

GLASNIK BELUPO

KOPRIVNICA, TRAVANJ 2020.

BROJ 236

PRIM. MR. SC. MAJA GRBA-BUJEVIĆ

JEDINO SVI
ZAJEDNO, MOŽEMO
POBIJEDITI VIRUS



Dvostruko jači* kad vas bol tlači



LUPOCET forte 1000 mg

*U odnosu na Lupocet 500 mg filmom obložene tablete.
Sadrži paracetamol. Filmom obložene tablete. Za oralnu primjenu.
Prije primjene pažljivo pročitajte uputu o lijeku, a o rizicima
i nuspojavama upitajte svog liječnika ili ljekarnika.



SADRŽAJ

BELUPOVA POSLOVNA KRONIKA

- 6 NADZORNI ODBOR PODRAVKE JEDNOGLASNO POTVRDIO, HRVOJE KOLARIĆ OSTAJE PREDSEDNIK UPRAVE BELUPA
- 6 REZULTATI POSLOVANJA GRUPE PODRAVKE ZA PRVI KVARTAL 2020. GODINE



INTERVJU

- 8 Prim.mr.sc. MAJA GRBA – BUJEVIĆ NAČELNICA KRIZNOG STOŽERA MINISTARSTVA ZDRAVSTVA I ČLANICA NACIONALNOG STOŽERA CIVILNE ZAŠTITE RH

TEMA BROJA

- 14 STOŽER CIVILNE ZAŠTITE KOPRIVNIČKO – KRIŽEVAČKE ŽUPANIJE
- 15 MATO DEVČIĆ, RAVNATELJ KOPRIVNIČKE BOLNICE: "MEDICINSKIH DJELATNIKA IMAMO DOVOLJNO"
- 16 Mr. pharm. IVAN BAREŠIĆ, MBA, POMOĆNIK RAVNATELJA LJEKARNI DELTIS PHARM: LJEKARNIČKA SKRB ZA PACIJENTE TIJEKOM PANDEMIJE KORONAVIRUSA

TEMA BROJA

KORONAVIRUS: DVA MJESECA OD PRVOG SLUČAJA

- 17 KAKO SE ZAPOSLENICI NOSE S NOVIM UVJETIMA ŽIVOTA I RADA
- 23 SANJA ŽUŽIĆ FURLAN, dr. med., spec. OBITELJSKE MEDICINE, DOM ZDRAVLJA SPLITSKO DALMATINSKE ŽUPANIJE "OVO JE RAZDOBLJE VELIKI PSIHOLOŠKI IZAZOV U ŽIVOTU NAS ZDRAVSTVENIH DJELATNIKA"

BELUPO ZDRAVLJE

- 26 TATJANA VUCELIĆ, mr.Pharm.: JETRA – ZAŠTITNIK VAŠEG ZDRAVLJA

LIJEČNIČKI KUTAK

- 28 Dr. IVO BELAN: JESTE LI SKLONI NEZGODAMA – NESREĆAMA?

TRŽIŠNE REGIJE GRUPE BELUPO

- 29 REGIJA SREDNJA EUROPA I NOVA TRŽIŠTA

BELEAN

- 31 KAKO SU SE PROJEKTNI TIMOVI PRILAGODILI RADU U UVJETIMA POSEBNIH MJERA ZAŠTITE OD VIRUSA

BELUPO KLUB

- 34 ZORAN FILIP, dr. med. vet., STRUČNI SURADNIK U KARDIO TIMU, KC TEREN KOPRIVNIČKO – KRIŽEVAČKA, BJELOVARSKO – BILOGORSKA, POŽEŠKO – SLAVONSKA I VIROVITIČKO – PODRAVSKA ŽUPANIJA: NEKOLIKO DANA PROVEDENIH U TVORNICI U DRUŠTVU VRIJEDNIH LJUDI NAPUNIO ME OPTIMIZMOM
- 35 EMINA TUDIĆ – GOLUB, REFERENTICA U SEKTORU PRAVNI I ZAJEDNIČKI POSLOVI: KADA RADIŠ POSAO KOJI VOLIŠ, NE RADIŠ NI JEDAN DAN

MEDICINA I BIZNIS

- 37 Dr. IVO BELAN: HPV CJEPIVO JEDNAKO VAŽNO I ZA MLADIĆE KAO I ZA DJEVOJKE

PSIHOLOGIJA POSLOVANJA

- 38 ZAŠTO MISLITE DA NISTE DOVOLJNO DOBRI I KAKO VJEROVATI U SEBE?

11

IMPRESSUM

GLASLO BELUPO

ISSN: 13312286 - Izdavač: BELUPO d.d. - Lijekovi i kozmetika - Ulica Danica 5 - 48000 Koprivnica

- www.belupo.hr - www.zdravob.udi.hr - www.belupo.com - E-mail: public.relations@belupo.hr

- Glavna i odgovorna urednica: Snježana Foschio-Bartol - Izvršna urednica: Lidija Turkalj - Urednik: dr. Ivo Belan

- Lektura: Sanja Sabljar - Grafička priprema i dizajn: Gens '94 d.o.o. - Tisak: Printera grupa, Sveta Nedelja

- Redakcija: I Savica 36, 10000 Zagreb - Telefon: 01 2481 201; Fax: 01 2371 411 - Naklada 1300 primjeraka



Bojan Osman pobjednik je nagradne igre

Bojan Osman, zaposlenik Logistike, točnije skladišta Tržišta RH, pobjednik je nagradne igre. Uredništvo Glasila izvuklo je sretnog dobitnika, koji je zadovoljio sve potrebne uvjete u nagradom izvlačenju. Kolega Osman na vrijeme je poslao točan odgovor na pitanje "Koja je uloga sponzora kao rukovoditelja organizacijske jedinice u kojoj se provodi Program LSS transformacije?"

Bojan je odgovorio: "Sponzor osigurava projektnom timu uvjete za rad".

Odgovor se mogao pronaći u prošlom broju naših internih novina, na str. 34, u kojem smo predstavili sponzore kao važne karike u Programu LSS transformacije Belupo.

Čestitamo sretnom dobitniku, a svima ostalima zahvaljujemo na sudjelovanju i želimo više sreće u sljedećim nagradnim igrama.



ODGOVORI I POKLON PONESI

NAGRADNA IGRA

NAGRADNO PITANJE GLASI:

OD KOJIH SE TRŽIŠTA
SASTOJI REGIJA SREDNJE
EUROPE I NOVIH TRŽIŠTA?

Odgovorite točno na nagradno pitanje i osvojite Podravkin poklon-paket. Točan odgovor pošaljite do 20. svibnja na adresu uredništva public.relations@belupo.hr ili na adresu Opatička 5, 48000 Koprivnica, s naznakom "Nagrada igra". U sljedećem broju Glasila Belupo bit će objavljeno ime dobitnika/dobitnice poklon-paketa.

UVODNIK

Poštovane čitateljice i čitatelji,

dobrodošli u online izdanje Glasila Belupa. Nakon pune 24 godine kontinuirana izlaženja i u tiskanom i u digitalnom obliku, naše novine ovoga mjeseca možete prolistati samo na intranetu putem web-linku. Vjerujemo da će vam radost čitanja biti jednaka. Jer, ako smo nešto naučili tijekom ova dva pandemijska mjeseca, naučili smo biti fleksibilni, inovativni, neformalni, solidarni i humani. Vjerovali smo struci – epidemiolozima, infektolozima, pulmolozima... Vjerovali smo liječnicima i farmaceutima, vjerovali smo i seizmolozima. Jedino je preostalo pitanje, koliko i kako vjerujemo sebi. I zato je upravo ovo doba trajno izmijenjenih navika, želja i ciljeva idealno da ponovno malo više vjerujemo sebi.

Zašto je to tako važno? Zato što je to jedini način da ponovno osvijestimo da sve počinje i završava upravo s nama. Ako mislimo da možemo nešto promijeniti, prihvatiti, osmisliti i kreirati, već smo na pola puta. Vjera u sebe i ono što izvorno jesmo nešto je o čemu ne razmišljamo svakoga dana, ali razmišljamo uvijek kada smo stavljeni pred zid. Ova situacija sigurno nije zid, ali zahtijeva da zastanemo i dublje promislimo o svemu. I na kraju, svi smo radili, radimo i radit ćemo neke propuste, pogreške i pogrešne korake. Svaki od njih je autentično naš i ponekad je više životna lekcija, nego pogreška.

Važno je to osvijestiti upravo sada. Sada kada svi unutar sebe tražimo oslonce na koje ćemo osloniti svoju ranjivost. Tražimo vrijeme u kojem nas neće dotaknuti ni potres, ni korona, ni lažne vijesti. Vrijeme u kojem ćemo se pripremiti za povratak životu, nakon ovih apokaliptičnih mjeseci. Vrijeme za novo normalno.

Želimo vam da ostanete zdravi, da kao i dosad drugima dajete najbolji dio sebe, da se uskladite s ritmom želja i mogućnosti. Zakazujemo novi susret u prvim danima lipnja, a dotad Zdravo budite.

Vaša,
Snježana Foschio-Bartol,
Glavna i odgovorna urednica



NADZORNI
ODBOR
BELUPA
JEDNOGLASNO
POTVRDIO

Hrvoje Kolarić pre Heđever član Uprave

Nadzorni odbor Belupa 28. je travnja jednoglasno potvrdio da magistar farmacije i magistar poslovnog upravljanja, Hrvoje Kolarić nastavlja upravljati kompanijom. Hrvoje Kolarić ima 24 godišnje radno iskustvo u industriji, od kojih je 9 radio u multinacionalnim kompanijama, a 15 u Belupu, na pozicijama člana, a potom i predsjednika Uprave. Posljednjih 8 godina na poziciji je i člana Uprave Podravke, zadužen za upravljanje farmaceutskom divizijom.

Dvočlana Uprava osnažena je imenovanjem diplomiranog ekonomista Tihomira Heđevera, za člana Uprave Belupa. Tihomir Heđever u kompaniju dolazi iz multinacionalne revizorske kompanije KPMG, s pozicije starijeg menadžera u Odjelu revizije. Tihomir Heđever je iskusan projekt menadžer, koji se tijekom 12 godišnjeg iskustva dokazao kroz financijsko savjetovanje pedesetak klijenata. Značajno iskustvo ima i u provođenju dubinskog snimanja poslo-

REZULTATI POSLOVANJA GRUPE PODRAVKA ZA PRVI KVARTAL 2020. GODINE

Grupa Podravka i u otežanim uvjetima p

Nadzorni odbor Podravke d.d. potvrdio je nerevidirane rezultate poslovanja Grupe Podravka za prvo tromjesečje 2020. godine te izrazio veliko zadovoljstvo ostvarenim pokazateljima, s obzirom na vrlo otežane uvjete poslovanja prouzrokovane utjecajem pandemije COVIDa - 19.

PRIHODI OD PRODAJE PORASLI ZA 211,3 MILIJUNA KUNA ODNOSNO 20,8 POSTO

"Gledajući na rezultate poslovanja Grupe Podravka za prva tri mjeseca tekuće godine prije svega moramo odati priznanje našim zaposlenicima s kojima smo u vrlo kratkom roku odgovorili na razne neplanirane izazove i prilagodili poslovanje naše kompanije novonastaloj, izvanrednoj situaciji. Na brojne negativne utjecaje na poslovanje uspjeli smo odgovoriti povećanjem prihoda od prodaje naših proizvoda te na taj način podići profitabilnost Grupe Podravka na još višu razinu. Ono na što smo posebno ponosni je da smo uspjeli održati naše javno obećanje za dostatnošću naših proizvoda na policama brojnih trgovina diljem svijeta te ih na taj način učinili dostupnima našim vjernim potrošačima." – naglasio je Marin Pucar, predsjednik Uprave Podravke prilikom objave rezultata poslovanja.

Neto dobit Grupe Podravka za prvo tro-

mjesečje 2020. godine iznosila je 91 milijun kuna što predstavlja rast od 13,5 posto u odnosu na usporedno razdoblje godinu ranije. Rast prodaje organskog asortimana uz istovremenu kontrolu operativnih troškova rezultiralo je s rastom profitabilnosti.

Prihodi od prodaje Grupe Podravka porasli su za 211,3 milijuna kuna te su iznosili 1.228,7 milijuna kuna što predstavlja rast od 20,8 posto u odnosu na godinu ranije. Na kretanje prihoda od prodaje utjecao je rast oba poslovna segmenta, Prehrane i Farmaceutike, uslijed povećanih prodajno-marketinških aktivnosti, gdje je rast prihoda od prodaje iz prva dva mjeseca nešto snažnije potaknut u trećem mjesecu, a pod utjecajem pojave COVIDa-19.

OSTVARENA NETO DOBIT U IZNOSU OD 91 MILIJUN KUNA ŠTO PREDSTAVLJA RAST OD 13,5 POSTO U ODNOSU NA GODINU RANIJE

Segment Prehrane ostvario je 970,9 milijuna kuna prihoda od prodaje što predstavlja povećanje od 155,4 milijuna kuna u odnosu na prethodnu godinu. U okviru navedenog segmenta svi poslovni programi ostvarili su rast prihoda od prodaje te je ostvaren rast vlastitih brendova za gotovo 21 posto odnosno za 157,9 milijuna kuna. Najveći rast

u iznosu od 45,9 milijuna kuna ostvaren je kod poslovnog programa Kulinarstvo te kod poslovnog programa Žito i Lagris u iznosu od 34,1 milijun kuna. Kod poslovnog programa Mesni proizvodi, jela i namazi zabilježen je rast prihoda od prodaje u iznosu od 24,1 milijun kuna, kod poslovnog programa Podravka hrana 22,8 milijuna kuna, poslovni program Riba porastao je za 16,4 milijuna dok je poslovni program Dječja hrana, slastice i snack ostvario rast prihoda od prodaje u iznosu od 14,5 milijuna kuna u odnosu na usporedno razdoblje godinu ranije.

BELUPO JE OSTVARIO 257,9 MILIJUNA KUNA PRIHODA OD PRODAJE, ŠTO PREDSTAVLJA RAST OD 56 MILIJUNA KUNA U ODNOSU NA GODINU RANIJE

Drugi segment Grupe Podravka, Farmaceutika ostvarila je 257,9 milijuna kuna prihoda od prodaje što predstavlja rast od 56 milijuna kuna u odnosu na godinu ranije. Vlastiti brendovi Farmaceutike ostvarili su rast u iznosu od 40,8 milijuna kuna odnosno 25,2 posto. U navedenom segmentu najveći rast u iznosu od 25,1 milijuna kuna ostvaren je u kategoriji Lijekovi na recept dok je kategorija Bezreceptni program ostvarila rast prihoda od prodaje u iznosu od 15,7 milijuna kuna.

Predsjednik, Tihomir Uprave Belupa

vanja, a sudjelovao je i na sekundarnoj javnoj ponudi dionica klijenta. Između ostalog vodio je i nadzirao brojne revizorske angažmane. Aktivni je član je britanske asocijacije ACCA, globalnog tijela za profesionalne računovođe.

Zahvalivši predsjedniku i članovima Nadzornog odbora na prilici i povjerenju da kompanijom upravlja i u sljedećem razdoblju predsjednik Belupove Uprave je kazao: "Imamo iskustva, znanja, predanosti i mo-

tivacije da, svi zajedno, ostvarimo ciljeve i postignemo rezultate, koje od nas očekujete. Na tom tragu, hvala vam na dosadašnjoj pomoći i razumijevanju specifičnosti farmaceutskog biznisa. On je sada, više no ikada, pokazao svoju održivost i perspektivu. Želim, ovom prigodom zahvaliti gospođi Kseniji Punčičar, koja karijeru nastavlja, na poziciji direktorice sektora Računovodstva, na suradnji i partnerstvu u proteklih 5 godina", kazao je Hrvoje Kolarić.



Poslovanja nastavlja sa snažnim rastom

VLASTITI BRENDOVI BELUPA OSTVARILI SU RAST U IZNOSU OD 40,8 MILIJUNA KUNA ODNOSNO 25,2 POSTO

Kada je riječ o ostvarenju prihoda od prodaje Grupe Podravka po regijama, najveći rast u iznosu od 173,8 milijuna kuna zabilježen je u Adria regiji, potom u regiji Centralna Europa u iznosu od 30,4 te regiji Zapadna Europa i prekooceanske zemlje u iznosu od 9,1 milijuna kuna dok je regija Istočna Europa zadržala prošlogodišnju razinu prihoda od prodaje.

NAJVEĆI RAST, U IZNOSU OD 25,1 MILIJUNAKUNA OSTVAREN JE U KATEGORIJI LIJEKOVI NA RECEPT, DOK JE KATEGORIJA BEZRECEPTNI PROGRAM OSTVARILA RAST PRIHODA OD PRODAJE U IZNOSU OD 15,7 MILIJUNA KUNA

Vrijedi istaknuti, kako je unatoč brojnim negativnim utjecajima COVIDa-19 na poslovanje (rast cijena sirovina i ambalaže, rast cijena usluga prijevoza te otežani uvjeti isporuke proizvoda, utjecaj tečajnih razli-



ka i sl.), Grupa Podravka nakon pozitivnih trendova poslovanja iz prva dva mjeseca tekuće godine uspjela sačuvati i nastaviti s pozitivnim trendovima poslovanja i u mjesecu ožujku što još jednom potvrđuje činjenicu o sposobnosti kompanije za prilagodbom poslovanja i u ovakvim nepredviđenim, izvanrednim situacijama. Utjecaj

budućih trendova na cjelokupno poslovanje Grupe Podravka u 2020. godini u ovome trenutku vrlo teško je procijeniti, s obzirom na nepoznanicu razvoja situacije proglašene pandemije. U svakom slučaju, kompanija je spremna odgovoriti na razne izazove koji je moguće očekuju u narednom razdoblju.

GRAĐANI SU RAZUMJE SVI ZAJEDNO MOŽEMO

Prim. mr. sc. Maja Grba-Bujević, dr. med., specijalistica je anesteziologije, reanimatologije i intenzivne medicine te specijalistica hitne medicine, a već više od deset godina, točnije od 2009. godine, ravnateljica je Hrvatskog zavoda za hitnu medicinu. Aktivno sudjeluje u izradi i provođenju brojnih projekata u zdravstvenom sustavu, u organizaciji tečajeva i edukacija te niza stručnih kongresa, autorica je i koautorica stručnih knjiga iz područja hitne medicine. Golemo stručno i organizacijsko iskustvo kao i svoj veliki radni elan svakodnevno ulaže u daljnje poboljšanje, unaprjeđenje kvalitete i organizacije hitne medicinske službe kako bi pacijentima hitna bila što dostupnija.

No, u ovim teškim vremenima, u ovo doba zdravstvene krize zbog pandemije novoga koronavirusa, Maju Grba-Bujević široka je javnost upoznala kao načelnicu Kriznog stožera Ministarstva zdravstva i članicu Nacionalnog stožera civilne zaštite Republike Hrvatske. Gotovo svakodnevno, putem elektroničkih medija, ulazi u naše domove te nam mirno, staloženo i kompetentno iznosi informacije o Covidu-19, o tome što nam je činiti, kako se ponašati, kako štititi sebe i druge, kako izdržati... A u svemu tome možemo prepoznati njenu ljubav prema čovjeku kao i strast prema poslu.

S dr. Majom Grba-Bujević za Glasilo Belupa razgovarali smo, među ostalim, i o tome kako posljednjih mjeseci izgleda njezin život.

B Kako izgleda tipični radni dan načelnice Kriznog stožera Ministarstva zdravstva i članice Nacionalnog stožera civilne zaštite Republike Hrvatske u vrijeme zdravstvene krize zbog pandemije novog koronavirusa? Dan mi počinje rano ujutro kada prvo pregledavam mailove i poruke s informacijama i upitima koji su tijekom noći pristigli s raznih strana. Nakon toga provjeravam portale i objave u medijima kako bih bila spremna za sve eventualne upite novinara koji su od posebnog interesa javnosti za taj dan. Sa svim tim informacijama sastajem se

sa ekspertnom skupinom, a zatim i s članovima Nacionalnog stožera. Iz dana u dan, na temelju epidemioloških podataka, dogovaramo aktivnosti i mjere za koje smatramo da su najbolje moguće kako bismo naše građane sačuvali od virusa i što prije svi skupa izašli iz ove situacije. Također, svakodnevno se bavimo tekućim organizacijskim i logističkim pitanjima, nabavom zaštitne opreme, upitima donatora, ali i funkcioniranjem zdravstvenog sustava u cjelini.

O strahu ne razmišljam. Uz ovakav tempo rada nemam za to ni vremena, ali naravno oprez mi je uvijek na pameti, ne samo kako bih zaštitila sebe, nego i svoju obitelj i suradnike.

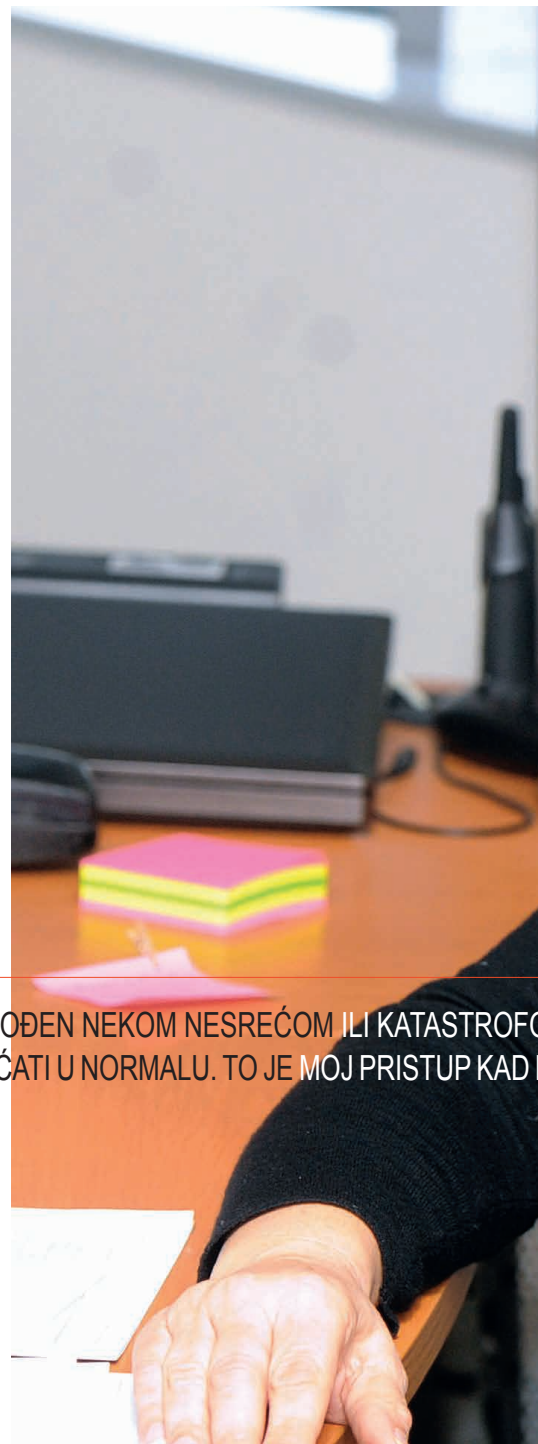
B U ovoj zdravstvenoj krizi iznimno je važno i kvalitetno upravljanje krizom kao i krizna komunikacija. Što je u upravljanju kriznom situacijom najvažnije? Koje poruke i na koji način moraju doprijeti u javnost?

U kriznim situacijama najvažnije je da ljudi znaju da postoji sustav i osobe unutar sustava koji upravljaju tom krizom. Ako to ne znaju, ili takav sustav ne postoji, ljudi osjećaju da su prepušteni sami sebi i tada nastaje kaos koji je – u već ionako kriznoj situaciji – prijetnja sama za sebe.

