

## Rdeči križ Koper, Matjaž Poniž: »Sodelovanje prostovoljnih bolničarjev v zdravstvu in sociali«

Naj najprej predstavim prostovoljce o katerih bomo danes govorili. To so prostovoljci laiki, ki načeloma nimajo zdravstvenega predznanja in imajo opravljen 70 urni tečaj za prostovoljne bolničarje. Kadar omenim bolničarje mislim seveda na bolničarke in bolničarje saj sta v naših vrstah zastopana oba spola. Na tem tečaju se poučijo o prvi pomoči, kako pomagati ob: ranah in krvavitvah, opeklinah, poškodbah kosti, nujnih stanjih, temeljnih postopkih oživljanja z uporabo AED in ukrepanje v naravnih nesrečah.

Njihova usposobljenost pa se razlikuje od števila vaj, ki so jih opravili oz se jih udeležili in seveda od preteklih izkušenj, ki so si jih pridobili na terenu. Zavedati se morate, da imamo v naših vrstah ljudi različnih poklicev in z različnimi izobrazbami.

Prostovoljni Bolničarji RKS smo za časa epidemije Covid-19 sodelovali v veliko aktivnostih. Večino nalog smo sprejeli in opravljali na regijskem nivoju. Tako smo tukaj na južnem primorskem bili aktivni bolničarji območnih združenj Kopra ( pod katero spada tudi občina Ankaran) Izole in Pirana.

Epidemija je povečala tudi naše medsebojno povezovanje. Izkazalo se je, da potrebujemo veliko človeških virov saj so bile naloge v času epidemije zahtevne in dolgotrajne. Za nekatere naloge, ki so nam bile zaupane smo delovali skupaj tudi z več regijami. Sedaj imamo kar nekaj primerov dobre prakse.

Naša prva naloga na regijskem nivoju je bilo merjenje temperature na mejnem prehodu Škofije. Takrat smo od 11. marca, ko je bila v Sloveniji razglašena epidemija, pa vse do 14. aprila 2020 merili temperaturo vsakemu, ki je vstopil v državo. Delali smo v treh izmenah, po dva v izmeni, sedem dni v tednu. Iz treh OZRK nas je sodelovalo 24 prostovoljnih bolničarjev. To je bila prva naloga bolničarjev v sklopu epidemije. Opravili smo 233 izmen in kar 1900 prostovoljnih ur. Vse skupaj se nam je takrat zdelo pretirano saj nismo pričakovali takega razpleta epidemije. Pravzaprav ga nihče ni. Na mejni prehod so prihajali ljudje iz celotne Evrope, predvsem pa iz Italije, kjer je bila situacija v Bergamu že kritična. Zaradi virusa je zbolelo veliko ljudi in jih je veliko kasneje tudi umrlo. Na tisti prvi val epidemije nekako ni bil pripravljen še nihče. Osebne varovalne opreme ni bilo za dobiti na prostem trgu s kakšnim dnevom zamude nam jo je priskrbel CZ in RKS in tako so poskrbeli za nas in našo varnost. Priznati moram, da se tiste prve dni na meji niti nismo zavedali nevarnosti tega virusa. Vsi manjši mejni prehodi so bili takrat fizično zaprti. Ves čas, so bili prisotni tudi policisti. Naši prostovoljci so se počutili varne saj so poleg vse osebne varovalne opreme imeli zaščito policije in podporo drugih regijskih služb.

