



Poročilo medijskih objav

OVERNET D.O.O.

Pripravljeno: 07.08.2017

Pojavnost:

TISKANI	3
INTERNET	3

Ključne besede v poročilu:

USTAVI.SE	6
AKCIJA USTAVI.SE	3
#USTAVISE	1
MED.OVER.NET	1

5. 08. 2017	V SOBOTO - Priloga Večera	Stran/Termin: 6	SLOVENIJA
Naslov:	Zdravje ljudi kaže tudi stanje sistema		
Vsebina:	Razstavljanje sistemov 0 O in spreminjanje njihove vloge potekata postopoma. Postopnost omogoča, da negativne posledice demontaže enega sistema služijo kot argument za deformiranje drugega. Tako naj bi sedaj reforma pokojninskega sistema kazala posledice na podhranjenem področju zdravstva. Ljudje, vsaj		
Avtor:	KRISTINA BOZIC		
Gesla:	USTAVI.SE		
4. 08. 2017	Viva	Stran/Termin: 7	SLOVENIJA
Naslov:	Ustavi se- že za 650. 000 minut!!		
Vsebina:	Vseslovenska akcija Ustavi se!, ki jo je zasnoval Zavod Med. Over. net, uspešno poteka od začetka meseca junija. Partnerji akcije so v sodelovanju z ambasadorji pričeli z izvajanjem aktivnosti, s katerimi opozarjajo na prehitro tempo življenja in ljudi spodbujajo k razmisleku o priložnostih za izboljšanje		
Avtor:			
Gesla:	USTAVI.SE, AKCIJA USTAVI.SE		
4. 08. 2017	Viva	Stran/Termin: 27	SLOVENIJA
Naslov:	/		
Vsebina:	Ustavi se		
Avtor:			
Gesla:	#USTAVISE, USTAVI.SE		
4. 08. 2017	WWW.VAL202.SI	Stran/Termin:	SLOVENIJA
Naslov:	Glasuj za ime julija		
Vsebina:	Glasujete lahko v spletni anketi, s SMS-sporočili in v živo na 01 475 22 02 prvič danes ob 11.00 in nato ob 18.00 ter v sboto ob 12.00		
Avtor:			
Gesla:	USTAVI.SE, AKCIJA USTAVI.SE		
5. 08. 2017	www.seniorji.info	Stran/Termin:	SLOVENIJA
Naslov:	Ambulanta 202: Izgorelost		
Vsebina:	Ambulanta 202: Izgorelost ima neštete simptome in jemlje velik davekNenehen stres, hitenje, večopravilnost, dokazovanje, da zmoremo vse in še več in tudi zahteve z vseh koncev, da je vse mogoče, če le dovolj garaš, vse več ljudi peljejo v hude stiske, mnoge tudi v izgorelost. Zato so se pri Zavodu		
Avtor:			
Gesla:	AKCIJA USTAVI.SE, USTAVI.SE, MED.OVER.NET		
5. 08. 2017	www.vecer.com	Stran/Termin:	SLOVENIJA
Naslov:	Zdravje ljudi kaže tudi stanje sistema		
Vsebina:	Razstavljanje sistemov socialne varnosti in spreminjanje njihove vloge potekata postopoma. Postopnost omogoča, da negativne posledice demontaže enega sistema služijo kot argument za deformiranje drugega. Tako naj bi sedaj reforma pokojninskega sis...		
Avtor:	Kristina Božič		
Gesla:	USTAVI.SE		



Zdravje ljudi kaže tudi stanje sistema

Razstavljanje sistemov SOCIALNE VARNOSTI in spreminjanje njihove vloge potekata postopoma. Postopnost omogoča, da negativne posledice demontaže enega sistema služijo kot argument za deformiranje drugega. Tako naj bi sedaj reforma pokojninskega sistema kazala posledice na podhranjenem področju zdravstva. Ljudje, vsaj nekateri in vsaj deloma, pa šele komaj okrevajo po pritiskih, ki jih je prinesla gospodarska kriza

KRISTINA BOŽIČ

Psihiatrinja Daniela Fiket je leta dolgo delala znotraj javnega zdravstvenega sistema. Danes, ko gleda nazaj, vidi vzorce ignoriranja znakov izgorelosti in prevelike izčrpanosti, ki so jo vodili do večmesečne bolniške odsotnosti. To je od nje dobesedno izsililo njeno telo: najprej se ji je pojavilo hudo vnetje sklepov, nato je prišla še poškodba. Ob vsej simboliki preobremenjenosti se ji je ob nerodnem koraku strgala mišica.

"Realnost je, da ljudje zbolimo, se poškodujemo. Zato ni prav, da se govori o bolniških odsotnostih kot o nečem slabem, kar je potrebno za vsako ceno zmanjšati," opozarja zdravnica. "Bolnišk ne moremo zbrisati. Lahko zberemo ljudi, ki zbolijo, tako da avtomatično izgubijo službo, a v taki družbi si verjetno nihče od nas ne želi živeti. Gre za minimum socialne varnosti, za katerega tudi plačujemo."

Pripoveduje, kako se je morala v svoji karieri boriti predvsem s pacienti, ki so hoteli prehitro zaključiti bolniško. Porast bolniških odsotnosti v zadnjih dveh letih in pol je ne preseneča. "Gre za pričakovani pojav, ki je posledica daljšega procesa, ki traja že leta," je

prepričana. Opisuje prezentizem, ki je bil prisoten v letih krize vse od leta 2008 in je tudi po podatkih Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ) dosegel višek – oziroma so bolniške odsotnosti dosegle dno – leta 2014. Ljudje, četudi so bili bolni, niso izkoristili pravic do bolniške odsotnosti, saj so se bali izgube službe.

"A to ne more trajati v nedogled. Slej ko prej pride za nami in v psihiatriji vemo, da vsaka bolezen, ki ni pravočasno zdravljena, kasneje zahteva veliko več časa, da se pozdravi. Ljudje pridejo k zdravniku v slabšem stanju," pove Daniela Fiket in opozori, da je napačno misliti, da bi bile dolge bolniške odsotnosti goljufija. "Bolniki gredo skozi cel niz nadzorov, komisij in kontrol, vključenih je veliko zdravnikov specialistov. Veste, sama poznam podjetja, četudi nisem nikoli bila tam, v zelo specifični luči. Srečala sem njihove delavce, pripovedovali so mi. Podjetja poznam iz njihovih zgodb. In če je v kakem okolju bolniških odsotnosti veliko, je to znak tudi bolezni podjetja," opozarja na škodljivost delovnih okolij, v katerih se delavci "ne počutijo slišane in cenjene, ampak se jim sporoča, da so le številka, z enakim statusom, kot ga ima printer ali računalnik, ki ga zamenjajo takoj, ko ni več dovolj hiter ali pride na trg nov model".

