

GLASILO KOPRIVNICA, RUJAN 2020. BROJ 239 BELUPO

VRUĆA JESEN –
BUDIMO
ODGOVORNI,
PREMA SEBI
I DRUGIMA 9

Prof. dr. sc. EDUARD VRDOLJAK, predstojnik klinike za onkologiju
i radioterapiju KBC-a Split

NE SMIJEMO
KORISTITI
KORONAKRIZU DA
ZABORAVIMO RAK 6



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

INTERVJU

- 6 Prof. dr. sc. EDUARD VRDOLJAK, PREDSTOJNIK KLINIKE ZA ONKOLOGIJU I RADIOTERAPIJU KBC-A SPLIT: NE SMIJEMO KORISTITI KORONAKRIZU DA ZABORAVIMO NA RAK

BELUPO ZDRAVLJE

- 9 VRUĆA JESEN – BUDIMO ODGOVORNI, PREMA SEBI I DRUGIMA
- 11 IVAN BAREŠIĆ, mr. pharm., MBA, POMOĆNIK RAVNATELJA LJEKARNI DELTIS PHARM: ZAŠTITNE MASKE MIJENJAJU NAČIN NA KOJI MEĐUSOBNO KOMUNICIRAMO
- 12 PETRA VLAK, mag. NUTRICIONIZMA: KAKO RUKOVATI NAMIRNICAMA U DOBA PANDEMIJE?

LIJEČNIČKO SAVJETOVALIŠTE

- 13 ZDRAVO BUDI UZ DEŽURNU ORDINACIJU: NA PITANJA IZ PODRUČJA KARDIOLOGIJE ODGOVARA KOLUMNISTICA PORTALA WWW.ZDRAVOBUDI.HR, prim. SONJA FRANČULA ZANINOVIĆ dr. med. univ. mag., spec. internist – subspec. KARDIOLOGIJE

- 14 TATJANA VUCELIĆ, mr. pharm: USNA ŠUPLJINA OGLEDALO JE ZDRAVLJA
- 16 NEOFEN COMBO – KOMBINACIJA ZA ONE KOJI POZNAJU BOL
- 16 MAJA LEMAC, dr. med. spec. PEDIJATAR: MOŽE LI MED POMOĆI U LIJEČENJU KAŠLJA KOD DJECE?

POSLOVNA KRONIKA

- 17 POSLOVNA KONFERENCIJA - HRVATSKA KAKVU TREBAMO
- 17 PREDSDJEDNIK UPRAVE PODRAVKE IZABRAN ZA PREDSDJEDNIKA HRVATSKE UDRUGE POSLODAVACA

BELEAN

- 18 BELUPOV PROGRAM OPTIMIZACIJE PROCESA U FAZI MEASURE I POČETKU FAZE ANALYZE

RAZGOVOR

- 20 RAZGOVOR S IVANOM JAMBREK, dipl. kem. ing., RUKOVODITELJICOM ZAŠTITE OKOLIŠA U BELUPU: MISLIMO, STVARAJMO I ČUVAJMO ZELENO SVAKI DAN U GODINI

BELUPO KLUB

- 22 NATAŠA SRNIĆ, dipl. ing. KEMIJSKE TEHNOLOGIJE, DIREKTORICA LOGISTIKE: KAKO DJEVOJČICA IZ OKUČANA ZAVRŠI U KOPRIVNICI? OKOLNIM PUTEM!
- 22 BELUPOV VIRTUALNI OKRUGLI STOL ZA LIJEČNIKE OBITELJSKE MEDICINE I SPECIJALISTE

KARDIOLOGE IZ OSJEČKO-BARANJSEK ŽUPANIJE

- 23 LANA MARKOVIĆ STEKLA AKADEMSKI NAZIV SVEUČILIŠNA SPECIJALISTICA IZ PODRUČJA TRGOVAČKOG PRAVA I PRAVA DRUŠTVA

- 24 IVAN BRCKAN, SAVJETNIK ZA INFORMACIJSKU SIGURNOST U BELUPU: VEĆINA NAŠIH ZAPOSLENIKA PONAŠA SE VRLO ODGOVORNO

KRONIKA

- 25 S BELUPOM – VESELO U ŠKOLU
- 25 KOPRIVNIČKA BOLNICA NABAVILA NOVI CT UREĐAJ
- 25 DOKTOR EDUARD ROD NAKON 23 GODINE NAPUSTIO KLUB

LIJEČNIČKI KUTAK

- 26 Dr. IVO BELAN: PUŠENJE MOŽE UGROZITI SEKSUALNI ŽIVOT

MEDICINA I BIZNIS

- 27 Dr. IVO BELAN: STRUČNJACI PROGNOZIRAJU RAST FARMACEUTSKOG TRŽIŠA

AKTUALNO

- 28 ODRŽAN PRVI BELUPOV MREŽNI SEMINAR (WEBINAR) U HRVATSKOJ

- 28 ORGANIZACIJSKE PROMJENE U RX I OTC MARKETINŠKOM TIMU

PSIHOLOGIJA POSLOVANJA

- 30 Dr. IVO BELAN: KAKO SE NOSITI S NEGATIVNOM OSOBOM U OKRUŽENJU SVOGA RADNOG MJESTA

IMPRESSUM

GLASILO
BELUPO

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

- www.belupo.hr - www.zdravobudi.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

Mirjam Brcko Pećarić, pobjednica je nagradne igre Odgovori i poklon ponesi



Mirjam Brcko Pećarić, rukovoditeljica u sektoru Razvoj poslovanja i registracije, pobjednica je nagradne igre Odgovori i poklon ponesi. Članovi uredništva Glasila izvukli su točan odgovor sretne dobitnice, koja je zadovoljila sve potrebne uvjete u nagradnoj igri. Kolegica Brcko Pećarić točno je odgovorila i u zadanom roku poslala odgovor na nagradno pitanje: "Napišite pet ključnih vrijednosti Belupa su", a odgovor glasi: izvrsnost, kreativnost/inovativnost, povjerenje, strast i zadovoljstvo.

Odgovor se mogao pronaći u prošlom broju Glasila, na str. 22, u tekstu s nazivom "Vrednote koje vrijedi njegovati". Čestitamo pobjednici nagradnog natječaja, a ostalim natjecateljima zahvaljujemo na sudjelovanju i želimo puno uspjeha u sljedećim nagradnim igrama.

Odgovorite točno na nagradno pitanje i osvojite Podravkin poklon-paket. Točan odgovor pošaljite do 20. listopada na adresu uredništva public.relations@belupo.hr ili na adresu **Danica 5, 48000 Koprivnica**, s naznakom Nagradna igra.

U sljedećem broju Glasila Belupa bit će objavljeno ime dobitnika/dobitnice poklon paketa.

ODGOVORI I POKLON PONESI

NAGRADNA IGRA NAGRADNO PITANJE GLASI:

U KOJOJ JE TRENUTNO
FAZI BELUPOV PROGRAM
OPTIMIZACIJE PROCESA?

UVODNIK

Poštovane čitateljice i čitatelji,

dobro došli na stranice Glasila Belupa, na kojima vas čekamo svakog prvog tjedna u mjesecu. I ovoga puta, samo u digitalnom formatu. Jer, koronakriza je promijenila puno stvari. Jedna od njih je i kanal kojim Glasilo dolazi do vas – naših čitatelja.

Vjerujem da neću pretjerati kažu li da nitko od nas ne pamti godinu poput ove. Godinu koja je u potpunosti promijenila dosadašnju paradigmu i društvenog i ekonomskog sustava. Izložila nas je brojnim ograničenjima, ali i pokazala nam nove prilike. Jedna od njih je da čitamo, družimo se i učimo zajedno, u virtualnom prostoru. Jer, ove godine, nažalost, ne možemo drugačije. Drugačije, pritom ne znači lošije. Dapače.

Na stranicama u nastavku donosimo vam puno zanimljivog i korisnog sadržaja. Na vama je da odaberete temu, udobno se smjestite i za početak, pročitate intervju s predstojnikom Klinike za onkologiju i radioterapiji KBC-a Split, prof. dr. sc. Eduardom Vrdoljakom koji nas upozorava da zvona zvone upravo nama, pozivajući nas na redoviti kontrolni pregled. Jer, ako se bolest otkrije dovoljno rano, stupanj izlječivosti, odnosno petogodišnjeg izlječenja je veći od 90 %. „Nemojmo dolaziti s tumorima od 5 centimetara nego s tumorima od 5 milimetara“, kazao nam je u intervjuu prof. Vrdoljak.

Pročitajte svakako i inspirativne priče naših belupovaca – Ivane Jambrek, Nataše Srnić, Ivana Brckana i mnogih drugih. Njima za uspjeh nije bila dovoljna samo želja da uspiju. Bio je to, bez sumnje, njihov način razmišljanja i prioriteta – razumijevanje važnosti budućnosti, lišenost straha od neuspjeha i prihvaćanje prilika. Bila im je potrebna strast. Izazovite, stoga staru verziju sebe kako bi nova mogla biti vaš svjesni odabir. Jer na kraju krajeva – baš nitko ne upravlja nama samima osim nas. Samo je ponekad teško prihvatiti baš tako veliku odgovornost. Ili možda i nije?

Ne zaboravite ostati odgovorni, jer prvo je zdravlje.