Prav v času prvega vala epidemije in zaprtja državnih meja se je na tem majhnem obalnem ozemlju pojavila potreba po čezmejnem mednarodnem sodelovanju. Istra kot geografsko področje je razdeljena med tri države Slovenijo, Italijo in Hrvaško. Tudi družine na tem območju so razdeljene na vse tri države. Pokazala se je potreba po dostavi zdravil in ortopedskih pripomočkov, higienski potrebščin in osnovnih življenjski potrebščin. Prav na pobudo kolegov iz Buj smo pomagali razdeljenim družinam, ki so živele v Italiji oz. Sloveniji in imele svoje starostnike in starše na hrvaškem ali obratno. Prav zaradi te nastale stiske smo s kolegi iz Rdečega križa v Trstu in Rdečega križa v Bujah vspostavili mednarodno verigo prostovoljcev. V prvem valu epidemije so se kasneje poleg zaprtja državnih meja, zaprle še občinske meje. Vsem uporabnikom smo tako z mednarodno verigo zagotavljali dostop do najnujnejših stvari, največkrat so to zdravila. Naš projekt smo predstavili tudi na sedežu Rdečega Križa v Ženevi. Prav ta projekt ponazarja mednarodno sodelovanje in pomoč v več državah in zgledno sodelovanje ljudi, ki s svojim delom gradijo mostove in ne zidove. S kolegi z Buj (Crveni Križ Bujštine) in Trsta (croce rossa Italiana comitato di Trieste) smo premostili zaprte državne in občinske meje. V času epidemije smo imeli več kot 170 dostav zdravil in s tem

oskrbeli čez 620 uporabnikov z najnujnejšimi potrebščinami. Prostovoljci iz treh držav smo si na dveh državnih mejah predajali recepte, naročila, zdravila, pripomočke in sanitetni material, katerega smo dostavili končnim uporabnikom vsak v svoji državi. Veriga je še danes aktivna.

V mesecu novembru 2020 smo prvič začeli sodelovati s Splošno bolnico Izola. Bolničarji in prostovoljci, iz vseh obalnih OZRK so se vključili v proces dela in so na vhodu v bolnišnico pomagali pacientom, jim merili temperaturo jih pospremili, usmerjali in nudili koristne informacije. Prav tako smo na vhodu v urgentni center izvajali primarno triažo, jim merili temperaturo in usmerjali skozi postopek sprejema.

Na covid oddelku so bili bolničarji v pomoč zdravstvenemu osebju. Seveda na ta izziv nismo bili povsem pripravljeni, saj v našem osnovnem izobraževalnem programu zdravstvene nege ni bilo. Učili so se sproti pod budnim očesom zdravstvenega osebja. Obolelim na tem oddelku so pomagali pri hranjenju, osnovni negi, umivanju, obračanju, hidriranju, največkrat pri popravljanju kisikove maske saj je ta zaradi obračanja drsela z ustno nosnega predela in ni služila svojemu namenu. Seveda je bilo vse delo bolničarjev vedno opravljeno pod strogim nadzorom zdravstvenih delavcev.

V Splošni bolnici Izola so jih uporabili tudi za pomoč pri spremljanju dializnih bolnikom predvsem pri transportu na oddelek, nekaj malega pa tudi pri razdeljevanju hrane.

Skupaj so opravili 438 ur sodelovalo jih je sedem.

Našo pomoč so potrebovali tudi na vhodu v ortopedski bolnici Valdoltra, saj smo tam nekaj časa merili temperaturo zaposlenim, pacientom ob obisku ambulate in tistim redkim obiskovalcem, katerim je bil vstop v bolnišnico dovoljen.

December mesec je za nas prinesel nove izzive. Morali smo se vključiti v Dom starejših občanov Izola, kjer smo nudili pomoč zdravstvenemu in negovalnemu osebju na navadnih oddelkih pri pomoči varovancev. Vzpostavljali so stike preko različnih orodij z njihovimi svojci. Dokler je bilo mogoče so varovance pospremili ven na dvorišče in jim kratili čas na različne načine. Tudi z branjem knjig, iz katerih se je kasneje razvila odlična ideja. Prostovoljci so z pobudo preko spleta zbirali knjige vseh žanrov in tako v samem domu postavili knjižnico.

Bili so prisotni na covid oddelku v rdeči coni. To rdečo cono se je vodstvo doma odločilo postaviti zunaj zidov samega doma in sicer na Pacugu. Takrat se je ta logistični zalogaj izkazal za zadetek v polno. Uspeli so omejiti epidemijo. Prostovoljci so takrat bili suport zdravstvenemu osebju na covid oddelku. Veliko je bilo zdravstvene nege, katere so se pridno priučili v zelo kratkem času. Popolnoma samostojni seveda niso mogli biti. In prav tam so se nekateri prvič srečali s smrtjo na oddelku. Šlo je za težke trenutke, ki so marsikomu pustili globok pečat. Po vsem kar so videli in doživeli tam sedaj drugače, mogoče celo malo lažje sprejemajo starost in smrt. Marsikomu so spremenili razmišljanje o življenju, minljivosti predvsem pa o samem virusu in epidemiji. Zavedati se morate, da so vsi tej prostovoljci imeli doma žene, otroke, starše, sestre in prijatelje.