Politično preigravanje z zdravjem ljudi

Bolniške odsotnosti so julija za trenutek postale pomembna politična tema. Ali vsaj element pritiska. Zdravstvena ministrica je opozarjala na finančno stanje bolnišnic in na to, da tudi Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS) nima toliko dodatnega denarja, kot bi ga lahko imel zaradi rasti v gospodarstvu. Velik problem naj bi bile bolniške odsotnosti nad 30 dni, za katere plačuje nadomestilo ZZZS, posebno ker so že od leta 2015 v porastu dolgotrajne bolniške, tako tiste nad 45 dni kot tiste, ki trajajo dlje kot eno leto. A po podatkih ZZZS predstavlja med lanskimi, za 104 milijone višjimi odhodki glede na leto 2015 povečanje nadomestil za bolniške odsotnosti manj kot polovico, dobrih 41 milijonov evrov. Prav tako gre za trend, ki ni nov, saj so nanj opozarjali že lani.

Na NIJZ že leta spremljajo zdravstveno stanje ljudi. Dr. Tatjana Kofol Bric pravi, da je bil padec bolniških odsotnosti v kriznih letih presenetljiv, četudi so vzroki bolniških vselej različni in se je upad glede na raziskave drugod pričakoval. "A če primerjamo zgo-



dovinsko, tudi konec devetdesetih, ko je propadala tobačna in tekstilna industrija, ni bilo takšnega padca bolniških, kot smo mu bili priča ob sedanjí krizi. Razmere so bile drugačne. Tedaj se je bolniška po podjetjih povečala, a ni bila tako opazna v celotni sliki. In izkazalo se je, da so bile te bolniške za mnoge prva stopnica na poti do invalidske upokojitve. Sistem je bil še drugačen in ni bilo takšnih odstojanj v prejemkih, če se je kdo invalidsko upokojil. V zadnji krizi pa so se stvari tako hitro spreminjale in slabšale, da se ljudje tudi niso mogli prilagoditi. In če pogledamo v celoti, se je bolniška odsotnost v zadnjih letih komaj kaj povečala. Porast je tudi zelo razpršen. V normalni situaciji bi bil verjetno celo nekoliko višji," opozarja raziskovalec.

Tudi Daniela Fiket opozarja, da statistika bolniških odsotnosti morda ne govori toliko o izboljšanju stanja in zmanjšanju pritiska na delavce kot o tem, da so mnogi enostavno prišli do točke, ko resnično ne zmorejo več. "Zdaj smo v fazi, ko ljudje fizično resno zbolijo. Stres ima dolgoročne posledice, ne le na psihično zdravje, ampak tudi na fizično. Verjetnost in resnost poškodb se povečata, ko smo utrujeni in pod stresom. Jasne meje med psihičnimi boleznimi, stresom in fizičnimi bolečinami ter obolelostjo ni. Če se dobro po-

čutimo, se dobro počutimo. Celi. Pika. Nismo narejeni za kronične obremenitve in kronični stres. Naše telo ni prilagojeno za današnji življenjski stil. Znamo se odzvati in obvladovati kratkotrajni, akutni stres, ki nam pomaga preživeti, denimo če v gozdu srečamo medveda. A danes vohamo medveda ves čas in ne vemo, od kod se bo pojavil. Naše telo je v stanju neprestanega povišanega stresa, ni pa sprostitev in regeneracije, ki jo nujno potrebujemo, da telo ponovno pripeljemo na normalno raven delovanja," razlaga psihiatrinja.

Izrazitega porasta bolniških odsotnosti ne opaža niti splošni zdravnik dr. Aleksander Stepanović. Govori o bolniških, povezanih z letnim časom – ali zimska obolenja dihal ali manjše poletne poškodbe. Strokovni vodja Osnovnega zdravstva Gorenjske vidi, da psihične bolezni izgubljajo stigma, a mnogi še vedno pridejo do zdravnika šele ob mišičnih ali sklepnih bolečinah, za katere ni mogoče najti jasnega telesnega vzroka, so pa bolezni mišično-kostnega sistema in vezivnega tkiva glavni razlog bolniških odsotnosti.

"Danes se preprosto svet vrti drugače. kot se je še pred dvajsetimi

leti, sploh pa v času socializma in solidarnosti," opomni tudi splošni zdravnik. "Sedaj so glavni odločevalci zasebni lastniki in kapital, ki zahtevajo vse večjo produktivnost, zahteve na delovnem mestu so večje. To se kaže." Dr. Aleksander Stepanović vidi razloge za več daljših bolniških odsotnosti v podaljševanju delovne dobe, ko se v kasnejših letih pojavi tudi več kroničnih bolezni, ter v določeni meri v preobremenjenosti zdravstvenega sistema in v čakalnih dobah, ko morajo pacienti tudi več mesecev čakati na specialistične preglede in diagnoze.

Na podobne razloge kažejo tudi v ZZZS in pravijo, da je po njihovi oceni trend rasti dolgotrajnih bolniških predvsem posledica zadnje pokojninske reforme. Opozarjajo, da je "viden večletni trend nižanja povprečne starostne pokojnine in vedno slabše razmerje med pokojnino in plačo". Zato po njihovem "zavarovane osebe raje ostajajo v bolniškem staležu".

Na NIJZ dr. Tatjana Kofol Bric opozori, da je eden od dejavnikov, ki posredno vplivajo na bolniške odsotnosti, zagotovo tudi način, kako je urejen sistem socialnega varstva. Pri tem posebej izpostavi nizke višine invalidskih pokojnin.

Po podatkih iz letnega poročila Zavoda za pokojninsko zava-

Nismo narejeni za kronične obremenitve in kronični stres. Naše telo ni prilagojeno za današnji življenjski stil



rovanje za lansko leto je bilo med novimi invalidskimi upokojenci kar 58 odstotkov takih, ki jim je bila pokojnina odmerjena od najnižje pokojninske osnove. Povprečna neto invalidska pokojnina je lani znašala 474 evrov. Prag tveganja revščine je bil pri mesečnem dohodku 616 evrov. "Porast dolgotrajnih bolniških je neobičajen in nad pričakovanji," se strinja Tatjana Kofol Bric. Pravi tudi, da so opozorila ZZS verjetno na mestu in da se je treba o sedanjem stanju pogovoriti. "A nedvomno sta ozadje vsega politični dogovor in razmere, ki se bo vzpostavilo med blagajnami. Temelj sedanjih debat je vprašanje, katero zavarovanje bo pokrilo kaj, katera blagajna bo poskrbela za osnovne življenjske potrebe ljudi. V zdravstvu pa se vedno varčuje in za zdravje vedno nekaj zmanjka," pravi Tatjana Kofol Bric.

Sistem, ki uničuje svoje

To, da zmanjka za zdravstvo, ima pomembne posledice tudi za zaposlene tam. Dr. Daniela Fiket govori iz izkušenj psihiatrinje in pacientke. Opisuje razširjenost pre-

zentizma, preobremenjenosti in izgorelosti. "A bolan delavec na delovnem mestu ne koristi nikomur. Škoduje sebi, svoji družini in še mnogim, ki jih sreča na delovnem mestu. Raziskave potrjujejo, da je za delodajalca neprimerno večja škoda, če je bolna oseba v službi, kot če gre nekdo, ki zboli, na bolniško. A delovišč, kjer je prisoten občutek pritiska, da morajo biti ljudje na delovnem mestu, ni malo," opozarja.