Krizni stožer Ministarstva zdravstva još je u siječnju počeo sustavno pratiti situaciju s koronavirusom u Kini i pripremali smo se za

ČOVJEK KOJI JE NEPOSREDNO POGOĐEN NEKOM NESREĆOM ILI KATASTROFOM ŽELI VRAĆATI SE ŽIVOTU ŠTO PRIJE POČEO VRAĆATI U NORMALU. TO JE MOJ PRISTUP KAD

razne scenarije. S prvom zaraženom osobom u Hrvatskoj aktivirao se i Nacionalni stožer civilne zaštite, ali i taj je potez bio pripremljen. Stožer, dakle, nije nastao preko noći. Okupili smo stručne i iskusne ljude i pravovremenim potezima uspjeli smo zadobiti povjerenje građana. A kada postoji povjerenje izgrađeno na zdravim temeljima, onda je puno lakše ostvariti suradnju s građanima, prenijeti im ključne poruke i zatražiti od njih partnerstvo u vidu discipli-



SLIŠATI NAŠU PORUKU DA MOŽEMO POBIJEDITI VIRUS



...OM, NAJVAŽNIJE JE DA ZNA ŠTO MU JE ČINITI, TKO ĆE SE ZA NJEGA POBRINUTI I KOME SE TREBA OBRATITI KAKO BI
...BIRAM RIJEČI KOJIMA ĆU NA ŠTO JEDNOSTAVNIJI NAČIN PRENIJETI KONKRETNU, JASNU I NEDVOSMISLENU PORUKU

NAŠI GRAĐANI POKAZALI SU VISOKU RAZINU SPREMNOSTI NA SURADNJU I ONI SU KLJUČ USPJEHA NAŠE BORBE. NARAVNO DA NIJE LAKO PREKO NOĆI PROMIJENITI SVE NAVIKE, OSOBNE ILI KULTUROLOŠKE. I GOTOVO KOD SVIH NAS SE ISPRVA JAVIO NEKI OBLIK UNUTARNJEG REVOLTA I OTPORA PROMJENAMA

ne. Jer, disciplina nam je sada ključna za što brže mogući izlazak iz ove situacije.

B U kriznoj komunikaciji jako se dobro snalazite. Vaše su poruke konkretne i jasne. Koliko Vam u tome pomažu ranija iskustva iz Domovinskog rata, poplave u Gunji, migrantske krize u kojima ste aktivno sudjelovali?

Svako iskustvo donosi novo znanje, a naročito iskustvo rada u kriznim situacijama kada vas okolnosti rada i vaš vlastiti adrenalin tjeraju da odluke donosite žurno i da ih takve što jasnije prenesete javnosti. Ako se stavimo u poziciju čovjeka koji je neposredno pogođen nekom nesrećom ili katastrofom, vrlo lako ćemo shvatiti da mu je tada najvažnije da što prije, jasno i konkretno, zna što mu je činiti, tko će se za njega pobrinuti i kome se treba obratiti kako bi mu se život što prije počeo vraćati u normalu. Takvim pristupom automatski biram riječi kojima ću na što jednostavniji način prenijeti konkretnu, jasnu i nedvosmislenu poruku.

B U Hrvatskoj je danas vjerojatno jako malo ljudi koji nisu čuli za Vas i Vaše poruke. Jeste li zadovoljni kako su građani prihvatili epi-

i donirali novac za Nacionalni stožer.

Kao i mnogo puta dosad, humanost i solidarnost u našem društvu pokazali su se kad



KAO I MNOGO PUTA DOSAD, HUMANOST I SOLIDARNOST U NAŠEM DRUŠTVU POKAZALI SU SE KAD JE NAJPOTREBNIJE. HUMANOST I SOLIDARNOST PRIKAZANA U RAZNIM OBLICIMA SLAŽE SE KAO U JEDAN MOZAIK I SVI SKUPA MOŽEMO BITI PONOSNI. VELIKA HVALA SVIM DONATORIMA

demiološke mjere kako bi sačuvali svoje i tuđe zdravlje u borbi protiv Covida-19?

Naši građani pokazali su visoku razinu spremnosti na suradnju i oni su ključ uspjeha naše borbe. Naravno da nije lako skoro preko noći promijeniti sve navike, bilo osobne ili kulturološke. I gotovo kod svih nas se isprva javio neki oblik unutarnjeg revolta i otpora promjenama. No, upravo zbog već spomenutog povjerenja i transparentnosti u potezima Stožera i njihovoj komunikaciji, naši su građani zaista sjajno reagirali i prihvatili epidemiološke mjere. Razumjeli su poruku da jedino zajedno možemo pobijediti ovaj virus. Hvala im na tome.

B I u ovoj zdravstvenoj krizi pokazala se na djelu humanost i solidarnost hrvatskih građana. Mnoge velike kompanije kao i mnogi pojedinci odrekli su se dijela svojih prihoda

je najpotrebnije. Svi na neki način nosimo teret ovog stanja. Jedni aktivno sudjeluju u rješavanju krize i izlažu svoje i zdravlje svojih najbližih potencijalnoj zarazi dok su drugima ekonomske posljedice već donijele nelagodu i neizvjesnost. Ipak, mnogi su i u takvim nezahvalnim uvjetima odlučili izdvojiti značajna sredstva kako bi omogućili Nacionalnom stožeru nabavu prijeko potrebne zaštitne opreme i medicinskih uređaja. Također, mnogi koji su u mogućnosti, izravno su donirali zdravstvenu opremu koja im je dostupna ili je sami izrađuju, a tu su i brojne donacije koje posredno doprinose u rješavanju krize. Sva ta humanost i solidarnost prikazana u raznim oblicima slaže se kao u jedan mozaik i svi skupa možemo biti ponosni. Velika hvala svim donatorima.

B Među ostalima, liječnici su na prvoy crti

obrane od ove infektivne bolesti koju uzrokuje još uvijek nedovoljno poznati virus. Tu su naravno i liječnici hitne medicinske pomoći koji se svakodnevno suočavaju s različitim teškim situacijama.

Prema vlastitom iskustvu mogu reći da rad u hitnoj nije posao nego poziv. Iako je ovakva epidemija nepoznata velikoj većini zdravstvenih djelatnika, a kao što i sami kažete nedovoljno poznat je i sam virus, hitnjaci su navikli na susretanje s raznim teškim i stresnim situacijama. Nikome nije svejedno biti izložen zarazi, naročito ako ste prvi na udaru, ali ugroženi životi moraju se spašavati s koronom ili bez nje, i ni jedan hitnjak to nikada nije doveo pitanje.

B Što je zapravo najvažnije kako bi se u ovo vrijeme, kada ipak vladaju strah i neizvjesnost, održalo psihofizičko zdravlje svih?

Najvažnije je i dalje slušati upute Nacionalnog stožera koje se temelje na epidemiološkim procjenama kako ne bismo pokvarili sve ono što smo dosad napravili i kako bismo sačuvali svoje zdravlje od virusne infekcije. Sigurno je da ćemo još neko vrijeme morati prilagođavati svoje životne navike, ali je isto tako sigurno da ćemo iz ovoga izaći kao pobjednici. Koliko će nam vremena za to trebati ovisi upravo o našem zajedničkom pridržavanju mjera.

Održavajte kontakte s prijateljima i obitelji, socijalno distanciranje odnosi se samo na fizičku distancu, ali i dalje možemo i trebamo ostati povezani kako bismo svi skupa lakše prebrodili ovo izazovno vrijeme.

B Tko Vas poznaje, zna da ste vrlo čvrsti, ali i vrlo emotivni. Kako usklađujete te dvije strane osobnosti u ova teška vremena?

Za kontinuirano cjelokupno sagledavanje situacije i donošenje odluka ključna je smirenost, a ona dolazi iznutra, iz saznanja da radite odgovorno, stručno i transparentno i da iza svojih poteza uvijek možete suvereno stajati. S druge pak strane, nismo roboti da uvijek možemo biti baš potpuno hladne glave, ali osobno, emocije u poslu pokušavam držati sa strane.

B I, ako može, osobnije pitanje. Sigurno postoji popis puno stvari koje želite ili morate učiniti kada nam se životi vrate u normalu. No što ćete prvo učiniti?

Prvo ću zagrliti unuka i provesti vrijeme s njim, a onda ću otići u dugu šetnju prirodom.



BEZ OBZIRA NA
SMANJEN BROJ
ZARAŽENIH IZ DANA
U DAN, BEZ OBZIRA
NA UBLAŽAVANJE
MJERA – VIRUS NIJE
NESTAO I NEMA
OPUŠTANJA

Hrvatska je iza sebe ostavila više od dva mjeseca od prve zaraze koronavirusom. Broj zaraženih sada je premašio 2000, ali je epidemiološka situacija povoljna. Zato se krenulo u prvo ublažavanje mjera. Sve je podijeljeno u tri faze. Vlada i Nacionalni stožer civilne zaštite Republike Hrvatske donijeli su odluku da to bude svakih sedam dana i to od 27. travnja do 11. svibnja. Prva faza znači otvaranje trgovina, gradskog prijevoza, početak treninga. Druga faza – puni rad zdravstvenog sustava, ali isto tako podrazumijeva rad frizera, kozmetičara, brijača. Zadnja je treća faza. U njoj je dozvoljeno okupljanje do 10 osoba, rad trgovačkih centara, vrtića, razredne nastave. Uvjet od faze do faze je da epidemiološka situacija nastavi biti povoljna.

U travnju smo doznali i za velike uspjehe i iz Klinike za infektivne bolesti "Dr. Fran Mihaljević" i s Instituta Ruđer Bošković. Isto tako, mjesec je to u kojem smo korak bliže serološkim testiranjima u državi. Krenimo redom.

DVA MJESECA OD PRVOG SLUČAJA

SEROLOŠKI TESTOVI STIŽU U HRVATSKU I NAKON ŠTO SE PROVEDE ISTRAŽIVANJE ZNAT ĆE SE JE LI OBOLJELIH OD KORONAVIRUSA VIŠE NEGO ŠTO POKAZUJU SLUŽBENI PODACI

Serološko testiranje

Serološki testovi stižu u Hrvatsku, naručeni su i pitanje je trenutka isporuke. Važni su kada se želi odrediti proširenost virusa u populaciji. Za testiranje se već prikupljaju uzorci krvi pacijenata koji su obavljali neke druge pretrage, a dali su svoj pristanak za istraživanje. Nakon što se provede istraživanje znat će se je li oboljelih od koronavirusa više nego što pokazuju službeni po-

vijestima iz Amerike, točnije rezultatima seroloških testiranja, pozvao je na otvaranje šampanjca. Lauc na svom Facebooku piše: "Vrijeme je da otvorimo šampanjac! Konačno je došla jedna doista dobra vijest iz Amerike. Najveći problem u ovoj pandemiji je bio taj što smo imali nevidljivog neprijatelja kojeg uopće nismo pozvali. Zapanjeno smo gledali kako sjever Italije zapada u potpuni kaos u kojem se broj teško bolesnih i mrtvih udeseterostručuje svakih

sedam-osam dana, a najgore je bilo to što nitko nije znao hoće li taj broj porasti 10, 100 ili 1000 puta." Naime, u New Yorku je provedeno veliko serološko testiranje koje je pokazalo da više od 20 % ljudi ima protutijela na SARS-CoV-2 i to su svakako vijesti koje ohrabruju.

Utrka s vremenom i utrka za cjepivo

Dok se strahuje od drugoga vala zaraze, razvoj cjepiva je itekako u fokusu javnosti. I

Izoliran virus – VELIKI USPJESI KLINIKE ZA INFektivNE BOLESTI "DR. FRAN MIHALJEVIĆ" I INSTITUTA RUĐER BOŠKOVIĆ

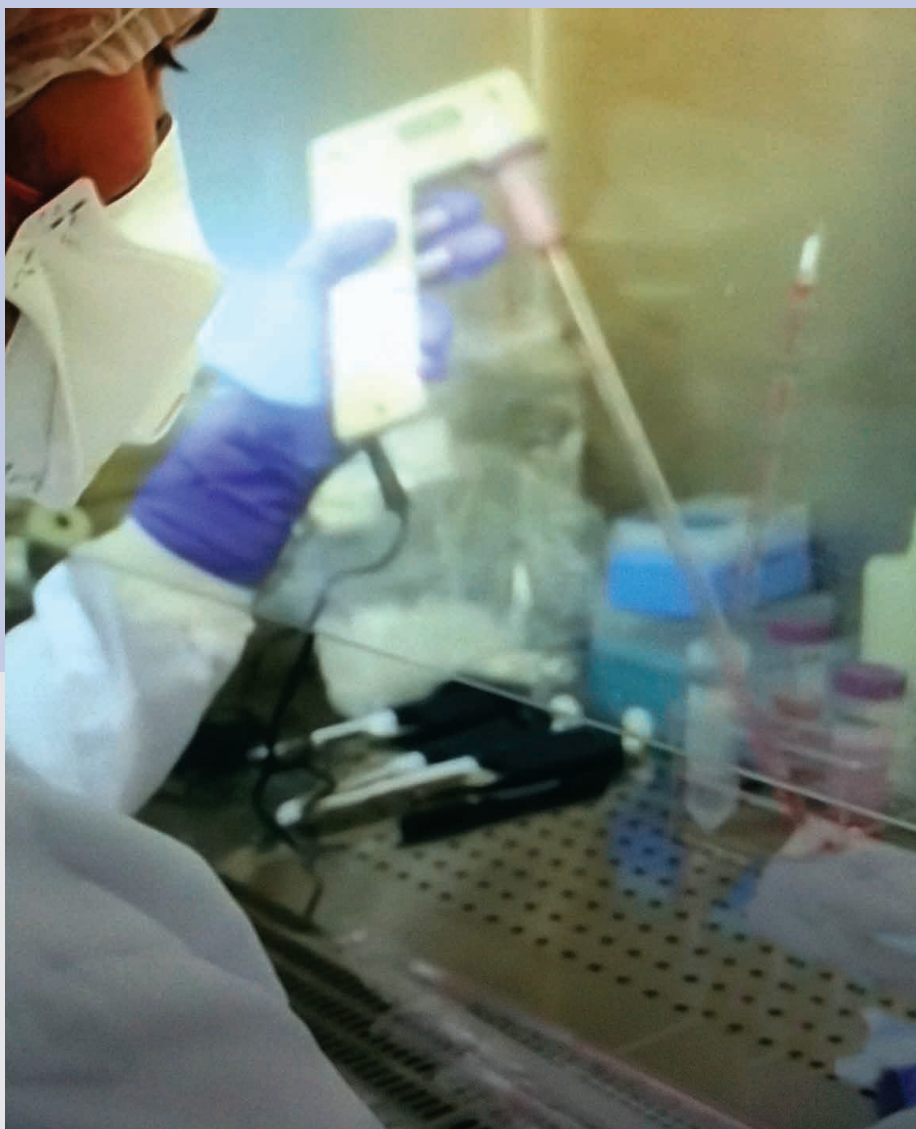
U zagrebačkoj Klinici za infektivne bolesti "Dr. Fran Mihajević" izolirali su virus koji uzrokuje Covid-19, točnije uzgojen je u laboratorijskim uvjetima iz brisa pacijenta koji je bio pozitivan na SARS-COV-2. Velik je to uspjeh, ali i prvi korak za razvoj cjepiva, ali brojna druga istraživanja i projekte. Tim koji se može pohvaliti ovim uspjehom predvodila je profesorica Alemka Markotić. Zbog ovog uspjeha Klinika je dobila ponudu da se uključi u istraživanje američke biotehnoške kompanije. "Oni rade najmoderniju staničnu bioterapiju koju primjenjuju u tumorima, ali isti principi bi se mogli primijeniti i u borbi protiv virusa. Ponuda je vrhunska, ali vidjet ćemo hoćemo li se moći dogovoriti" – poručila je. Izolirani virus poslan je u Njemačku, a tamo ga je primio Luka Čičin-Šain čija su uža specijalnost imunitet i kronične infekcije. Kaže da to što je poslan hrvatski izolat je jako važno. "Jednom kada ustanovimo da jedna tvar može djelovati protiv virusa, mi moramo dokazati da ta tvar ne djeluje samo protiv lokalnih virusa, nego da je šire primjenjiva", rekao je voditelj tima pri Helmholtz centru za infektivna istraživanja u Njemačkoj.

daci. Ravnatelj Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo Krunoslav Capak objašnjava kako će sve izgledati: "Uzorak će biti stratificiran po dobi i spolu. Ono što je bitno da u uzorku budu ljudi koji imaju jednaki rizik obolijevanja od koronavirusne infekcije jednostavno zato da možemo procijeniti realno na tih 1000, 1100 ispitanika koliko ljudi ima igG antitijela, odnosno koliko ljudi je preboljelo koronavirusnu infekciju". Nakon što testovi stignu, za par dana bit će samo testiranje, a potom i rezultati kroz desetak dana. Koliko je to važno, govori i hrvatski znanstvenik i molekularni biolog Gordan Lauc. Ohrabren

Sekvencioniran genom

Da doista mogu i znaju, hrvatski znanstvenici pokazali su još jednom ovaj mjesec. Interdisciplinarni tim uspio je odrediti sekvencu genoma virusa uzročnika bolesti Covid-19. To je korak bliže jasnom određivanju izvora zaraze, ali isto tako i važno

je za praćenje širenja. To je pak zajednički istraživački uspjeh znanstvenika s Instituta Ruđer Bošković, riječkog Medicinskog fakulteta i Nastavnog zavoda za javno zdravstvo te Odjela za biotehnologiju Sveučilišta u Rijeci. Svi su složni – izolirati virus je prvi korak prema cjepivu. A na tom istom cjepivu radi se diljem svijeta.



U OVOM TRENUTKU JEDINI PRISTUP LIJEČENJU PACIJENATA S INFEKCIJAMA VEZANIM ZA KORONAVIRUSE JE LIJEČENJE KLINIČKIH SIMPTOMA



dok je na početku epidemije rečeno da je potrebno sigurno više od 12 mjeseci, znanstvenici sa Sveučilišta Oxford u Velikoj Britaniji prkose vremenu. Kažu da su na korak do razvijanja cjepiva koje bi trebalo zaustaviti širenje koronavirusa. Testiranja na životinjama su iza njih i to na majmunima. Šest majmuna dobilo je dozu cjepiva, dok drugi nisu. Potom su zaraženi koronavirusom. I ono što slijedi daje im vjetar u leđa. Mjesec dana kasnije majmuni nisu pokazivali nikakve znakove bolesti, dok su oni koji nisu bili cijepljeni – oboljeli. Testiranja se provode u laboratorijima Nacionalnog instituta za zdravlje u Montani, a klinička testiranja novog cjepiva trebala bi početi do kraja travnja.

Da ne kasni za ostalima, Europska komisija objavila je da se tijekom pandemije koronavirusa klinička ispitivanja u EU-u mogu i dalje provoditi. Cijepljenje spašava milijune života i jedna je od najuspješnijih zdravstvenih intervencija na svijetu. Da su okolnosti drukčije, u travnju bismo sigurno i drukčije obilježavali Svjetski tjedan cijepjenja. Sada je baš sve usmjereno na koronavirus i cjepivo za tu bolest. Kako put do samog cjepiva inače funkcionira? Testiranja se rade u tri kliničke faze, kojima prethodi nulta pretklinička faza. Nakon što se uspješnom pokaže sama treća faza slijedi traženje odobrenja i to od nadležnog državnog tijela. Samo ovako nabrojeno i stavljeno na papir govori da je doista potrebno vremena. Pitanje je što do tada?

Liječenje krvnom plazmom

Kao moguće liječenje za sad se spominje korištenje plazme osoba koje su preboljele Covid-19. U njihovoj krvi nalazi se visoka koncentracija antitijela specifičnih upravo

način liječenja ako bude potrebno, iako ta metoda liječenja nije znanstveno potvrđena kao uspješna na većem broju pacijenata. U ovom trenutku jedini pristup liječenju pacijenata s infekcijama vezanim za koronavirus je liječenje kliničkih simptoma.

Ne smijemo zaboraviti

U mjesecu koji je pred nama svakako treba obratiti pažnju na zdravstveni sustav koji je ionako bio preopterećen listama čekanja i dugovima. I sam je bio na čekanju gotovo dva mjeseca, a u trećoj fazi ublažavanja mjera dolazi do povratka pacijenata u bolnice. Kako će izgledati povratak na staro i hoće li uopće biti moguć u kratkom roku – tek ćemo vidjeti.

Bez obzira na smanjen broj zaraženih iz dana u dan, bez obzira na ublažavanje mje-

SVE I DA CJEPIVO BUDE SPREMNO ZA JESEN, ŠTO ZVUČI PONEKAD PREOPTIMISTIČNO, U HRVATSKOJ DO TADA TREBA NASTAVITI S DOBRIM REZULTATIMA



za tog uzročnika koji je izazvao bolest. Izdvajanje plazme s antitijelima je u formi svojevrsnog seruma. Takva eksperimentalna liječenja već su započela u Italiji i Francuskoj. Ravnateljica Hrvatskog zavoda za transfuzijsku medicinu Irena Jukić poručila je: "Mi s prikupljanjem možemo krenuti jučer, jer smo sve prikupili, čak smo i dobili informacije od nekih ljudi koji su povremeni darivatelji krvi da su spremni na to doći, dobili smo i načelno odobrenje od Ministarstva zdravstva". Hrvatska je spremna i za taj

ra – virus nije nestao i nema opuštanja. Na snazi su i dalje mjere za smanjenje unosa bolesti u populaciju i jačanje nadzora nad širenjem virusa. Najbolja zaštita je poštivanje mjera prevencije te izbjegavanje dotirivanja očiju, nosa i usta. Sve i da cjepivo bude spremno za jesen, što zvuči ponekad preoptimistično, treba nastaviti s dobrim rezultatima u Hrvatskoj do tada. Smanjenjem broja ljudi koje jedna zaražena osoba zarazi dalje znači da smo na dobrom putu. Neka tako i ostane.

STOŽER CIVILNE ZAŠTITE KOPRIVNIČKO-KRIŽEVAČKE ŽUPANIJE



Epidemiološka situacija na području županije je zadovoljavajuća

APELIRAMO NA GRAĐANE DA SE I DALJE PRIDRŽAVAJU SVIH OPĆIH MJERA ZAŠTITE, SOCIJALNE DISTANCE I DA ODRŽAVAJU HIGIJENU KAKO BI EPIDEMIJA I DALJE BILA POD KONTROLOM

Stožer civilne zaštite Koprivničko-križevačke županije je na konferenciji za medije održanoj 27. travnja iznio aktualne informacije o epidemiološkoj situaciji na području županije. "U posljednja 24 sata imamo dvije nove osobe pozitivne na Covid-19 infekciju tako da ovog trenutka ukupni broj pozitivnih osoba na području naše županije iznosi 65. Novooboljele osobe nisu iz koprivničkog Doma za starije i nemoćne već se radi o kontaktima prije zaraženih osoba. Uz to imamo i jednu novu oporavljenu osobu tako da je ukupan broj do sada izliječenih 15. Nažalost, noćas je u koprivničkoj bolnici preminula jedna osoba koja je bila pozitivna na koronavirus. U ime Stožera civilne zaštite Koprivničko-križevačke županije izražavamo duboku sućut obitelji", kazao je načelnik Stožera Ratimir Ljubić.

Ravnatelj OB "Dr. Tomislav Bardek" Mato Devčić kazao je kako je preminula 82-godišnjakinja bolovala od niza kroničnih bolesti. "Osoba je bila pozitivna na Covid-19 infekciju, a nedavno je hospitalizirana zbog srčanih tegoba i plućnog edema. Nažalost,

unatoč svim poduzetim mjerama liječenja kod bolesnice je nastupilo pogoršanje zdravstvenog stanja i ona je preminula u ranim jutarnjim satima", pojasnio je ravnatelj Devčić te dodao kako je u Bolnici trenutno hospitalizirano 27 osoba pozitivnih na koronavirus.