Čekamo vas na istom mjestu u prvom tjednu studenoga.

Vaša,
Snježana Foschio-Bartol,
glavna i odgovorna urednica

NE SMIJEMO KORISTITI KORONAKRIZU DA ZABORAVIMO NA RAK

ONKOLOŠKI BOLESNICI NISU PRESTALI BITI PRIORITET ZDRAVSTVENOG SUSTAVA NEGO SU PRESTALI BITI PRIORITET SAMIMA SEBI. A KAKO JE KORONAKRIZA BILA U SREDIŠTU OPĆE POZORNOSTI, UŠLI SMO U STANJE DA JE U TO VRIJEME VAŽNIJE NE OTIĆI, DA JE VAŽNIJE OSTATI KOD KUĆE. LJUDI SU RAZMIŠLJALI NA NAČIN DA JE KORONA VEĆI NEPRIJATELJ OD RAKA. ALI, NA ŽALOST TO NIJE TAKO. BILO BI DOBRO DA JE SMRTNOST OD RAKA JEDNAKA SMRTNOSTI OD KORONE

Predstojnik Klinike za onkologiju i radioterapiju KBC-a Split prof. dr. sc. Eduard Vrdoljak, koji je i predsjednik Hrvatskog onkološkog društva, za Glasilo Belupa govori o liječenju onkoloških bolesnika u vrijeme pandemije Covida-19, o tome je li bilo propusta u vrijeme kada je zdravstveni sustav bio velikim dijelom zatvoren, ali i o tome što svatko od nas mora činiti kako bi se rak otkrio na vrijeme, u ranoj fazi kada su i ishodi liječenja puno bolji. Kroz svoje dugogodišnje kliničko i znanstveno iskustvo, prof. Vrdoljak neprestano nastoji maksimalno unaprijediti kvalitetu liječenja bolesnika optimalnom integracijom novih znanstvenih dostignuća u svakodnevnu onkološku praksu. A kao predsjednik Povjerenstva koje je radilo na Nacionalnom planu protiv raka, puno je puta, među ostalim, istaknuo kako treba promovirati multidisciplinarni rad te povezati sve hrvatske onkološke institucije u jedinstvenu hrvatsku onkološku mrežu s jedinstvenom onkološkom bazom podataka što bi svim pacijentima trebalo osigurati kvalitetno liječenje.

B Gotovo na samom početku koronakrize i lockdowna, kada je i zdravstveni sustav velikim dijelom bio zatvoren, osim za Covid pacijente, upozoravali ste na moguće teške zdravstvene posljedice zbog zanemarivanja simptoma onkoloških bolesti, zbog zanemarivanja kontrola i preventivnih pregleda. Je li se crni scenarij ostvario? S kakvim se stanjem u onkologiji suočavate danas u odnosu na razdoblje prije koronakrize?

Prije svega, želim reći da onkološki sustav nikada nije bio zatvoren. Mi smo od samoga početka koronakrize onkološki sustav držali otvorenim, rekao bih, 110 posto. Važno je to reći sada i uvijek. No, na žalost, zatvorenost je više bila u našim umovima, u našoj percepciji stvarnosti. I moji istupi nisu bili usmjereni na to da govorim o zdravstvenom sustavu već o tome kako drugi razumiju trenutačnu situaciju. Dakle, od samoga početka su odlično vodstvo Ministarstva zdravstva na čelu s ministrom Vilijem Berošom kao i Nacionalni stožer naglašavali da je onkologija prioritet i da stoga mora ostati potpuno otvorena za pacijente.

No, jedno je rečeno, a drugo je ono što se stvarno događalo. Primjerice, neka će žena reći kako će kontrolni ginekološki pregled ostaviti za neka druga, bolja vremena. Ali, ta bolja vremena, na žalost, ne dolaze ili dolaze prekasno. Ne odnosi se to samo na Hrvatsku. Nizozemska je za vrijeme lockdowna detektirala otprilike 35 posto manje onkoloških bolesnika, dakle čak jednu trećinu manje dijagnosticiranih. Je li novooboljelih doista manje? Jasno da nije! Ne možemo očekivati tako veliki pad u broju novodijagnosticiranih onkoloških bolesti. Što je onda istina? Koje je objašnjenje? Pacijenti su kod kuće i žive s neprepoznatim, s neotkrivenim tumorom. Tako da smo zbog poremećenog sustava dijagnostike ostavili veliki broj bolesnika s neprepoznatima bolestima. A problem s rakom je, naravno, u tome da što se kasnije bolest otkrije, to su lošiji ishodi.

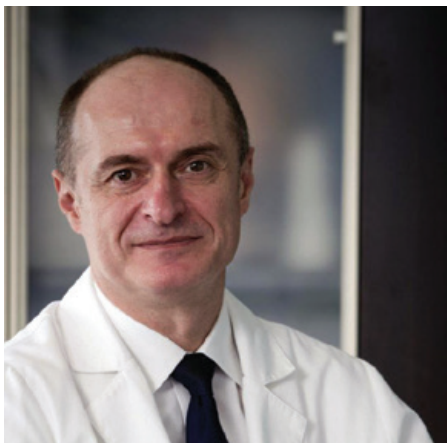
Što je problem u tranzicijskim zemljama uključujući i Hrvatsku? U tome što imamo relativno loš odnos prema zdravlju generalno pa tako i prema onkološkom zdravlju i, na žalost, ne odazivamo na odlično organizirane nacionalne programe preventivnih pregleda i rane detekcije. Primjerice, odziv na ranu detekciju raka debelog crijeva je neprihvatljivo niska. A kakav će biti u kriznim situacijama? Još niži kao i kod programa za rak dojke ili raka vrata maternice. I što ćemo imati kao posljedicu svega toga? Danas je to manje dijagnosticiranih bolesnika, a sutra veći broj kasnije dijagnosticiranih bolesnika. Je li to problem sustava? Ne, to je problem svih dionika, a najviše naoko zdravih ljudi. Dakle, sve moje poruke uvijek su usmjerene k običnom čovjeku – ne zaboraviti otići na redoviti kontrolni pregled, prepoznati rane znakove tumora i stupiti u kontakt sa zdravstvenim osobljem.

Dakle, onkološki bolesnici nisu prestali biti prioritet zdravstvenog sustava nego su prestali biti prioritet samima sebi. A kako je koronakriza bila u središtu opće pozornosti, ušli smo u stanje da je u to vrijeme važnije ne otići, da je važnije ostati kod kuće. Ljudi su razmišljali na način da je korona veći neprijatelj od raka. Ali, na žalost to nije tako. Bilo bi dobro da je smrtnost od raka jednaka smrtnosti od korone.

B U Hrvatskoj je od 25. veljače do 9. rujna koronavirus dijagnosticiran kod 12.626 osoba, od kojih je 206 preminulo. Koliko je u tom istom razdoblju bilo novih bolesnika s



IMAMO RELATIVNO LOŠ ODNOS PREMA ZDRAVLJU GENERALNO PA TAKO I PREMA ONKOLOŠKOM ZDRAVLJU I, NA ŽALOST, NE ODAZIVAMO NA ODLIČNO ORGANIZIRANE NACIONALNE PROGRAME PREVENTIVNIH PREGLEDA I RANE DETEKCIJE. PRIMJERICE, ODZIV NA RANU DETEKCIJU RAKA DEBELOG CRIJEVA JE NEPRIHVATLJIVO NISKA



dijagnozom raka i koliko je pacijenta umrlo? Na žalost, hrvatski registar za rak nije dovoljno dobar da odgovori na ovakve krize. Konkretno podatke o tome što se danas događa imat ćemo tek za dvije godine. Ali, mi moramo danas poduzeti određene korake, jer ne možemo čekati dvije godine da vidimo jesmo li ili nismo bili u pravu. Mi moramo danas, na temelju određenih malih pokazatelja pokušati definirati što se događa. Primjerice, na temelju, broja iglenih biopsija raka dojke pokušati definirati je li došlo do pada u dijagnostici i pokrenuti akcije u medijima, uvjeravati, među ostalima, naoko zdrave žene da odu na pregled kako bi se tumori otkrili kada su veliki pet ili sedam milimetara što znači i bolje onkološke ishode. Prema tome, na nama je da djelujemo na sve moguće načine na opću populaciju da promijeni stav prema onkologiji.

B Što vam govori osobno iskustvo? Imate li u situaciji koronakrize manje bolesnika? Usudio bih se reći – da. Rekao sam da je u Lancet Oncology, dakle u jednom od prestižnih onkoloških časopisa, objavljeno da su u Nizozemskoj tijekom lockdowna imali pad u dijagnostici novooboljelih onkoloških bolesnika za 35 posto! Kakve rezultate imamo mi u Hrvatskoj? Naglašavam – nije publicirano i nije posve čvrsto – ali mogu reći da je broj bolesnika po timovima manji. Broj novodijagnosticiranih bolesnika s rakom dojke pao je kod nas u prva dva tjedna ovoga svibnja za pedesetak posto u odnosu na prva dva tjedna svibnja prošle godine. I dalje radimo na tome, da vidimo što se dogodilo u lipnju, srpnju i kolovozu. Zatim, na radioterapiji u Splitu broj bolesnika pao je za gotovo četvrtinu. To su sve surogatni pokazatelji manjeg opterećenja nas liječnika. Možda griješim. Ako griješim, neka najveća greška bude u tome. Ali, ako ne griješim, onda ćemo napraviti propust ako ne utječemo na opću populaciju i ne potičemo ih na ono što svi želimo, a to je da se svi onkološki

NA ŽALOST, HRVATSKI REGISTAR ZA RAK NIJE DOVOLJNO DOBAR DA ODGOVORI NA OVAKVE KRIZE. KONKRETNE PODATKE O TOME ŠTO SE DANAS DOGAĐA IMAT ĆEMO TEK ZA DVIJE GODINE. ALI, MI MORAMO DANAS PODUZETI ODREĐENE KORAKE, JER NE MOŽEMO ČEKATI DVIJE GODINE DA VIDIMO JESMO LI ILI NISMO BILI U PRAVU

bolesnici otkriju na vrijeme, dakle u ranoj fazi što je najvažnije za ishod bolesti. To je moja glavna poruka.