Ker sta poslanstvo in občutek odgovornosti med zdravstvenimi delavci pogosto najpomembnejša, pa vseeno mnogi delajo, da naredijo stvari prav. "Osebo poskušamo malo popraviti napake sistema, izboriti dodaten prostor, četudi gremo sebi v škodo ..., a s tem, ko smo tiho, škodimo tudi sistemu, ker se ga ne izboljša. In kar se dogaja, je grozno," priznava Daniela Fiket, medtem ko hkrati opisuje odsotnost interesa odločevalcev, da bi prisluhnili strokovnjakom.

Na podlagi raziskave, ki so jo opravili med zdravstvenimi delavci, opisuje porast bolniške odsotnosti v bolnišnični zdravstveni dejavno-

sti po letu 2013 dr. Nataša Dervšček Hafner s kliničnega inštituta za medicino dela, prometa in športa UKC Ljubljana. Pred letom 2013 se je pet let bolniška odsotnost zmanjševala. "Možnih razlag za to spremembo je več: pritisk recesije se je začel manjšati, povečalo se je zaposlovanje, po drugi strani pa delavci tudi ne vzdržijo več akumuliranih pritiskov iz preteklih let in klonejo pod težo bremena," razloži dobro znane in sprejete razloge, a dodatno opozori tudi na staranje delovne sile in večjo pojavnost kroničnih bolezni ter odloženo upokojevanje. V leto 2017, glede na sedanje stanje in številk, pravi, da je pričakovati še višji odstotek bolniške odsotnosti.

A vseeno podatki NIJZ ne ponudijo jasne slike širše družbenih in očitnih trendov. Po preliminarinih podatkih za lansko leto se v marsikateri dejavnosti opazi celo rahel upad povprečnega števila dni bolniške odsotnosti na delavca glede na leto 2015. Tudi analiza podatkov povprečnega števila dni bolniške odsotnosti na delavca znotraj starostnih skupin v zadnjih dveh letih ne pokaže opaznega splošne-



ga povečanja v zadnjih letih. Je pa pri skoraj vseh skupinah očiten padec bolniške odsotnosti v letu 2014. Ob tem velja poudariti, da se sedanje številke še posebno ne razlikujejo od številke v letih pred krizo. Bolniški dopust se razlikuje in spreminja po regijah, a njegovo število je bilo leta 2000 tako rekoč povsod višje kot lani denimo. Ob tem je po drugi strani znesek, ki ga ZZS nameni za nadomestila plač zaradi bolniških odsotnosti, skoraj v neprestanem porastu vse od leta 2003, kolikor so dostopni primerljivi podatki v evrih. Rahla zmanjšanja glede na leto prej so bila le v letih 2006, 2011 in 2014, a nato je sledila ponovna rast. Ob tem pa odstotek bolniškega dopusta, ki je šel v breme ZZS, ni bil v vzporednem, enakomernem in neprestanem porastu.

V Delavski svetovalnici pravijo, da si z javno predstavljenimi podatki ne znajo dosti pomagati. Izkušnje delavcev, ki se obrnejo nanje, ne kažejo na večje število bolniških. "Na nas se v veliki meri obračajo delavci, ki pravice do bolniške odsotnosti sploh ne morejo izkoristiti," opozarja Goran Zrnič, za-

govornik ranljivih skupin. "Ali jim delodajalci zagrozijo, da jim bolniške ne bodo izplačevali, ali nanje tako pritiskajo, da se zelo hitro vrnejo na delo." Ob poškodbah, ko je nemogoče, da bi delavci še delali, pa se neredko zgodi, da jim prekinejo pogodbo o zaposlitvi. Srečujejo se tudi s primeri, ko kljub mnenjem specialistov, da je treba bolniško nadaljevati, komisije ne odobrijo podaljšanja.

"Na podlagi izkušenj delavcev, s katerimi se srečujemo, mi v resnici ni jasno, kako lahko pride do dolgotrajnih bolniških odsotnosti," opisuje Goran Zrnič "vzporedni svet", ki ga njihovo delo že leta razkriva, tudi na področju zdravstvenega varstva, ki naj bi bilo delavcem univerzalno zagotovljeno.

Na nezadostno prisotnost in prepoznavnost neodvisne presoje medicine dela pri odločanju o trajanju bolniške odsotnosti posebej opozori tudi dr. Aleksander Stepanović. Prepričan je, da bi bilo dobro, če bi daljše bolniške v večji meri presojali strokovnjaki z medicine dela. "Verjetno bi dostikrat lažje presodili, saj imajo boljši vpogled tudi v delovne obremenitve v določenih delovnih okoljih," pojasnjuje.

Na "neustrezen status stroke medicine dela" opozarjajo prav tako na ZZS, in sicer predvsem v luči "pomanjkanja poglobljene individualne medicinske rehabilitacije ter hitrega prehoda v prezaposlitev in poklicno rehabilitacijo". Opozarjajo na nezadostno evidentiranje poklicnih bolezni in na "premile sankcije v primeru zlorab". A več

kot 3400 nadzorov, ki so jih izvedli v letu 2016, se je izkazalo za v veliki meri nesmiselno – kršitve so ugotovili le v 6 odstotkih bolniških odsotnosti. Na ZZS tudi opozarjajo na vlogo delavcev in delodajalcev. Pri delavcih prepoznajo "premajhno udeležbo delavcev v projektih promocije zdravja in premajhno skrb za lastno zdravje".

Po drugi strani ugotavljajo, da bi bilo "treba zagotoviti finančne spodbude delodajalcem za vlaganje v zdravje zaposlenih in izvajanje projektov za promocijo zdravja na delovnem mestu – davčne olajšave, svetovalna pomoč ...". Pojasnjujejo tudi, da mednarodne raziskave usmerjajo pozornost predvsem na vlogo predpisov o ureditvi bolniške odsotnosti; ti predpisi namreč "lahko racionalizirajo stroške za nadomestila, kar je še posebno zanimivo za Slovenijo, katere zakonodaja na tem področju je med opazovanimi državami najmanj restriktivna".

Človeka upoštevati kot človeka

Domači strokovnjaki pa opozarjajo na drugo plat. Tako dr. Tatjana Kofol Bric poudari, da bo treba vložiti kar precej napora, če bomo želeli bolniški stalež ohraniti na sedanjih ravni. "Predvsem gre za urejanje razmer na delovnem mestu in tu je treba razumeti, da primerjalno gledano zaostajamo pri tem, koliko delodajalci vlagajo v izboljševanje delovnih mest in delovne



ga okolja ter za promocijo zdravja med delavkami in delavci."