Što se tiče epidemiološke slike županije, ona je zadovoljavajuća, naglasila je ravnateljica Zavoda za javno zdravstvo Koprivničko-križevačke županije Draženka Vadla. "Stanje u općoj populaciji je zadovoljavajuće, a što se tiče Doma za starije i nemoćne osobe Koprivnica sve je pod kontrolom i pod pojačanim nadzorom, no može se očekivati još pozitivnih kontakata. Ukupno je 36 osoba iz Doma pozitivno na Covid-19, od toga šest zaposlenika i 30 štićenika koji su hospitalizirani. Novooboljeli slučajevi kontakti su ranijih pozitivnih osoba s time da je jedna osoba ponovno pozitivna 39. dan nakon prvog testiranja. Apeliram na građane da se i dalje pridržavaju svih općih mjera zaštite, socijalne distance i da održavaju higijenu kako bi epidemija i dalje bila pod

kontrolom", naglasila je ravnateljica Vadla. Javni prostor pojačano će kontrolirati i policijski službenici te operativne snage civilne zaštite, istaknuo je načelnik PU Koprivničko-križevačke Vjekoslav Štimac.

"Tijekom vikenda smo bez važeće propusnice zatekli 56 osoba, a do sada smo zabilježili 61 kršenje mjere samoizolacije. Pet osoba je tu mjeru kršilo dva puta. Na snazi su i dalje mjere zabrane javnih okupljanja, stoga upozoravam građane da poštuju mjere jer policija će uz operativne snage civilne zaštite kontrolirati javni prostor", napomenuo je načelnik Štimac.

Načelnik Ljubić informirao je javnost na konferenciji za medije i o odlukama Stožera civilne zaštite Republike Hrvatske koje su donesene radi izvršenja mjera koje se primjenjuju od danas te uz apel građanima da se pridržavaju mjere fizičke udaljenosti i održavaju najviši higijenski standard, podsjetio kako je i dalje na snazi zabrana održavanja javnih događanja i okupljanja uz poziv općinskim i gradskim stožerima da na svojim područjima provode kontrole.

Medicinskih djelatnika ima dovoljno, nema potrebe za novim zapošljavanjima

Budući da je ravnatelj naše koprivničke bolnice Mato Devčić ovih dana vrlo zauzet rješavajući probleme nastale koronavirusom što u Bolnici, što u Civilnom stožeru Županije, nakratko smo ga uspjeli zaustaviti i priupitati kakva je situacija u koprivničkoj bolnici s oboljelima te kako će se obilježiti neki važni "medicinski" dani.

B Kakva je situacija s koronavirusom u našoj bolnici? Koliko ljudi je na liječenju od koronavirusa te koliko je osoba zaraženo ili u samoizolaciji?

Na dan 23. travnja u Općoj bolnici Koprivnica u izolaciji na Covid odjelu nalazi se 20 pacijenata s pozitivnim testom na koronavirus. Imamo do sada četiri pozitivna zaposlenika te još za sada tri djelatnika u samoizolaciji.

B Kakva je situacija s osobljem, nedostaje li liječnika i medicinskih sestara? Jeste li imali, zbog koronavirusa, potrebe za novim/dodatnim zapošljavanjima?

U vrijeme ove epidemije nismo imali potrebe za povećanjem broja djelatnika, osim redovitih zapošljavanja zamjena za dugotrajna bolovanja, što je uobičajeno u zdravstvenom sustavu.

B Kako će se u Vašoj bolnici obilježiti Svjetski dan medicinskih sestara?

Svjetski Dan medicinskih sestara 12. svibnja obilježit ćemo samo putem bolničkog internog weba, s obzirom na protokole u svezi s Covidom-19 koji se trenutačno provode.

TIJEKOM EPIDEMIJE NISMO IMALI POTREBE ZA POVEĆANJEM BROJA DJELATNIKA, OSIM REDOVITIH ZAPOSŁJAVANJA ZAMJENA ZA DUGOTRAJNA BOLOVANJA, ŠTO JE UOBIČAJENO U ZDRAVSTVENOM SUSTAVU, REKAO JE DEVČIĆ

B Kakav je tretman bolesnika s drugim dijagnozama, izuzevši koronavirus?

Trenutačno zbrinjavamo samo hitne i onkološke bolesnike prema protokolima koje je propisala epidemiološka služba i bolnički Koordinator za Covid-19 epidemiju. Sve ostale aktivnosti, sukladno nalogu Ministarstva zdravlja, provode se isključivo elektroničkom komunikacijom ili su odgođene.

B Poštuju li pacijenti propisane mjere ponašanja i dolaze li u Bolnicu samo u hitnim slučajevima?

Trijaža bolesnika koji zatraže pomoć obavlja se u Objedinjenom hitnom bolničkom prijemu, a potom se procjenjuje tko zahtijeva promptno liječenje, a tko će biti odgođen i pozvan na terapiju nakon normalizacije opsega usluga u bolničkom sustavu. Bolesnici se pridržavaju svih naputaka, što se kontinuirano i provjerava po sestri za nadzor hospitalnih infekcija.



BEZ OBZIRA NA TO ŠTO ČINILI, OVA IZAZOVNA VREMENA MOŽEMO ISKORISTITI DA POKAŽEMO KOLIKO JE LJEKARNIŠTVO ZDRAVSTVENA I HUMANA STRUKA I KOJE JE NJENO MJESTO U DRUŠTVU

Ljekarnička skrb za pacijente tijekom pandemije koronavirusa

Piše: mr. pharm. Ivan Barešić, MBA, pomoćnik ravnatelja Ljekarne Deltis Pharm

U vrijeme pandemije korona virusom nužno je da lijekovi i ljekarnička skrb budu dostupni što većem broju pacijenta. S druge strane, potrebno je zaštititi djelatnike ljekarni od zaraze, jer obolijevanje samo jednog djelatnika podrazumijeva zatvaranje ljekarne. Kako bi se to spriječilo, Krizni stožer u suradnji s Hrvatskom ljekarničkom komorom izdao je nalog prema kojem sve ljekarne u Hrvatskoj (osim dežurnih) rade u skraćenom radnom vremenu. Djelatnici rade u timovima tako da timovi ne dolaze u međusobni kontakt te za vrijeme rada jednog tima drugi je u pripravnosti. Kao izvanredna epidemiološka mjera i dodatna mjera sigurnosti na samom ulazu u ljekarnu provjerava se epidemiološki status pacijenta. Na takav način sprječava se da osoba kojoj je izrečena mjera samoizolacije ulazi u ljekarnu te se time dodatno čuva zdravlje djelatnika ljekarne, ali i drugih pacijenata. Ovisno o veličini prostora u samoj ljekarni, ograničen je broj pacijenta koji istovremeno može boraviti, a njihov fizički kontakt s ljekarnikom sveden je na minimum. Slijedeći preporuke struke, većina ljekarni je nabavila zaštitnu opremu za djelatnike (maske, rukavice, viziri, dezinficijensi) kao i zaštitne pregrade (staklene ili pleksiglas). U samim ljekarnama na podu su označena mjesta do kojih pacijenti mogu doći. Svrha svih mjera koje se provode je ograničiti širenje virusa i zaštititi zdravlje stanovništva. Izazov njihova provođenja tim je veći što je u vrijeme pandemije povećana potražnja za lijekovima.

U izvanrednim vremenima pokazuje se važnost cjelovitog, pravovremenog i točnog informiranja iz vjerodostojnih izvora. Pacijent danas u ljekarnu dolazi naoružan lakodostupnim informacijama koje nisu nužno provjerene. Tako su primjerice informacije o (ne)nošenju zaštitnih maski ili primjeni ibuprofena u slučaju infekcije vrlo brzo pronašle svoj put do pacijenata. Strah mijenja procjenu i percepciju što se u uvjetima pandemije posebno očituje u svakod-

nevnom radu s ljudima. Različite hipoteze bez valjanih dokaza u kombinaciji s neznanjem, strahom i panikom lako pronalaze plodno tlo u široj populaciji. Dokazano je kako mozak u primanju informacija radi selektivno: veću važnost pridaje lošim vijestima (npr. broj oboljelih ili umrlih) zanemarujući pri tome one dobre (npr. broj onih koji su

na posao). Tako većina naših pacijenta ne razlikuje svojstva pojedinih maski ili rukavica kao ni njihovu pravilnu primjenu (maske koje su okrenute naopako, ne prekrivaju nos, po ulasku u prostor ljekarne ili prilikom govora ih skidaju s lica, stavljaju na kosu ili pod bradu i sl.). Prilika je to da ih podsjetimo kako nošenje zaštitne opreme može



BORBA PROTIV STRAHA I DEZINFORMACIJA ZAHTIJEVA VELIKU STRUČNOST, TRUD, UMJEŠNOST U PRISTUPU, UVJERLJIVE I RAZUMLJIVE ARGUMENTE I POSEBNO VAŽNO: EMPATIČNOST

ozdravili). Kombinacija tih faktora kod pojedinaca može dovesti do nepromišljenog ponašanja kao što je kupovanje nerazumne zalihe OTC lijekova ili zaštitne opreme. Borba protiv straha i dezinformacija zahtjeva veliku stručnost, trud, umješnost u pristupu, uvjerljive i razumljive argumente i posebno važno: empatičnost. Stoga u otežanim uvjetima pravilno savjetovanje pacijenta još više dobiva na važnosti. Iskustvo pokazuje kao pacijenti najčešće ne znaju kako se pravilno primjenjuju dezinficijensi, radi li se o gotovoj otopini ili se dodatno razrjeđuje, smije li se primjenjivati na svim površinama ili je samo za kožu, koji je rok valjanosti nakon otvaranja i sl. Za razliku od zemalja dalekog istoka (Japan, Kina) kod nas nošenje zaštitne opreme nije uobičajeno u svakodnevnom životu (primjerice prilikom odlaska u trgovinu ili

stvoriti lažan osjećaj sigurnosti te se nika-ko ne smiju zanemariti ostale ključne mjere poput redovite higijene ruku i održavanja socijalne distance. U strahu i koncentrirani isključivo na potencijalnu bolest najčešće se zaboravljaju na imunitet pojedinca. Zato je često potrebno sugerirati pripreme koje pomažu očuvanju imuniteta. Kako bi se dodatna spriječila širenje zaraze, ali i smanjio umor i anksioznost u prostorima ljekarne sve se više koristi i aromaterapija. Pacijenti je najčešće prepoznaju kao "lijepi miris". To je prilika da im se u kratkim crtama objasne svojstva nekih eteričnih ulja i njihova primjena u ovim uvjetima. Bez obzira na to što činili, ova izazovna vremena možemo iskoristiti da pokažemo koliko je ljekarništvo zdravstvena i humana struka i koje je njeno mjesto u društvu.

KAKO SE ZAPOSLENICI BELUPA NOSE S NOVIM UVJETIMA ŽIVOTA I RADA

COVID-19 I NAŠ ŽIVOT.

SVI S KOJIMA SMO RAZGOVARALI, SLAŽU SE DA ĆE POVRATAK U "NORMALU" NAKON EPIDEMIJE BITI VELIK IZAZOV. KAKO STVORITI NEŠTO NOVO NE RUŠEĆI STARO, SVAKAKO JE PROAKTIVAN STAV. FOKUSIRATI SE NA ŠTO MOŽEMO UTJECATI, POSTAVITI MALE CILJEVE I OSTVARUJUĆI IH IĆI K NOVIM CILJEVIMA I USPJESIMA



Covid-19 postao je naš život. To nije nešto što se događa tamo daleko u Kini, to je nešto što se događa i kod nas! Kako smo u našoj kompaniji reagirali kad se Covid-19 dogodio i nama, koji su koraci poduzeti u našim sektorima, službama i inozemnim predstavništvima kako bi poslovanje i dalje neometano funkcioniralo, samo su neka od pitanja o kojima smo razgovarali s našim kolegama iz kompanije. Najzanimljivije smo odgovore dobili od naših kolega i to na pitanja s kojim su se izazovima susreli u novonastaloj situaciji u kojoj je bilo itekako važno brzo se prilagoditi kako bi poslovanje i dalje teklo besprijekorno, odnosno u uvjetima u kojima nam korporativna sigurnost, ali i naš Stožer civilne zaštite, to i omogućuje i prema svim zadanim zakonskim pravima i dopušta.

Koje su to sve inicijative, ali i samodisciplinirane rada poduzete kao preduvjet koji svima nama u kompaniji donosi benefite; uvjeti rada naših kolegica i kolega koji svakodnevno rade od kuće i našim tvornicama pod strogim mjerama predostrožnosti i samozastite u tri smjene. I nadasve naših volontera, stručnih suradnika, koji svakodnevno komuniciraju i pružaju nesebično podršku i sugestije potrebne našim pacijentima i ljudima kojima je naša pomoć u ovom trenutku neophodna? Saznajte u pričama ljudi i stručnjaka s kojima smo razgovarali.

ISKUSTVA KOJA SMO STEKLI NE SMIJEMO ZABORAVITI, VEĆ IH TREBAMO UGRADITI U PROCESSE I PLANIRANJA, JER NAM SE SLIČNA SITUACIJA LAKO MOŽE PONOVIT

Boška Matijević, dr. med., stručna suradnica – Tržište RH

“Fokusirati se na što možemo utjecati, postaviti male ciljeve i ostvarujući ih ići k novim ciljevima i uspjesima”

Planovi za proljeće nikako nisu uključivali stalni boravak kod kuće, ali kada ne može drugačije – od limuna napravi limunadu.

Optimistična sam po naravi, pa nisam predviđala nikakav crni scenarij vezan uz Covid-19, ali naravno kada su počele stizati vijesti o prvim oboljelima u Hrvatskoj javila se zabrinutost kako će se sve odraziti na privatni i poslovni život. “Stala sam na balun” i odlučila brinuti samo o onome na što mogu utjecati. Zamijenila sam jednu rutinu drugom. Ranije je moj posao uključivao dosta putovanja, prilagođavanja terenu, direktnih kontakata, tek manjim dijelom rad na računalu. Sada je to zaokrenuto za 180 stupnjeva.

Rad stručnih suradnika u doba Covida-19

Posao stručnih suradnika izmijenio se gotovo do neprepoznatljivosti, onako na prvi pogled. Zapravo, osnova je ista, način rada je nov. Trebalo je nanovo isplanirati vrijeme, krenuli smo s nepoznatim načinom rada, ali ubrzo smo se prilagodili novim okolno-

stima. Nastojimo izvući najbolje iz komunikacije e-poštom, konferencijama putem Skypa, WhatsApp grupama. Otvorila se mogućnost za edukaciju putem prezentacije koje svatko prolazi svojim ritmom, na raspolaganju su drugi alati za stjecanje znanja i vještina. Smireno i promišljeno možemo postaviti pitanja, prijedloge i dobiti na njih kompetentan odgovor. Nedostaje ona direktna interakcija, ali to će sada morati malo na čekanje. Zadržali smo onaj osjećaj pripadnosti Belupu, svom timu, na neki način smo i bliži s kolegama. Fizičkoj distanci ne dopuštamo da bude i socijalna, trudimo se biti podrška jedni drugima i u strahu od nepoznatog naći načina za suočavanje s problemima i pronalazak novih ciljeva.

Sretna okolnost da su nam danas dostupni različiti kanali elektroničke komunikacije, olakšava nam svima da budemo u kontaktu i osjećamo se dio tima – regionalnog, programskog, volonterskog... Ono što mi se u ovoj situaciji jako sviđjelo je postojanje različitih grupa (uglavnom preko WhatsAppa) gdje se lako razmjenjuju informacije, postavljaju pitanja, a odgovore nude svi koji se osjećaju kompetentni da ih daju. Izazov je koristiti kanale komunikacije koji su isključivo vizualni te nema one “dodane” vrijednosti koju kroz neverbalnu komunikaciju inače obilno koristimo.

Kako smo iskoristili dostupne kanale komunikacije s našim doktorima, veze koje smo davno prije uspostavili sada su, koliko je to moguće, još čvršće. Postavili smo se kao prijatelji i partneri u ovoj situaciji, razmjenjujemo informacije, ali i emocije, nastojimo biti potpora u ovoj nepredviđenoj situaciji. Raduje kada od doktora dobiješ poruke zahvale i želje za suradnjom.

Volonterski call-centar

Kao svijetla točka svakako se pokazala e-poruka koju nam je prosljedio Franjo Marković s pozivom da se pridružimo volonterskom call-centru pri HZZJZ-u. Biti korisna i pri tome ostati u kući, činiti nešto za što sam sposobna i osjetiti se bolje. Kako nas je sada dosta u call-centru, poziva nije previše i možemo se svakom pozivu posvetiti koliko je osobi s druge strane potrebno. Kako smo u grupi i imamo pridružene i dvije epidemiologinje, odgovore na pitanja se uvijek nađe. Ljudi zovu s različitim problemima, bilo zdravstvenim, vezanim ili ne uz Covid-19, ali isto tako uz životna pitanja u

novonastaloj situaciji – smiju li se kretati na određenom području, kako dočekati svoje bližnje koji dolaze iz inozemstva, kako zbrinuti osobe po izlasku iz bolnice (a nisu pozitivne na Covid-19) i sl. Kako sam s nekim mojim doktoricama podijelila informaciju o call-centru i od njih imala upute oko nekih nedoumica u novonastaloj situaciji. Često se stječe dojam da i laici i profesionalci imaju potrebu razgovarati i tako olakšati i razjasniti neke dileme. Nadam se da ćemo nešto od ovog zajedništva i zadržati kada se vratimo u “normalu”.

Rad od kuće i obavljanje posla pretvorio se u rutinu

Rad od kuće je neka polunovost za mene, jer radeći posao stručnog suradnika, onaj administrativni dio posla uvijek sam i radila od kuće. Sada je to postao osnovni način i tražio je jednu novu rutinu. Planirati vrijeme i popisati zadatke koje trebam obaviti bilo je vrlo korisno, jer se stvori okvir za rad. Sretna okolnost u mom slučaju je da i suprug radi od kuće, mlađi sin je maturant i sada svi, svatko za svojim računalom u svojoj prostoriji radimo svoj posao, tako da u kući imamo skoro uredsku atmosferu. Sada uspijevamo da nam ručak bude zajednički obrok i da porazgovaramo smireno, ne trčeći da stignemo negdje drugdje. Večeri znamo uveseliti i društvenim igrama, tako da nam je ova situacija donijela i više zajednički provedenog vremena.

Šetnja prirodom za očuvanje fizičkog i psihičkog zdravlja

Poštujući upute Stožera civilne zaštite, smatram da sam uradila sve da zaštitim sebe i svoje najbliže od infekcije Covidom-19. Nabavu namirnica obavljamo svakih 5 – 6 dana, otkrila sam dostavu povrća i voća na kućnu adresu, svi ostali direktni kontakti su isključeni. Kako živim u Kaštelima i Kozjak je nadomak naše kuće, nastojimo svaki dan šetnjom u prirodi održavati i fizičko i psihičko zdravlje. Nastojim svojim primjerom potaknuti i sve ostale da svojim ponašanjem pridonese tome da se što prije vratimo uobičajenom načinu života, sada obogaćenom saznanjem što su nam prioriteti u životu i napravimo novu piramidu potreba.

Povratak u normalu

Povratak u “normalu” nakon epidemije bit će izazov. Kako stvoriti nešto novo ne rušeći



staro, svakako je proaktivan stav. Fokusirati se na što možemo utjecati, postaviti male ciljeve i ostvarujući ih ići k novim ciljevima i uspjesima.

Nevenka Urošević, dr. med., direktorica Predstavništva Belupo Beograd

“Sigurna sam da će ono što nam najviše danas nedostaje: stisak ruke, pogled, zagrljaj, topla riječ i dalje biti prepoznatljivost zaposlenih u beogradskom Predstavništvu Belupa”

U Srbiji se o Covid-19 infekciji govorilo još od početka ožujka, ali zdravstvena struka, Vlada i resorna ministarstva na samom početku nisu poduzimala bilo kakve mjere koje bi utjecale na poslovanje. Međutim, kako je pandemija dobivala na masovnosti, epidemiolozi i Vlada RS reagirali su oštrije, tako da su od 16. ožujka uveli izvanredno stanje i malo-pomalo sve više i više restri-

tivnih mjera. Shodno državnim i zdravstvenim preporukama, i Predstavništvo Belupo je odmah reagiralo povlačenjem suradnika s terena i uvođenjem online rada od kuće.

U novonastaloj situaciji dogovoren je plan poslovnih aktivnosti rada. Svakodnevno smo slali izvještaje o provedenim aktivnostima i preuzetim mjerama u zemlji pomoćniku direktora za JIE dr. Ivanu Kragiću i direktoru međunarodnih tržišta gospodinu Zdravku Vučiću.

Organizacija rada i komunikacija s kolegama u timu

Prvo i osnovno je bilo zaštititi ljude da se ne razbole, a zatim i organizirati posao tako da trpi što manje. S obzirom na novonastalu situaciju, nedjeljom su dostavljani planovi aktivnosti zaposlenima. Formirane su grupe suradnika koje su pripremale internu edukaciju o svim našim preparatima, koja je prezentirana na konferencijama putem Skypa koje su održavane tri puta tjedno. Osim toga, timovi, organizirani po ATC grupama, bili su zaduženi da nađu i najnovije studije i preporuke vezane za primjenu naših preparata. Također, svatko je putem Vibera komunicirao sa svojim liječnicima i farmaceutima.

Direktor prodaje dr. Milorad Mijović i kolega Marko Đurđek maksimalno su se potrudili i uspjeli osigurati nesmetane isporuke lijekova našim kupcima. Također moram zahvaliti i kolegicama Silviji Auer i Rosani Kotrošić, koje su s puno strpljenja i požrtvovanja, uspjele osigurati povećane količine lijekova za naša tržišta.

Važno je naglasiti da se sada mnogo češće čujemo s liječnicima i farmaceutima, razmjenjujući poruke podrške i pomoći. Mislim da je cijela ova situacija doprinijela da se ljudi mnogo više zbliže, shvate i prihvate jedni druge.

Najveći izazovi u doba pandemije

Na samom početku izvanrednog stanja zavladao je trenutačna panika. Postavljala su se mnogobrojna pitanja: Kako dalje? Šta ćemo? Hoćemo li sve to moći prebroditi?, uz neizbježno prisutan strah da se ne razbolimo. Međutim, vrlo brzo sve je došlo na svoje mjesto. Državne institucije vrlo brzo su se organizirale i prilagodile elektroničkom načinu poslovanja tako da je, što se registracije i zakonodavstva tiče, posao normalno nastavljen. U ovo vrijeme smo zahvaljujući timu gospođe Krstanović uspjeli predati zahtjev za obnovu Alopurinola i riješimo sve zahtjeve koje nam je dostavila Agencija za lijekove.

Komunikacija putem Skypa i Vibera među zaposlenima, uz redovne edukacije puno je značila svima. Svi smo jedva čekali trenutak da se čujemo i razmijenimo sve ono što nas muči u ovim čudnim danima. Ipak ovo vrijeme donijelo je i tužne trenutke u kojima su neki od naših liječnika oboljeli od virusa, ali i lijepe, jer se ipak većina uspješno izborila s infekcijom. Ono što nam je svima vrlo bitno je da smo mi uvijek bili tu da im pružimo podršku.

