

# Zaposleni v dolgotrajni oskrbi potrebujejo spodbude

**Promocija** Treba bo izboljšati prepoznavnost vloge tovrstnih poklicev in njihov ugled, pravi vodja projekta prof. dr. Karmen Erjavec

Za poklice v dolgotrajni oskrbi že več desetletij primanjkuje kakovostno usposobljenega kadra. Posledica je zmanjševanje dostopnosti zdravstvenih storitev in storitev dolgotrajne oskrbe. S temi težavami se ukvarjajo vse države EU, Slovenija pa pri iskanju rešitev zastaja in je prepočasna. V okviru ciljnega raziskovalnega programa (CRP) 2022 poteka projekt Promocija poklicev v dolgotrajni oskrbi, ki bo končan septembra 2024.

ANDREJA ŽIBRET IFKO

Obremenjenost zaposlenih v teh poklicih se povečuje, zaradi česar iz njih odhajajo tudi tisti, ki to delo radi opravljajo. Zato je nujno vzpostaviti kakovostna delovna okolja in ustrezno nagrajevanje zaposlenih. Nujna je tudi strateško načrtovana kontinuirana promocija teh poklicev, pri čemer je treba izboljšati prepoznavnost njihove vloge in njihov ugled, je povedala vodja projekta prof. dr. Karmen Erjavec, prorektorica za znanstvenoraziskovalno delo Univerze v Novem mestu.

Dva zaposlena na 100 starejših

Poklici v dolgotrajni oskrbi so razdeljeni v dve večji skupini. Prvi se nanašajo na zdravstveno nego v socialnovarstvenih ustanovah in domovih za starejše, to so bolničar/negovalce, medicinska sestra oziroma zdravstveni tehnik in diplomirana medicinska sestra oziroma diplomirani zdravstvenik. Drugi se nanašajo na pomoč na domu in poleg zdravstvene nege vključujejo še skrbstvene poklice. Osnovna

- Pri navduševanju za poklice v dolgotrajni oskrbi močno zastajamo.
- Med ukrepi so izobraževanje, povišanje plač, povečevanje zadovoljstva ...
- V Sloveniji približno 200.000 ljudi pomaga nekemu od bližnjih, ki potrebuje pomoč.

dela opravlja socialni oskrbovalec z opravljenimi 200 urami izobraževanja v nacionalni poklicni kvalifikaciji. Storitve za krepitev in ohranjanje samostojnosti opravljajo socialni delavec, diplomirani delovni terapevt, diplomirani fizioterapevt, magister kineziologije in socialni gerontolog.

Zakon o dolgotrajni oskrbi poleg koordinatorja uvaja tudi nov zaposlitveni profil ocenjevalca, ki je strokovni delavec na enotni vstopni točki in bo pripravil oceno upravičenosti do dolgotrajne oskrbe. Koordinator dolgotrajne oskrbe ima izobrazbo s področja zdravstva, socialne gerontologije ali socialnega dela, ima najmanj izobrazbo, pridobljeno po študijskem programu prve stopnje, oziroma takšno, ki ustreza tej ravni.

Po podatkih OECD je Slovenija z dvema zaposlenima na področju dolgotrajne oskrbe na 100 oseb, starih 65 let ali več, že leta 2019 zelo zaostajala za državami OECD. Na Zbornici zdravstvene in babiške nege Slovenije opozarjajo, da se bo v prihodnjih letih upokojila najbolj številna generacija zaposlenih v zdra-

vstveni negi, ta kader pa tudi odhaja v tujino in druge poklice. Pri tem Slovenija temu področju namenja samo 1,4 odstotka iz državnega proračuna, kar je mnogo premalo, drugod namenjajo štiri odstotke.

Celovito o poklicih v dolgotrajni oskrbi

Omenjena raziskava o poklicih v dolgotrajni oskrbi bo prva celovita tovrstna raziskava pri nas. V okviru omenjenega projekta, katerega nosilka je Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Novem mestu, partner pa Inštitut Antona Trstenjaka, bodo analizirali potrebe po promociji poklicev v dolgotrajni oskrbi. Zbrali bodo dobre mednarodne prakse ter pripravili usmeritve za strateški načrt promocije teh poklicev pri nas ter za pridobivanje in ohranjanje zaposlenih v njih.