V domu starejših občanov v Izoli so naši bolničarji in bolničarke opravili več kot 850 ur. Sodelovalo je pet naših prostovoljcev.

Prav tako je v mesecu januarju epidemija zdesetkala osebje v domu ostarelih v Sežani. Na njihovih oddelkih, so podobna opravila kot na Pacugu opravljalo 8 bolničark in bolničarjev in opravilo 142 ur.

Na pobudo občin so pomagali na množičnih testiranjih, kjer smo usmerjali ljudi, pazili na medsebojno razdaljo med ljudmi in pomagali starejšim, do same točke testiranja. In jih spremljali na vseh potrebnih postajah.

Konec januarja smo bili poklicani v Obalni dom upokojencev v Kopru. Tudi tam smo v regijskem okvirju pomagali v covid in negovalnih oddelkih. Naše delo je bilo enako oz zelo podobno, kot tisto v domu starejših občanov v Izoli. Pokrivali smo potrebe v treh izmenah sedem dni v tednu. Dogovorili smo se, da bodo prostovoljci sodelovali v procesu dela kot pomožni kader. Za svoje naloge so jih v

Obalnem domu upokoјencev usposobili in jih nenehno spremljali. Izmene so opravljali kot jim je čas t dopuščal. Odvisno je bilo predvsem od njihove razpoložljivosti in seveda volje delodajalcev. Vsi tisti, ki so bili v svojih službah nepogrešljivi, so seveda v domu službovali v svojem prostem času. 13 bolničarjev z vse obale je v tro izmenskem delu opravilo nekaj čez 470 ur.

Od meseca aprila, do meseca junija so naši bolničarji pomagali v cepilnih ambulantah na vhodu. Tam so usmerjali ljudi, pomagali starejšim in invalidom ter spremljali njihovo stanje po cepljenju. V kolikor je prišlo do zapletov po cepljenju so obvestili zdravstveno osebje ter nudili prvo pomoč. V ZD Koper je sodelovalo 13 bolničark in bolničarjev v 35 izmenah in opravili 237 ur

In sedaj smo ponovno pozvani v SBI. Delo smo začeli s torkom 16.11.. Na dolžnost se je vklopilo pet bolničarjev, ki delajo v dveh izmenah. Pomagajo na urgenci, covid oddelku in na oddelku kirurgije. Krivulja okužb je trenutna padajoča in število okuženih, ki potrebujejo bolnišnično oskrbo v Izoli se je zmanjšalo. Trenutno imamo na dolžnosti dva bolničarja. V kolikor bo za njih po treh tednih delo prenaporno jih bomo zamenjali z novimi, ki pa bodo mogli pred začetkom dela skozi uvajalno usposabljanje. Nekateri so med svojim službovanjem zboleli. To je bilo neizbežno. Čeprav so bili previdni in se držali varovalnih ukrepov so se okužili. Vsi so preboleli brez težjih zapletov, čeprav so nekateri od njih potrebovali veliko časa, da so si pridobili nazaj vse moči. Trajalo je tudi več mesecev.

V vseh treh domovih za ostarele so bili bolničarji večkrat pohvaljeni. Svoje delo so opravljali profesionalno in se veliko naučili. Tudi občutki bolničark in bolničarjev po zaključenem delu v domovih so bili izjemni. Varovanci domov za ostarele so jih bili veseli saj so se posvetili njim, jim nudili oporo in kašen nasmeh, skozi masko in z očmi saj drugače ni šlo. Prav tako jih je bilo veselo osebje saj so jih vsaj malo razbremenili.