Policijski sat

Jedna od prednosti rada od kuće je, kada nemate malu djecu, da "dječju" sobu pretvorite u ured. Svi suradnici imaju prijenosna računala, tablete i mobilne telefone, putem kojih komuniciraju s liječnicima, a ja sam prenijela dio ureda u svoju sobicu, tako da sve poslove vezane za državne institucije (Agencija za lijekove, Fond zdravstva...) nesmetano obavljam od kuće. Prednosti rada od kuće su da možete raditi kada hoćete, ali vrlo često to bude i duže nego kada ste u uredu. Jednostavno, posao vas ponese i to krene samo od sebe. Pogotovo u Srbiji gdje smo imali policijski sat i zabrane izlazaka iz kuće i do 84 sata, posao je u tim trenucima bio prava relaksacija i način da zaboravite na sve zabrane. Definitivno najveća prednost rada od kuće je da sami možete organizirati svoje vrijeme i da radite onda kada smatrate da ste najproduktivniji i najkreativniji.

Poštujem sve preporuke medicinske struke

Zbog odgovornosti prema svojoj obitelji, prijateljima i drugim ljudima s kojima komuniciram poštujem sve preporuke medicinske struke i prilikom izlaska koristim zaštitnu masku i rukavice, uz redovno pranje ruku koje je najvažnije i najneophodnije. U Predstavništvu smo također osigurali neophodna sredstva za dezinfekciju, maske i rukavice, tako da kada se i tamo ode (nikada više od dvije osobe), po potrebi, imamo sigurne uvjete za rad.

Budućnost nakon koronavirusa u odnosu na dosadašnje poslovanje

Duboko se nadam i želim da ova pandemija svima promjeni način gledanja i shvaćanja biti života. Međutim, ono što je apsolutno sigurno, Covid-19 će definitivno promijeniti način poslovanja, ne samo u farmaceutskoj industriji, već u svim ostalim privrednim i ekonomskim granama. Što se farmaceutske industrije tiče, era digitalnog marketinga će poslije ove pandemije širom otvo-



riti vrata, kao jedan od načina rada. Osim toga, zbog ograničenja putovanja, svi će se mnogo više okrenuti web-kongresima i konferencijama, telemedicini.... Iako su sve to neki novi izazovi i promjene koje nas sve očekuju, a koje ćemo mi kao tim primijeniti i usavršiti, sigurna sam da će ono što nam najviše danas nedostaje, stisak ruke, pogled, zagrljaj, topla riječ i dalje biti prepoznatljivost zaposlenih u Predstavništvu Belupo, Beograd, jer kako je rekao patrijarh Pavle: "Čovjek ne može birati vrijeme u kojem će se roditi i živjeti, ali od njega ovisi kako će postupati u datom vremenu."

Andriana Marković dr. med., stručna suradnica –Tržište RH

"Belupo je i u ovim teškim vremenima pokazao poštovanje prema svojim djelatnicima"

....nešto što se ne događa tamo daleko... nešto što se dogodilo meni, mojoj obitelji, mojim kolegama, prijateljima... mojoj zemlji. Nismo mogli ni zamisliti da naše živote u jednom trenutku, preko noći, nenadano i zastrašujuće, može promijeniti neprijatelj nejasna lica. Prva reakcija bila mi je: kako mogu pomoći, dati sebe kao liječnica, stručna suradnica koja svoje znanje i struku ne može pružiti radeći u bolnici ili ambulanti? Već punih devetnaest godina surađujem s liječnicima u direktnim posjetima, educirajući ih o širokoj paleti lijekova i njihovoj indi-



kaciji u raznim bolesnim stanjima. Pružam im najnovije informacije o stanju lijekova na tržištu, a sve sa željom da se naši pacijenti osjećaju dobro, da žive dugo, kvalitetno i da je ZDRAVLJE PRVO.

Volonter u call-centru Covid-19

S obzirom na to da je u ovom kaosu trebalo malo vremena da se kao tvrtka snađemo u novonastaloj situaciji, prvo što sam učinila je da sam se javila kao volonter u call-centru Covid-19. Nas je oko 150 volontera koji svakim danom odgovaramo na razna pitanja uplašnih ljudi. Ljudi kojima je osim stručne pomoći potrebna i psihološka pomoć, pomoć da ih se usmjeri institucijama koje će pravovremeno i stručno reagirati. Vrlo brzo smo se i u Belupu organizirali i nastavili sa svakodnevnim poslom, ali malo na drugačiji način. Poslali smo svim našim liječnicima pismo podrške s misijom da smo tu i da nam se mogu obratiti za bilo kakvu pomoć. Način komunikacije je e-poštom i telefonom što su liječnici lako prihvatili te smo ih nastavili redovito obavještavati o novostima vezano za prisutnost lijekova na tržištu, o izmjenama koje su se dogodile vezano za lijekove... Obavještavamo ih također o najnovijim epidemiološkim podacima dobivenih od epidemiologa, a vezano za Covid-19.

Održati poslovanje tvrtke i učvrstiti međusobno povjerenje

Redovito održavam timske sastanke preko Skypa te smo na taj način svi upoznati s pravilima strategije poslovanja. Ono što mi je bio izazov u ovoj situaciji je održati poslovanje tvrtke, ojačati poslovni odnos s našim klijentima i s kolegicama/kolegama u timu, a od svega najvažnije, učvrstiti međusobno povjerenje.

Rad od kuće me oplemenio i pokazao da svoje znanje i svoju želju da pomognem potrebitima, mogu pružiti i na taj, potpuno drugačiji način. Stil poslovanja je, naravno, puno fleksibilniji jer mi pruža i mogućnost samoedukacije koju nam kolege PM-ovi omogućuju uz veliku podršku naših voditelja. Kada se budem vratila na "teren" osjećat ću se snažnijom i punom samopouzdanja te će to biti veliki benefit ne samo za mene već i za poslovanje moje tvrtke i naših klijenata, a osobito za naše pacijente. Belupo je ovakvim načinom poslovanja, izolacijom, odgovornim ponašanjem u ovom teškom vremenu pokazao poštovanje prema svojim djelatnicima, svojim klijentima, a osobito pacijentima i dokazao da je uistinu PRVO ZDRAVLJE.

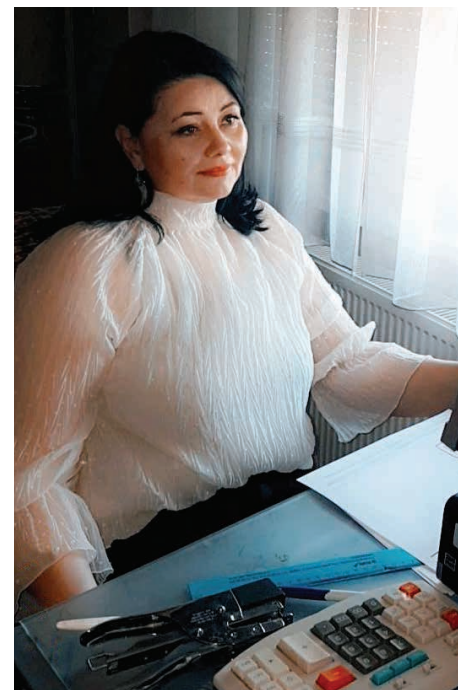
Dijana Đurđić, univ. spec. oec. – koordinator prodaje, Tržište RH

"Moramo vjerovati, biti optimistični te pozitivno gledati na buduće izazove"

Prije nekoliko mjeseci nitko nije znao za Covid-19, a sada je u svijetu zaraženo više od dva milijuna ljudi. Samim tim suočili smo se s nesvakidašnjom situacijom, zbog nove i neistražene bolesti koja je u nama izazvala osjećaj nesigurnosti, strah od nepoznatog i neizvjesnosti ishoda. Trebalo je što prije reagirati, kako se ta situacija ne bi negativno odrazila na poslovanje prodaje u Belupu.

Prodaja ključnim kupcima specifična je služba

Prodaja ključnim kupcima je specifična služba koju je zaista teško organizirati za rad od kuće, ali odlukom naše Uprave i direktora Mušure odlučeno je da ćemo raditi u dva tima, tako da jedan tim radi iz ureda, (Danijela, Štefica, Tatjana, i Dragutin) uz određene mjere predostrožnosti, a drugi od kuće, (Jadranka i Dijana) kako bi poslovanje nesmetano funkcioniralo u našem sektoru. Pod tim mjerama se podrazumijeva svakodnevna dezinfekcija radnog prostora, nošenje zaštitnih maski i rukavica te socijalna distanca između zaposlenika. Plan poslovanja donosi se za svaki tjedan dolaska na posao zaposlenih, svakodnevno dobivanje uputa od svojih nadležnih kako bi sve moglo nesmetano funkcionirati, s obzirom da je od



početka pandemije bio povećan broj narudžbi. Prve mjere koje su donesene bile su mjere predostrožnosti koje su donesene na razini cijeloga Belupa te donošenje odluka kako zadovoljiti povećanu potražnju tržišta za određenim lijekovima. U prodaji radimo timski i komuniciramo usmenim putem budući da su nam radni prostori povezani, što je najjednostavniji način kada treba brzo reagirati u nekoj situaciji za potrebe kupaca.

Prilagođavanje kupcima u vrijeme pandemije

Na samom početku pandemije prilagođavali smo se našim kupcima koji nisu imali previše vremena za razgovor zbog povećanja broja pacijenata koji su kupovali lijekove zbog straha od nestašice. Međutim, sada se situacija normalizira tako da više komuniciramo s kupcima. Uglavnom razgovaramo o pandemiji, strahu od zaraze, obujmu posla te ekonomskoj situaciji. U našoj službi susrećemo se s mnogo izazova, a najveći i nama najvažniji je da uspijemo opskrbiti sve kupce dovoljnim količinama lijekova, a osobito Lupoceta s obzirom da je od početka pojave Covida-19 višestruko povećana potreba za njim. U tome smo itekako uspjeli zbog odlične suradnje s drugim sektorima: Pripremom proizvodnje, Kontrolom kvalitete i Logistikom. U što kraćem roku morali smo se prilagoditi svim ljekarnama i vele-drogerijama i njihovom radnom vremenu u dogovoru s Logistikom kako bi lijekovi bili isporučeni u dogovorenom roku.

Iskustva nas koji radimo od kuće su takva da je to potpuno novi način rada, ali i izazova kojem treba vremena da se prilagodimo zbog posla koji radimo. S kolegama koji rade iz ureda komuniciramo telefonski i putem e-pošte te smo uvijek dostupni kako bi mogli sve dogovoriti i organizirati. Velika važnost je i u tome da se i obitelj prilagodi i poštuje ovaj način rada. Da bismo povećali učinkovitost rada, u timu smo dogovorili jasna pravila koja svi poštujemo.

Moramo vjerovati, biti optimistični te pozitivno gledati na buduće izazove

Za izlaz iz ove situacije trebat će dosta vremena i rada da se uspostavi stabilnost u gospodarstvu. Ne smijemo ostati paralizirani bez obzira koliko je to velik udarac za koji nitko nije bio spreman. Moramo vjerovati, i biti optimistični, te pozitivno gledati na buduće izazove. Nadam se reakciji naše države da će štititi i poduprijeti domaće proizvođače jer su oni najvažniji za normalnu opskrbu današnjeg tržišta što se i sada pokazalo u ovoj teškoj i kriznoj situaciji.

Hvala još jednom svim mojim dragim kolegicama koji rade iz ureda na Danici, Danijeli, Štefici, Tatjani, i kolegi Dragutinu te kolegici Jadranki koja radi od kuće, kojima ništa nije upitno za odraditi za uspjeh našeg Belupa i dobrobit ljudi koji u njemu nesebično rade.

Siniša Španhel, univ. spec. oec. – referent nabave

“Ponekad razmišljam kako je velika prednost i samoća, nitko me ne ometa, ali samoća je i nedostatak, jer nema uredskih kolega koje mogu pitati za savjet, prodiskutirati nešto i zatražiti njihovu pomoć”

Već sredinom veljače postalo je jasno da nas sve skupa i u Europi očekuju nevolje i da se situacija oko Covida-19 prelila iz Kine na ostatak svijeta, ali nitko tada nije mogao zamisliti što nas stvarno očekuje i da će se sve što smo gledali u Kini reprizirati, ali na prostoru Europe. Početkom ožujka stvari su se naveliko zahuktale i postalo je svima jasno što nas čeka.

Kako su se počele uvoditi mjere socijalnog distanciranja tako smo i mi u našem sektoru napravili prilagodbu mjerama koje su uključivale raspodjelu sjedenja po uredima,



u prvoj fazi organizirali smo se tako da sjedimo samo po dvoje u uredu i izbjegavali okupljanje više od dvije osobe u uredu, a za drugu fazu plan je bio rad u smjenama kako bi se broj osoba u uredima smanjio na jednu osobu, treća faza bila je ova u kojoj se nalazimo sada, odnosno socijalno distanciranje ili rad od kuće.

Prvih dana sve je bilo otežano i javljale su se neke poteškoće jer susreli smo se sa situacijom koju nitko u poslovnom svijetu nije mogao zamisliti niti predvidjeti, ali već pri tjedan zahvaljujući dobroj organizaciji i međusobnoj komunikaciji ovladali smo situacijom i prilagodili se najviše što smo mogli. Komunikaciju koju smo do tad obavljali osobno prenijeli smo na računalo i mobitele.

Puno intenzivniji i češći odnosi s klijentima

Odnosi s klijentima postali su sada puno intenzivniji i češći, ali i nekako smo postali više povezani. S obzirom na to da se Belupo u ovom vremenu pandemije pokazao kao strateški važna tvrtka, proizvodnja radi punim kapacitetom, kolege u proizvodnji ulažu mnogo truda i napora da se proizvede lijekova u količini koje tržište zahtjeva, a mi smo ti koji im to moramo omogućiti, odnosno pobrinuti se da imaju dovoljno sirovina, ambalaže i svega potrebnog za proizvodnju. Povećanjem proizvodnje povećana je potreba te tako i mi više kontaktiramo naše klijente, odnosno dobavljače koji se također susreću s velikim izazovom kako namiriti potrebe svih proizvođača s kojima surađuju. Kontakti su sada puno češći, češće provjeravamo hoće li isporuka biti u vrijeme, hoće li isporuka biti u cijelosti, postoji li mogućnost da se neka isporuka ubrza, možemo li smanjiti cijene s obzirom na povećani obujam narudžbe, ali ponekad i samo da provjerimo kako je stanje kod naših dobavljača, da li su zdravi, kako se kod njih razvija situacija, kakvi su im planovi i slično.

U radu kod kuće vrijeme brzo leti

Covid-19 bi mogao trajno promijeniti način rada jer puno je tvrtki primorano na rad na daljinu zbog pandemije, pa pretpostavljam da bi se nakon završetka pandemije u nekim tvrtkama moglo dogoditi da se neki ne žele vratiti u ured iz udobnosti svoga doma. U radu kod kuće teško je postaviti granice, vrijeme kao da prebrzo leti, kad sam doma uopće ne gledam na sat, jednostavno znam da sam doma i tako nerijetko sam sebe uhvatim da sam još uvijek duboko u poslu, a već je odavno prošlo 15 sati, jer jed-

nostavno nema onih opipljivih granica koje nas usmjeravaju i osvještavaju nam koje je doba dana i koliko je sati. Ima dana kad razmišljam kako je velika prednost i samoća, odnosno to što me nitko ne ometa, ne zvone drugi telefoni, nitko ne ulazi u ured, ali isto tako ta samoća je i nedostatak, jer nema uredskih kolega koje mogu pitati za savjet, prodiskutirati nešto s njima i zatražiti njihovu pomoć. Što se pak tiče tehnološkog aspekta, tu je naša informatika odradila jako dobar posao, svi su nam uvijek dostupni i odlično su organizirani, sve se u par dana pripremila kao bismo mogli neometano odrađivati posao od kuće. Vjerujem da je najveći teret s tehnološkog aspekta upravo na sektoru Informatike jer korporativne mreže nisu osmišljene da većina veza ide preko virtualnih privatnih mreža (VPN) pa je to sigurno donijelo komplikacije i probleme s kojima se moraju suočavati.

Nakon što je donesena odredba o radu kod kuće, zadnji dan spremili smo svoja računala, registratore i svu dokumentaciju za koju smo mislili da će biti neophodna te sve to prevezli doma. Prvih par dana bilo je neobično jer uvijek ti treba još onaj papir koji nisi ponio ili registrator koji nisi trebao godinu dana, ali eto kao za inat baš sad ti treba. Bilo bi nemoguće baš svu dokumentaciju imati kod kuće tako da se snalazimo. Svaki tjedan jedan od kolega je u uredu i njemu šaljem dokumentaciju koju treba ovjeriti, pregledati ili predat dalje, a on nam je skenira i vraća natrag ovjerenu i pregledanu s uputama što i kako dalje. Prvih par dana bilo je neobično, ali prilagodili smo se svi novonastaloj situaciji i sad funkcioniramo bez poteškoća.

Razlika između rada u uredu i stola u dnevnom boravku

Velika je razlika između ureda i stola u dnevnom boravku. Također, nema kolega čija je pomoć ponekad ipak potrebna u rješavanju pojedinih zadataka. Općenito, nedostaje organizacijska struktura karakteristična za rad u kompaniji, stoga je samodisciplina ključna karakteristika na koju sada moramo obratiti pažnju.

Osobno sam se posvetio kreiranju ureda u vlastitom domu. U kući imamo jednu prostoriju viška koja nije baš imala svoju namjenu, ali sad sam je pretvorio u privremeni ured. Čak i kod kuće posao je dobro obavljati u prostoru koji je prilagođen obavljanju posla i pomalo podsjeća na ured jer na taj način stvara se radna atmosfera i osjećaj da sam na poslu, a ne kod kuće.

Na poslu imate točno određeno radno vri-

jeme i vrijeme za pauzu. Kod kuće to ne postoji – možete raditi kad god želite i uzeti pauzu kada želite. Osobno se trudim i pokušavam organizirati radno vremena po uredskim principima, radni dan od kuće počinje uvijek u isto vrijeme. Pauze također organiziram svakoga dana u približno isto vrijeme, i tako pokušavam stvoriti osjećaj rutine i radne atmosfere. To mi pomaže u samodisciplini.

Zaštita od zaraze

Supruga mi je medicinske struke, tako da je ona radne navike koje se odnose na dezinfekciju i uvjete čistoće odavno s posla prenijela kući pa nismo imali neke značajne promjene. Dok u javnosti poštujemo pravila socijalnog distanciranja, koristimo maske i rukavice za odlazak u trgovinu, odlazak i druženje s prijateljima sveli smo na minimum. I supruga i ja imamo roditelje na koje sada malo više pazimo te smo preuzeli i nabavu namirnica umjesto njihov.

Budućnost nakon koronavirusa

Svijet kakav znamo sigurno više neće postojati, promjene koje su uslijedile zadržat će se zasigurno, ponajprije mislim na stvari koje su postale virtualne, odnosno koje su se digitalizirale. Možda je cijela ova situacija donijela i neke dobre stvari jer za njih ili nije bilo volje ili snage, a vidimo da se sada sve može. Da administracija i država funkcioniraju elektroničkom poštom i da se ipak sve može i digitalnim putem bez nepotrebnih čekanja u redovima. Uvjeren sam i da će neke tvrtke ovo doživjeti kao svojevrsnu tranziciju, neke su se orijentirale na proizvodnju medicinske opreme, tipa Seat i Tesla koji sad proizvode respiratore, neke će razmisliti da dio zaposlenih ostave da rade kod kuće.

Radno mjesto je ključna spojna točka ta dva procesa u razvoju. I s velikom dozom sigurnosti možemo procijeniti da će doći do ozbiljne promjene u strukturiranju poslovnog procesa pri čemu primarno mislimo na sva ona zanimanja i profesije koje nisu fiksno vezane za proizvodni proces: dakle, službenici za razliku od liječnika. Ova prva skupina je i u Hrvatskoj već doživjela pravi obrat i većina ih radi od kuće. Takav proces teče i u drugim članicama EU-a, SAD-u (ondje je prije krize četvrtina tih zanimanja već radila od kuće).

I u ponašanju ljudi siguran sam da ćemo još jako dugo paziti da ne bude bliskih kontakata, neki će možda i dalje studirati od kuće. Socijalno distanciranje moglo bi se pretvoriti u općeprihvaćenu praksu.

Igor Betti – voditelj skladišta za domaće tržište – Logistika

“Smatram da će dio mjera nakon Covida-19 ostati neko vrijeme, osobito u farmaceutskoj industriji jer ona ima i morat će imati najstrože mjere zbog sigurnosti kupaca”

Saznavši o pojavi virusa Covid-19 u Hrvatskoj, situacija u skladištu za domaće tržište postala je vrlo dinamična. Morali smo odgovoriti na zahtjeve tržišta jer su narudžbe



SANJA ŽUŽIĆ FURLAN, DR. MED., SPEC. OBITELJSKE MEDICINE,
DOM ZDRAVLJA SPLITSKO-DALMATINSKE ŽUPANIJE

“Ovo je razdoblje veliki psihološki izazov u životu nas zdravstvenih djelatnika”

Prve vijesti o Covid-19 infekciji u Kini nekako su u meni budile nadu da će sve proći pokraj nas kao što se već znalo događati u prošlosti s drugim infekcijama. Međutim, pojavom prvih zaraženih u Italiji postajem svjesna da nas neće mimoći te počinjem osjećati uznemirenost tom činjenicom. Kad se bolest pojavila u sjevernim dijelovima Hrvatske te je broj iz dana u dan počeo rasti, od HZJZ-a smo dobili preporuke da se pacijenti prije dolaska u ordinaciju prvo najave telefonom odnosno elektroničkom poštom. Tako smo provodili trijažu koristeći epidemiološke upitnike i nastavili smo pregledavati neodgodive i hitne pacijente. Kako sam i inače dostupna tzv. e-komunikacijom svojim pacijentima, to mi nije predstavljalo novost. Moja ambulanta se nalazi u prizemlju zgrade stoga smo imali mogućnost administrativni dio riješiti “preko prozora” bez nepotrebnog ulazanja pacijenata u prostorije. Sada je to riješeno tako da je HZZO nadogradnjom sustava eZdravstvo omogućio propisivanje pomagala putem E-potvrde te izdavanje digitaliziranog izvješća o privremenoj nesposobnosti za rad te digitalizirane potvrde o privremenoj nesposobnosti za rad. Redovito i svakodnevno smo dobivali upute od poslodavca (Dom zdravlja Splitsko-dalmatinske županije) koji su nas usmjeravali i obavještavali o svim promjenama u postupanju i načinu rada u PZZ-u. Otvaranje Covid-19 ambulante na Mertojaku te pozivnog centra DZ SDŽ-a dodatno nam je olakšalo rad. Nakon dokazane lokalne transmisije bolesti, sve pacijente s respiratornim tegobama počinjemo tretirati kao moguću Covid-19 infekciju dok se ne dokaže suprotno.



Nije bilo telefonskog poziva na koji nismo odgovorili. Velik broj pacijenata treba psihološku podršku tijekom ovog vremena. Često, pogotovo kod starijih pacijenata, prevladava strah, panični napadaji i slični problemi. Moram pohvaliti svoje pacijente koji su razumno prihvatili novi način rada te zaista nismo imali neugodnih situacija. Tijekom rada koristim zaštitnu opremu u onom obujmu kako je propisano u uputama HZJZ-a, najčešće su to kirurška maska, rukavice te pojačana higijena ruku i dezinfekcija prostora. Nepotrebne i neodgodive kontakte ne ostvarujem te u poslovnom i privatnom životu ne odlazim na okupljanja. Ono što osobno teško podnosim nemogućnost jest fizičkog socijalnog kontakta sa širom obitelji i prijateljima, a u poslovnom smislu s ostalim kolegama. Smatram da je ovo razdoblje veliki psihološki izazov u životu svakog pojedinca, a poglavito nas zdravstvenih djelatnika. U nadi da će ova epidemiološka situacija uskoro nepovratno završiti, iskreno želim svima dobro zdravlje i mnogo strpljenja.

postale znatno veće, a htjeli smo zadržati kratak rok od narudžbe do isporuke. S obzirom na broj djelatnika koji imamo, morao se drugačije organizirati posao. Organizirali smo rad subotom u dvije smjene jer to je bio jedini način da se uspostavi ravnoteža s pristiglim narudžbama i pripremom isporuka. Kad smo pomislili da smo uspjeli, stigao je novi val narudžbi koje su bile još veće te smo morali organizirati rad na način da se svakih osam sati moramo vratiti na posao. To nam je dosad bio najveći izazov s kojim

smo se susreli, ali smo pokazali kao kolektiv da možemo izvršiti i najteže zadatke kako bi isporuke kupcima bile pripremljene na vrijeme. Pohvalio bih djelatnike skladišta na zalaganju i trudu koji pokazuju godinama te savjesnom i odgovornom pristupanju radu u skladu sa situacijom koja nas je snašla.