Godišnje imamo nešto više od 24.000 novih onkoloških bolesnika. Tako je bilo posljednje tri godine, 2017., 2018., 2019. Broj novootkrivenih pacijenata polako raste i nema dramatičnih promjena iz godine u godinu. Iako još nemamo podatke za 2020. godinu, mogu reći da je, gotovo sigurno, očekivano da će se otkriti 12.000 novih onkoloških bolesnika u šest mjeseci te da je, također gotovo sigurno, da će ih umrijeti između 6500 i 7000. Ali, ako ih uspijemo otkriti što prije kako bi dobili optimalan medicinski tretman – za što je hrvatski sustav spreman i sposoban – uvjeren sam da će i ishodi biti bolji.

Na početku koronakrize, puno sam svojih pacijenata pitao boje li se više korone ili svoje onkološke bolesti. Odgovorili su mi da se više boje korone nego metastatskog raka, a vjerojatnost da će umrijeti od metastatskog raka je gotovo 100 posto dok je vjerojatnost da će umrijeti od korone bila između 0,1 i 0,3 posto.

I da, svakako postoji određena bojazan vezano za neke buduće statističke pokazatelje. Ako je broj novootkrivenih bolesnika u 2018. bio 24.000, u 2019. godini 24.300, a 2020. godine bude, recimo, 20.500, bit će to posljedica koronakrize, a ne naglih promjena pučanstva prema zdravom životu – nepušenju, tjelovježbi, smanjivanju tjelesne težine, zdravoj prehrani, kontrolnim pregledima... A to je ono što želimo ostvariti hrvatskim strateškim programom protiv raka. Uvjeren sam da ćemo nakon njegove pune implementacije i nakon desetak godina rada na njemu doći do toga da će na godišnjoj razini pet do sedam tisuća Hrvata manje umirati od raka nego danas. Uvjeren sam da Hrvatska može biti svjetska uspješna priča u području onkologije.

B Što učiniti u vremenu koje je pred nama, u kojemu Covid ne posustaje, a da onkološki pacijenti – sadašnji i budući – ne budu zanemareni u zdravstvenom sustavu?

Zdravstveni sustav nije zanemario onkološke bolesnike već je, smatram, glavni problem u tome što smo sami sebe zanemarili. Uvjeren sam da je značajno veći problem u

tome što su se promijenili prioriteti u općoj javnosti nego u nedostupnosti zdravstvene zaštite. Svi su liječnici sada tu, čekamo pacijente, ali ih ima nešto manje. Prema tome nije do nas. A što ako Covid-19 potraje još tri godine. Za možemo toliko čekati u ranoj detekciji?

Dakle, treba raditi na općoj zdravstvenoj kulturi i smanjiti taj hazardski odnos prema svom zdravlju kod prosječnog čovjeka, koji je na neki način uvjeren da se njemu neće dogoditi ništa i da će dobiti na lotu. Pa ne može zdravstveni djelatnik, ministar ili predsjednik Vlade biti kriv za sve. On ne može biti kriv za nečiji tumor. On može biti odgovoran za optimalnu organizaciju unutar postojećih okolnosti. Ali, medijski profesionalci, zdravstveni profesionalci – svaki u svom djelokrugu posla – nose odgovornost da zajednički učinimo maksimalne pomake u ishodima liječenja raka. Raka se moramo prestati toliko bojati, moramo ga prigrliti i prihvatiti kao dio nas. Možda je izraz "prigrliti rak" nezgodan, ali govori o tome da će u sljedećih pedeset godina nastati kod svakog trećeg Hrvata. I ako to znamo, onda ćemo se možda prema njemu znati bolje odnositi i znati bolje živjeti s njim. A ne koristiti koronu da ga zaboravimo. Otkako je čovjeka i rak je tu. I ne može se zatvaranjem očiju pobjeći od te istine.

B Hoćemo li se zbog koronakrize suočiti s povećanjem smrtnosti od malignih bolesti? Nadam se da nećemo. Nadam se da je razdoblje u kojemu je Covid-19 bio prioritet bio relativno kratak i da neće dovesti do porasta u stadiju novodijagnosticiranih tumora kada su i ishodi lošiji. Uvjeren sam da ćemo pozitivnom kampanjom osigurati povratak na stare, a potencijalno i bolje staze rane detekcije svih tumora te da će odziv na nacionalne programe ranog otkrivanja raka debeloga crijeva, vrata maternice, raka dojke i raka pluća biti bolji nego ranije. I da ćemo tako poboljšati ishode liječenja raka u komparaciji s proteklom godinama.

Stoga držim da je ključna poruka – moramo djelovati danas kako bismo svi na sebi prepoznali ono što zapravo ne želimo prepoznati, a to je potencijalno smrtna bolest.

e-uputnica

VRUĆA JESEN – budimo odgovorni, prema sebi i drugima

Najavljivalo se da će biti vruća. I stigla je upravo takva. Borba s epidemijom nije prestala. Broj zaraženih pada, ali se ne spušta ispod onog troznamenkastog svaki dan. Ordinacije liječnika primarne zdravstvene zaštite spremaju se za nove pozive pacijenata. Počela je i nastava, učenici su se vratili u školske klupe, stiže gripe, viroze, očekujemo cjepivo. Puno toga za samo jedno godišnje doba. I to nije sve. Listopad i jesen donose dugoočekivanu digitalizaciju u zdravstvu. Papirnate uputnice odlaze u prošlost, stižu e-uputnice. Zdravstvo 2020. grabi punim korakom u 21. stoljeće.

Digitalizacija i e-uputnice

Još u rujnu obiteljski liječnici dobili su dopis od Ministarstva zdravstva u kojem stoji da se 1. 10. 2020. ukida ispis uputnice na papirnatom obrascu za novoizdane uputnice te se prelazi na rad s e-uputnicama. Istina, trebalo je sve krenuti prošli mjesec, ali zbog tehničkih poteškoća odgođeno je za mjesec dana. Potreba digitalizacije posebno je došla do izražaja kad se cijeli svijet, pa tako i Hrvatska bori s epidemijom i kada je važnije nego ikad smanjiti broj dolazaka u ordinacije. E-uputnice bi trebale uštedjeti vrijeme, ali i novac. Tiskanice bi se koristile samo u iznimnom slučaju i to ako se osigurana osoba upućuje u privatne zdravstvene ustanove koje imaju ugovor s HZZO-om, a imaju obvezu spajanja na središnji dio sustava CE-ZIH-a. Papirnata uputnica će trebati i u slu-

LISTOPAD I JESEN DONOSE DUGOOČEKIVANU DIGITALIZACIJU U ZDRAVSTVU. PAPIRNATE UPUTNICE ODLAZE U PROŠLOST, STIŽU E-UPUTNICE

čaju nemogućnosti prosljeđivanja e-uputnice u središnji dio sustava, primjerice ako dođe do njegovog pada ili nestanka struje. U najvećem Kliničkom bolničkom centru u državi, u KBC-u Zagreb, u prvih devet mjeseci 2020. godine zaprimljeno je gotovo pola milijuna uputnica. Ondje kažu da su sve tehnološke predispozicije zadovoljene i može se reći da su spremni za najavljeni korak. Oni naime, već sad rade na način da zaprimaju i obrađuju e-uputnice iz primarne zdravstvene zaštite. Novitet je sada da se uputnice neće više ispisivati te ih pacijenti neće donositi u bolnicu radi rezervacije termina i obavljanja potrebnih pregleda, već će se isključivo zaprimati uputnice u elektroničkom obliku, odnosno e-uputnice. U prošlost odlaze i situacije da će netko zbog zaboravljene uputnice biti vraćen kući, a nepodignuti nalazi će također biti nešto o čemu uskoro više nećemo govoriti. Za taj veliki korak bolnički je informacijski sustav KBC-a Zagreb također dodatno unaprijeđen na način da su prilikom preuzimanja e-uputnica na prijemnim mjestima za pacijente vidljivi svi potrebni podaci o pacijentu, dijagnozi i sl. kao što je to bio slučaj sa ispisanim uputnicama. Ravnatelj KBC-a

Zagreb Ante Ćorušić ističe da "od digitalne transformacije poslovanja odnosno povezivanja i automatizacije poslovnih procesa očekujemo pojednostavnjenje i ubrzanje u obavljanju svakodnevnih aktivnosti, posebno onih učestalo ponavljajućih." Prestanak ispisivanja papirnatih uputnica bit će koristan posebno kod sumnje na mogućnost izloženosti osigurane osobe SARS-CoV-2. Iz Hrvatske udruge ugovornih ordinacija su poručili da se obiteljskim liječnicima dodaju nove obaveze u smislu naručivanja. Ističu da naručuju već godinama, ali je broj ponuđenih termina skroman, te iznosi tek 20 % – 30 % stvarnih potreba. Poručuju da "traže povećanje broja termina za naručivanje od strane bolničkih kapaciteta".