Vsekakor smo se vsi počutili koristne. Dokazali smo, da nismo uporabni samo za preverjanja in večje naravne nesreče. Prav zaradi epidemije smo si pridobili veliko novih znanj, ki so dopolnila naše poslanstvo. V tem trenutku smo lahko veliko bolj koristni na veliko več segmentov, kot smo bili pred začetkom epidemije. Vtisi posameznih akterjev te zgodbe so bili različni. Največ jih je bilo izpopolnjenih, zadovoljnih, tudi srečnih, da so lahko pomagali. Zadovoljni s svojim poslanstvo in z prijateljskimi vezmi, ki so se stkale. Zavedati se moramo, da se jih je nekaj srečalo tudi s smrtjo na oddelku. Tega do sedaj niso bili navajeni. To je bil eden od najgroznejših občutkov, ki so jih doživeli.

Delodajalci na naše poslanstvo gledajo zelo različno. Nekateri to prostovoljstvo podpirajo in nekateri od nas nimajo nobenega problema, da prestopijo na teren. Nekateri delodajalci svojim zaposlenim ne dovolijo, da se v delovnem času udeležijo takih aktivnosti. Taki prostovoljci svojo dolžnost opravljajo v svojem prostem času. Razumeti je potreba, da so to »čisto navadni« ljudi, ki poleg svojih služb imajo še otroke, starše, sorodnike za katere morajo skrbeti. Imajo tudi kakšne druge obveznosti in velikokrat je potrebno veliko usklajevanja, da vse stvari spravijo na svoje mesto. Najraje vidimo, da je med prostovoljci in delodajalci dogovor, saj le tako lahko zagotovimo dovolj prostovoljcev.

Nagrade v pravem pomenu besede ne dobijo, vsaj finančne ne. V prvem valu so dobili covid dodatke v višini 30,00 eur na dan, potne stroške in malico. Kolikor poznam te naše srčne ljudi so zelo zadovoljni oziroma nagrajeni že s hvaležnimi pogledi tistih oskrbovancev, s kakšnim širokim nasmehom, nekoga, ki leži v bolniški postelji, s stiskom roke svojca in iskrenim hvala, za vse kar naredite. Vsi oni sem prepričan bi svoje poslanstvo opravljali tudi brez covid dodatkov in plačila, ker takšni pač so, srčni, požrtvovalni, neumorni sončki, ki največkrat razdajajo sebe za dobrobit drugih.

V času epidemije se je spremenilo še eno naše poslanstvo, ki je povezano s prostovoljci. Tukaj sedaj ne govorimo o bolničarjih, ampak o krvodajalkah in krvodajalcih.

Epidemija je vplivala tudi na razmere na Centrih za transfuzijo. Za darovanje krvi so se v času epidemije spremenili protokoli.

Vemo, da se krvi ne da umetno proizvesti in da si zadostne količine krvi zagotovimo le z rednim darovanjem. Pred epidemijo so krvodajalke in krvodajalci hodili na odvzeme v skupinah se družili na Centru za transfuzijo in tam tudi pojedli zaslužen malico. Vemo, da je v Sloveniji krvodajalstvo brezplačno, prostovoljno in anonimno. Za darovano kri ne dobite plačila, prav tako tudi prejete ni potrebno plačati.

Potrebe po krvi v Sloveniji se zaradi epidemije niso zmanjšale. V krvodajalstvu pa čutimo upad odvzemov. Razlogov za upad je seveda več. Predvsem so tukaj obolevanja krvodajalk in krvodajalcev, karantene in nekaj drugih razlogov, ki so posredno povezani z epidemijo. Tudi splošno počutje ljudi ni najboljše.

Osnovno pravilo za krvodajalke in krvodajalce je, da morajo biti zdravi, polnoletni, ne smejo jemati določenih zdravil .... In prav iz teh razlogov beležimo manjši upad.

Krvodajalke in krvodajalci so se v tem času naučili naročanja na odvzem, naučili so se, da imajo na odvzemih nekaj manj osebnih stikov, da malico vzamejo s seboj...

Trudimo se, da jih čim bolj motiviramo in spodbujamo k darovanju. Trudimo se jih informirati o vseh novih protokolih. Želimo si, da kljub razmeram bi tej srčni ljudje še vedno hodili na odvzeme. Saj samo tisti, ki ga spravimo na krvodajalski stol in kri resnično daruje, pripomore k samooskrbi s krvjo. S krvjo vsakega darovalca pa danes lahko rešimo tri življenja.