Svakodnevne promjene u organizaciji

Promjene u organizaciji imamo svakodnevno zbog promjene radnog vremena ljekarni te isporuke u Zagreb i okolice moramo

odraditi u drugo vrijeme. Logistika je poduzela mjere nakon pojave Covid-19 te je u skladištu obavezno nošenje zaštitnih maski i upotreba latex jednokratnih rukavica prilikom izvršavanja svih zadataka. Također imamo posebne mjere prilikom dolaska trgovačke robe gdje dezinficiramo omote paleta koje skidamo, a transportne kutije odmah stavljamo na posebne palete i tek tada roba može ući u skladišni prostor. Smatram da će dio mjera nakon Covid-19 ostati neko vrijeme, osobito u farmaceutskoj industriji jer ona ima i morat će imati najstrože mjere zbog sigurnosti kupaca.

Ivica Carek, voditelj disponentskih poslova – Tržište RH

“Našli smo se u nekim novim situacijama gdje je naš Belupo imao, rekao bih, moralnu obvezu dodatno povećati napore da bi dostupnost naših lijekova bila još bolja”



Čini mi se da nitko nije previše ozbiljno doživljavao prve vijesti koje su dolazile iz Kine o tada još potpuno nepoznatom virusu pa tako, moram priznati, ni ja. Kasnije, kad je sve skupa poprimilo razmjere pandemije, šok i nevjerica, jasno.

Nažalost, negativno se to odrazilo na golemi dio gospodarstva, ali u našem slučaju, dogodilo se upravo suprotno. Našli smo se u nekim novim situacijama gdje je naš Belupo imao, rekao bih, moralnu obvezu dodatno povećati napore da bi dostupnost naših lijekova bila još bolja za sve naše stanovnike. Baš u skladu s našom osnovnom djelatnošću, da bismo čuvali zdravlje svakog pojedinca, odnosno svih nas. Logistika je u takvim trenucima pogotovo trebala biti na visini zadatka. Srećom, služba je to koja je prošla puno raznoraznih kontrola i inspekcija pa je spremno dočekala i pandemiju koronavirusa.

Rad o kuće u doba korone doslovno je isključen

Rad od kuće bio je jednostavno isključen zbog prirode posla i trebalo se hitno posložiti. Skoro pa u danu, donesene su prve mjere predostrožnosti u smislu održavanja socijalne distance između zaposlenih, nošenja zaštitnih maski, rukavica, dezinficiranja ruku i sl. Što se pak tiče Disponentskog odjela, gdje smo konkretno zaduženi za dostavu lijekova i dopremu sirovina i ambalaže, imali smo dodatne aktivnosti. Svakom vozaču ponaosob izdane su pisane upute o dolascima na utovar kod nas u "krug", a dodatno i o pravilnoj isporuci robe kupcima.

Plan poslovanja Kriznog stožera prema vozačima inozemnog transporta

Rekao bih prije, da smo se na brzinu, samo bolje posložili. Logistika i u normalnim okolnostima radi u dvije smjene, to je tako moralo i ostati. Najvažnije je bilo bez obzira na broj ljudi koji radi u skladištima, poštovati termine isporuka prema partnerima i osigurati vozila. U samom startu još je sve bilo dobro, no s uvođenjem karantene (14 dana) za vozače koji prelaze preko granice, prijetila je opasnost da s određenim vremenskim razmakom ostanemo bez raspoloživih vozača i vozila. Prošlo je nekako bezbolno, a kasnije su mjere Kriznog stožera prema vozačima malo ublažene. Samoizolacijom je dobivena mogućnost da vozači mogu opet voziti inozemni transport. Vozač je bio izoliran samo između dva utovara. Inače koristimo usluge desetak ugovorenih prijevoznika, pored ova tri vozila koja su u našem

vlasništvu. S obzirom na ograničavanje kretanja unutar i izvan EU-a, pridruživanjem u Medicines for Europe, koja koordinira rad farmaceutskih kompanija i njihovih dobavljača, uvelike nam je ubrzalo kretanje u isporukama i preuzimanju pošiljaka. Naime, na granicama je organizirana tzv. Green line za kamione koji prevoze sirovine i materijale za proizvodnju lijekova kao i za one koji prevoze lijekove. Na kraju, uspjeli smo sve isporučiti uz neznatno pomicanje termina i pokoji prekovremeni sat. Smatramo to uspjehom u ovakvim okolnostima.

Organizacija dolaska vozila u krug tvornice iz različitih krajeva Europe

Organiziranje prijevoza ne znači samo dostavu gotovog lijeka kupcu, nego i dopremu sirovine, ambalaže i općenito svega što je potrebno u procesu proizvodnje. To podrazumijeva dolazak vozila u krug tvornice iz različitih krajeva Europe. Za takva se vozila pored već propisanog, trebalo je osigurati dezinfekciju cijelog vozila. Prvenstveno mislim na vozila koja dolaze iz najosjetljivijih zemalja poput Španjolske i Italije, premda ni dolazak iz drugih zemalja ne isključuje dodatnu opreznost.

Moramo se pohvaliti, do sada su ti dolasci prolazili u najboljem redu, u suradnji naravno s našim savjetnikom za sigurnost Ivanom Brckanom, koji to radi vrlo profesionalno i temeljito.

Što se tiče komunikacije između kolega, ona je i prije svega ovoga bila jako dobra. Sada je samo možda malo pojačana i proširena na komunikaciju i poslije službenog radnog vremena. Spoj je to mladih snaga željnih dokazivanja i iskustva starijih kolega.

Naša komunikacija najviše se odnosi i usmjerena je najviše na samu pripremu prijevoza i u stalnom smo razgovoru s prijevoznicima, budući da se uvjeti mijenjaju stalno, ovisno o ozbiljnosti situacije na terenu izvješća Kriznog stožera (karantene, samoizolacije, propusnice i sl.).

Najveći izazovi u doba korone

Sama činjenica da u takvim uvjetima, ne da moramo zadržati istu kvalitetu rada nego i bolju, dovoljno je veliki izazov. Da ne spominjem i da su pojedine službe s kojima najviše surađujemo već tada počele raditi od kuće. Ta bojazan i neizvjesnost bila je u početku stalno prisutna. Ipak se, za sada, pokazalo jako dobrim. Sve pohvale Nabavi, Prodaji RH i Međunarodnom tržištu, na brzom snalaženju. Informatika je u tome, imala itekako svoje prste.

Zaštita u borbi s koronavirusom

Na pitanje kako se štitimo u borbi protiv koronavirusa Ivica Carek nam je odgovorio kako je uvjeren da je taj dio kod nas, ali i dugim službama vrlo dobro riješen. Dozatori s dezinfekcijskim sredstvima postavljeni su na svim potrebnim mjestima, počevši već od ulaza, zaštitne maske i rukavice su svima normalna stvar, a držanje socijalne distance se podrazumijeva. I to je to. Naravno, opreza nikada dosta, svi skupa moramo paziti i na sebe i na kolegu do sebe.

Nakon koronavirusa

Trebali bismo iz ovog izaći jači. Definitivno su neke stvari sada pokazale da se može i drugačije. Ono što je sigurno, više ništa neće biti kao prije. No najvažnije od svega, i dalje čuvajmo zdravlje zajedno!

Silvio Baronić, rukovoditelj Informatike – Pravni poslovi

"Iskustva koja smo stekli ne smijemo zaboraviti, već ih trebamo ugraditi u procese i planiranja jer nam se slična situacija lako može ponoviti"

Pojava Covida-19 i najava rada od kuće za administrativne cjeline potaknula je Informatiku na planiranje aktivnosti kojima se



u roku od tjedan dana omogućio rad od kuće za 30 % zaposlenika. To je uključivalo pripremu računala za spajanje na kućni internet, instalacije softverskih alata za udaljenu podršku korisnicima i edukacije korisnika.

Uz to, trebalo je odlučiti o nastavku ključnih projekata implementacije softverskih rješenja i prilagodbi provedbe projekata donesenim mjerama (zabrana dolaska dobavljača, rad od kuće, socijalno distanciranje).

Organizacija Informatike također je prilagođena novoj situaciji. Većina resursa Informatike usmjerena je prema podršci korisnicima, a posebno onima koji rade od kuće. Dogovorili smo da će nam podrška korisnicima biti prioritet sve dok traje koronakriza. Uz podršku korisnicima bitno je održavati razinu cyber sigurnosti koja je imala dodatne izazove tijekom koronakrize.

Dio Informatike prisutan je na poslu radi podrške poslovnim sustavima i korisnicima koji rade na radnim mjestima, dok drugi dio djelatnika Informatike radi od kuće i radi podršku korisnicima koji rade od kuće. Dnevna komunikacija unutar Informatike provodi se putem e-poruka, IM poruka i telefonskih razgovora. Tjednu koordinaciju aktivnosti cijele službe radimo putem MS Teams online sastanaka.

Od koronavirusa štitimo se poštovanjem donesenih mjera. Uz fizičko distanciranje redovito se dezinficiraju radne površine te se upotrebljavaju zaštitne maske. Ako nije moguće napraviti intervencije daljinskim spajanjem na opremu korisnika, onda se intervencije na opremi ne rade u prisustvu korisnika, već u prostorima Informatike gdje je osigurano sigurno distanciranje od korisnika.

S druge, pak, strane rad od kuće traži samodisciplinu i privikavanje na novu radnu okolinu, ali donosi i benefite zbog mogućnosti za slobodniju organizaciju radnog vremena i zadataka.

Kako su naši klijenti svi korisnici računalne i mobilne opreme, rad od kuće i prijelaz na online sastanke intenzivirao je i direktnu komunikaciju s našim korisnicima. Nakon značajnog povećanja podrške na početku Covid-19 krize stanje se pomalo stabilizira jer se i većina korisnika prilagodila novom režimu rada.

Nadam se da će se poslovanje nakon koronavirusa vratiti u normalu. Iskustva koja smo stekli ne smijemo zaboraviti, već ih trebamo ugraditi u procese i planiranja jer nam se slična situacija lako može ponoviti.

ZDRAVO BUDI EPIDEMIOLOŠKO SAVJETOVALIŠTE

Na pitanja iz područja epidemiologije odgovara dugogodišnja kolumnistica portala www.zdravobudi.hr Mirjana Žagar-Petrović, dr. med.



VIRUS COVID-19

Pitanje: Poštovani, u šumi podataka i informacija na internetu teško mi je razumjeti što se zapravo zbiva s novim koronavirusom. Po čemu možemo znati da je ovogodišnji opasniji od prošlogodišnjeg vala koronavirusa ili SARS i MERS epidemija? Postoji li cjepivo protiv koronavirusa bilo koje vrste? I kako možemo znati da iako je pacijent testiran na Covid-19 možda nema neki drugi koronavirus?

Odgovor: Novi koronavirus ima veći epidemijski potencijal od svoje starije braće SARS-a i MERS-a. U četiri mjeseca oboljelo je više od stotinu tisuća ljudi, dok je za vrijeme epidemije SARS-a, koja je trajala 6 mjeseci, oboljelo nekoliko desetaka tisuća ljudi. Iako je smrtnost od SARS-a bila puno veća, on je bio lokaliziran uglavnom na području Dalekog istoka.

Cjepiva protiv nijednog koronavirusa nema. Postojećim testom dokazujemo novi koronavirus, ali nijedan test nije 100 % osjetljiv i specifičan. Dobar test ima 90 % osjetljivosti i specifičnosti.

Stoga, ako njima detektiramo i neki drugi koronavirus, to je zanemarivo. Kao što i sami vidite, situacija nije bezazlena, nikada se u povijesti nismo susreli s takvom pandemijom s velikim epidemijskim potencijalom i smrtnosti ne samo starih i bolesnih. Od španjolske gripe u 1. svjetskom ratu umrlo je 28 milijuna ljudi, uglavnom mladih, uglavnom od bakterijske upale pluća jer u to vrijeme nije bilo antibiotika. Danas virus direktno napada pluća uzrokujući fibrozu pluća, nemogućnost izmjene plinova i potrebu za respiratorima. Na portalu "Zdravo budi" objavljen je moj članak o novom koronavirusu gdje su iznesene neke sličnosti i razlike s ranijim koronavirusima.

GNOJNA UPALA ANGINA

Pitanje: Danas mi je 4. dan upale i 3. dan liječenja gnojne upale angine antibiotici. Prva dva dana liječenja imao sam izrazito visoke temperature do 39,5 °C, koje bih hitno snižavao tuširanjem, oblozima i ibuprofenom 600. Snižavanje je bilo teško, a temperatura se vraćala nakon 5 – 6 sati. Uz to imao sam glavobolje. Danas, 3. dan nemam značajniju temperaturu, najviše do 38,7 °C, lakše je skidam i nemam

glavobolje. No grlo mi je jače upaljeno nego prijašnjih dana i primijetio sam da mi je upaljen 3. krajnik. Osim problema s gutanjem, nemam većih problema. Zanima me samo radi li se ovdje o normalnom razvoju bolesti ili da se obratim liječniku zbog upale grla?

Odgovor: Prema opisu čini se kao normalan tijek bolesti. Antibiotik redovito uzimate. Ako Vam temperatura sutra bude ispod 38 °C, onda je sve u redu, no ako ne, ipak se javite liječniku.

PROCJENA UPORABE RESPIRATORA

Pitanje: Zašto bolesnik na respiratoru dobiva druge neželjene nuspojave i zašto se mora što prije skinuti s aparata i ako do većih poboljšanja ne dolazi. Primjenjuju li naši liječnici liječenje prema novom napatku kineskih liječnika?

Odgovor: Upute koje su dobili naši liječnici u liječenju i prevenciji Covida-19 usklađene su sa svjetskim i europskim smjernicama. Procjena upotrebe respiratora isključivo je na kliničaru i ovisi o zdravstvenu stanju bolesnika. Liječenje u Hrvatskoj je na najvišoj razini. Dodatne bolesti poput malignih bolesti, astme, zatajenje bubrega ili šećerna bolest kompliciraju bolest i imaju lošiju prognozu.

IMAM LI GRIPU ILI KORONAVIRUS?

Pitanje: Već tri dana imam povišenu temperaturu, najviša izmjerena 39,8 °C koja se nakratko spusti nakon uzimanja paracetamola i opet raste. Bolovi pri gutanju, natečeni i gnojni krajnici, treći dan počinje bol u desnom uhu koje je natečeno i oslabljen je sluh. Zanima me je li riječ o bakterijskoj ili virusnoj upali te hoće li antibiotik riješiti stvar. Dojim bebu od šest mjeseci pa me strah može li prijeći na nju? Nadam se da se ne radi o koronavirusu, iako pomalo sumnjam i na to.

Odgovor: Visoka temperatura i gnojni krajnici ukazuju na bakterijsku streptokoknu infekciju –anginu, iako se kod infektivne mononukleoze i adenoviroze može naći gnojni eksudat na tonzilama.

Svakako Vam je potreban pregled liječnika koji će odrediti je li potrebna antibiotska terapija. Imate i malu bebu pa se svakako javite liječniku.



ZNAČAJNA JE ULOGA JETRE U BIOTRANSFORMACIJI

Jetra – zaštita

Piše: Tatjana Vucelić, mr. pharm.

Jetra je najveći unutarnji organ, smještena je u desnom gornjem dijelu trbuha. Jetra zauzima središnje mjesto u metabolizmu, tj. funkcioniranju izmjene tvari u organizmu. Da bi uspješno obavljala svoje funkcije, kroz jetru prolazi oko 1,5 litara krvi u minuti. Njome u jetru dospijevaju tvari koje se apsorbiraju u probavnom traktu, nakon čega se u jetri prerađuju, pohranjuju ili ponovno izlučuju u krvotok. Oko 300 milijardi hepatocita – jetrenih parenhimnih stanica, s ostalim jetrenim strukturama, obavlja više od pet

promo

SILYMARIN tvrde kapsule i SILYMARIN FORTE

Što je SILYMARIN i za što se koristi?

SILYMARIN kapsule i SILYMARIN FORTE filmom obložene tablete su biljni lijekovi na bazi sikavičinog ploda za ublažavanje poremećaja funkcije jetre. Pripadaju farmakoterapijskoj skupini: lijekovi koji djeluju na jetru, lipotropici; (ATK oznaka: A05BA03).

Sastav

SILYMARIN tvrde kapsule: Jedna tvrda kapsula sadrži 156,7–191,6 mg ekstrakta (kao suhi ekstrakt, rafiniran i normiran) iz *Silybum marianum* L. Gaertner, fructus (sikavičin plod) (22–27 : 1) što odgovara 100 mg silimarina izraženo kao silibinin. SILYMARIN FORTE filmom obložene tablete: Jedna filmom obložena tableta sadrži 336,70 - 411,52 mg ekstrakta (kao suhi ekstrakt, rafiniran i normiran) iz *Silybum marianum* L. Gaertner, fructus (sikavičin plod) (22 – 27:1) što odgovara 200 mg silimarina izraženo kao silibinin.

Terapijske indikacije

SILYMARIN kapsule i SILYMARIN FORTE filmom obložene tablete primjenjuju se kao potporno liječenje u odraslih kod poremećaja funkcije jetre u sljedećim bolestima i stanjima:

- kronični hepatitis B i C (upalna bolest jetre)
- oštećenje jetre zbog izloženosti

alkoholu uz prestanak unošenja alkoholnih pića u organizam – ciroza jetre.

Farmakološka svojstva

Farmakodinamička svojstva

Silymarin je biljni lijek za ublažavanje poremećaja funkcije jetre.

Za hepatoprotektivno djelovanje plodova sikavice odgovorna je skupina flavonoidnih spojeva zajedničkog imena silimarin. Silimarin je smjesa izomera silibina, izosilibina, silidianina i silikristina. Silimarin djeluje na regulaciju propusnosti stanične i mitohondrijske membrane čime uvjetuje povećanu stabilnost tih membrana kod djelovanja različitih ksenobiotika (otrovi gljiva, različiti lijekovi). On može spriječiti apsorpciju toksina u hepatocite, tako što se specifično veže na receptore koji su smješteni na membrani, a isto tako može inhibirati mnoge transportne proteine unutar membrane. Navedeni učinci zajedno s antiperoksidativnim svojstvima silimarina čine ga prikladnim u liječenju jatrogenih bolesti te bolesti koje nastaju kao posljedica djelovanja različitih toksina na jetru. Silimarin potiče enzime koji sudjeluju u izgradnji i razgradnji lipida stanične membrane. Između ostalog utvrđeno je da silimarin sprečava lipidnu peroksidaciju inhibicijom lipooksigenaze. Sličnom

inhibicijom prostaglandin-sintetaze silimarin smanjuje stvaranje prostaglandina koji sudjeluju u upalnim procesima u tkivima. Toksični slobodni radikali nastaju u fiziološkim procesima izmjene tvari. Reakcijom lipida sa slobodnim radikalima započinje lančana reakcija peroksidacije. Silimarin kao hvatač slobodnih radikala može prekinuti lančanu reakciju peroksidacije i na taj način spriječiti oštećenje membrane hepatocita. Silimarin ne djeluje samo na membranu hepatocita, nego i na staničnu jezgru. On u staničnoj jezgri aktivira polimerazu I koja potiče ribosome na pojačanu transkripciju RNK. Posljedica je ubrzana sinteza ribosoma i povećanje biosinteze bjelančevina. Biosinteza obuhvaća strukturne i funkcijske bjelančevine. Na taj se način ubrzava regeneracija oštećenih hepatocita.

Doziranje

SILYMARIN kapsule:

Odrasli (stariji od 18 godina): Na početku liječenja i u težim stanjima potrebno je uzimati 2 kapsule dva puta na dan tijekom 8 tjedana, a zatim nastaviti s 1 kapsulom dva puta na dan. U lakšim stanjima se od početka liječenja preporučuje uzimanje 1 kapsule dva puta na dan. Liječnik mora odrediti duljinu trajanja terapije ovim lijekom. Trajanje liječenja ovisi o prirodi, težini i tijeku bolesti. Uko-

Štitnik vašega zdravlja

OKO 300 MILIJARDI HEPATOCITA – JETRENIH PARENHIMNIH STANICA, S OSTALIM JETRENIM STRUKTURAMA, OBAVLJA VIŠE OD PET STOTINA RAZLIČITIH FIZIOLOŠKIH FUNKCIJA

stotina različitih fizioloških funkcija, koje se mogu svrstati u tri osnovne skupine: metaboličke, sekrecijske i vaskularne. Svi hepatociti sudjeluju u metabolizmu, tj. preradi bjelančevina, masti, ugljikohidrata, žučne boje – bilirubina, žučnih kiselina, vitamina, minerala i nekih hormona. Posebno je značajna uloga jetre u biotransformaciji, tj. preobrazbi organizmu stranih tvari – lijekova i

otrova – u oblike neškodljive za organizam. Oni se u jetri uz pomoć posebnih enzima mogu kemijski preoblikovati u manje toksične tvari ili pretvoriti u tvari koje su topljivije u vodi pa se lakše izlučuju iz organizma putem bubrega ili žuči. Jetra ima vrlo važnu ulogu i u razgradnji alkohola. Ona metabolizira oko 90 % unesenog alkohola, dok se ostatak izlučuje plućima i bubrezima. Me-

đutim, proces biotransformacije alkohola, lijekova i drugih toksina ostavlja posljedice na jetri.

Bolesti jetre

Bolesti jetre mogu zahvatiti sve dijelove njezine funkcionalne jedinice – jetrene stanice, žučne vodove, krvne i limfne žile. Poremećaji funkcije jetre narušavaju metaboličku ravnotežu organizma, a posljedice se danas mogu liječiti s različitim uspjehom. Jetra ima veliku sposobnost obnavljanja, a svoje funkcije obavlja i kada je očuvana tek polovina jetrenog tkiva. Zbog povećanja koncentracije slobodnih radikala, mogu se oštetiti stanične membrane i funkcije hepatocita (stanica jetre), a posljedica toga je smrt hepatocita i zatajenja jetre. Akutne parenhimne bolesti (bolesti jetrenih stanica) karakterizira iznenadna epizoda različito raširene nekroze (propadanja) hepatocita. Većina tvari koje uzrokuju akutni hepatitis (upalu jetre) su lijekovi. No daleko najčešći jetreni otrov je alkohol koji uz kronično oštećenje jetre i cirozu može uzrokovati i akutni alkoholni hepatitis. Od infektivnih uzročnika hepatitis najčešće uzrokuju virusi hepatitisa A, B i C, a rjeđe citomegalovirus, leptospire, toksoplazma i dr. Kronične parenhimne bolesti poprimaju dva glavna oblika: kronični hepatitis i cirozu. Infekcija hepatitis C virusom (HCV) može uzrokovati akutni i kronični hepatitis (upalu jetre), a može se prenijeti preko kože nakon kontakta s zaraženom krvi, transfuzijama krvi, zaraženim organom pri transplantaciji, zaraženim iglama i spolnim putem. Prosječno 20 – 30 % kronično zaraženih osoba razvije cirozu jetre tijekom dvadeset do trideset godina trajanja upale. Kronična HCV infekcija najčešći je uzrok dugotrajne bolesti jetre.