Tudi dr. Daniela Fiket je prepričana o škodljivosti instrumentov nadzora in represije. Prepričana je, da represija pomeni le slabšanje splošne klime in odnosov ter da bo zato vse več najboljšega kadra odšlo.

"Moj nasvet pacientom je praviloma vselej, naj počivajo, a naj se tudi družijo, sprehajajo, naj bodo zunaj in aktivni," opisuje, kaj potrebujejo mnogi za resnično okrevanje. Čas, potreben za ozdravitev, opozori, je različen glede na različne ljudi in njihove potrebe ob različnih boleznih, za katerimi zbolijo.

"To se seveda ne sklada z ozkim pogledom delodajalcev, ki nad delavce pošiljajo detektive. A zato tak nadzor in taki represivni ukrepi ne delujejo. Ozko in rigidno določena pravila se pogostokrat izkažejo za nesmiselna. Represivne metode morda dajo hitre rezultate, a zelo kratkotrajne. Vsak delodajalec, ki ga zanimajo najboljši delavci in želi biti dolgotrajno uspešen, se bo takim ukrepom izogibal," je prepričana psihiatrinja. Opiše, da je naletela tudi na podjetja, kjer so se na odvisnost ali psihično bolen delavcev odlično odzvala.

"Angažirali so se in vključili. To je pomenilo, da se je delavec lahko resnično zdravil, hkrati pa je imel visoko motivacijo, da se je hitro vrnil na delo, kar je pomenilo, da se je uspešneje zdravil, saj je čutil, da ga pričakujejo z veseljem," pojasni Daniela Fiket in poudari, da je koristno tudi postopno, najprej štiriurno vračanje dalj časa bolniško odsotnih delavcev nazaj na delovno mesto.

Zaradi vse bolj celovitega preoblikovanja sistema socialne varnosti v sistem nadzora in discipliniranja pomenijo danes bolezni in poškodbe za mnoge grožnjo za preživetje. To je tudi izkušnja psihiatrinje. Dodatna težava je, da ljudi tudi država in njeni uradniki vidijo le še kot strošek, opozarja. "A na ljudi je treba gledati kot na ljudi. Ne pa, kot da smo le zamenljiv delček v stroju. Ko to začutimo, od sebe ne damo nič več. To je logično. Če pa v človeku vidiš in iščeš, kaj je v njem dobrega, kje lahko največ prispeva, v čem je nadpovprečen, česa si želi, smo lahko na koncu vsi zadovoljni."

Opazuje in ni ji všeč hladnost, manko empatije, sočutja, skrbi za sodelavce. "Kot da je ljudi strah, da bi se nalezli bolečine in trpljenja," pravi Daniela Fiket. Skozi zgodbe pacientov ve, da lahko resnejše bolezni za nekatere ljudi pomenijo, da izgubijo vse. Ne le zdravje, kopičiti se začnejo tudi krediti, pridejo rubežniki, razpadejo zakoni. "In tu ima nezanemarljivo vlogo tudi širše okolje, sodelavci, ki pravočasno prepoznajo, da je treba človeku pomagati. Da se je treba ustaviti."

Prav tako – Ustavi se – so poimenovali tudi akcijo, ki opozarja na sedanji tempo dela in življenja, ki dolgoročno škodi ljudem. Ustaviti se, pravi Daniela Fiket, je le prvi, a morda najpomembnejši korak. •



Foto: Robert Balen

4. 08. 2017 **Viva**

Stran/Termin: 7

Naslov: Ustavi se- že za 650. 000 minut!!

Naklada: 21.000,00

Avtor:

Površina/Trajanje: 255,40

Rubrika/Oddaja: AKTUALNE NOVICE

Žanr: VEST

Gesla: USTAVI.SE, AKCIJA USTAVI.SE



Ustavi se – že za 450.000 minut!!

Vseslovenska akcija Ustavi se!, ki jo je zasnoval Zavod Med.Over.net, uspešno poteka od začetka meseca junija. Partnerji akcije so v sodelovanju z ambasadorji pričeli z izvajanjem aktivnosti, s katerimi opozarjajo na prehitro tempo življenja in ljudi spodbujajo k razmisleku o priložnostih za izboljšanje kakovosti bivanja. Ustavljanje na simbolni ravni poteka z zbiranjem minut na spletnem mestu Ustavi se! Do danes se je na števcu nabralo že 450.682 minut, snovalci akcije pa so se zavezali, da bodo do 29. septembra 2017 zbrali 2.065.895 minut, kolikor nas je bilo Slovencev 1. januarja 2017.

»Akcija Ustavi se! postaja sinonim za razmislek, kaj si želimo in kako bomo svoje želje tudi uresničili. Ljudje se zavedamo, da si sami krojimo svojo pot, a včasih nas tok življenja odnese v nesluteno smer, ne da bi se tega sploh zavedali. Sporočilo akcije je, da za spremembe nikoli ni prepozno. Če se ustavimo danes, bomo s tem vplivali na boljši jutri. To nam dokazujejo tudi zgodbe življenja, ki jih vsak dan prejemamo od ljudi,« je povedala Anja Vogrič, soustvarjalka akcije in povezovalka zgodb. O uspešnosti akcije pravi tudi podatek, da so ljudje v prvem mesecu podarili že 450.682 minut, kar pomeni, da se je ustavila že petina Slovencev. »Ustaviti se pravzaprav pomeni slišati sebe. Reči 'stop' balastu. Si dovoliti, da otrok v nas spregovori na glas. Nam pove, kaj čuti in kaj potrebuje, tukaj in zdaj. Življenje, v katerem drvimo s polno hitrostjo, nam namreč jemlje bistvo našega obstoja. Biti človek in ne stroj. Zato je vsaka minuta pomembna,« je dejala Jasna Knez, ambasadorka akcije in Jungian Coaching strokovnjakinja.

4. 08. 2017 **Viva**

Stran/Termin: 27

Naslov: /

Naklada: 21.000,00

Avtor:

Površina/Trajanje: 643,69

Rubrika/Oddaja: OGLAS

Žanr: OGLAS

Gesla: #USTAVISE, USTAVI.SE



#USTAVISE
WWW.USTAVI.SE



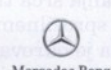
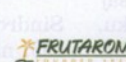
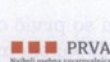
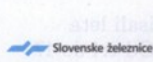
Ustavi se! ... in pomisli nase.

Ustavi se! je vseslovenska akcija, s katero želijo Zavod Med.Over.Net, partnerji in ambasadorji opozoriti na prehitro tempo življenja. Skupaj želijo doseči, da

1. se Slovenci ustavimo,
2. razmislimo o priložnostih za izboljšanje kakovosti naših življenj in
3. razmislek simbolno potrdimo z darovanjem minute na spletnem mestu www.ustavi.se.

Na spletnem mestu www.ustavi.se objavljamo življenjske zgodbe tistih, ki se jim ni uspelo pravočasno ustaviti in so zboleli ter nasvete tistih, ki imajo recept in uspešno kljubujejo pritiskom iz okolice. Pišite na ustavi.se@over.net in delite svoje izkušnje, kako vi skrbite za svoje zdravje, dobro počutje in dobre medsebojne odnose.