Projekt se je začel oktobra lani in se bo iztekel konec septembra 2024. Njegova celotna vrednost je 80.000 evrov, sofinancirata ga Javna agencija za raziskovalno dejavnost RS iz državnega proračuna in ministrstvo za zdravje. Trenutno končujejo pridobivanje kvalitativnih podatkov s poglobljenimi intervjuji v fokusnih skupinah, te bodo analizirali in nato opravili še anketiranje, ki bo dalo posplošljive podatke, je povedala dr. Karmen Erjavec.

Podatke zbirajo pri uporabnikih dolgotrajne oskrbe, zaposlenih in nekdanjih zaposlenih v njej, pri dijakih, študentih in brezposelnih ter pri strokovnjakih, znanstvenikih in odločevalcih. Analizirali bodo tudi dokumente ter medijske in druge objave na področju promocije poklicev v dolgotrajni oskrbi v Sloveniji.



Obremenjenost zaposlenih v dolgotrajni oskrbi se povečuje, zato odhajajo tudi tisti, ki to delo radi opravljajo. FOTO BLAŽ SAMEC



»Pomanjkanje kvalificiranega osebja v dolgotrajni oskrbi zahteva takojšnjo družbeno pozornost,« poudarja prof. dr. Karmen Erjavec. FOTO OSEBNI ARHIV

Dobre prakse iz tujine

Pregled mednarodnih študij kaže, da je večina ukrepov za promocijo tovrstnih poklicev osredotočena na spodbude za vstop – tudi ponovni – vanje ali pa v izboljšanje njihove podobe. Podpora izobraževalnim programom za študente ali brezposelne je lahko učinkovita, japonski je na primer z znatno povečanim izobraževanjem in usposabljanjem v štirih letih uspelo povečati število delavcev v dolgotrajni oskrbi za 20 odstotkov, je povedala dr. Karmen Erjavec.

Podatki iz ZDA in Francije kažejo, da je povišanje plač v daljšem obdobju povezano z

večjim zaposlovanjem delavcev in nižjo fluktuacijo. Poleg plač lahko spodbujanje bolj zdravega delovnega okolja in preprečevanje nesreč in bolezni na delovnem mestu zmanjšajo odsotnost z dela, fluktuacijo in slabo zdravje delavcev v dolgotrajni oskrbi. Tako različne države vpečujejo programe za upravljanje stresa in svetovalne programe za preprečevanje nesreč pri delu in izgoledosti.

Zadovoljstvo pri delu se poveča in fluktuacija zniža, ko delavcem omogočijo več prožnosti in nadzora nad lastnim delom v dolgotrajni oskrbi. Samostojno vodene ekipe delavcev, kot so na Nizozemskem, v Avstraliji in na Japonskem, so zaposlenim omogočile večjo avtonomijo in dvignile zadovoljstvo pri delu. Boljša uporaba tehnologije za pomoč delavcem in izboljšana koordinacija dela v vseh okolišjih dolgotrajne oskrbe sta prav tako ključnega pomena za povečanje učinkovitosti v tem sektorju, zlasti za komunikacijo z bolniki, identifikacijo njihovih potreb in spremljanje zadovoljstva z dolgotrajno oskrbo pa tudi za izboljšanje evidence podatkov.

Kako povečati ugled teh poklicev

Mnoge države poskušajo povečati ugled poklicev v dolgotrajni

20–35 %  
vseh, ki potrebujejo oskrbo, pri nas in v Evropi oskrbujejo v institucijah

4 %

evropskih prebivalcev potrebuje dolgotrajno oskrbo

80.000 €  
je vrednost projekta promocije poklicev v dolgotrajni oskrbi

oskrbi z javnimi kampanjami, kot so promocije v vzgojno-izobraževalnih organizacijah, vpeljevanje ambasadorjev dolgotrajne oskrbe, ki obiskujejo šole in zavode za zaposlovanje. V Veliki Britaniji je zanimiva pobuda »Proud to Care« (Ponosni na nego), ki skrbi za dvig podobe sektorja dolgotrajne oskrbe in ugleda poklicev v njem s posredovanjem sporočila o pomenu in

vrednosti zaposlenih v dolgotrajni oskrbi: »Ker lahko skrbstveni in zdravstveni delavci nekemu znatno izboljšajo življenje, je to delo zelo izpolnjujoče in ponuja pravi občutek uspeha, ki se težko izkusi drugje.«