Silybum marianum (L.) Gaertn (por. Asteraceae) jedan je od najvećih i najljepših čičaka s prekrasnim grimznim cvjetovima. Ljekoviti dio biljke je plod sikavice. Kemijski sastojci silimarina su kompleks silibin (silibinin), silidianin, silikristin. Podaci o povoljnom utjecaju sikavice na jetru potiču još iz 16. i 17. stoljeća.

RTE filmom obložene tablete

liko se simptomi bolesti ne poboljšaju ili se pogoršaju tijekom 15 dana primjene ovog lijeka, potrebno je posavjetovati se s liječnikom ili ljekarnikom.

Ne preporučuje se primjena SilyMARIN kapsula u djece i adolescenata mlađih od 18 godina.

Kapsule je potrebno uzeti s malo tekućine, neovisno o obroku.

SilyMARIN FORTE filmom obložene tablete:

Odrasli: Na početku liječenja i u slučaju težeg oštećenja jetre, uzima se jedna tableta dva puta na dan tijekom 8 tjedana. Nakon toga preporučuje se nastavak liječenja s po jednom tabletom, jednom na dan. U slučaju lakšeg oštećenja jetre, od početka liječenja, preporučuje

se uzimanje po jedne tablete, jednom na dan. Duljinu trajanja terapije potrebno je odrediti u dogovoru s liječnikom. Ukoliko se simptomi bolesti ne poboljšaju ili se pogoršaju tijekom 15 dana primjene ovog lijeka, potrebno je posavjetovati se s liječnikom ili ljekarnikom.

Ne preporučuje se primjena ovog lijeka u djece mlađe od 18 godina.

SilyMARIN FORTE tablete potrebno je uzimati cijele s nešto tekućine, neovisno o obroku.

Oba lijeka se izdaju bez recepta, u ljekarnama i specijaliziranim prodavaonicama za promet na malo lijekovima.

Prije uporabe pažljivo pročitajte uputu o lijeku, a o rizicima i nuspojavama upitajte svojeg liječnika ili ljekarnika.



PREPOZNATI FAKTORE KOJI DAJU POVODA NESREĆAMA

Jeste li skloni nezgodama – nesrećama?

ZANIMLJIVO, ISPITIVANJA SU UTVRDILA DA MNOGI LJUDI PODSVJESNO KORISTE NEZGODE KAO OKAJANJE ILI PAK KAO ZADOVOLJŠTINU U SLUČAJEVIMA OSJEĆAJA KRIVNJE, NEPRIJATELJSTVA ILI FRUSTRACIJE



DR. IVO BELAN

Postoje, naravno, sasvim slučajne nezgode. Međutim, s iznenađujućom učestalošću, nezgode postaju posljedica nesvjesnog psihološkog ustroja.

Mnogi od nas smatraju da je većina nezgoda slučajna, da su rezultat trenutačne nepažnje ili jednostavno loše sreće. Ustvari nisu. Istraživanja su pokazala da je velik broj nezgoda podsvjesno podstaknu.

Danas su nezgode – nesreće, jedan od glavnih zdravstvenih problema. Svake godine stotine tisuća ljudi ginu na cestama, u tvornicama, u svojim domovima. Tisuću drugih postaju doživotni invalidi. Milijuni radnih sati bude izgubljeno. Zanimljivo, ispitivanja su utvrdila da mnogi ljudi podsvjesno koriste nezgode kao okajanje ili pak kao zadovoljštinu u slučajevima osjećaja krivnje, neprijateljstva ili frustracije. Otkrilo se da mnoge nezgodne ustvari nisu slučajne. Što više, ako bi se moglo prepoznati faktore koji daju povoda nesrećama, moglo bi se dosta toga poraditi na prevenciji budućih nezgoda.

Ispitivanjem pacijenata na traumatološkom odjelu jedne bolnice gotovo 80 posto njih je pokazalo da imaju značajne sklonosti nezgodama, a te sklonosti su bile karakteristike dubokih emocionalnih konflikata.

Uvedene mjere za sigurniji okoliš (dvostruki kočioni sistem u automobilima, središnja pregrada na autoputovima, kacige za građevinske radnike, neklizave radne površine itd.) pokazale su se nedovoljnima.

Psihološka istraživanja provedena među ljudima koji su skloni nezgodama otkrila su da te osobe često imaju razne inhibicije, osjećaj krivnje, da su nezadovoljni sa svojim poslom, da su pokazivali određeni

strah prema seksu, da nisu bili sposobni izraziti ljutnju, nego su je postiskivali u sebi itd. U obiteljskim situacijama takvih ljudi često su utvrđeni nesređeni odnosi, nesuglasice, rastave braka, loši odnosi između roditelja djece, stroga disciplina u kući i tomu slične situacije. U biti, oni koji su često doživljavali nezgode, nesretne slučajeve, pokazali su da često potiskuju u sebe ljutnju, da su nemarni u poslu i osobnim navikama i da su pasivni u praktički svim ljudskim međudnosima. Zbog nedostatka normalnog oduška za mnoge emocije, oni koriste samouništavajuće nezgode kao sredstva za izražavanje neprijateljstva, privlačenje pažnje i brige na sebe, a nekada i kao kažnjavanje za svoju seksualnu krivnju. U industrijskim pogonima 80 do 90 posto nezgoda može se pripisati spomenutim ili njima sličnim psihološkim uzročnim faktorima. Stručnjaci tvrde da isti faktori vjerojatno sudjeluju i u uzimanju bolovanja što industriji predstavlja veliki gubitak.

Ključno pitanje je: može li se to saznanje

upotrijebiti u prevenciji nezgoda? Jednostavno prepoznavanje sklonosti nezgodama vitalni je prvi korak u prevenciji. Osim toga, sljedeće što se može poduzeti:

- Analizirati sve što se dogodilo u danu koji je prethodio nezgodi. Je li bilo nečega što je uzrokovalo ljutnju ili uznemirenje? Je li se možda šef galamio, rekao nešto loše? Je li se pojavio osjećaj krivnje ili neprijateljstva kao rezultat nekih društvenih kontakata. Ako možete razotkriti takav događaj, možda ćete moći prepoznati razlog nezgode.

- Kažite prijatelju ili nekom od rodbine o svojoj nedavnoj nezgodi. Otvoren razgovor može biti veliki olakšavajući ventil i čovjek može dobiti dovoljno uvida da shvati da nezgoda ili nesreća nije bila jednostavno loša nesreća ili nespretnost.

- Konačno, važna je uloga profesionalne pomoći. Kod mnogih ljudi, uočavanje i prevencija sklonosti k nezgodama – posebno gdje nezgode rezultiraju ozbiljnim ozljedama – možda će zahtijevati psihološku ili psihijatrijsku pomoć.



O POSLOVANJU BELUPA U REGIJI SREDNJE EUROPE I NOVIH TRŽIŠTA RAZGOVARAMO S POMOĆNICOM DIREKTORA SEKTORA MEĐUNARODNIH TRŽIŠTA DENISOM BAMBIR, dr. vet. med.

Regija Srednja Europa i nova tržišta

GODINU 2019. ZAVRŠILI SMO U SLOVAČKOJ S 3,4 MIL. € S CAGR-OM OD 9 %, U ČEŠKOJ S 2,8 MIL. € S CAGR-OM OD 11 %, U POLJSKOJ S 2,6 MIL. € S CAGR-OM OD 3,7 %, ŠTO POKAZUJE VELIK RAST NA TRŽIŠTIMA, A REZULTAT SU PREDANA RADA SVIH TIMOVA

Regija Srednje Europe i novih tržišta sastoji se od tržišta Slovačke, Češke i Poljske te Turske, Iraka, Bocarane i Vijetnama, stoga ću vas pokušati "vremeplovom" provesti tim zemljama i Belupovim poslovanjem u njima.

U EU-u postoje pravni subjekti. Tvrtka u Slovačkoj te predstavništva u Češkoj i Poljskoj. U njima radi 38 zaposlenika. No početak rada na europskim tržištima bio je obojen raznolikim i zahtjevnim modelima prilagodbe, što je bio početak 90-ih godina, nakon osamostaljenja Hrvatske.

Prvi modeli bili su vezani uz poslovanje s Podravkom. Belupo se pridružio u zajedničkim prostorima zajedničkom poslovanju, dijelili smo službe financija, računovodstva i pravnih poslova na tržištima Češke i Slovačke. Osamostaljenje je potpuno provedeno početkom 2000. godine.

Poslovanje u Češkoj, Slovačkoj i Poljskoj

U Republici Češkoj predstavništvo postoji od početaka, a u Republici Slovačkoj prolazili smo kroz faze pravnih subjekata od predstavništva do tvrtke, koja je bila nužna za daljnje poslovanje. Važan je faktor bio ulazak tih zemalja u EU 2004. g., dok je Hrvatska još bila u statusu trećih zemalja. Stoga smo morali organizirati Belupovo poslovanje otvaranjem tvrtke u Slovačkoj. Tvrtki su bile potrebne razne dozvole za rad – za veledrogeriju, proizvodna dozvola, dozvola za puštanje robe u promet, za što smo morali imati ugovorni laboratorij... Dakle, jedna mala, ali potpuna organizacija, koja je onda robu mogla plasirati na tržište EU-a što je tada pokrivalo tržišta Slovačke i Češke. Poslije je u tom modelu jedno vrijeme teklo i poslovanje s Rumunjskom. Od 2009. g. počelo je poslovanje na poljskom tržištu i to u suradnji s domicilnim distributerom – Nepentes grupom. Godine 2014. kupio ih je veliki Sanofi pa je Belupo pokrenuo otvaranje vlastitog predstavništva i u Poljskoj.

Tvrtka u Slovačkoj tada je bila i alternativni put za Sloveniju, koja je imala svoju tvrtku, no puštanje robe u promet bilo je u rukama države, tj. državne agencije za kontrolu lijekova. Zato smo otvorili još jednu tvrtku u EU-u, u Slovačkoj, kako bismo smanjili rizik, odnosno ovisnost o jednom i to državnom mjestu puštanja robe u promet i jednom nositelju registracijskih rješenja...

Osim dermatološke palete, na tržištu Slovačke imamo još CNS paletu (ATC) koja čini 24 % prihoda te ATC G koja čini 16 % prihoda, ATC R koja čini 6 % prihoda i OTC paletu koja čini 4 % prihoda. Dakle, najveću diversifikaciju proizvoda ima Slovačka, a najmanju Poljska. Zašto je tako? Odgovor leži u mogućnosti registracije željenih proizvoda, gdje smo nacionalnim registracijama registrirali proizvode u početku poslovanja, da bi ih onda DCP i MRP procedurama registrirali u novije vrijeme. Velik broj proizvoda, koji postoje u Belupovoj paleti dugi niz godina i bio je interesantan tržištima, nažalost, nije mogao biti registriran, jer postojeća dokumentacija nije dostatna za registraciju prema novim zahtjevima regulatornih tijela. Zatim, za neke nove proizvode nismo mogli dobiti teritorijalna prava, a postoje i situacije u kojima partneri od kojih se kupuju dosjei nisu bili u mogućnosti odgovoriti na zahtjeve domicilnih regulatornih tijela. Uz regulatorne razloge, tu su i uvjeti koje moramo zadovoljiti za izlazak novih preparata na tržište. Po cijeni, proizvod mora biti konkurentan na tržištu, a istovremeno profitabilan za kompaniju. To se pokazuje kao vrlo važna prepreka. Stoga mnogi novi proizvodi koji su i dobili registracijska rješenja, nakon vrlo kratka vremena na tržištu, postaju iznimno cjenovno osjetljivi i na kraju neprofitabilni, čime se njihov vijek zaustavi, ugasi se proizvod i sav uloženi trud i novac nepovratno se gubi. Kako bi kompanija imala dobre mogućnosti s novim proizvodima, nužna je cjenovna elastičnost te plani-



ranje cjenovne politike tako da nam cijene budu profitabilne i sa 70 % nižim cijenama od originatora.

Rezultati poslovanja regije Srednja Europa

Godine 2017., kada sam ponovno preuzela regiju Srednja Europa, Slovačka je realizirala plan od 2,9 mil. €, s CAGR-om od 9 %, Češka od 2,3 mil. € s CAGR-om od 11 %, a Poljska je ostvarila plan od 2,5 mil. € s CAGR-om od 3,7 %. Godinu 2019. završili smo u Slovačkoj s 3,4 mil. € s CAGR-om od 9 %, Češka s 2,8 mil. € s CAGR-om od 11 %, Poljska s 2,6 mil. € s CAGR-om od 3,7 %. Navedeni podaci pokazuju velik rast na tržištima, što je rezultat predana rada svih timova, pa tako u Slovačkoj to radi 15-ak kolega pod odličnim vodstvom direktora Pavla Petrovića, Pharm. dr., a timom od 8 stručnih suradnika orkestrira Petra Miškovića, RNDr., zajedno s Matejom Petrovićem, Pharm. dr., PhD, MPH, logistikom i distribucijom za tržište slovačke i češke što odlično obavlja Katarina Kantorova, ing., registraciju proi-

CIJENE SU JEDAN OD GLAVNIH PARAMETARA POSLOVANJA I ONE NAM OMOGUĆUJU ILI ONEMOGUĆUJU POSLOVANJE U NEKOJ ZEMLJI, STOGA JE KLJUČNO ZABELUPO BITI U STANJU PROIZVESTI GENERIČKE LIJEKOVE PO KONKURENTNIM CIJENAMA

zvođa na tržištu vodi Ingrid Csibova, Mgr., a računovodstvo besprijekorno vodi Danka Kondričkova, ing., uz Elenu Tutkovu, ing., koja je nezamjenjiva asistentica.

Češki tim sastoji se od 10 kolega, pod izvanrednim vodstvom direktora Jana Kočara RNDr., PhD., a prodaja je u rukama iskusnog kolege Štefana Chromnjaka, Bcc., koji zajedno vode tim od 6 stručnih suradnika, s marketinškim menadžerom Lucie Kralikovom, ing., i novom asistenticom Lucie Scselvikovom. Poljski tim čini 13 kolega pod odličnim vodstvom direktora Hrvoja Perkovića, dipl. oec., a timom od 10 stručnih suradnika zajedno izvrsno rukovode Hrvoje i kolega Marčín Klonowski, Mgr. Pharm, uz podršku

galnim okvirima, prepakirati po potrebi i prodavati. To se posebno odrazilo na poslovanje u Poljskoj, gdje su naše cijene lijekova više od slovačkih i čeških, tako da se betametazon sa salicilnom kiselinom (masti i losioni) i betametazon sa gentamicinom (kreme i masti) prodaju na taj način. Slovačka država je tome stala na kraj, zakonskim aktom i penalizacijom, a u Češkoj se i dalje provodi. Cijene su jedan od glavnih parametara poslovanja i one nam omogućuju ili onemogućuju poslovanje u nekoj zemlji, stoga je ključno za Belupo biti u stanju proizvesti generičke lijekove po konkurentnim cijenama. Dakle tu još ima mnogo prostora za rast i razvoj, jer stalno se susrećemo s

dobivali smo "upozorenja" zbog pogrešnog skeniranja lijekova u ljekarni prilikom izdavanja, na svim tržištima EU-a gdje poslujemo, što je uspješno rješavao Tim za serijalizaciju iz Koprivnice. Kada ne bi bilo tako, naš bi lijek završio u karanteni i ne bi bio izdan pacijentu te posljedično vraćen distributeru i onda nama, proizvođaču. Dakle, bila bi umanjena prodaja za sva ta "upozorenja".

Nova tržišta Turske, pokrajine Kurdistana, Bocvane i Vijetnama

Uz ovo poznatije poslovanje u EU-u, vrlo je interesantno područje rada na novim tržištima. S Turskom sam počela poslovati 2009. kada je na to tržište prvi put izvezen betametazon sa gentamicinom, a registracije su počele još 2005. i 2006. Tri dermatika – topički kortikosteroidi, betametazon i kombinacije sa salicilnom kiselinom i gentamicinom – prodavali su se sve do 2019. kad je implementiran novi zakon i onemogućena dalja prodaja uvoznih proizvoda na tržištu Turske. To smo prevladali tako da smo nastavili suradnju i danas dobivamo rojalitete za prodaju naših proizvoda.

Ostvarili smo suradnju na iračkom tržištu, u autonomnoj pokrajini Kurdistan, gdje imamo partnera koji od nas kupuje lijekove i uvozi ih na tržište, bez registracije, tako da smo u posljednjih nekoliko godina prihodovali 0,5 mil. € i izradili englesku ambalažu za određen dio proizvoda, što do tada nismo imali.

Zakoračili smo i na dio afričkog tla. Bocvana je država u kojoj smo registrirali proizvode i plasirali ih na tržište, no potrebno je dalje razviti navedeno tržište i partnerske odnose. Ono što najviše iščekujem je ulazak na tržište Vijetnama gdje smo u završnoj fazi registracije 2 proizvoda, a treći bi trebao biti registriran iduće godine, kako bismo realizirali ugovor potpisan 2017. godine.

Za ulazak na nova tržišta moramo zadovoljiti i razne parametre i predujete, tako da smo na temelju toga kupili i komoru za izradu studija stabilnosti za IV. klimatsku zonu, što nismo imali, i započeli s nizom aktivnosti u raznim segmentima poslovanja kako bismo mogli odgovoriti zahtjevima novih tržišta.

U svim tim aktivnostima nesebično sudjeluju svi odjeli od kolega iz Regulatornih poslova i Razvoja poslovanja, Istraživanja i razvoja, Nabave, Izrade ambalaže, Pripreme proizvodnje i Proizvodnje, Kontrole, Osiguranja kvalitete, Logistike i naravno kolega iz Međunarodnih tržišta. Bez svih vas ni svi ovi rezultati ne bi bili mogući, a sve pod vodstvom Zdravka Vučića, direktora Međunarodnih tržišta i potpore Uprave Belupa.

Hvala vam svima.

Izvanredna djelotvornost i sigurnost dermatološke palete

I tada i danas, tržišta Srednje Europe prepoznaju naše dermatološke proizvode: s njima povezujemo naziv kompanije i etabliramo poslovanje. Ono što je zauvijek vezalo Belupo uz dermatološku paletu lijekova, bila je njihova dugotrajna primjena, izvanredna djelotvornost i sigurnosni profil tih lijekova, topičkih kortikosteroida, na čijim temeljima je osnovan Belupo još ranih 70-ih godina u Hrvatskoj. Derma-

tološki proizvodi u 2019., na inozemnim su tržištima činili 51 % po financijskim kriterijima i 55 % u količini. Na tržištima Srednje Europe oni čine od 50 % do 100 % financijski, a u Poljskoj, koja ima samo dermatološku paletu, sačinjeno od 21 SKU, zatim slijedi Češka s 41 SKU od čega 90 % financijski čini dermatološka paleta, do Slovačke koja ima 54 SKU od čega 50 % financijski čini dermatološka paleta.

asistentice u uredu Ige Swierczynske.

Kako je vidljivo iz opisanih organizacija, to su vrlo male i fragilne strukture, koje su podložne vrlo snažnim pomacima jer su gotovo svi nezamjenjivi te se svaki nedostatak ili nerad svakog pojedinog kolege odmah vidi i ima veliki utjecaj na rezultat poslovanja. Dalji utjecaji na poslovanje na tržištima očituju se i u mogućem velikom utjecaju tečajeva domicilnih valuta u odnosu na €/ \$ koji su prisutni na tržištu Češke i Poljske, dok je Slovačka eurozona. Do danas su te domicilne valute – češka kruna i poljski zlot – bile vrlo stabilne, no danas, 2020. kada nas je pogodio pandemijski val i očekivana ekonomska depresija, vidjet ćemo kakav će biti utjecaj valute na naše poslovanje na navedenim tržištima. Na poslovanje u EU-u velik utjecaj ima i paralelna trgovina, kojoj je cilj s tržišta nižih cijena kupiti proizvod i plasirati ga na tržište viših cijena, sve u le-

previsokim cijenama proizvodnje te su naše bruto marže nedovoljne da bi se proizvodi prodavali na tržištima niskih cijena. A to su uglavnom ciljevi svih zdravstvenih sustava zemalja – opskrbiti sustav dobrim generičkim jeftinim lijekovima. Stoga je izlazak na mnoga nova tržišta onemogućen, jer smo nekonkurentni s ponuđenim cijenama.

U veljači 2019. EU je implementirao serijalizaciju lijekova kako bi se spriječilo stavljanje na tržište krivotvorenih lijekova radi zaštite pacijenata, a to se uvelike odrazilo i na naše poslovanje, kao i na planiranje proizvodnje lijekova, stvaranje potrebnih zaliha lijekova za nastavak poslovanja u novim zahtjevnijim uvjetima. A to sve bilo je moguće uz izuzetan rad i trud i fleksibilnost u praćenju zahtjeva tržišta, odjela pripreme proizvodnje, same proizvodnje te odjela kontrole i osiguranja kvalitete koji su nesebično pomagali i osluškivali puls poslovanja. Tijekom travnja 2020.,

KAKO SU SE PROJEKTI TIMOVI PRILAGODILI RADU U UVJETIMA POSEBNIH MJERA ZAŠTITE OD VIRUSA

Izazovno vrijeme potaknulo je KREATIVNOST, PROUČAVANJE I SNALAŽLJIVOST

Svi smo se naglo našli pod staklenim zvonom. Netko pod većim, netko pod manjim. Netko sasvim sam, netko s bližim osobama. Povremeno iz tog zvona izlazimo, a učestalost izlazaka nije jednaka za sve nas. A uz to, nastavljamo komunicirati i dok smo pod svojim staklenim zvonom. Nije nam to sasvim nov način komunikacije.

Tako su se i Belupovi transformacijski timovi našli u komunikacijskoj situaciji koja je uvelike nova. Voditelji i članovi timova jedni drugima pomažu da svladaju i usavrše sve mogućnosti koje nam tehnika nudi. Katkad su to veliki obrazovni zahtjevi, ali zato primijenjeno znanje stvara i veliko zadovoljstvo. Uspješno ostvarena komunikacija nas spaja. Neizmjereno je pri tom, uočavamo u ovoj situaciji, važna kvalitetna tehnika. U transformaciji, važno je poslovanje, produktivnost, manji trošak, veća učinkovitost... No, priče voditelja projekta transformacije, nekolicine sponzora i Green Beltova pokazuju i što je najvažnije: da svi budemo ljudi, da svatko i za sebe i za druge bude – čovjek.

VODITELJI I ČLANOVI TIMOVA JEDNI DRUGIMA POMAŽU DA SVLADAJU I USAVRŠE SVE MOGUĆNOSTI KOJE NAM TEHNIKA NUDI. KATKAD SU TO VELIKI OBRAZOVNI ZAHTJEVI, ALI ZATO PRIMIJENJENO ZNANJE STVARA I VELIKO ZADOVOLJSTVO



**BOJAN
PREMUŽIĆ,**
mag. ing.
traff., voditelj
Programa LSS
transformacije

“Belupov
Program LSS
transformacije

postao je naš modus operandi pomažući nam da radimo bolje i lakše te da živimo promjenu”

I ova je situacija pokazala kako je Belupov Program LSS transformacije postao naš modus operandi pomažući nam da radimo bolje i lakše te da živimo promjenu.

Što se promijenilo u načinu rada? U biti ništa.

U potpunosti poštujući mjere, vrijeme potrebno za prilagodbu (ili krizni menadžment) i nove načine rada naših GB-ova i Sponzora (smjene, home office, dežurstva) bili smo lean i privremeno se preselili u online svijet.

Za to smo se poslužili postojećom korporativnom aplikacijom Microsoft Teams, samostalno definirali i napravili potreban setup te počeli sa svojim redovnim aktivnostima.