Ne dovolimo, da postanemo žrtev prehitrega tempa življenja.



4. 08. 2017 WWW.VAL202.SI

Stran/Termin:

Naslov: Glasuj za ime julija

Naklada:

Avtor:

Površina/Trajanje: 1,00

Rubrika/Oddaja:

Žanr: SPLETNI ČLANEK

Gesla: USTAVI.SE, AKCIJA USTAVI.SE

<http://val202.rtvlo.si/2017/08/glasuj-za-ime-meseca-julija/>

Ime meseca

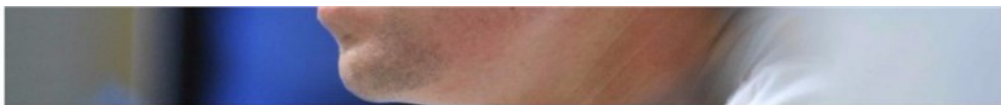


Glasuj za ime julija

Glasujete lahko v spletni anketi, s SMS-sporočili in v živo na 01 475 22 02 prvič danes ob 11.00 in nato ob 18.00 ter v soboto ob 12.00

04. 08. 2017

[Deli](#) [Tvitaj](#) [Pošlji](#)



Prvo soboto po zadnjem ponedeljku v mesecu izbiramo ime meseca. Glasujete lahko v spletni anketi, s SMS-sporočili in v živo na 01 475 22 02 prvič danes ob 11.00 in nato ob 18.00 ter v soboto ob 12.00.

Glasuj za ime julija

- ☐ Jernej Kenda, VAL1
- ☐ Rožca Šonc, VAL2
- ☐ Janja Zupan, VAL3
- ☐ Primož Roglič, VAL4
- ☐ Marko Podgornik, VAL5

Oddaj glas

Rezultati

Jernej Kenda, eden od organizatorjev festivala Gora Rocka. Na Šentviški planoti je 250 prostovoljcev pripravilo izjemen tridnevni glasbeni dogodek, izkupiček pa namenili v dobrodelne namene. (Pošljite SMS s ključno besedo VAL1 na številko 1919.)

Rožca Šonc, vodja programa Starejši za starejše, pod okriljem katerega je v 13 letih 3.500 prostovoljcev pomagalo več kot 160.000 starejšim. Za projekt so prejeli nagrado Evropskega parlamenta državljani Evrope 2017. (Pošljite SMS s ključno besedo VAL2 na številko 1919.)

Janja Zupan s Fakultete za farmacijo v Ljubljani, članica mednarodne ekipe znanstvenikov, ki je identificirala novo populacijo matičnih celic, ki so sposobne obnavljati hrustanec in celo tvoriti kolenski sklep na novo. (Pošljite SMS s ključno besedo VAL3 na številko 1919.)

Primož Roglič, kolesar in prvi Slovenec, ki je zmagal na etapni preizkušnji najuglednejše kolesarske dirke na svetu – dirke po Franciji. (Pošljite SMS s ključno besedo VAL4 na številko 1919.)

Marko Podgornik, direktor podjetja Mikro Polo in ambasador akcije Ustavi se, ki spodbuja k razmisleku o prehitrem tempu življenja. Njegovi zaposleni imajo neomejeno število dni plačanega dopusta in brezplačno prehrano. (Pošljite SMS s ključno besedo VAL5 na številko 1919.)

Za poslano SMS-sporočilo smo še posebej hvaležni, saj tako prispevate tudi **1 € za socialno ogrožene otroke**. Vsa zbrana sredstva namreč namenjamo projektu **Botrstvo v Sloveniji**, ki pomaga otrokom v hudih finančnih in socialnih stiskah. Vse pomembne informacije o projektu, kakor tudi zgodbe otrok v stiski, smo zbrali [tukaj](#).



5. 08. 2017 www.seniorji.info

Stran/Termin:

Naslov: Ambulanta 202: Izgorelost

Naklada:

Avtor:

Površina/Trajanje: 1,00

Rubrika/Oddaja:

Žanr: SPLETNI ČLANEK

Gesla: AKCIJA USTAVI.SE, USTAVI.SE, MED.OVER.NET

http://www.seniorji.info/MOJE_ZDRAVJE_Ambulanta_202___Izgorelost_

Ambulanta 202: Izgorelost ima neštete simptome in jemlje velik davek. Nenehen stres, hitenje, večopravnost, dokazovanje, da zmoremo vse in še več in tudi zahteve z vseh koncev, da je vse mogoče, če le dovolj garaš, vse več ljudi peljejo v hude stiske, mnoge tudi v izgorelost. Zato so se pri Zavodu [Med.over.net](http://www.medover.net), ki vrsto let ponuja brezplačne forume, na katerih svetujejo številni strokovnjaki, odločili, da bodo s posebno [akcijo "Ustavi se"](#) ljudi spodbudili k razmisleku o pomenu ustvarjanja ravnotežja med hitrim tempom življenja in prostim časom. Na spletni strani ustavi.se lahko na njihov virtualni števec tako simbolično dodate minuto svojega časa in s tem podprete akcijo. Predvsem pa naj ta minuta ne ostane le simbolična, pač pa naj o povod za razmislek o tem, ali se res ne bi dalo drugače. Doslej je bilo za ta namen podarjenih že več kot 493.000 minut. Celotni akciji pa bo od danes naprej ritem dajala tudi neke vrste himna akcije z naslovom Dej se ustav, tekst je namreč prav za to akcijo spisal ambasador in podpornik akcije Nipke, glasbo in aranžma je dodal Damjan Jović. Vir: RTV SLO, Fotografija: splet Prinaša aktualne informacije o zdravju, novosti v zdravstvu in spodbuja pravočasno prepoznavanje znakov obolenj, opozarja na premalo poznane bolezni. Upokojitev in pokojnine 2017 - informacije

5. 08. 2017 www.vecer.com

Stran/Termin:

Naslov: Zdravje ljudi kaže tudi stanje sistema

Naklada:

Avtor: Kristina Božič

Površina/Trajanje: 1,00

Rubrika/Oddaja:

Žanr: SPLETNI ČLANEK

Gesla: USTAVI.SE

<http://www.vecer.com/zdravje-ljudi-kaze-tudi-stanje-sistema-6287603>

V SOBOTO

Zdravje ljudi kaže tudi stanje sistema

✓ SPREMLJAJ ČLANEK

SOBOTA, 5.8.2017, 4:03 - Čas zadnje posodobitve: pred 20 minutami

FOTOGRAFIJA: ROBERT BALEN

Kristina Božič

✓ SPREMLJAJ AVTORICO

⌚ 0:30

Razstavljanje sistemov socialne varnosti in spreminjanje njihove vloge potekata postopoma. Postopnost omogoča, da negativne posledice demontaže enega sistema služijo kot argument za deformiranje drugega. Tako naj bi sedaj reforma pokojninskega sistema kazala posledice na podhranjenem področju zdravstva. Ljudje, vsaj nekateri in vsaj deloma, pa šele komaj okrevajo po pritiskih, ki jih je prinesla gospodarska kriza.