Što kada bolnice ne nude termine, pa čak ni jedan? U dopisu Ministarstva zdravstva stoji da će "ukidanjem papirnatih uputnica izabrani liječnici morati izvršiti ili direktno e-naručivanje ili zatražiti od ciljane ustanove dodjelu termina pacijentima" te da će zahtjeve za dodjelu termina pacijentima kojima je izdana e-uputnica, a nema mogućnosti e-naručivanja, slati – elektroničkom poštom. Upravo to slanje mailova liječnici shvaćaju kao dodatno opterećenje, ali i ne-

ZBOG EPIDEMIJE KORONAVIRUSA, CIJEPLJENJE PROTIV GRIPE KREĆE GOTOVO MJESEC DANA RANIJE NEGO GODINU PRIJE. UKUPNO JE NARUČENO 590 000 DOZA CJEPIVA I CIJEPLJENJE BI MOGLO POČETI VEĆ IZMEĐU 15. I 20. LISTOPADA

siguran način komunikacije koji ne jamči potpunu zaštitu podataka. Godišnje doba puno izazova u svakom pogledu, donijelo itekako važan napredak u zdravstvu. Nakon e-receptata, konačno bi trebale zaživjeti i e-uputnice. Proces prilagodbe sigurno neće proći bez poteškoća. Manje problemi očekuju i svi sudionici procesa, jer nisu sve bolnice u Hrvatskoj umrežene u CEZIH, centralni zdravstveni informacijski sustav Hrvatske. Ali korak po korak do potpune digitalizacije. Ovo je sigurno velika vijest.

Više od pola godine koronavirusa u Hrvatskoj



Dan po dan, mjesec po mjesec i evo listopada. Hrvatska je ušla u osmi mjesec borbe s virusom. Neke dosad ustaljene prakse i preporuke se mijenjaju. Novost je da je Hrvatski zavod za javno zdravstvo (HZJZ) izmijenio preporuke i kriterije za testiranje na koronavirus, a skratili su izolaciju asimptomatskih bolesnika s 14 na 10 dana. Otpust iz izolacije temelji se ponajprije na kliničkoj slici, a iznimno na negativnom PCR nalazu. Uvjet za prestanak izolacije pozitivne osobe je da je minimalno 24 sata bez povišene tjelesne temperature, ali i da je riječ o značajnom poboljšanju ostalih simptoma. Dok neke europske zemlje raspravljaju o smanjenju samoizolacije s dosadašnjih 14 dana, Hrvatska za sad ostaje pri tome da ona bude dvotjedna. Novost je i da je izmijenjen kraj izolacije za zdravstvene radnike. Više nije potrebno imati negativan PCR rezultat brisa prije povratka na posao. Isto tako, ako je osoba unazad tri mjeseca imala laboratorijski potvrđenu bolest Covid-19, a

nakon toga se našla u kontaktu s pozitivnom osobom – za nju nije potrebno testiranje, ali ne mora ni u samoizolaciju. Računa se da je osoba nakon što je preboljela koronavirus zaštićena tri mjeseca. Broj zaraženih u svijetu nezaustavljivo raste. Krajem rujna premašena je i crna brojka – umrlo je više od milijun ljudi. I dalje su sve oči uprte u pronalazak sigurnog i djelotvornog cjepiva koje će se moći proizvesti u dovoljnoj količini i spasiti brojne živote. Dok se čeka cjepivo za koronavirus, brojni stručnjaci ističu koliko je ove sezone važno cijepiti se protiv gripe.

Hrvatska i cjepiva protiv gripe

Ranije nego smo navikli, zbog epidemije koronavirusa cijepjenje protiv gripe kreće već polovicom listopada. Ukupno je naručeno 590 000 doza cjepiva i procedura je kao i obično. Nakon što se distribuira u domove zdravlja i Zavode za javno zdravstvo cijepjenje bi moglo početi već između 15. i 20. listopada, što je gotovo mjesec dana ranije nego godinu prije. U Covid-19 razdoblju te u nadolazećoj sezoni respiratornih infekcija (gripa, pneumokokna bolest) cijepjenje je jedna od najučinkovitijih mjera prevencije koju promiče suvremena medicina. Treba se provoditi uz sve epidemiološke mjere. Kao i do sada prilikom dolaska u ambulante bit će obavezno mjerenje temperature, nošenje maski, dezinficiranje ruku, ali i vođenje evidencije dolaska. Gdje god bude moguće poželjno je da se cijepjenje organizira vani, primjerice u šatorima ili negdje drugdje ako nije hladno. Zašto je važno cijepiti se ove godine? Epide-



miolog Branko Kolarić iz Nastavnog zavoda za javno zdravstvo "Dr. Andrija Štampar" ističe da već sad imamo primjere. Kaže da je "u Australiji tijekom sezone gripe deset puta pao broj zaraženih jer su svi nosili maske. Primjerice, u travnju 2019. imali su registriranih 19 000 slučajeva gripe, a ove godine u istom razdoblju 229 slučajeva. To pokazuje

da mjere protiv širenja Covid-19 značajno utječu i na broj zaraženih od gripe". Osim gripe, velik rizik i ozbiljne zdravstvene komplikacije uzrokuju i bolesti uzrokovane pneumokoknom bakterijom kao najčešćim uzročnikom upale pluća, posebice u zimskom periodu od prosinca do veljače. "Sve osobe s kroničnim nezaraznim bolestima, osobe starije od 65 godina, svi imunokompromitirani, zdravstveni djelatnici i oni koji rade u domovima za starije i nemoćne imaju pravo na besplatno cijepjenje protiv gripe. Ono što bih još dodao kao glavnu poruku jest da je cijepjenje sasvim sigurno povijesno najučinkovitija javnozdravstvena intervencija koja je izumljena. One koji ne vjeruju u cijepjenje, usporedio bih s onima koji tvrde da Zemlja nije okrugla nego ravna.", rekao je Krunoslav Capak, ravnatelj HZJZ-a.

Važnost cijepjenja protiv respiratornih bolesti

Uz gripu, kako smo već naveli, nikako se ne smije zaboraviti i pneumokok koji može izazvati cijeli niz infekcija i komplikacija. U starijoj dobi su to najčešće teške upale pluća, a to se događa dosta često u sezoni gripe.



I tu može biti velikih komplikacija, poput sepse. Bolest obično počinje iznenada s iznimno visokom temperaturom, općom malaksalošću, glavoboljom, ponekad i mučninom, teškim produktiv-

nim kašljem i bolovima u prsima. Alemka Markotić, ravnateljica Klinike za infektivne bolesti "Dr. Fran Mihaljević" rekla je da to može biti i kod mladih osoba, oni je često nazivaju "brutalna" bolest. Iz svog bogatog iskustva navodi primjere iz prakse: "Vidite mladog čovjeka koji vam dođe na vrata ambulante i odmah možete zaključiti da ima pneumokok. Oni se u pravilu oporave, no za starije osobe je riječ o vrlo teškoj i opasnoj bolesti.

Evo, da slikovito ilustriram što je kombinacija gripe i pneumokoka napravila prije 102 godine. Davne 1918. godine je vladala španjolska gripa; rat je tada odnio 10 milijuna ljudi, glad 2 milijuna, a gripa u kombinaciji s pneumokokom preko 50 milijuna.". Te brojke mogu samo biti povod za razmišljanje što nosi jesen, i to sigurno možemo reći jedna od izazovnijih za zdravstveni sustav. Budimo odgovorni, prema sebi i drugima.

MASKA: novi izazov u komunikaciji s pacijentom

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

U vremenu kojem živimo nošenje zaštitne maske u javnim prostorima postalo je obveza, a neke preporuke masku preporučuju stalno: od trenutka izlaska iz svoga doma do povratka.

Neosporno je kako nošenje zaštitne maske mijenja način na koji međusobno komuniciramo. Prema preporukama Stožera i Hrvatske ljekarničke komore zaštitne maske moraju nositi svi koji se nalaze u ljekarni: i pacijenti i djelatnici. Ako tu interakciju stavimo u nešto širi kontekst ograničenog broja ljudi koji mogu biti u prostoru ordinacije, pleksiglas ili staklene pregrade koje su ljekarne dužne imati, označena mjesta gdje pacijent treba stajati (radi poštovanja razmaka) i preporuku što kraćeg zadržavanja u prostoru ljekarne, jasno je kako je uspješna komunikacija s pacijentom kao najizazovniji dio ljekarničkog posla dobila sasvim novu dimenziju. Izazov je tim veći uzmemo li u obzir kako je veliki broj korisnika ljekarničkih usluga starije životne dobi s izraženim problemima sa sluhom i vidom.