Študije in strokovna mednarodna združenja opozarjajo, da pomanjkanje kvalificiranega osebja v sektorju dolgotrajne oskrbe zahteva takojšnjo družbeno pozornost. Za to je na voljo več ukrepov, od ponudbe konkurenčnih plač in ugodnosti, postavitve ustreznih normativov do večje avtonomije zaposlenih in prilagodljivosti pri oblikovanju delovnika, pravi dr. Karmen Erjavec. Pomembni so tudi tehnološka podpora pri delu, zagotavljanje priložnosti za izobraževanje, usposabljanje in strokovni razvoj, ustvarjanje podpornega in spodbujajočega delovnega okolja, spodbujanje odprte komunikacije in sodelovanja ter ravnotežja med poklicnim in zasebnim življenjem. K večji zanimivosti poklicev pripomorejo tudi programi za upravljanje stresa in svetovalni programi za preprečevanje nesreč in izgoledosti, ponudba bonusov in spodbud ob prijavi ter aktivna javna promocija za izboljšanje ugleda zdravstvenih in skrbstvenih poklicev v dolgotrajni oskrbi.

Marjan Bauer: Tretje mnenje

## Ko si ljudje nadenemo kolesa



V času štirih generacij – pradedkov, dedkov, očetov in nas – so pametni ljudje izumili in do vsakokratne popolnosti razvili avto. Napravili so ga iz prasanj, da nekaj neživega samo gre naprej, nazaj in z nami na hrbtu, pravzaprav kamorkoli želimo. Avto je delujoča Dedalova kopenska različica, ki je človeku nadela kolesa, njena božanska duša je motor.

Moj dedek Janez je rekel, da bom, ko bom velik, imel svoj avto. Nisem verjel, tam v Grobljah pri Šentjerneju, sta se v oblaku prahu bele ceste proti Zagrebu na onem koncu planeta v enem dnevu peljala kvečjemu dva do trije. Otroštvo, mirakolo, avto! Na Dolenjskem smo rekli avto, kot punca, dekle. Avta se pelje.

In potem se je v pol stoletja človeštvo res zgodilo, da je začelo vsepovprek imeti avto. V bistvu čez noč ni bilo nikjer več nobenega konja, zapreženega v zapravljiveček, kočijo ali težki furmanski voz. Tudi volji so odnehali. Preostalo, draga generacija plus, veste. Ob fanfarah nastopi vaš prvi fičko, dekavc, ensu, famozni folksvagnov hrošč, škoda vseh škod, smrdljivi varburg. Na kredit, v vrstah, ki so jih krajšale neverjetno-verjetne zveze. Avto je pomembna zgodba. Kdo bi rekel, da je pločevina lahko razsežno čustvena. Koliko poljubov se je zgodilo na famoznih štirih kolesih, ni nespodobno vprašanje.

Potem nenadoma vsega dovolj in preveč. Na planetu Zemlja ima osem milijard ljudi skoraj dve milijardi avtov, tovornjakov in avtobusov. Dober milijon slovenskih avtov lahko pelje pet milijonov ljudi.

Ni samo uporabno, postaja tudi nevarno. Okolje, okolje, okolje. Čeprav je minilo komaj dobrih sto let, kar je Karl Benz patentiral uradno prvi avto na bencinski pogon. Imel je tri kolesa in enovalni 958-kubični motor, ko so ga postavili na cesto, je čudaška zadeva zmogla 13 kilometrov na uro.

Po milijonih in milijonih njegovih naslednikov je zdaj na vrsti nov rod. Električni, vse na električno, nekaj malega za začetek in morda tudi konec na vodik, pravzaprav na vodo. Kot jedrska bomba, čeprav ne po isti poti. Električni motor je preprosta stvar. Stroj z notranjim zgorevanjem naftnih derivatov, vse okrog njega

Z avtom se je prva peljala domišljija.

pa katedrala inženirskega znanja. Klobuk dol, respect z veliko nostalgije.

En avto se bo odpeljal s hrupom, drugi pripeljal s tihoto. Če bi moji stari mami rekli, da bo perilo namesto njenih rok opral čudežni zaboj, v katerega daš umazane cunjice in pritisneš na gumb, bi rekla, da to ni po božji volji. Kaj pa avto, babica? Nič posebnega, z njim se je po nebu vozil že sveti Elija. Ugovor je nemogoč. Z avtom držijo tudi punce.

Avto je za vse in vsakogar uresničena kočija, s katero se je prva v stvarnost odpeljala domišljija. V življenju sem imel kakšnih petnajst avtov. Luknja v prepišni gnilim spačkovem podnu je bila prekrita z ladijskim podom, v R8 pa sem se enkrat pri Kozini peljal 307 kilometrov na uro.