Psihiatrinja Daniela Fiket je leta dolgo delala znotraj javnega zdravstvenega sistema. Danes, ko gleda nazaj, vidi vzorce ignoriranja znakov izgorelosti in prevelike izčrpanosti, ki so jo vodili do večmesečne bolniške odsotnosti. To je od nje dobesedno izsililo njeno telo: najprej se ji je pojavilo hudo vnetje sklepov, nato je prišla še poškodba. Ob vsej simboliki preobremenjenosti se ji je ob nerodnem koraku strgala mišica.

"Realnost je, da ljudje zbolimo, se poškodujemo. Zato ni prav, da se govori o bolniških odsotnostih kot o nečem slabem, kar je potrebno za vsako ceno zmanjšati," opozarja zdravnica. "Bolnišk ne moremo zbrisati. Lahko zberemo ljudi, ki zbolijo, tako da avtomatično izgubijo službo, a v taki družbi si verjetno nihče od nas ne želi živeti. Gre za minimum socialne varnosti, za katerega tudi plačujemo."

Nismo narejeni za kronične obremenitve in kronični stres. Naše telo ni prilagojeno za današnji življenjski stil

Pripoveduje, kako se je morala v svoji karieri boriti predvsem s pacienti, ki so hoteli prehitro zaključiti bolniško. Porast bolniških odsotnosti v zadnjih dveh letih in pol je ne preseneča. "Gre za pričakovan pojav, ki je posledica daljšega procesa, ki traja že leta," je prepričana. Opisuje prezentizem, ki je bil



prisoten v letih krize vse od leta 2008 in je tudi po podatkih Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ) dosegel višek – oziroma so bolniške odsotnosti dosegle dno – leta 2014. Ljudje, četudi so bili bolni, niso izkoristili pravice do bolniške odsotnosti, saj so se bali izgube službe.

"A to ne more trajati v nedogled. Slej ko prej pride za nami in v psihiatriji vemo, da vsaka bolezen, ki ni pravočasno zdravljena, kasneje zahteva veliko več časa, da se pozdravi. Ljudje pridejo k zdravniku v slabšem stanju," pove Daniela Fiket in opozori, da je napačno misliti, da bi bile dolge bolniške odsotnosti goljufija. "Bolniki gredo skozi cel niz nadzorov, komisij in kontrol, vključenih je veliko zdravnikov specialistov. Veste, sama poznam podjetja, četudi nisem nikoli bila tam, v zelo specifični luči. Srečala sem njihove delavce, pripovedovali so mi. Podjetja poznam iz njihovih zgodb. In če je v kakem okolju bolniških odsotnosti veliko, je to znak tudi boleznih podjetja," opozarja na škodljivost delovnih okolij, v katerih se delavci "ne počutijo slišane in cenjene, ampak se jim sporoča, da so le številka, z enakim statusom, kot ga ima printer ali računalnik, ki ga zamenjajo takoj, ko ni več dovolj hiter ali pride na trg nov model".

Politično preigravanje z zdravjem ljudi

Bolniške odsotnosti so julija za trenutek postale pomembna politična tema. Ali vsaj element pritiska. Zdravstvena ministrica je opozarjala na finančno stanje bolnišnic in na to, da tudi Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS) nima toliko dodatnega denarja, kot bi ga lahko imel zaradi rasti v gospodarstvu. Velik problem naj bi bile bolniške odsotnosti nad 30 dni, za katere plačuje nadomestilo ZZZS, posebno ker so že od leta 2015 v porastu dolgotrajne bolniške, tako tiste nad 45 dni kot tiste, ki trajajo dlje kot eno leto. A po podatkih ZZZS predstavlja med lanskimi, za 104 milijone višjimi odhodki glede na leto 2015 povečanje nadomestil za bolniške odsotnosti manj kot polovico, dobrih 41 milijonov evrov. Prav tako gre za trend, ki ni nov, saj so nanj opozarjali že lani.

Na NIJZ že leta spremljajo zdravstveno stanje ljudi. Dr. Tatjana Kofol Bric pravi, da je bil padec bolniških odsotnosti v kriznih letih presenetljiv, četudi so vzroki bolniških vselej različni in se je upad glede na raziskave drugod pričakoval. "A če primerjamo zgodovinsko, tudi konec devetdesetih, ko je propadala tobačna in tekstilna industrija, ni bilo takšnega padca bolniških, kot smo mu bili priča ob sedanjih krizi. Razmere so bile drugačne. Tedaj se je bolniška po podjetjih povečala, a ni bila tako opazna v celotni sliki. In izkazalo se je, da so bile te bolniške za mnoge prva stopnica na poti do invalidske upokojitve. Sistem je bil še drugačen in ni bilo takšnih odstopanj v prejemkih, če se je kdo invalidsko upokojil. V zadnji krizi pa so se stvari tako hitro spreminjale in slabšale, da se ljudje tudi niso mogli prilagoditi. In če pogledamo v celoti, se je bolniška odsotnost v zadnjih letih komaj kaj povečala. Porast je tudi zelo razpršen. V normalni situaciji bi bil verjetno celo nekoliko višji," opozarja raziskovalka.

Tudi Daniela Fiket opozarja, da statistika bolniških odsotnosti morda ne govori toliko o izboljšanju stanja in zmanjšanju pritiska na delavce kot o tem, da so mnogi enostavno prišli do točke, ko resnično ne zmorejo več. "Zdaj smo v fazi, ko ljudje fizično resno zbolijo. Stres ima dolgoročne posledice, ne le na psihično zdravje, ampak tudi na fizično. Verjetnost in resnost poškodb se povečata, ko smo utrujeni in pod stresom. Jasne meje med psihičnimi boleznimi, stresom in fizičnimi bolečinami ter obolevostjo ni. Če se dobro počutimo, se dobro počutimo. Celi. Pika. Nismo narejeni za kronične obremenitve in kronični stres. Naše telo ni prilagojeno za današnji življenjski stil. Znamo se odzvati in obvladovati



kratkotrajni, akutni stres, ki nam pomaga preživeti, denimo če v gozdu srečamo medveda. A danes vohamo medveda ves čas in ne vemo, od kod se bo pojavil. Naše telo je v stanju neprestanega povišanega stresa, ni pa sprostitve in regeneracije, ki jo nujno potrebujemo, da telo ponovno pripeljemo na normalno raven delovanja," razlaga psihiatrinja.

Izrazitega porasta bolniških odsotnosti ne opaža niti splošni zdravnik dr. Aleksander Stepanović. Govori o bolniških, povezanih z letnim časom – ali zimska obolenja dihal ali manjše poletne poškodbe. Strokovni vodja Osnovnega zdravstva Gorenjske vidi, da psihične bolezni izgubljajo stigmo, a mnogi še vedno pridejo do zdravnika šele ob mišičnih ali sklepnih bolečinah, za katere ni mogoče najti jasnega telesnega vzroka, so pa bolezni mišično-kostnega sistema in vezivnega tkiva glavni razlog bolniških odsotnosti.