Poruku koju sugovornik šalje izgovorenim riječima naša podsvijest pokušava protumačiti tako da u jednadžbu uvrsti i kontakt očima, govortijela, ton glasa i izraz lica. Kao najekspresivniji dijelovi lica ističu se oči i usta. Lice pokriveno maskom izgovorenu poruku često utiша i čini zagonetnom, što u otežanim uvjetima i kod ozbiljnih tema kod sugovornika može pobuditi nepovjerenje što u konačnici može dovesti do povećanog stresa i osjećaja izolacije. Iz tog razlo-



IMAJTE NA UMU KAKO JE KOMUNIKACIJA DVOSMJERNA ULICA: VALJA PRONAĆI RAVNOTEŽU IZMEĐU ONOG KOLIKO SLUŠAMO I KOLIKO GOVORIMO. CILJ JE BOLJITAK PACIJENTA I ZATO GA TRETIRAMO KAO PARTNERA, A NE SUMNJIVCA

ga navodimo nekoliko trikova koje možemo implementirati u svakodnevni rad i tako poboljšati razumijevanje pacijenta bez obzira na ograničenja u komunikaciji koja postavlja maska.

1. BUDITE STRPLJIVI

Koliko god bili vješt komunikator s maskom vas je jednostavno teže razumjeti. Ako nema strpljenja to može dovesti do frustracija. Razumjeti je lakše ako ste svjesni svoje pozicije i svoje razine stresa. Dok pacijent na ulazu dezinficira ruke, uzmite trenutak za udah i izdah.

2. AKTIVNO SLUŠAJTE

S pacijentom koji govori uspostavite kontakt očima i ohrabrujte ga neverbalno (nagnuti se naprijed, klimati glavom i sl.). Pri tome pokušajte ne raditi ništa drugo (pisati po računalu ili tražiti lijekove).

3. ODRŽAVAJTE KONTAKT OČIMA, ALI PRIPAZITE NA RAZUMNU MJERU

Ako je kontakt očima neprekidan, kod većine ljudi to se može shvatiti kao želja za dominacijom. S druge strane, ako nema kontakta očima, pacijent može osjećati kako ono što pokušava reći nije (vama) dovoljno bitno. Važno je da kontakt bude uspostavljen u ključnim trenucima razgovora (kod istaknutih emocija, prilikom pauza, kad je postavljeno pitanje i sl.) te u trenucima prebacivanja razgovora s jednog govornika na drugog. Oči su ogledalo duše nije samo pjesnička fraza već činjenica s kojom se slažu psiholozi. Iskoristite to i očima pokažite osmijeh, suosjećanje, razumijevanje, poštovanje, uvažavanje i empatiju.

4. BUDITE GLASNI I JASNI, ALI NEMOJTE VIKATI

Kad mislimo kako nas netko ne razumije (najčešće slučaj u razgovoru sa stranim govornicima) refleksno pribjegemo vikanju. Zavaravamo se pretpostavkom kako glasniji govor podrazumijeva i bolje razumijevanje. Sugovornik vikanje tumači kao neprijateljski pokušaj dominacije ili omalovažavanja. Radije se fokusirajte na to da govorite jasno i tek nešto glasnije od uobičajenog govora bez maske.

5. GOVORITE SPORIJE

Sugovorniku treba dati vremena da čuje i lakše prati razgovor. Takav način govora ulijeva povjerenje i stvara dojam kako cijenite to što vrijeme provodite u razgovoru s njim. Ostavljate dojam kako je on vaš prioritet te se ne žurite drugim obvezama (drugi pacijent, narudžba i sl.). Ako nešto nije u potpunosti razumio, sugovornik ima bolju priliku zatražiti dodatno pojašnjenje.

6. UMJESTO PONAVLJANJA IZGOVORENOG RADIJE PREFORMULIRAJTE REČENICU

Ako vas pacijent nije shvatio "od prve", nemojte samo ponavljati već izgovoreno. Pokušajte poruku dodatno pojednostaviti korištenjem uobičajenih i samorazumljivih izjava.

7. NEKA VAŠ GOVOR TIJELA PRATI IZGOVORENE RIJEČI

Kad govorite koristite jednostavne i univerzalne geste: mahnite kako bi pozvali ili pozdravili, dignite palac gore ako razumijete što vam je rečeno, prstom pokažite na uho ili slegnite ramenima ako niste dobro čuli/razumjeli i sl. Te geste pomažu prenijeti sugovorniku sve ono što je skriveno maskom.

8. RAZGOVOROM UPRAVLJATE, ALI NEMOJTE DOMINIRATI

Okolina u kojoj pokušavamo razgovarati s pacijentom puna je prepreka: preporučena udaljenost, pleksiglas/staklena pregrada, maske na licu. Ako u tim uvjetima još dominiramo razgovorom kod pacijenta to može izazvati negativne osjećaje povezane s autoritetom i moći. Imajte na umu kako je komunikacija dvosmjerna ulica: potrebno je pronaći ravnotežu između onog koliko slušamo i koliko govorimo. Cilj je boljitak pacijenta i zato ga tretiramo kao partnera, a ne sumnjivca.

9. PRILAGODITE SVOJU KOMUNIKACIJU PACIJENTOVOJ – USPOSTAVITE RAPPORT

Pojednostavljeno: rapport je sposobnost povezivanja sa sugovornikom na istoj valnoj duljini: i mentalnoj i emocionalnoj. Kod primjene te tehnike sa sugovornikom se najjednostavnije povezati tako da ponavljamo neke njegove riječi, uskladimo položaj i pokrete tijela, kontakt očima, ton i boju glasa i sl. To je potrebno raditi suptilno i s poštovanjem jer nije riječ o imitaciji, već zrcaljenju.

10. BUDITE SIGURNI KAKO JE VAŠA PORUKA DOBRO SHVAĆENA

Kad ste iznijeli objašnjenje i ponudili rješenje provjerite u kojoj mjeri je sugovornik razumio o čemu ste govorili. Najlakše je jednostavno pitati: "Jeste li me razumjeli?". Ključ uspjeha bilo kojeg odnosa je komunikacija. Ovih deset trikova samo su mali dio čitavog spektra komunikacijskih alata kojima se može uspješno prenijeti i primiti poruka. Bitno je komunicirati, a sve ostalo će doći na svoje.

NUTRICIONIZAM

Kako rukovati na

Piše: Petra Vlak, mag. nutricionizma

Novootkriveni oblik virusa promijenio nam je svakodnevni život iz temelja. Uobičajene rutine i navike naglo su promijenjene pa se tako sve više pažnje poklanja osobnoj higijeni i održavanju distance. Svakodnevni odlazak u kupovinu namirnica pretvorio se u pravi pothvat, a javljaju se i brojna pitanja i nedoumice vezane za širenje virusa putem hrane. Stoga ćemo u nastavku pokušati razbiti najčešće mitove vezane za tu tematiku.

Možete li se zaraziti koronavirusom konzumacijom određene hrane?

Stručnjaci iz Europske agencije za sigurnost hrane (European Food Safety Authority, EFSA) tvrde kako trenutačno ne postoje dokazi o infekciji Sars-CoV-2 virusom prilikom konzumacije hrane. Iako je vjerojatnost prenošenja virusa putem kontaminirane hrane vrlo mala, uvijek se preporuča održavanje sigurnosti hrane kako bi se smanjio rizik od zaraza koje se prenose hranom. Prilikom rukovanja ili pripremanja hrane obavezno:

Perite ruke sapunom prije i nakon pripreme ili konzumiranja hrane 20 sekundi.

- Pokrijte usta i nos papirnom maramicom ili rukavom kada kašljete ili kišete i ne zaboravite nakon toga oprati ruke.
- Operite voće i povrće prije nego što ih konzumirate.
- Dezinficirajte površine i predmete prije i nakon uporabe.
- Držite sirovu i kuhanu hranu odvojeno kako biste izbjegli prijenos štetnih mikroorganizama sa sirove na gotovu hranu.



Namirnicama u doba pandemije?

NAJVEĆI RIZIK KONTAMINACIJE U TRGOVINAMA JE KONTAKT S DRUGIM OSOBAMA I POVRŠINAMA KOJE SE ČESTO DODIRUJU, POPUT VAGE, RUČKE KOLICA ILI TIPKI DIZALA, IAKO MNOGE TRGOVINE PODUZIMAJU MJERE ZA DEZINFEKCIJU TIH POVRŠINA

- Za sirovu i kuhanu hranu koristite različito posuđe/daske za sjeckanje kako biste spriječili unakrsnu kontaminaciju.
- Obavezno kuhajte i ponovno zagrijte hranu na odgovarajuću temperaturu (≥ 72 °C tijekom 2 minute).

Možete li se zaraziti koronavirusom dodiranjem ambalaže hrane?

Glavni način na koji se bolest Covid-19 širi s osobe na osobu je kapljičnim putem, od-



nosno kašljanjem i kihanjem zaražene osobe. Postoje pojedini znanstveni dokazi kako virus može opstati na kartonskoj ambalaži hrane jedan dan, a na plastičnoj ambalaži i do nekoliko dana. Međutim, rizik zaraze koronavirusom dodiranjem kontaminirane ambalaže hrane vrlo je nizak, a ovaj oblik infekcije nije prijavljen.

U trgovinama, najveći rizik kontaminacije je kontakt s drugim osobama i površinama koje se često dodiruju, poput vage, ručke kolica ili tipki dizala, iako mnoge trgovine poduzimaju mjere za dezinfekciju tih površina. Stoga je potrebno temeljito oprati ruke nakon povratka kući iz kupovine, kao i

nakon rukovanja s novokupljenom ambalažom hrane. Slijedom navedenih higijenskih mjera nema potrebe za dezinfekcijom ambalaže hrane.

