvariassági szabályt.

- ♣ Az új munkatársat be kell mutatni a részleg vezetőjének és a közvetlen kollégáknak. El kell mondani, ki mivel foglalkozik, és az ő munkája hogyan kapcsolódik a többiekéhez. Illik megismertetni a mindennapos tudnivalókkal, pl. hogy hol vannak a mellékhelyiségek, vagy hol kaphat egy csésze kávé.
- ♣ A jó alkalmazottnak tisztelnie kell a vállalatot, amelynél dolgozik, és képviselnie kell azt más emberekkel való kapcsolatában. Legyen udvarias és segítőkész, ha látogató érkezik, s gondoskodjon arról, hogy megkínálják valamivel, ha várakozni kell. Ugyanilyen udvariasnak és segítőkésznek kell lennünk, ha telefonon beszélünk valakivel.
- ♣ A jó közérzet és munkamegosztás érdekében minden alkalmazottnak ismernie kell saját szerepét a vállalatban, s kapcsolatuknak a kölcsönös tiszteletet kell alapulnia. A főnöknek határozottan kell cselekednie, de nem zsarnokoskodhat beosztottjaival, s mindenkinek a képességeihez mért feladatot kell adni.
- ♣ Minden szinten jól kell tudnunk kommunikálni egymással: ha valakit megbízunk egy feladattal, fogalmazzunk pontosan, ne gondoljuk, hogy magától rájön, mit is akarunk. A kollégákkal természetesen más témákról is szót válthatunk; sokkal kellemesebb lesz a munkahelyi légkör, ha barátságos viszonyban vagyunk egymással. Nem szabad viszont olyan hosszan társalogni, hogy az zavarja a munkavégzést, ne beszéljünk sokat magánéletünkről.

„VICC-PIRULA”



- ♣ A munkatársak közti szexuális kapcsolat nem ajánlható, sőt egyes vállalatoknál egyenesen elbocsátással járó „bűnnek” számít.
- ♣ A szexuális ajánlat ugyancsak kellemetlen lehet a munkahelyen. Ha úgy látjuk, hogy zavarja, vagy sérti kollégánkat az, amit tesszünk, tiszteletben kell tartanunk kívánságát, és azonnal le kell állnunk. **Fontos illemszabályok**
- ✓ Adjuk meg a tiszteletet munkatársainknak.
- ✓ Kérdezzünk, ha nem tudjuk pontosan, mi a feladatunk.
- ✓ Vegyük ki a részünket a hivatali munkából.
- ✓ Ne telefonáljunk sokat magánügyben.
- ✓ Ne késsünk rendszeresen.
- ✓ Pillanatnyi hangulatunk nem befolyásolhatja munkánkat.