"Danes se preprosto svet vrti drugače, kot se je še pred dvajsetimi leti, sploh pa v času socializma in solidarnosti," opomni tudi splošni zdravnik. "Sedaj so glavni odločevalci zasebni lastniki in kapital, ki zahtevajo vse večjo produktivnost, zahteve na delovnem mestu so večje. To se kaže." Dr. Aleksander Stepanović vidi razloge za več daljših bolniških odsotnosti v podaljševanju delovne dobe, ko se v kasnejših letih pojavi tudi več kroničnih bolezni, ter v določeni meri v preobremenjenosti zdravstvenega sistema in v čakalnih dobah, ko morajo pacienti tudi več mesecev čakati na specialistične preglede in diagnoze.

Na podobne razloge kažejo tudi v ZZZS in pravijo, da je po njihovi oceni trend rasti dolgotrajnih bolniških predvsem posledica zadnje pokojninske reforme. Opozarjajo, da je "viden večletni trend nižanja povprečne starostne pokojnine in vedno slabše razmerje med pokojnino in plačo". Zato po njihovem "zavarovane osebe raje ostajajo v bolniškem staležu".

Na NIJZ dr. Tatjana Kofol Bric opozori, da je eden od dejavnikov, ki posredno vplivajo na bolniške odsotnosti, zagotovo tudi način, kako je urejen sistem socialnega varstva. Pri tem posebej izpostavi nizke višine invalidskih pokojnin.

Po podatkih iz letnega poročila Zavoda za pokojninsko zavarovanje za lansko leto je bilo med novimi invalidskimi upokojenci kar 58 odstotkov takih, ki jim je bila pokojnina odmerjena od najnižje pokojninske osnove. Povprečna neto invalidska pokojnina je lani znašala 474 evrov. Prag tveganja revščine je bil pri mesečnem dohodku 616 evrov. "Porast dolgotrajnih bolniških je neobičajen in nad pričakovanji," se strinja Tatjana Kofol Bric. Pravi tudi, da so opozorila ZZZS verjetno na mestu in da se je treba o sedanjem stanju pogovoriti. "A nedvomno sta ozadje vsega politični dogovor in razmerje, ki se bo vzpostavilo med blagajnami. Temelj sedanjih debat je vprašanje, katero zavarovanje bo pokrilo kaj, katera blagajna bo poskrbela za osnovne življenjske potrebe ljudi. V zdravstvu pa se vedno varčuje in za zdravje vedno nekaj zmanjka," pravi Tatjana Kofol Bric.

Sistem, ki uničuje svoje

To, da zmanjka za zdravstvo, ima pomembne posledice tudi za zaposlene tam. Dr. Daniela Fiket govori iz izkušenj psihiatrinje in pacientke. Opisuje razširjenost prezentizma, preobremenjenosti in izgorelosti. "A bolan delavec na delovnem mestu ne koristi nikomur. Škoduje sebi, svoji družini in še mnogim, ki jih sreča na delovnem mestu. Raziskave potrjujejo, da je za delodajalca neprimerno večja

škoda, če je bolna oseba v službi, kot če gre nekdo, ki zboli, na bolniško. A delovišč, kjer je prisoten občutek pritiska, da morajo biti ljudje na delovnem mestu, ni malo," opozarja.

Ker sta poslanstvo in občutek odgovornosti med zdravstvenimi delavci pogosto najpomembnejša, pa vseeno mnogi delajo, da naredijo stvari prav. "Osebnostno poskušamo malo popraviti napake sistema, izboriti dodaten prostor, četudi gremo sebi v škodo ..., a s tem, ko smo tiho, škodimo tudi sistemu, ker se ga ne izboljša. In kar se dogaja, je grozno," priznava Daniela Fiket, medtem ko hkrati opisuje odsotnost interesa odločevalcev, da bi prisluhnili strokovnjakom.

Na podlagi raziskave, ki so jo opravili med zdravstvenimi delavci, opisuje porast bolniške odsotnosti v bolnišnični zdravstveni dejavnosti po letu 2013 dr. Nataša Dernovšek Hafner s kliničnega inštituta za medicino dela, prometa in športa UKC Ljubljana. Pred letom 2013 se je pet let bolniška odsotnost zmanjševala. "Možnih razlag za to spremembo je več: pritisk recesije se je začel manjšati, povečalo se je zaposlovanje, po drugi strani pa delavci tudi ne vzdržijo več akumuliranih pritiskov iz preteklih let in klonejo pod težo bremena," razloži dobro znane in sprejete razloge, a dodatno opozori tudi na staranje delovne sile in večjo pojavnost kroničnih bolezni ter odloženo upokojevanje. V leto 2017, glede na sedanje stanje in številke, pravi, da je pričakovati še višji odstotek bolniške odsotnosti.

A vseeno podatki NIJZ ne ponudijo jasne slike širše družbenih in očitnih trendov. Po preliminarinih podatkih za lansko leto se v marsikateri dejavnosti opazi celo rahel upad povprečnega števila dni bolniške odsotnosti na delavca glede na leto 2015. Tudi analiza podatkov povprečnega števila dni bolniške odsotnosti na delavca znotraj starostnih skupin v zadnjih dveh letih ne pokaže opaznega splošnega povečanja v zadnjih letih. Je pa pri skoraj vseh skupinah očiten padec bolniške odsotnosti v letu 2014. Ob tem velja poudariti, da se sedanje številke še posebno ne razlikujejo od števil v letih pred krizo. Bolniški dopust se razlikuje in spreminja po regijah, a njegovo število je bilo leta 2000 tako rekoč povsod višje kot lani denimo. Ob tem je po drugi strani znesek, ki ga ZZZS nameni za nadomestila plač zaradi bolniških odsotnosti, skoraj v neprestanem porastu vse od leta 2003, kolikor so dostopni primerljivi podatki v evrih. Rahla zmanjšanja glede na leto prej so bila le v letih 2006, 2011 in 2014, a nato je sledila ponovna rast. Ob tem pa odstotek bolniškega dopusta, ki je šel v breme ZZZS, ni bil v vzporednem, enakomernem in neprestanem porastu.

V Delavski svetovalnici pravijo, da si z javno predstavljenimi podatki ne znajo dosti pomagati. Izkušnje delavcev, ki se obrnejo nanje, ne kažejo na večje število bolniških. "Na nas se v veliki meri obračajo delavci, ki pravice do bolniške odsotnosti sploh ne morejo izkoristiti," opozarja Goran Zrnič, zagovornik ranljivih skupin. "Ali jim delodajalci zagrozijo, da jim bolniške ne bodo izplačevali, ali nanje tako pritiskajo, da se zelo hitro vrnejo na delo." Ob poškodbah, ko je nemogoče, da bi delavci še delali, pa se neredko zgodi, da jim prekinejo pogodbo o zaposlitvi. Srečujejo se tudi s primeri, ko kljub mnenjem specialistov, da je treba bolniško nadaljevati, komisije ne odobrijo podaljšanja.