Kako biste pokušali umanjiti rizik od infekcije, potrebno je poduzeti sljedeće mjere prilikom kupovine i pripreme hrane:

- Perite ruke 20 sekundi sapunom i vodom prije i poslije kupovine namirnica, raspakiranja hrane, sakupljanja robe i prijema isporučene hrane.
- Tijekom kupovine držite se sigurne udaljenosti (minimalne preporučene udaljenosti variraju od 1 do 2 metra) od drugih osoba.
- Nemojte odlaziti u trgovinu ako ste bolesni, već zamolite nekoga od obitelji ili prijatelja da to učine umjesto vas ili ako je moguće naručite potrebne namirnice putem interneta.
- Pokušajte ograničiti odlaske u trgovine planiranjem obroka, obavljati kupnje u satima kada nema gužve, koristiti samoposlugu koliko god je moguće i plaćati elektroničkim sredstvima.
- Pokrijte usta i nos papirnatom maramicom ili rukavom kada kašljete ili kišete i ne zaboravite nakon toga oprati ruke.
- Izbjegavajte dodirivanje lica, nosa i usta prije pranja ruku.

Može li se Covid-19 širiti putem vode iz slavine?

Virus Sars-CoV-2 nije otkriven u vodi iz slavine. Iako virus može ostati aktivan u vodi kratko vrijeme i voda iz slavine kao i flaširana voda prolaze kroz nekoliko postupaka obrade, poput filtracije i dezinfekcije, što bi u konačnici inaktiviralo virus.

Na kraju, poznato je kako uz pravilne prehrambene navike, tjelesna aktivnost, smanjenje razine stresa i dovoljna količina sna doprinose održavanju normalnog funkcioniranja imunskog sustava. Uz navedeno, dobra higijenska praksa, socijalno distanciranje i izoliranje zaraženih najbolji su poznati načini za sprječavanje širenja infekcije.

Zdravo Budi uz dežurnu ordinaciju

Na pitanja iz područja kardiologije odgovara kolumnistica portala www.zdravobudi.hr prim. Sornja Frančula Zaninović dr. med. univ. mag., spec. internist – subspec. kardiologije



BOLOVI I STEZANJE U TRBUHU

Pitanje: Poštovani, prije nekoliko dana bio sam na gastroskopiji i dijagnosticirani su hiatus hernia gastritis i cascada ventriculi. Imam 25 godina, radio sam analizu krvi i urina, koja je dala uredan nalaz, kao i EKG srca. Imam 93 kg i visok sam 186 cm, molim Vas, je li moje stanje ozbiljno i kako da liječim dijagnozu. Pozdrav iz Makedonije.

Odgovor: Imate slabiji prsten koji povezuje jednjak i želudac zbog čega prolazba gornji dio želuca prema grudnoj šupljini. Također navodite gastritis koji se uspješno liječi lijekovima. Važno je da porazgovarate s gastroenterologom o daljnjem ponašanju (treba paziti da se ne prejedate, uzimate češće i manje obroke, ne jedete neposredno pred spavanje, ne konzumirate prezačinjenu hranu itd.) Ne radi se ni o čemu zabrinjavajućem. Lijepi pozdrav!

BOL U PRSIMA

Pitanje: Već neko vrijeme ponekad osjetim bol s lijeve strane prsa i u leđima. Imam 21 godinu. Prije 3 mjeseca napravila sam EKG koji je bio uredan. Jutros me probadalo u prsima i leđima par sekundi. Još se više uspaničim i uplašim, jer to povežem sa srcem. I onda krene još više. Molim Vaše mišljenje je li u pitanju srce? Hvala!

Odgovor: Tegobe koje navodite vjerojatno su uzrokovane lokomotornim sustavom (pitanje kralježnice). Ako se to bude ponavljalo, obavite pregled kod fizijatra, a s kardiološke strane možete učiniti ergometriju. Lijepi pozdrav!

OTKUCAJI SRCA

Pitanje: Posljednjih par noći javlja mi se visok puls u snu. Nosim pametni sat i posljednje dvije noći izmjerio je puls oko 122 što traje deset minuta, a već sljedeće mjerenje je normalno. Taj puls uopće ne osjetim, već vidim ujutro na satu. Je li to zabrinjavajuće? Imam 36 godina, zdrava sam, ne pušim, ne konzumiram alkohol. Hvala na odgovoru.

Odgovor: Noću dok spavamo puls je niži nego u budnom stanju. Treba vidjeti postoje li neki poremećaji ritma koji ga uzrokuju pa Vam savjetujem da učinite holter srca jer je on jedino mjerodavan da otkrije o čemu se radi. Lijepi pozdrav!



USNA ŠUPLJINA

KADA SE SAMO JEDAN OD FAKTORA U USNOJ ŠUPLJINI PROMIJENI, DOLAZI DO NESKLADA KOJI SE MANIFESTIRA POJAVOM ORALNIH SIMPTOMA I ORALNIH BOLESTI KOJE MOGU UGROZITI SVAKODNEVNE ŽIVOTNE FUNKCIJE I NAVIKE ČOVJEKA

Piše: Tatjana Vucelić, mr. pharm.

Može se reći da je usna šupljina pokazatelj zdravlja. Postojanje harmonije i sklada u ustima kao pokazatelja oralnog zdravlja uvjetovano je intaktnošću oralnog epitela, uravnoteženošću oralne flore, urednom funkcijom žlijezda slinovnica, ali i općim zdravstvenim stanjem. Narušavanjem toga sklada na bilo kojem od navedenih nivoa ima za posljedicu pojavu oralnih simptoma i oralnih bolesti koje zbog svoje specifičnosti mogu ugroziti svakodnevne životne funkcije i navike čovjeka, a tada nastaje problem za koji i nismo znali da može postojati. Osim karijesa, kao najučestalije infektivne bolesti kod čovjeka, bolesti organa usne šupljine su: grlobolja, laringitis (upala grkljana), stomatitis, gingivitis i parodontitis (oboje upalna stanja parodontita – potpornog zubnog tkiva), te različite bolesti oralne sluznice u koje se između ostalih ubrajaju granulom, protetski palatitis, oralna kandidijaza, oralni herpes, kao i afte.

Upala ždrijela obično se manifestira bolom i peckanjem u grlu, grloboljom, otežanim gutanjem, kašljem, a ponekad i povišenom temperaturom. Faringitis je upala ždrijela (farinksa) obično uzrokovana virusom, ali često i bakterijama (najčešće stafilokokima). Sluznica, koja prekriva ždrijelo, može biti lagano ili teško upaljena i može biti pokrivena bjelkastom membranom ili gnojnim iscjetkom. Faringitis je obično praćen povišenom temperaturom, povećanim limfnim čvorovima u vratu i visokim brojem bijelih krvnih stanica (leukocitoza). Laringitis je upala grkljana (larinksa). Najčešći uzrok je virusna infekcija gornjih dišnih

putova, kao što je obična prehlada. Obično je najprimjetljiviji simptom neprirodna promjena glasa, kao što je promuklost ili čak ostajanje bez glasa. U ždrijelu se može osjetiti škakljanje ili hrapavost, a osoba ima stalno potrebu pročistiti ždrijelo.

Pri teškim infekcijama može doći do povišene temperature, općeg osjećaja bolesti (slabost), poteškoće pri gutanju i grlobolje. Nateknuće (edem) grkljana može otežati disanje. Uzroci upale sluznice usta (stomatitis) su najčešće virusi, ali mogu biti i bakterije i gljivice, no pored njih uzroci nastanka stomatitisa mogu biti kemijske, mehaničke i termičke prirode koji oštećuju zaštitni površinski sloj sluznice usta. Nastanku stomatitisa pogoduje slaba higijena usta, a to je bolest koja zahvaća cijelu sluznicu usta, pa i zubnog mesa. Javlja se intenzivno crvenilo, sluznica je otečena, jezik je obložen, a usne nešto uvećane. Desni su upaljene, a dijelovi desni između zuba su uvećani i krvare na najmanji dodir. Prisutno je pojačano lučenje pljuvačke i neugodan zadah iz usta. Bolesnici imaju osjećaj truleži u ustima ili da su im usta gorka. Regionalni limfni čvorovi su uvećani i bolni na dodir. Gingivitis nastaje tako što se proteini iz hrane zalijepe za zubno meso ili površinu zuba, gdje se počinju razvijati bakterije. U prva 24 sata broj bakterija u ustima naraste na preko 4 milijuna po jednom milimetru zuba ili zubnog mesa te se svakim danom udvostručuje. Simptomi gingivitisa su uglavnom crvenilo, naticanje i krvarenje tkiva desni, osobito tijekom pranja zuba ili čišćenja koncem ili prilikom ugriza u nešto tvrdo, kao npr. ja-

buku. Gingivitis je izlječiv u ranoj fazi. Ako se ovakva upala zanemaruje najčešće se razvije u puno teži, nekrotični ulcerozni gingivitis. Bakterijski otrovi iz naslaga izazivaju mikroskopske ulceracije na rubu zubnog mesa koje se inficira i otekne. Oticanjem ruba zubnog mesa stvara se između desni i zuba paradontni džep. Neliječeni gingivitis lako može prijeći u parodontitis. Simptomi su krvarenje desni, duboki paradontni i/ili koštani džepovi te pomičnost zuba. Ulkus sluznice usne šupljine je pucanje obloge sluznice usta čime se izlaže osjetljivo tkivo ispod sluznice.