PRIČE VODITELJA PROJEKTA TRANSFORMACIJE, NEKOLICINE SPONZORA I GREEN BELTOVA POKAZUJU I ŠTO JE NAJVAŽNIJE: DA SVI BUDEMO LJUDI, DA SVATKO I ZA SEBE I ZA DRUGE BUDE – ČOVJEK

Ipak, imamo dvije novine: druga generacija GB-ova počela je raditi na projektima odmah po završetku prvog modula edukacije u siječnju 2020. Pritom su nam od velike koristi bili uspješno završeni projekti prve generacije GB-ova i njihova svesrdna podrška. Upravo nam naši kratki, ali sadržajni timski f2f sastanci najviše nedostaju. Druga novina je da naša dva GB-a rade na projektima upravljanja kapacitetima u svojim organizacijskim cjelinama.

Da sumiramo: od ukupno 15 projekata u drugom valu, njih 12 je pri završetku faze Define. Na Upravljačkom je sastanku 12. ožujka 2020. njih sedam dobilo suglasnost za kompletiranu projektnu povelju i jedan projekt dozvolu prelaska u fazu Measure u kojoj su i dva projekta upravljanja kapacitetima. Po završetku svega potrebnog za fazu u kojoj se projekti nalaze očekujemo da će sljedeći Upravljački sastanak biti online. BeLean – Budi Lean, budi učinkovitiji.



DAMIR BIJAČ,
dipl. inž. kemije,
direktor Sektora
Istraživanje i
razvoj

“Ova neugodna
koronizacija
prisilila nas je
čak učiti više, a

djelatnici s kojima komuniciramo
odgovorno i s razumijevanjem
prihvaćaju novo i drukčije”

U Drugom valu sponzoriram projekt GB-a Ivane Antolaš. Tražimo rješenje kako upravljati resursima Analitičkih laboratorija, a pri tom olakšati uvjete rada, povećati zadovoljstvo na poslu i povećati učinkovitost. Uspješne načine i principe pokušat ćemo implementirati i u odjelu Razvoja tehnologije. Nije lako, ali smo na dobrom putu. Radimo bez prekida i u stalnom smo kontaktu s voditeljem transformacije Bojanom Premužićem i edukatorima iz IFSS-a. Interno komuniciramo onako kako moramo, s maskama na licima uz propisan razmak i maksimalni oprez. S projektom za sada ne kasnimo i to nam je najvažnije. Upravljanje kapacitetima nova je tema u Belupu. Stoga su nam veoma važni naš voditelj i edukatori. Oni imaju iskustva i majstorski provode metodu: izvrsni su nam učitelji i znatno nam pomaže njihovo usmjerenje u razmišljanju kako poboljšati upravljanje kapacitetima kojih u Belupu ima.

Ova neugodna koronizacija nas je čak prisilila učiti više. Tako su mnogi od nas sada naučili koristiti neke aplikacije. Pri tom svaku pohvalu zaslužuje GB Ivana Antolaš: sve zadatke projekta uspješno obavlja i pripremiti sve radne materijale na vrijeme za svaku videokonferenciju s voditeljem i edukatorima. Nema tog komunikacijskog ograničenja koje bi joj smanjilo motivaciju. A takvi su i djelatnici s kojima komuniciramo: odgovorno i s razumijevanjem prihvaćaju novo i drukčije. Ima ova situacija i prednosti: Skype i Teams nas koncentriraju na temu, slobodnije tražimo sugovornike da nam ponaše ako ne razumijemo ili ne čujemo.

ŽELJKA BEŠVIR, mag. pharm.,
direktorica Kontrole kvalitete



“Zamijenili smo
dosadašnje
načine radnih
dogovora
komunikacijskim
IT alatima i
očekujemo da će

projekt ispuniti naša očekivanja”

Sponzor sam projekta upravljanja kapacitetima u Kontroli kvalitete – sektora s nekoliko cjelina koje obavljaju veoma različite poslove. Za projekt je odabrana jedna cjelina, a kao cilj postavljeno je podizanje produktivnosti poslovanja. Za to je predviđeno unapređenje doprinosa svih zaposlenika i maksimalno korištenje sve opreme. Višegodišnji rad u Stabilnosti i njezino detaljno poznavanje procesa pridonijeli su da Karolina Šmic bude izabrana za voditeljicu projekta.

Uvjereni u mogućnost postizanja dobrih rezultata motivirano smo počeli s radom. Odmah smo se susreli s velikim izazovom u novoj situaciji – Covid-19 je neprihvatljivim načinom učinio uobičajene kanale komunikacije. Poštujući sva pravila za rad na projektu, zamijenili smo dosadašnje načine radnih dogovora, sastanaka i međusobnih konzultacija komunikacijskim IT alatima. Informacije i dokumente jedni s drugima dijelimo u telefonskim razgovorima i elektroničkom poštom. Microsoftov Teams omogućio nam je virtualne sastanke na kojima razmjenjujemo mišljenja i raspravljamo otvoreno kako smo i navikli. U plodnoj diskusiji komentirali smo dosadašnji rad na projektu i dogovorili sljedeće korake. Stoga očekujemo da će projekt, bez obzira na neočekivane okolnosti, ispuniti naša očekivanja.



**KRISTINA
JANEKOVIĆ
PETRAS**, mr.
pharm., univ.
mag. pharm.,
spec., pomoćnica
direktora
Upravljanja
kvalitetom /
odgovorna osoba

za puštanje serije lijeka u promet

“Ljudski faktor osnova je za uspjeh svakog projekta, a naš tim je

komplementaran i ambiciozan te nema sumnji u daljnji napredak”

Intenzivno sudjelovanje u projektu optimizacije procesa iz Prvog vala dovela je do novog izazova. U Drugi sam val uključena kao sponzor projekta optimizacije procesa upravljanja. Iznimna mi je čast što na tom projektu surađujem s izvrsnim timom koji predvodi Green Belt Lenka Francišković. Posebna je vrijednost našeg timskog rada što se kvalitetno nadopunjujemo, a zajednički nam je interes uspostava i poboljšanje procesa.

Veoma ugodna atmosfera naših prvih sastanaka omogućila je da vrlo brzo definiramo Povelju i SIPOC-e što je uspješno predstavljeno na Upravljačkom odboru. Odmah potom pojavio se dodatni izazov – prevladavanje propisane udaljenosti. Rokovi za 2. val transformacijskih procesa postavljani su ambiciozno, a nama ambicije za ekspeditivan rad ne nedostaje. U kratkom smo se roku priviknuli na virtualne susrete. Sastanci su dobro strukturirani i organizirani. Stoga vrlo brzo prolazimo kroz teme i dogovaramo iduće korake. Svaki zadatak preuzima osoba koja će ga najjednostavnije obaviti. Koristimo sve dostupne resurse za komunikaciju – Skype, Teams, dijelimo podatke e-poštom i diskutiramo o njima te ih zajednički definiramo i korigiramo. Ni jedan virtualni sastanak ne prođe bez ugodnih trenutaka, razmjene informacija o trenutnoj situaciji te poneke šale kako bi se lakše odradili radni zadaci.

Svaku odluku i sve dokumente redovito dobije voditelj transformacije i Belupovi edukatori. Njihovi savjeti za daljnje aktivnosti uspješno se implementiraju na idućim sastancima Tima i projekt zaista napreduje u pravom smjeru, bez obzira na neuobičajen način komunikacije i rada. Mislim da je ljudski faktor osnova za uspjeh svakog projekta, a naš tim je komplementaran i ambiciozan te nema sumnji u daljnji napredak.



IVANA ANTOLAŠ,
mag. pharm.,
voditeljica
Razvoja
polukrutih
i tekućih
proizvoda, Razvoj
tehnologije,
Istraživanje i
razvoj

“Belupo može biti ponosan što se u tako kratkom vremenu

možemo promijeniti, unaprijediti i u konačnici transformirati“

Možemo reći da nas je situacija s Covid-19 virusom sve dobro protresla i promijenila. Socijalni kontakt, kakva poznavamo postao je dalek. Dio nas se raspršio po svojim domovima, a dio u drugim smjenama. Neke kolege nisam vidjela već skoro mjesec dana! Ali, u svakom zlu ima i nečeg dobrog. Kako bismo nastavili s procesima, morali smo u kratkom vremenu izaći iz svojih zona komfora, instalirati razne aplikacije za koje do tada nismo ni čuli i prebaciti komunikaciju u virtualni svijet koji je postao naša svakodnevnica. I mogu reći da smo se zaista brzo reorganizirali, educirali i počeli komunicirati zapravo bez vizualnog kontakta. A to se i moglo očekivati s obzirom na to što smo, mi GB-ovi, zapravo i odabrani zbog naše snage, želje i volje da iznesemo promjene. Dio informacija i prikupljanja podataka zbog same organizacije rada u smjenama i od kuće – očekivano – ide malo sporije, ali bitno je da ni jedan proces nije stao. Mislim da Belupo može biti ponosan što smo se u tako kratkom vremenu zaokrenuli i što koracima nekim novim, za nas neutabanim putevima, što je samo dokaz da se možemo promijeniti, unaprijediti i u konačnici transformirati.



Mr. sc. LENKA FRANCIŠKOVIĆ,
voditeljica
Kvalitete
proizvoda i
procesa

“U efikasnosti ništa nije izgubljeno,

izgubio se samo onaj dio neposrednih susreta koji je nama ljudima ipak važan i nedostaje nam“

Drugi val transformacije s novim projektima zahuktavao se kada nam se dogodila izvanredna situacija zbog koje radimo od kuće. No nije nam dugo trebalo da radimo kao i prije. Svi članovi moga tima BEL-022 pa tako i sponzor imaju na sreću prijenosna računala i na njima instaliranu aplikaciju Skype pa tako održavamo timske sastanke i radionice. Svi dokumenti vezani uz projekt nalaze se na Sharepointu kojemu mogu pristupiti svi članovi tima. Oni u pripremljene tablice upisuju potrebne po-

datke vezane uz njihove zadatke o kojima smo se na sastancima usuglasili. Tako svi vidimo sve što je netko napravio. Ujedno, moguće su i izmjene dokumenata u realnom vremenu za vrijeme sastanka. Veoma su važni naši timski sastanci i radionice koje nam omogućuju izmjenu ideja i iskustava te prijenos informacija dobivenih na “coachingu” s edukatorom IFSS-a. Moram napomenuti da postoje i mali tehnički problemi s internetskom vezom zbog preopterećenosti sustava pa se u nekim trenucima i ne čujemo, no tu važnu ulogu ima strpljivost i želja da se rečenice ponove koliko je god puta potrebno da svi budemo o svemu informirani.

Tu je, naravno, i komunikacija s drugim Green Beltovima koja se najčešće odvija telefonski ili e-poštom. Mogu reći da je izvrsno riješen način komunikacije u ovom nezgodnom vremenu. Ako gledamo na efikasnost, tu se ništa nije izgubilo. Izgubio se samo onaj dio koji se odnosi na neposredni susret koji je nama ljudima ipak važan i nedostaje nam. Zato će nam biti draži čim ga ponovno bude.



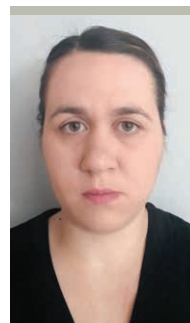
Mr. sc. MARTINA JAGAR, mag.
pharm.,
pomoćnica
direktora za
analitiku, R&D

“Tim je ovo razdoblje prihvatio i kao

priliku da usvojimo nova znanja i primijenimo alate koji su nam i inače bili dostupni, ali smo ih rjeđe koristili“

Rad na LSS projektu BEL-020 se nastavlja i u ovom za sve nas izazovnom vremenu kad većinu poslovne, a i privatne komunikacije obavljamo “na daljinu”. Timske sastanke sad održavamo na aplikacijama, većinom Skypeu i Teamsu. U vrlo kratkom vremenu smo panoe i flip-chartove zamijenili Excel tablicama, PowerPoint prezentacijama i drugim alatima koji su nam dostupni i koje možemo koristiti tijekom telekonferencijskih sastanaka. Naš tim je ovo razdoblje prihvatio i kao priliku da usvojimo nova znanja i primijenimo alate koji su nam i inače bili dostupni, ali smo ih koristili rjeđe. Većina komunikacije odvija se unutar našeg tima, manje komuniciram s ostalim GB-ovima zbog različite organizacije radnog vreme-

na. Razmjena podataka, uz uobičajenu elektroničku poštu, odvija se većinom preko aplikacije Teams, koju smo sad već dobro usvojili. Budući da se naš tim nalazi na dvije lokacije, u Koprivnici i Zagrebu, takav način komunikacije i rada planiramo zadržati i nakon što se situacija s Covid-19 virusom popravi. Naravno da se svi veselimo i po kojem tmskom sastanku gdje ćemo se svi okupiti na istom mjestu i raditi na zadacima koji su pred nama.



ANA DOMITROVIĆ,
mag. inf.,
voditeljica
Razvoja sustava
i tržišnog
kontrolinga

“Situaciju ne doživljam kao

nešto otežavajuće, brzo smo svi prihvatili nov način rada i nastavili funkcionirati i ispunjavati svoje obveze“

Razdoblje u kojem se trenutačno nalazimo svakako možemo nazvati izazovnim i novim vremenima s kakvim se do sada nismo susretali. Izolacija, rad od kuće, činjenica da ti kolege nisu u sobi do za pomoć traže od nas malo više kreativnosti, proučavanja i snalaženja. Kao pripadnica Y generacija ne mogu reći da su mi oblici komunikacije koje koristimo u ovoj “izolacijskoj” situaciji nepoznati. Društvene mreže, e-pošta, razne aplikacije i platforme za online komunikaciju bilo konferencijskim pozivima, videopozivima ili jednostavno chatom te mobilnim telefonom prate me još od početka fakultetskog obrazovanja. Danas je na internetu dostupna doista široka lepeza komunikacijskih kanala na daljinu. Zsigurno je nedostatak takve komunikacije izostanak osobnog kontakta, mimike sugovornika i ponekad pogrešna interpretacija rečenog. Međutim, iz iskustva mogu reći da su takve situacije rijetke. Komunikaciju na svojem projektu radim uglavnom putem e-pošte i Microsoft Teamsa gdje dijelim potrebne materijale i konferencijske pozive. Dosađajna suradnja i pristupačnost članova tima pokazali su mi da se možemo prilagoditi svakoj situaciji. Situaciju ne doživljam kao nešto otežavajuće, brzo smo svi prihvatili novi način rada i nastavili funkcionirati i ispunjavati svoje obveze. Gdje ima i volje ima i – načina.



Nakon završenog Veterinarskog fakulteta u Zagrebu 2013. god. zaposlio sam se u struci. Ubrzo sam shvatio da stanje u veterini nije dobro, budućnost vrlo upitna i da ću teško osigurati egzistenciju za sebe i svoju obitelj. Još za vrijeme studiranja čuo sam priče starijih kolega koji su napustili struku i sad su veoma sretni u farmaceutskim tvrtkama. Tako sam i ja odlučio potražiti svoju sreću u farmaceutskej industriji i do sada nisam požalio. Prvo zaposlenje na mjestu stručnog suradnika dobio sam u tvrtki Bayer na području Rijeke, Istre i Like. Tada sam shvatio da je predstavništvo definitivno moj životni poziv. Ali unatoč tome što sam radio to što volim, nekako nisam bio ispunjen i potpuno sretan. Razlog tome bio je odlazak iz rodnog kraja i svega što on predstavlja. Tada se počela javljati i želja za povratkom i dolaskom u Belupo koji je naša domaća i lokalna farmaceutska kuća. Bio sam strpljiv i napokon u prosincu 2016. bio je raspisan natječaj za stručnog suradnika na ovom terenu na kojemu i sad radim. Prijavio sam se i postao članom Belupa u ožujku 2017. godine i od tada sam našao svoj mir, spojio privatno s poslovnim.

B Kako je biti dijelom Belupa? Je li zaposlenje u Belupu ispunilo Vaša očekivanja?

U Belupu sam upoznao mnogo izvrsnih i kvalitetnih pojedinaca koji svojim radom i trudom doprinose da Belupo raste iz godine u godinu što me u konačnici čini zadovoljnim i ponosnim. Također veoma sam zahvalan starijim kolegama, pogotovo iz moga tima koji su me od prvoga dana odlično prihvatili i pomagali u radu.

Nekoliko dana provedenih u tvrtki vrijednih ljudi napunilo me opt...

USPRKOS SVIM NEDAĆAMA KOJE NAM JE DONIJELA OVA EPIDEMIJA KORONAVIRUSOM ISPUNILA I JEDNU ŽELJU: UPOZNATI RAD NOVE TVORNICE. U PAKIRNICI SAM U... KOJI SE OD JUTRA DO MRAKA TRUDE DA OPSKRBA TRŽIŠTA I PACIJENATA TEČ...

B Kako se snalazite u toj ulozi, posebno u novonastaloj ulozi koronavirusa?

Svakodnevno sam na terenu u kontaktu sa zdravstvenim djelatnicima, liječnicima obiteljske medicine, specijalistima u bolnicama i magistrima u ljekarnama s kojima komuniciram o svim novostima koje se pojavu u našoj širokoj paleti lijekova. Pojavom epidemije koronavirusom praktični meni i kolegama na terenu onemogućen je "normalan" svakodnevni rad koji smo dosad prakticirali. Zahvaljujući dobrim odnosima s liječnicima koji smo gradili godinama i kvalitetnoj paleti lijekova u koju se mogu pouzdati, liječnici su nam ustupili svoje osobne kontakte (broj mobitela, e-adrese) pa ih sada na taj način informiramo o svim novostima koje dolaze iz Belupa. Za sada smo se, po mom mišljenju, dobro prilagodili novonastaloj krizi, ali osobni kontakt je konkretniji tako da se nadam da će epidemija ubrzo završiti da se i mi možemo vratiti u zdravstvene ustanove.

B S kakvim se izazovima najčešće susrećete u svom svakodnevnom radu s posebnim osvrtom na novonastalu situaciju epidemije koronavirusom?

Budući da svakodnevno komuniciramo s velikim brojem klijenata, izazov nam predstavlja prilagodba svakom od njih i prepoznavanje njihovih potreba. Budući da je komunikacija jedan od temelja moga posla, osobnim kontaktom se definitivno može razviti kvalitetniji i iskreniji partnerski od-

nos nego telefonom ili e-porukama. Sada kad nam je to onemogućeno, još veći izazov trenutačno je pred nama, ali ne odustajemo nego se trudimo i snalazimo najbolje što znamo telefonskom i elektroničkom komunikacijom. Trenutačno nam na ruku ide što je Belupo prepoznat među liječnicima kao pouzdan partner i paleta je dobro poznata pa vjerujem da ćemo ovu krizu prebroditi lakše nego dio konkurencije.

B S obzirom na to da kao stručni komercijalni suradnik privremeno radite u proizvodnji, kažete nam ukratko što za Vas predstavljaju nove tvornice?

Usprkos svim nedaćama koje nam je donijela ova epidemija koronavirusom moram priznati da mi je ispunila i jednu želju. Naime, već duže vrijeme bila mi je želja doći s druge strane zida ove naše nove tvornice i vidjeti uživo kako sve funkcionira. Kada se pokazala potreba za ispomoć u proizvodnji, nekolicina kolega iz prodaje i ja smo raspoređeni u Pakirnicu gdje smo upoznali vrijedne i marljive kolege koji se od jutra do mraka trude da opskrba tržišta i pacijenata teče nesmetano. Također ova tvornica mi daje nadu da će Belupo i dalje rasti, da će se zapošljavati novi mladi ljudi koji će donijeti i neke nove ideje i samim tim pojačati našu konkurentnost na zahtjevnom tržištu.

B Novi proizvodni kapaciteti omogućuju nam proizvodnju 100 milijuna pakiranja lijekova godišnje. Što to znači za sve Belupove zaposlenike, liječnike, pacijente te u konačnici za sve sudionike zdravstvenog lanca po Vašem mišljenju? Prema Vašim saznanjima, jesu li naši korisnici, liječnici, pacijenti... zadovoljni kvalitetom naših proizvoda?

U doba krize kao što je ova uzrokovana koronavirusom države Europske unije zatvorile su svoje granice i sada najbolje možemo vidjeti koliko jedna takva tvornica znači ne samo za belupovce nego i za cijeli sustav zdravstva u Hrvatskoj. S povećanim kapacitetima proizvodnje sada i u budućnosti

U DOBA KRIZE KAO ŠTO JE OVA, DRŽAVE EU-A ZATVORILE SU SVOJE GRANICE I SADA NAJBOLJE MOŽEMO VIDJETI KOLIKO JEDNA TAKVA TVORNICA ZNAČI NE SAMO ZA BELUPOVCE NEGO I ZA CIJELI SUSTAV ZDRAVSTVA U HRVATSKOJ

ornici u društvu imizmom

AVIRUSOM, MORAM PRIZNATI DA MI JE
POZNAO VRIJEDNE I MARLJIVE KOLEGE
E NESMETANO

pružamo liječnicima sigurnost da će njihovi pacijenti i dalje biti opskrbljeni kvalitetnim lijekovima.

B Uspijevate li uskladiti svoje radne obaveze i odvojiti dovoljno vremena za svoj privatni život? Uspijevate li pronaći ravnotežu između privatnog i poslovnog života s obzirom na novonastalu situaciju s koronavirusom? Kao što sam spomenuo na početku, ovdje sam našao mir jer uspijevam donekle uskladiti privatni život i radne obaveze. Naravno da bih ponekad volio imati još više slobodnog vremena kao i većina ljudi, ali treba ipak dati prednost radnim obavezama, jer od hobija se ne živi. Slobodno vrijeme najčešće provodim u druženju, igri i vožnji bicikla sa sinom Jurjem koji će uskoro imati tri godine ili u vikendici gdje imam poprilično veliku površinu za održavati na kojoj su posađene voćke, vinova loza, orasi i lješnjaci. Budući da obožavam vrijeme provoditi vani u prirodi, bavim se i lovom, ali za to imam vremena tek u zimskom razdoblju kada izvrše poslovi oko vikendice. Sada u doba korone mali problem nam predstavlja što ne rade vrtići. Supruga i ja radimo od kuće pa se izmjenjujemo u čuvanju Jurja. Uglavnom se probudimo jako rano tako da dobar dio posla za taj dan napravimo već prije nego je on "spreman" za igru, a znalo se dogoditi da radne obaveze nadoknađujemo i popodne.

B Vaše preporuke ili poruke svim kolegicama i kolegama belupovcima u novonastaloj situaciji?

Nadam se da će situacija s koronavirusom biti bolja u svibnju i da će nam se svima život pomalo vraćati u svakodnevicu na koju smo navikli. Minus moga posla je što ne poznajem većinu belupovaca, jer uglavnom vrijeme provodim na terenu i nisam u kontaktu s našim ljudima, osim iz svoga sektora. Ali ovih nekoliko dana provedenih u tvornici u društvu vrijednih ljudi napunilo me optimizmom i siguran sam da nas nakon ove krize čeka svijetla budućnost.

A do tad, zdravo budite!

KAKO JE RADITI U VIŠE ORGANIZACIJSKIH CJELINA, KOJE SU PREDNOSTI, ALI I IZAZOVI TAKVOGA RADA TE KOLIKO JE VAŽNA BRZA PRILAGODBA NOVONASTALIM OKOLNOSTIMA I BRZA REORGANIZACIJA UNUTAR SUSTAVA, SAZNALI SMO U RAZGOVORU S EMINOM TUDIĆ GOLUB, REFERENTICOM U SEKTORU PRAVNI I ZAJEDNIČKI POSLOVI U BELUPU

Kada radiš posao koji voliš, ne radiš ni jedan dan

RADNICI KOJI U NEPOVOLJNIM ILI TEŠKIM UVJETIMA USPIJEVAJU OSTATI "HLADNE GLAVE", BRZO PRONAĆI RJEŠENJE, PRILAGODITI SE I BRZO REORGANIZIRATI, BUDUĆNOST SU BELUPA

U Belupu radim od listopada 2018. godine na poslovima referenta kadrovske administracije u sektoru Pravnih i zajedničkih poslova. Prije zaposlenja u Belupu radila sam u privatnom sektoru na poslovima knjigovodstva. Iskusi sam i prednosti i nedostatke rada u privatnom sektoru, posao u Belupu shvaćam kao priliku za stjecanje novih znanja i iskustava, a istovremeno i kao veliku odgovornost.