"Na podlagi izkušenj delavcev, s katerimi se srečujemo, mi v resnici ni jasno, kako lahko pride do dolgotrajnih bolniških odsotnosti," opisuje Goran Zrnič "vzporedni svet", ki ga njihovo delo že leta razkriva, tudi na področju zdravstvenega varstva, ki naj bi bilo delavcem univerzalno zagotovljeno.

Na nezadostno prisotnost in prepoznavnost neodvisne presoje medicine dela pri odločanju o trajanju



bolniške odsotnosti posebej opozori tudi dr. Aleksander Stepanović. Prepričan je, da bi bilo dobro, če bi daljše bolniške v večji meri presojali strokovnjaki z medicine dela. "Verjetno bi dostikrat lažje presodili, saj imajo boljši vpogled tudi v delovne obremenitve v določenih delovnih okoljih," pojasnjuje.

Na "neustrezen status stroke medicine dela" opozarjajo prav tako na ZZS, in sicer predvsem v luči "pomanjkanja poglobljene individualne medicinske rehabilitacije ter hitrega prehoda v prezaposlitev in poklicno rehabilitacijo". Opozarjajo na nezadostno evidentiranje poklicnih bolezni in na "premile sankcije v primeru zlorab". A več kot 3400 nadzorov, ki so jih izvedli v letu 2016, se je izkazalo za v veliki meri nesmiselno – kršitve so ugotovili le v 6 odstotkih bolniških odsotnosti. Na ZZS tudi opozarjajo na vlogo delavcev in delodajalcev. Pri delavcih prepoznajo "premajhno udeležbo delavcev v projektih promocije zdravja in premajhno skrb za lastno zdravje".

Po drugi strani ugotavljajo, da bi bilo "treba zagotoviti finančne spodbude delodajalcem za vlaganje v zdravje zaposlenih in izvajanje projektov za promocijo zdravja na delovnem mestu – davčne olajšave, svetovalna pomoč ...". Pojasnjujejo tudi, da mednarodne raziskave usmerjajo pozornost predvsem na vlogo predpisov o ureditvi bolniške odsotnosti; ti predpisi namreč "lahko racionalizirajo stroške za nadomestila, kar je še posebno zanimivo za Slovenijo, katere zakonodaja na tem področju je med opazovanimi državami najmanj restriktivna".

Na ljudi je treba gledati kot na ljudi. Ne pa, kot da smo le zamenljiv delček v stroju. Ko to začutimo, od sebe ne damo nič več. To je logično

Človeka upoštevati kot človeka

Domači strokovnjaki pa opozarjajo na drugo plat. Tako dr. Tatjana Kofol Bric poudari, da bo treba vložiti kar precej napora, če bomo želeli bolniški stalež ohraniti na sedanji ravni. "Predvsem gre za urejanje razmer na delovnem mestu in tu je treba razumeti, da primerjalno gledano zaostajamo pri tem, koliko delodajalci vlagajo v izboljševanje delovnih mest in delovnega okolja ter za promocijo zdravja med delavkami in delavci."

Tudi dr. Daniela Fiket je prepričana o škodljivosti instrumentov nadzora in represije. Prepričana je, da represija pomeni le slabšanje splošne klime in odnosov ter da bo zato vse več najboljšega kadra odšlo. "Moj nasvet pacientom je praviloma vselej, naj počivajo, a naj se tudi družijo, sprehajajo, naj bodo zunaj in aktivni," opisuje, kaj potrebujejo mnogi za resnično okrevanje. Čas, potreben za ozdravitev, opozori, je različen glede na različne ljudi in njihove potrebe ob različnih boleznih, za katerimi zbolijo.

"To se seveda ne sklada z ozkim pogledom delodajalcev, ki nad delavce pošiljajo detektive. A zato tak nadzor in taki represivni ukrepi ne delujejo. Ozko in rigidno določena pravila se pogostokrat izkažejo za nesmiselna. Represivne metode morda dajo hitre rezultate, a zelo kratkotrajne. Vsak delodajalec, ki ga zanimajo najboljši delavci in želi biti dolgotrajno uspešen, se bo takim ukrepom izogibal," je prepričana psihiatrinja. Opiše, da je naletela tudi na podjetja, kjer so se na odvisnost ali psihično bolezen delavcev odlično odzvala. "Angažirali so se in vključili. To je pomenilo, da se je delavec lahko resnično zdravil, hkrati pa je imel visoko motivacijo, da se je hitro vrnil na delo, kar je pomenilo, da se



je uspešneje zdravil, saj je čutil, da ga pričakujejo z veseljem," pojasni Daniela Fiket in poudari, da je koristno tudi postopno, najprej štiriurno vračanje dalj časa bolniško odsotnih delavcev nazaj na delovno mesto.

Zaradi vse bolj celovitega preoblikovanja sistema socialne varnosti v sistem nadzora in discipliniranja pomenijo danes bolezni in poškodbe za mnoge grožnjo za preživetje. To je tudi izkušnja psihiatrinje. Dodatna težava je, da ljudi tudi država in njeni uradniki vidijo le še kot strošek, opozarja. "A na ljudi je treba gledati kot na ljudi. Ne pa, kot da smo le zamenljiv delček v stroju. Ko to začutimo, od sebe ne damo nič več. To je logično. Če pa v človeku vidiš in iščeš, kaj je v njem dobrega, kje lahko največ prispeva, v čem je nadpovprečen, česa si želi, smo lahko na koncu vsi zadovoljni."

Opazuje in ni ji vseč hladnost, manko empatije, sočutja, skrbi za sodelavce. "Kot da je ljudi strah, da bi se našli bolečine in trpljenja," pravi Daniela Fiket. Skozi zgodbe pacientov ve, da lahko resnejše bolezni za nekatere ljudi pomenijo, da izgubijo vse. Ne le zdravje, kopičiti se začnejo tudi krediti, pridejo rubežniki, razpadejo zakoni. "In tu ima nezanemarljivo vlogo tudi širše okolje, sodelavci, ki pravočasno prepoznajo, da je treba človeku pomagati. Da se je treba ustaviti."

Prav tako – Ustavi se – so poimenovali tudi akcijo, ki opozarja na sedanji tempo dela in življenja, ki dolgoročno škodi ljudem. Ustaviti se, pravi Daniela Fiket, je le prvi, a morda najpomembnejši korak.

▼ IZBOR UREDNIŠTVA

V Mariboru se gre na otok



Po poletno osvežitev čez mejo



Nigrad brez direktorja in nadzornikov



"Ptujsko morje" zanemarjen turistični potencial



Hrup ogroža ljudi, državo pa skrbijo tožbe



Ljudmila Novak: Kar počne Pahor za kamere, počnem vsak dan