Dvije najčešće vrste jesu aftozni ulkusi, koji se obično javljaju kad ste pod stresom, iscrpljeni ili bolesni te traumatski ulkusi koji su posljedica ozljede usne sluznice, npr. četkicom za zube, hrapavim zubalom, vrućom hranom ili ugrizom usta ili jezika. Neki su ulkusi posljedica infekcije; takav je npr. slučaj kod bolesti herpes simplex, kod koje mjehurići u ustima postepeno prelaze u ulkuse. Zbog nošenja zubnih proteza može nastati upala nepca te ulkusi zbog pritiska proteza na meka tkiva. Granulom zuba je upala tkiva u korijenu zuba, mali gnojni čvor, odnosno cista, promjera 5 do 8 mm. Ta bakterijska infekcija nastaje kada kroz razorenu caklinu zuba dopru bakterije, najprije u zubnu kost, a zatim u meko, živčano tkivo zuba. Oku je vidljiv tek kada se na zubu formira kvržica u obliku "vrećice" ispunjene gnojem. Liječenje upale zubnog mesa, kao i svako drugo liječenje, mora započeti posjetom stomatologu. Rani simptomi upale zubnog mesa mogu se liječiti i pripravcima s protuupalnim djelova-

LJINA ogledalo je zdravlja

njem. Glavni cilj ovakvog liječenja je smanjiti broj bakterija koji uzrokuju upalu i smiriti zubno meso. Pripravci koji sadrže benzidaminklorid vrlo su korisni u svim opisanim stanjima, jer benzidamin ima protuupalno i anti-

bakterijsko djelovanje, te smanjuje otekline, krvarenja i bolna stanja desni, kao i upale sluznice ždrijela. Kada se samo jedan od faktora u usnoj šupljini promijeni, dolazi do nesklada koji se manifestira pojavom oralnih simpto-

ma i oralnih bolesti koje mogu ugroziti svakodnevne životne funkcije i navike čovjeka. Stoga važno je da na vrijeme reagiramo i primijenimo odgovarajuće pripravke koji pomažu ublažiti i sanirati navedene tegobe.

promo

Zynol – djeluje dvostruko: ublažava upalu i brzo zaustavlja bol

ZYNOL 1,5 mg/ml, sprej za usnu sluznicu, otopina

ZYNOL 3 mg/ml, sprej za usnu sluznicu, otopina

ZYNOL 1,5 mg/ml otopina za grgljanje/ispiranje usta

ZYNOL sadrži djelatnu tvar benzidaminklorid koji pripada skupini lijekova koje nazivamo nesteroidni protuupalni lijekovi (NSAIL). Djeluje tako da zaustavlja bol i oticanje (upalu). Primjenjuje se za liječenje mnogih bolnih stanja usta i ždrijela uključujući: upalu sluznice ždrijela i upale desni, ulkus usta te nelagodnu povezanu sa zubnim protezama ili nakon stomatološkog zahvata.

Terapijske indikacije: ZYNOL 1,5 mg/ml

sprej za usnu sluznicu i ZYNOL 3 mg/ml sprej za usnu sluznicu, kao i ZYNOL 1,5 mg/ml otopina za grgljanje/ispiranje usta je lokalno djelujući analgetik i protuupalni lijek za bolna stanja u ždrijelu i ustima.

Farmakodinamička svojstva: Farmakoterapijska skupina: stomatološki pripravci, ostali pripravci za lokalnu oralnu terapiju (ATK A01AD02).

Farmakodinamički učinci: Benzidamin specifično djeluje na lokalne mehanizme upale kao što su bol, edem ili granulom. Lokalno primijenjen benzidamin svoje protuupalno djelovanje ostvaruje smanjenjem edema, kao i smanjenjem formiranja eksudata i granuloma, ima

analgetska svojstva te ima lokalno anestetsko djelovanje.

Klinička djelotvornost i sigurnost: Klinička ispitivanja (prema podacima iz literature, SmPC) u bolesnika s faringitisom nakon tonzilektomije, ispiranje s benzidaminom značajno je bolje i brže ublažilo bolove u ždrijelu, otežano gutanje i poboljšalo kliničke znakove uključujući hiperemiju i edem. Slični rezultati bili su u drugim ispitivanjima u bolesnika s tonzilitisom ili faringitisom ili nakon stomatološkog kirurškog zahvata. Grgljanje benzidamina prije uvođenja u opću anesteziju s endotrahealnom cijevi za intubaciju značajno je smanjilo postoperativnu bolnost ždrijela. Također, klinička ispitivanja (prema podacima iz literature, SmPC) pokazuju da je ispiranje benzidaminom u bolesnika nakon radioterapije radi karcinoma usne šupljine, pridonijelo značajnom olakšanju boli i smanjenju veličine i ozbiljnosti mukozitisa u dušniku. Slični učinci pokazali su se i u ispitivanju u bolesnika podvrgnutih kemoterapiji oralnog karcinoma. Također, u bolesnika s teškim orofaringealnim mukozitisom, koji su nakon radioterapije primjenjivali benzidamin otopinu znatno se smanjila bol prilikom gutanja, hiperemija i ozbiljnost mukozitisa.

ZYNOL 1,5 mg/ml, sprej za usnu sluznicu namijenjen je za primjenu kod odraslih i djece iznad 6 godina, dok je ZYNOL 3 mg/ml sprej za usnu sluznicu namijenjen za primjenu kod odraslih osoba. ZYNOL 1,5 mg/ml otopina za grgljanje/ispiranje usta otopina namijenjena odraslima, djeci starijoj od 12 godina i starijim osobama. Lijek se izdaje bez recepta, u ljekarni.

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



NEOFEN COMBO – Kombinacija za one koji poznaju bol

BELUPO JE PRVA FARMACEUTSKA KOMPANIJA U REGIJI KOJA OVAJ INOVATIVAN LIJEK STAVLJA NA TRŽIŠTE. RIJEČ JE O INOVATIVNOJ KOMBINACIJI IBUPROFENA I PARACETAMOLA, KOJA DOSAD NIJE BILA PRISUTNA NA NAVEDENIM TRŽIŠTIMA, A NA KOJA DOLAZI ODMAH PO ISTEKU PRAVA TRŽIŠNE EKSKLUZIVNOSTI ORIGINATORA

Belupo na tržišta Hrvatske i Bosne i Hercegovine lansira lijek Neofen Combo, 200 mg/500 mg filmom obložene tablete, dok na slovensko tržište lansira istovjetan lijek pod nazivom Ibuprofen/Paracetamol Belupo 200 mg/500 mg filmom obložene tablete.

Riječ je o inovativnoj kombinaciji ibuprofena i paracetamola, koja dosad nije bila prisutna na navedenim tržištima, a na koja dolazi odmah po isteku prava tržišne ekskluzivnosti originatora.

Drugim riječima, Belupo je prva farmaceutska kompanija u regiji koja ovaj inovativan lijek stavlja na tržište.

Djelovanje Neofen Comba temelji se na principu multimodalne analgezije.

nak ibuprofena 400 mg ili paracetamola 1000 mg nije dostatan. Lijek djeluje brže od ibuprofena, ima duži analgetski učinak od paracetamola te je očekivano vrijeme analgezije veće od 8h. Stoga, neovisno o tome patite li od glavobolje, zubobolje, bolova u leđima, artritisa, Neofen Combo je optimalan izbor za jači, duži i brži učinak na bol.

Ibuprofen pripada skupini nesteroidnih protuupalnih lijekova koji ublažavaju bol, smanjuju upalu te snižavaju povišenu tjelesnu temperaturu, dok je paracetamol analgetik koji na drugačiji način od ibuprofena ublažava bol i vrućicu.

Jedna filmom obložena tableta Neofen Combo sadrži 200 mg ibuprofena i 500 mg paracetamola.

Neofen Combo namijenjen je odraslima starijim od 18 godina.

Neofen Combo 200 mg/500 mg filmom obložene tablete indicirane su:

- za kratkotrajno ublažavanje blage do umjerene boli povezane s migrenom, glavoboljom, bolovima u leđima, menstrualnim bolovima, zuboboljom, reumatskim i mišićnim bolovima, bolovima zbog neupalnog artritisa,
- za simptome prehlade i gripe, grlobolju i vrućicu.

NEOFEN COMBO film tablete na tržište dolaze u pakiranju od 10 kom., a izdaju se bez recepta u ljekarni.

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

Može li med pomoći u liječenju kašlja kod djece?

Piše: Maja Lemac dr. med., spec. pedijatar

Kašalj kod djece je problem koji svakodnevno susrećemo u pedijatrijskoj ordinaciji, a najčešće ga uzrokuju virusne infekcije gornjih dišnih puteva. Kašalj narušava kvalitetu života obitelji, remeti san djeteta i osobe koja o njemu noću brine, te uzrokuje zabrinutost roditelja.

Kako (ne)liječiti kašalj?