Rad u kadrovskoj administraciji izrazito je dinamičan i odvija se višestrukom komunikacijom na različitim razinama – od kandidata koji traže posao, preko stručnih službi unutar tvrtke do najvišeg posloводства, predstavnika vlasti te javnih i drugih ustanova. Zbog toga važno mi je uspostaviti kvalitetnu komunikaciju s našim radnicima pa svaki trenutak, čak i odlazak na gablec, koristim kako bih se upoznala i povezala s njima.

Većina ljudi u kadrovsku službu dolazi s nekim problemom, bilo poslovne bilo privatne naravi, koji ne može ili ne zna sama riješiti. Stoga nastojim da radnik, kad dođe s nekim pitanjem ili problemom, shvati kako mi je upravo njegov problem u tom trenutku najvažniji. Otvoren um i sagledavanje stvari iz perspektive drugih bitan je elemenat ovog posla. U velikom broju slučajeva ljudima je dovoljno samo da ih netko sasluša bez kritiziranja, osuđivanja ili nametanja vlastitog mišljenja. Kako ste nešto rekli, često je važnije od onoga što ste rekli.

Uz svoj primarni posao u kadrovskoj službi, kada se javi potreba, odlazim na ispomoć u druge organizacijske cjeline Belupa. Potreba za ispomoći javlja se najčešće kad se na tržištu zbog određenih okolnosti, kao što



je sada Covid-19, poveća potražnja za Belupovim proizvodima pa je potrebno u što kraćem roku što više proizvoda plasirati na tržište.

U sektor Proizvodnje prvi put sam ušla krajem 2019. godine kada se pojavila potreba za dodatnom radnom snagom zbog povećanog obujma posla u Pakirnici krutih lijekova. Kako sam po prirodi vrlo entuzijastična i pozitivna osoba, željna novih znanja, učenja i dokazivanja, prihvatila sam taj izazov. Ove se godine pojavila potreba za

dodatnim radnicima u Logistici pa sam bila na ispomoći u Skladištu za domaće tržište. A trenutačno se ponovo nalazim u Proizvodnji, no ovaj put u Pakirnici polukrutih i tekućih lijekova.

Kako bih mogla obavljati posao u jednoj i drugoj službi, moram dobro organizirati vrijeme i odrediti prioritete u tom trenutku. Ako postoji neki neodgovorni posao u kadrovskoj službi najprije njega odradim, a onda idem na ispomoć.

Iako možda na prvi pogled tako ne izgleda, sve Belupove organizacijske cjeline su međusobno povezane i utječu jedna na drugu te jedna bez druge ne mogu postojati ni funkcionirati. Kadrovska administracija kao nositelj interne komunikacije poveznica je svih sektora u tvrtki. I ostali sektori utječu na kadrovsku funkciju, i s aspekta postavljanja ciljeva i zadataka koje ona mora realizirati i utječući na uvjete pod kojima će se organizirati i djelovati kadrovska služba. Prednosti rada u različitim organizacijskim cjelinama unutar Belupa nemjerljive su. Prije svega, radom u Proizvodnji i Logistici stekla sam neposredni uvid u unutarnju organizaciju i funkcioniranje tih dijelova tvrtke. To je vrlo važno za rad u kadrovskoj administraciji zato što kao kadrovski referent moram biti dobro upoznata s prirodom posla tvrtke i moram znati u kakvim su poslovnim odnosima djelatnici u organizacijskoj strukturi, tj. tko je za što zadužen, tko je za što odgovoran i tko je kome nadređen.

Također, dobila sam mogućnost osobno upoznati osobe s kojima sam do tada komunicirala isključivo telefonski ili elektroničkom poštom. Izravno komunicirajući s radnicima bolje sam se upoznala s njihovim problemima, interesima i sposobnostima. Smatram važnim naglasiti kako je upravo kadrovska administracija među prvim službama s kojom osoba kontaktira pri ulasku u tvrtku te ujedno jedina služba koja prati radnika i brine se o njemu i njegovim potrebama od njegova dolaska pa sve do odlaska iz organizacije. Smatram kako je briga za radnike iznimno važna, jer radnici su središte rada i rasta tvrtke. Potrebe radnika uvjetuju njegovo ponašanje, ali se i određene potrebe mogu pojaviti iz ponašanja. Zadovoljena potreba je čimbenik zadovoljnog i uspješnog radnika. Nezadovoljena potreba stvara napetost i nezadovoljstvo te na kraju i cjelokupnu demotivaciju radnika.

Što se tiče kolegica i kolega koje sam upoznala radeći tako, naglasila bih kako su Belupovi radnici iznimno vrijedne, poštovne, skromne i kvalitetne osobe. Svoj posao doživljavaju krajnje ozbiljno, ali su u isto vri-

U OVOM TEŠKOM I IZAZOVNOM RAZDOBLJU, RADEĆI U TRI SMJENE, SUBOTAMA, BEZ KOLEKTIVNOG GODIŠNJEG ODMORA, KOLEGICE I KOLEGE U PROIZVODNJI I LOGISTICI HEROJI SU U BIJELIM I SIVIM UNIFORMAMA, NA DRUGOJ, ALI NE MANJE VAŽNOJ LINIJI BORBE PROTIV KORONAVIRUSA

jeme prijateljski nastrojeni i nasmijani. Vrlo su susretljivi i voljni nesebično prenijeti svoje znanje kako bi vam olakšali rad te tako pokazuju da ste im i vi jednako bitni kao i njihov posao. Kod radnika u Proizvodnji i Logistici najviše mi se sviđjelo to što uvijek djeluju kao kolektiv. Također bih istaknula kako postoji odlučna sinergija između iskusnijih i novozaposlenih radnika.

Ovim člankom ne želim skretati pozornost na sebe, jer to što po potrebi radim u više organizacijskih cjelina Belupa, rade i ostali radnici, već želim upozoriti na važnost brze prilagodbe novonastalim okolnostima i potrebe brze reorganizacije unutar sustava. I ova situacija s koronavirusom, nove mjere zaštite, novi načini obavljanja posla (rad od kuće) i ostale promjene jasan su pokazatelj kako su radnici, koji u nepovoljnim ili teškim uvjetima uspijevaju ostati "hladne glave", brzo pronaći rješenje, prilagoditi se i brzo reorganizirati, budućnost Belupa. Glavni preduvjeti za to su solidarnost, međusobno pomaganje i poštovanje tuđeg rada.

Važno je dati sve od sebe kako bismo dobro obavili posao, ne raditi lošije ako smatramo da nismo dovoljno nagrađeni ili zato što ne želimo raditi više od drugih. Pozitivan stav prema poslu, kolegama, nadređenima i tvrtki važan je jednako kao i posao koji radimo. On se ne očituje samo u ponašanju na radnom mjestu nego i u rezultatima rada. Pozitivan stav očituje se kroz osmijeh, pokazivanje zanimanja za druge, dobru samokontrolu i nuđenje rješenja umjesto izražavanja pritužaba.

U svemu tome mogu uspjeti samo radnici koji su visoko motivirani za rad. Belupo uvelike nastoji motivirati svoje radnike stimulacijama, povećanjem plaće, dodacima na plaću, plaćanjem trećeg mirovinskog stupa, i police dodatnog zdravstvenog osiguranja. Poslodavac i raznim nagradnim natjecanjima, anketama i izborom slogana pokazuje koliko mu je mišljenje radnika, a i sam radnik važan ne samo kao izvršitelj već

i kao pokretač poslova u tvrtki. Upravo u ovim trenucima krize uvjetovane koronavirusom kada velik dio poslodavaca otpušta radnike, u Belupu je 54 radnika dobilo ugovore na neodređeno vrijeme čime im je zajamčena određena sigurnost radnog odnosa. Naravno, uvijek postoji mjesta za napredak i poboljšanje jer nagrađivanje i stimuliranje radnika nikada nije trošak već jedino ulaganje u budućnost.

Iako je ta vanjska motivacija kao što je plaća, napredovanje ili bolji uvjeti rada važna, smatram kako je ipak važnija unutarnja motivacija. Radnici koje posao uistinu zanima i koji su usmjereni na radne zadatke te ih žele što bolje obaviti, pokušavaju ostvariti i više od onoga što se od njih traži i stalno teže za poboljšanjem. Vrijeme kada se na jednom radnom mjestu boravilo cijeli radni vijek je prošlo. Radnici moraju biti voljni neprekidno učiti i usavršavati se jer funkcioniranje u današnjem svijetu nije moguće ako nismo u tijeku zbivanja, ne pratimo promjene i ne stječemo nova znanja. Oni koji su prilagodljivi, prihvaćaju promjene, dobro se snalaze i u uvjetima koji nisu idealni za postizanje visokih rezultata, dragocjeni su. Drago mi je što sam na putu kroz Belupo upoznala upravo takve osobe koje su raspoložene za suradnju, koje unose pozitivan stav u radnu sredinu, kolegama daju konstruktivne savjete i prihvaćaju kritiku.

Smatram kako bi, ako ne svaki radnik, onda barem novozaposleni radnici trebali jedan dio vremena provesti u svakoj od organizacijskih cjelina tvrtke kako bi se, prije svega, upoznali sa strukturom rada u tvrtki i radnicima u tim sektorima, no najvažnije od svega kako bi naučili cijeniti značenje i važnost svakog radnog mjesta i radnika za kolektiv. Svjesna sam kako to zvuči utopistički, nerealno i naivno, stoga vlastitim primjerom želim pokazati kako nam svima može biti bolje ako promijenimo način gledanja na ljude. Ljubav i ljubav jedine su stvari koje se dijeljenjem umnažaju pa zato kada možete birati što želite biti, izaberite biti ljubazni.

Neizmjereno sam zahvalna kolegicama i kolegama u Proizvodnji i Logistici na svem strpljenju, pomoći i susretljivosti. U ovom teškom i izazovnom razdoblju, radeći u tri smjene, subotama, bez kolektivnog godišnjeg odmora, i vi ste heroji u bijelim i sivim uniformama, samo na drugoj, ali ne manje važnoj liniji borbe protiv koronavirusa.

Svima na kraju poručujem da ne dolaze sve oluje u život kako bi napravile nered. Neke dolaze samo kako bi raščistile put i usmjerile nas prema onome što je uistinu važno. Čuvajte sebe i svoje najdraže.

HPV cjepivo jednako važno i za mladiće kao i za djevojke

ZA SPRJEČAVANJA HPV INFEKCIJA POSTOJE VISOKO UČINKOVITA CJEPIVA, TESTIRANA I NA MUŠKARCIMA I NA ŽENAMA, A CJEPIVO JE DJELOTVORNO 2,5 DO 4,5 GODINE NAKON CIJEPLJENJA

Piše: dr. Ivo Belan

Početak prošle godine, biotehnoška medicinska zajednica žalovala je za Michalom Becherom, poznatim direktorom u krugovima farmaceutske industrije. Rak od kojeg je bolovao, neko se vrijeme povukao, ali, nažalost, opet se vratio. Na kraju, polovicom godine, rak ga je i ubio.

Taj rak uzrokovao je humani papiloma virus (HPV). Nedavno su istraživači objavili nove rezultate koji pokazuju da se taj rak mogao prevenirati cjepivom Gardasil. Istraživači su istaknuli da bi se to cjepivo, koje se još uvijek uglavnom spominje u vezi s djevojkama i ženama, trebalo ponuditi i mladima, a možda i odraslim, zrelim muškarcima.

Prema poznatom američkom Centru za kontrolu bolesti i prevenciju, 34.800 ljudi oboli svake godine od raka uzrokovanog HPV virusom, od toga je 20.700 žena, a 14.100 muškaraca. Kod muškaraca je taj rak najčešće lokaliziran u ustima i ždrijelu. Najvjerojatnije prenesen putem oralnog seksa (HPV je seksualno prenosiva bolest), premda se može zaraditi i drugim putem, u nekim slučajevima čak i ljubljnjem. Dobro je istaknuti da je infekcija HPV virusom visokog rizika i može dovesti do razvoja karcinoma vrata maternice, vanjskog spolovila, vagine, anusa ili penisa.

Usprkos činjenici da tisuće muškaraca dobije rak zbog zaraze s HPV-om, izgleda da ta poruka ipak ne dolazi do njihove svijesti. U javnosti je još uvijek prisutna percepcija da je HPV uglavnom problem za žene. Premda je postotak preživljavanja relativno visok, liječenje te zloćudne bolesti znatno je složeno i skupo za sustav zdravstvene zaštite. Ohrabruje činjenica da tumori takve

vrste mogu biti spriječeni s nekoliko injekcija, tj. cijepljenjem.

HPV cjepivo bilo je originalno odobreno 2006. godine, kako bi se prevenirao rak vrata materice.

Svaka osoba koja je ikada imala genitalni kontakt s osobom koja je inficirana s HPV-om može biti inficirana. To se odnosi i na muškarce i na žene koji infekciju dalje mogu prenijeti na svoje spolne partnere, a pritom ne znaju da su inficirani. Većina ljudi koji su nosioci HPV-a ne zna da su inficirani. Virus obično ne izazove simptome. Neki mogu dobiti mekane uzdignute tvorbe (kondilome) na vratu materice, spolovilu, anusu ili penisu, ali i genitalne ili analne karcinome. Bez obzira na to što svi tipovi HPV-a mogu izazvati blage promjene u Papa-testu bez ozbiljnih posljedica (ali neki od njih mogu), ipak neki tipovi virusa mogu dovesti i do

raka vrata materice. Redovitim ginekološkim pregledima Papa-testom na vrijeme će se uočiti početne promjene na vratu materice i provesti adekvatno liječenje. Koliko je važan redoviti Papa-test, pokazuje činjenica da velika većina žena s karcinomom vrata materice nije redovito testirana.

Za spolno aktivne osobe, a koje nisu u dugotrajnoj, obostrano monogamnoj vezi, smanjenje broja partnera smanjuje rizik od infekcije HPV-om. Upotreba kondoma smanjuje učestalost karcinoma vrata materice za koji se smatra da je bolest vezana uz HPV infekciju. S druge strane, uloga kondoma u prevenciji HPV infekcije još nije dovoljno priznata, budući da do HPV infekcija može doći kako na dijelovima koje kondom pokriva, tako i na ostalim nepokrivenim dijelovima.

U svrhu sprječavanja HPV infekcija postoje



visoko učinkovita cjepiva. Testirana su i na muškarcima i na ženama. Za sada se pokazalo da je cjepivo djelotvorno 2,5 do 4,5 godine nakon cijepjenja. Ipak, valja napomenuti da cjepivo nije učinkovito na sve tipove virusa HPV-a, a ima ih mnogo, od kojih je 30 spolno prenosivo.

Do sada, cjepiva su testirana na djevojkama i mladim ženama u dobi od 9 do 26 godina i na dječacima od 9 do 15 godina.

Cjepivo je najučinkovitije ako se primijeni prije stupanja u spolni život. Redoviti ginekološki pregledi i Papa-test neophodni su i nakon cijepjenja. Prvo, zato što cjepivo ne pruža zaštitu od svih tipova HPV-a, i drugo, zato što neke žene možda neće dobiti sve potrebne doze cjepiva pa ni zaštita neće biti potpuna.

Povećanjem broja cijepjene djece moglo bi se spasiti tisuće života.



**NE
MOGU**

Zašto mislite da niste dovoljno dobri i kako vjerovati u sebe?

ČOVJEK NIJE DEFINIRAN SVOJIM POSLOM, MEĐULJUDSKIM ODNOSIMA, RELIGIJOM ILI EDUKACIJOM. PRIJE JE DEFINIRAN NAČINOM NA KOJI PARTICIPIRA U TIM PODRUČJIMA I DJELATNOSTIMA

Pripremio dr. Ivo Belan

Jeste li ikad poželjeli reći nešto dok ste na poslu, ali čuli ste u sebi jedan tihi glas sumnje, koji govori: "A što ako si u krivu?". Možda ste željeli predložiti sebe za unaprjeđenje, za novo radno mjesto, koje je najavljeno u tvrtki, ali nešto vas je odvratilo od akcije. Kada smatrate da niste dovoljno dobri, skloni ste strahu kako će sve završiti i gubitku vjere u svoje sposobnosti. Stoga je vitalno važno otkriti kako vjerovati u sebe, kako ostvariti svoje ciljeve i svoje snove.

O kakvoj god se situaciji radi, strahovi i lažne sumnje u sebe, uvijek će vas zaustaviti na vašem životnom putu. Identificirati takva uvjerenja koja uzrokuju da sabotirate svoj život, prvi je korak u njihovu isključenju.

Percepcija koju imate o sebi temeljena je na vašim prošlim iskustvima. Ima ljudi koji ne vjeruju da su dovoljno dobri, zato što u dječjoj dobi nisu primali bilo kakvu pozitivnu podršku ili pomoć od svojih roditelja. Kad su bili dijete, roditelji su se postavljali ekstremno zaštitnički. Rezultat toga je da dijete izgrađuje više pouzdanja u roditeljske sposobnosti, dok istovremeno sumnja u svoje vlastite. To dijete s vremenom postaje odrasla osoba koja i nadalje vjeruje da nije dovoljno dobra. Takve osobe traže pomoć i priznanje od drugih i rijetko se postave kao opozicija.

Ako želite vjerovati u sebe, morat ćete poduzeti neke korake, uz pomoć kojih ćete ponovno izgraditi samopouzdanje. Počnite s nekim jednostavnim stvarima, kao što su ispuniti obećanje dano drugom, ne kasniti na sastanke itd. Pokazivati drugima da mogu imati povjerenje u vas, učinit će da ćete se i vi osjećati ugodnije vjerujući u sebe. Idući dalje prema većim i više izazovnim zadacima, gradite temelje povjerenja u svoje sposobnosti da održavate datu riječ.

Iskustva iz prošlosti mogu pridonijeti da čovjek u nečemu ne uspije. Na primjer, kad

se u prošlosti doživi neki neuspjeh, osoba može izgubiti želju nastaviti svojim putem. Ta činjenica ima manje veze s time jeste li hrabri ili uplašeni, a više s činjenicom da vaš um ne voli neuspjeh, poraz.

Netko ne voli sudjelovati u događajima u kojima ne postiže rezultate koji se od njega očekuju. Osjećaj nedostatnosti i strah od neuspjeha, zaista nije zabavan.

Ako čovjek želi svladati te osjećaje nedovoljnosti, potrebno je mijenjati svoja uvjerenja. Kad se doživi uspjeh, dobro je napraviti "mentalnu zabilješku" ili naprosto to zapisati. To je čovjeku dokaz da ne "promašuje" baš uvijek. Bez obzira kakva je situacija, uvijek se može pronaći neko uspješno iskustvo, koje je čovjek previdio.

Pročitati nešto o neuspjesima, porazima drugih uspješnih ljudi, poboljšat će vaše samopouzdanje. U jednoj studiji provedenoj na kolumbijskom sveučilištu, utvrđeno je da je podučavanje o neuspjesima velikih znanstvenika ohrabrilu studente na postizanje boljih rezultata u učenju.

Kada se osoba bori s nekim strahom i sumnjama u sebe, sklona je preuveličavati sposobnosti drugih i umanjivati svoje, uspoređujući ih. Počinjete vjerovati, uspješni su uspješni zato što oni hrabro ulaze u rizike, za njih ne postoji odgovor "neću", "ne mogu". Počinjete govoriti sebi "oni su predodređeni za uspjeh, dok s druge strane – ja nisam".

Međutim, ako ste u mogućnosti imati međuljudske odnose s onima uspješnima, uviđate da oni vode iste borbe sa sobom i imaju iste izazove kao i vi. Jedina razlika je u tome što su oni uporni, ne odustaju od rješavanja problema. Dakle, nije pitanje možete li uspjeti, nego je pitanje želite li dovoljno uspjeti.

Podcijeniti sebe

Koja je glavna razlika između nekoga tko vjeruje da je dovoljno dobar i onoga tko

tako ne misli? Osoba koja vjeruje da je dovoljno dobra, smatra da posjeduje vrijednosti.

Ako ne vjerujete da je vrijedno slušati vas, onda nećete imati bilo što kazati. Ako ne vjerujete da ste dovoljno dobri da vas se poštuje i postupa s vama na takav način, prihvatit ćete i racionalizirati sve vrste lošeg postupanja prema vama.

Postoji stara izreka koja kaže da se s nama postupa onako koliko dopuštamo da se s nama postupa. Kad je netko samopouzdan, uvjeren u svoju vrijednost koja zahtijeva poštovanje, on neće prihvatiti da se s njim postupa bilo kako. Međutim, ako netko ne vidi sebe vrijednim, ostat će u toksičnoj situaciji, zato što ne vidi ništa bolje na horizontu.

Umjesto da čovjek procjenjuje sebe samo na temelju primljenih nagrada, raznih priznanja, počasti primljenih od drugih itd., on treba obaviti osobno unutarnje istraživanje. Temeljiti percepciju sebe na osnovi centralnih i najosnovnijih vrijednosti, osoba može ponovno steći kontrolu nad slikom o sebi.

Suvišno je da se čovjek fokusira na stvari koje su izvan njegove kontrole. Mnogo je razumnije da se fokusira na ono što ga čini posebnim. Čovjek nije definiran svojim poslom, međuljudskim odnosima, religijom ili edukacijom. Prije je definiran načinom na koji participira u tim područjima i djelatnostima.

Ne smije se dopustiti da prošla stara iskustva usmjeravaju buduće uspjehe. Jednostavno, ne treba gledati unatrag u svom životu i postavljati brojna pitanja i izražavati žaljenja. Mnogo je bolje graditi povjerenje u samoga sebe, poduzimajući akciju – danas. To će pomoći da se postigne samopouzdanje koje je potrebno da vjerujete u samog sebe, u svoju sposobnost i da postanete šampionom svoga života.

BELODIN A derm gel

Svrbež kao rukom odnesen.

Ubodi insekata

Opekline

Osipi i urtikarije

**DVOSTRUKO
DJELOVANJE***
ZA SAMO PAR MINUTA



Belodin A Derm gel umiruje i ublažava svrbež i nadraženost kože kod uboda insekata, osipa i urtikarije, opekline od sunca i površinskih opekline (1.stupnja). Prodiranjem gela u kožu **svrbež i nadraženost se brzo ublažavaju**, već unutar nekoliko minuta, uz dvostruko antihistaminsko i anestetičko djelovanje. Pogodan za sve dobne skupine te za dojenčad i trudnice.

*Belodin A derm sadrži dimetindenmaleat koji ima antihistaminsko i anestetičko djelovanje. Gel za lokalnu primjenu.

Prije primjene pažljivo pročitajte uputu o lijeku, a o rizicima i nuspojavama upitajte svog liječnika ili ljekarnika.

 **BELUPO**

NEOFEN rapid

Djeluje hitno kad ti je bitno.



**Tvoja bol
traži brzo rješenje**

Novi NEOFEN rapid snažnom dozom
ibuprofen lizina brzo i ciljano zaustavlja bol.



NEOFEN rapid sadrži ibuprofen. Za oralnu primjenu. Prije upotrebe pažljivo pročitajte uputu o lijeku, a o rizicima i nuspojavama upitajte svog liječnika ili ljekarnika.

 www.neofen.hr
BELUPO