Vprašanje in odgovor

## Kako aromaterapija vpliva na zdravje?

Andreja Kolarič  
certificirana aromaterapevtka



Kako aromaterapija vpliva na naše počutje?

Aromaterapija oziroma eterična olja, ki jih pri njej uporabljamo, imajo zelo velik vpliv na naše počutje, tako fizično kot psihično. Njihovo delovanje je večplastno, saj na počutje vplivajo prek vohalnega sistema, preko kože in v prostoru. Vsako eterično olje ima bogato kemijsko sestavo, posamezne učinkovine delujejo terapevtsko. Ker je naš vonj neposredno povezan z možgani (limbičnim delom), se prek njega v telesu sprožijo številne reakcije; z njim lahko vzbudimo določene emocije, vplivamo na čustva, razpoloženje in obnašanje. In ne samo prek vonja, tudi preko kože delujejo eterična olja zelo blagodejno in izboljšujejo počutje ali olajšajo kakšno bolečino oziroma napetost.

Ali je aromaterapija primerna za starejše?

Aromaterapija in uporaba eteričnih olj je seveda priporočljiva tudi za starejše, če upoštevamo osnove njihove varne uporabe, tako kot pri vseh uporabnikih. Le redko

se zgodi, da določena eterična olja pri starejših s pogostimi težjimi obolenji odsvetujemo. Predvsem je potrebna večja pazljivost pri tistih, ki vsebujejo velik delež spojine 1,8-cineol, to so na primer evkaliptus, ravintsara, rožmarin, ker lahko pri višjih koncentracijah dražijo dihalne poti. Sicer pa velja pravilo: manj je več. Pri starejših večinoma svetujemo nižje koncentracije eteričnih olj. Ta namreč delujejo zelo učinkovito že v zelo nizkih koncentracijah,

tako da včasih že kapljica lahko bistveno spremeni počutje.

Pri katerih vsakodnevni tegobah najbolj pomaga aromaterapija?

Aromaterapija je pri vsakodnevni tegobah odlična izbira. Še vedno se največ uporablja pri prehladih in gripi, pri čemer so priporočljiva predvsem eterična olja, ki podpirajo imunski sistem, delujejo protivirusno, protibakterijsko in redčijo sluz, to so čajevc, evkaliptus, cedra,

timijan, sivka, limona. Če imamo glavobol, bosta najboljša rešitev poprova meta in sivka. Pri bolečinah v sklepih in mišicah so izredno učinkovita eterična olja s protivnetnim in analgetičnim delovanjem, to so poprova meta, evkaliptus, nemška kamilica, prava sivka, geranija, zelenka in bosvelija, in tista, ki pospešijo prekrvitev, to so rožmarin, bor, črni poper in limonska trava. Ob utrujenosti in padcu motivacije pa največkrat posegamo po citrusnih

vonjih, ki poskrbijo za dobro razpoloženje, to so bergamotka, pomaranča, limona, mandarina in grenivka. Če nam med delom primanjkuje elana in koncentracije, bo kombinacija eteričnih olj limone, rožmarina in poprove mete poskrbela za nov val svežine.

Ali aromaterapija blaži tudi kronične težave in katere?

Tudi pri kroničnih težavah je aromaterapija lahko v veliko pomoč oziroma prinese olajšanje nekaterih simptomov. Najpogosteje govorimo o kroničnih bolečinah v sklepih in mišicah, pri katerih uporabljamo eterična olja v raznih terapevtskih izdelkih. Gre za skrbno izbrana eterična olja, ki blažijo bolečino in vnetje, pospešijo prekrvitev in zmanjšujejo napetosti. V teh izdelkih, to so losjoni, kreme, mazila, balzami ..., jih dodajamo v nižjih koncentracijah. Tak izdelek je poznan po svežem vonju, ki spominja na mentol.

Kako je mogoče aromaterapijo najbolj preprosto in učinkovito uporabljati?

Najpreprostejša uporaba je v prostoru. V ta namen veliko uporabljamo izparilnike, keramične s svečko, ali pa električne difuzorje, ki razpršijo delce vode in eteričnega olja v zrak. Če nimamo pri roki nič od naštetega, lahko kanemo eterično olje na papirnat robec, glino ali vato. S tem bomo ravno tako ustvarili prijetno ozračje. Naj le velja na začetku pravilo, da manj je več, prav tako pa je vsekakor treba upoštevati priporočila o varni uporabi eteričnih olj.

ANDREJA ŽIBRET IFKO



KARIKATURA MARKO KOČEVAR