Obzirom da je većina infekcija gornjih dišnih puteva koje uzrokuju kašalj uzrokovana virusima, besmisleno je i potencijalno štetno nekritičko propisivanje antibiotika u liječenju kašlja. Problem razvoja mikroorganizama rezistentnih na antibiotike važno je sagledati ne samo na razini populacije, već i na razini pojedinog djeteta kod kojega se davanjem antibiotika u situaciji kada to nije potrebno uništavaju 'dobre bakterije' i povećava se rizik kompliciranog tijeka infekcije rezistentnim mikroorganizmima. Uz to uvijek treba imati na umu moguće nuspojave antibiotika i alergijske reakcije.

Kako možemo ublažiti kašalj?

Kašalj je prirodni refleks kojim se održava prohodnost dišnih puteva. Većina epizoda kašlja u djece uzrokovana je virusnim infekcijama gornjih dišnih puteva, te se najčešće preporuča simptomatsko liječenje: uzimanje toplih napitaka, toaleta nosa slanim otopinama, inhalacije fiziološke otopine ili hipertonične otopine NaCl uz fizikalnu respiratornu terapiju i drenažu dišnih puteva. Med je dio tradicionalne medicine u liječenju respiratornih infekcija gornjih dišnih puteva. To je složena smjesa različitih ugljikohidrata, aminokiselina, vitamina i elemenata u tragovima. Pripisuju mu se antibakterijska, antivirusna i antifungalna svojstva, kao i antioksidativno i protuupalno djelovanje. Unatrag nekoliko godina objavljeno je više studija koje su ispitivale učinkovitost meda u ublažavanju kašlja i drugih simptoma virusnih infekcija gornjih dišnih puteva. Te su studije uključile oko 900 djece i uspoređivale su učinkovitost meda i placeba ili meda i simptomatskih lijekova koji se uobičajeno koriste za ublažavanje kašlja kod djece. Pokazalo se da med statistički značajno bolje djeluje na smanjenje intenziteta i učestalosti kašlja. Stoga brojna stručna društva odobravaju primjenu meda u liječenju akutnog kašlja kod djece starije od godinu dana. Med se može primijeniti jednokratno, prije spavanja, u količini jedne do dvije male žličice.



Naime, kombinacija dva analgetika učinak ostvaruje različitim mehanizmima djelovanja, omogućujući korištenje nižih doza obje komponente, dok se učinak, zbog sinergističkog efekta, pojačava.

Neofen Combo se preporučuje kada uč-

“OVU KRIZU I OVA EUROPSKA SREDSTVA MI TREBAMO ISKORISTITI KAKO BISMO JE PRETVORILI U PRILIKU. PRILIKU ZA MODERNIZACIJU, JAČANJE OTPORNOSTI I GOSPODARSTVA, KROZ UBRZANU DIGITALIZACIJU, EKOLOŠKU TRANZICIJU I USVAJANJE NOVIH TEHNOLOGIJA” – ISTAKNUO JE PREMIJER PLENKOVIĆ

Još jedna uspješna poslovna konferencija “Hrvatska kakvu trebamo” održana je 22. rujna u suradnji Podravke i Večernjeg lista. To je treća godina zaredom da se Konferencija održala u Podravkinim prostorima, ovoga puta u novoobnovljenom Štaglju, re-



Poslovna konferencija-Hrvatska kakvu trebamo

storanu u sklopu Podravkinog rekreacijskog centra. Ovogodišnjoj Konferenciji u Koprivnici, na temu ekonomske politike i konkurentnosti, prisustvovali su premijer Andrej Plenković, ministri Zdravko Marić, Tomislav Čorić i Oleg Butković, predsjednik Uprave Podravke i HUP-a Marin Pucar kao i vodeći ljudi najvećih hrvatskih kompanija te stručnjaci iz ekonomskog područja.

U svom obraćanju na početku Konferencije premijer Plenković naglasio je važnost iskorištavanja prilika koje je ova koronakriza donijela: “Ovu krizu i ova europska sredstva mi trebamo iskoristiti kako bismo je pretvorili u priliku. Priliku za modernizaciju, jačanje otpornosti i gospodarstva, kroz ubrzanu digitalizaciju, ekološku tranziciju i usvajanje novih tehnologija. U tom kontekstu pore-

zna politika važna je poluga za jačanje socijalne sigurnosti, rasterećivanje gospodarstva i podizanje njegove konkurentnosti.” Predsjednik Uprave Podravke, ujedno i predsjednik HUP-a, Marin Pucar svojim se tematskim izlaganjem “Porezna politika u funkciji podizanja konkurentnosti hrvatskog gospodarstva” osvrnuo na dosadašnje djelovanje Vlade tijekom koronakrize, ali je i istaknuo potrebne reforme, kratkoročne i dugoročne mjere, koje će omogućiti premošćivanje problema u poslovanju te ojačati konkurentnost hrvatskog gospodarstva: “Dobro smo reagirali na krizu i očekujem da i daljnja reakcija bude adekvatna. Moramo očuvati radna mjesta i likvidnost kompanija. Važno je da zajedno krenemo u provedbu reformi i da ova Vlada, zajedno s hrvatskim

poduzetnicima, stvori konkurentno okružje u kojem će biti bolje i hrvatskom radniku, hrvatskom poduzetniku i hrvatskom narodu.” Seriju konferencija “Hrvatska kakvu trebamo” pokrenuo je Večernji list prije tri godine kako bi u javni prostor vratili fokus na ključne teme i napravili iskorak prema društvu kakvo svi zaslužujemo. Na konferencijama su okupili vodeće hrvatske stručnjake te nizom rasprava i panela ponudili strategiju gospodarstva, demografskog razvoja, obrazovanja, nacionalne sigurnosti, političkog sustava, poljoprivrede, energetike, ekologije, turizma, brendiranja i odnosa prema prošlosti. Dosadašnje konferencije imale su velik odjek u javnosti te su se pokazale kao jedinstvena prilika za dobivanje odgovora na pitanje kakvu Hrvatsku trebamo.

Predsjednik Uprave Podravke izabran za predsjednika Hrvatske udruge poslodavaca

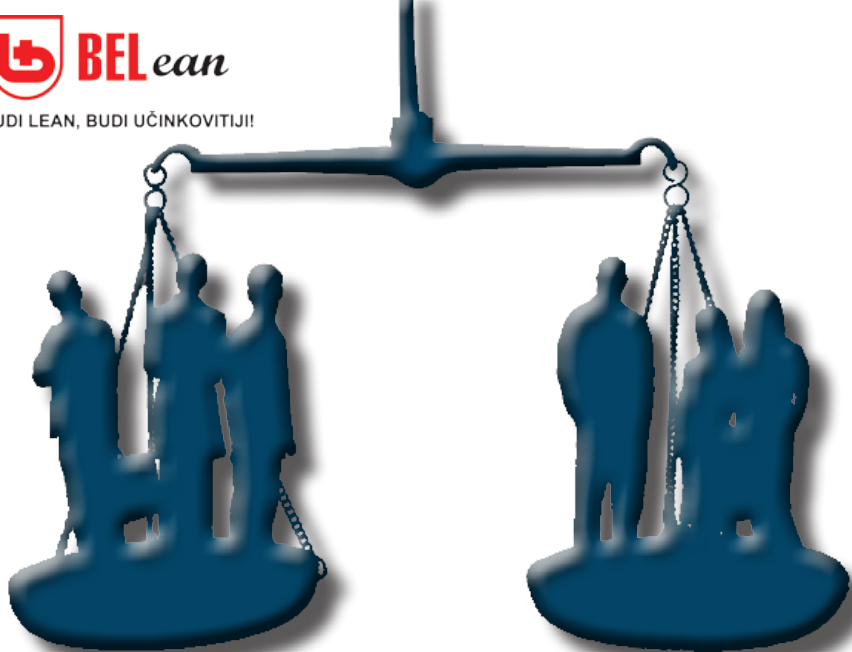


Predsjednik Uprave Podravke Marin Pucar, 26. kolovoza je na sjednici Vijeća članova Hrvatske udruge poslodavaca izabran na mjesto predsjednika HUP-a. Izabran je među tri kandidata u dva kruga u kojima je u oba sakupio veći broj glasova od preostalih kandidata.

Prilikom preuzimanja nove dužnosti, Marin Pucar je izjavio: “Čast mi je preuzeti odgovornu ulogu predsjednika Hrvatske udruge poslodavaca i zahvaljujem svim članovima

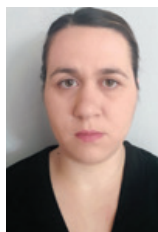
na iskazanom povjerenju. U svom ću mandatu, kao što sam i istaknuo u programu, ustrajati na ideji zajedništva, kolegijalnosti i transparentnosti u radu HUP-a te aktivno raditi na nužnoj transformaciji i modernizaciji Udruge kroz nove modele rada i upravljanja, kao i na snažnijem povezivanju i interakciji s partnerima u Hrvatskoj i EU.”

Dužnost predsjednika HUP-a obnašat će sljedeće tri godine.



Belupov p u fazi Mea

ANA DOMITROVIĆ mag. inf.,
voditeljica razvoja sustava i
tržišnog kontrolinga
"Trenutačno se još nalazimo u
fazi prikupljana podataka"



Na projektu BEL 017 radim pod mentorstvom gospođe Renate Kokotović, a bavimo se edukacijama. Tim okuplja ljude iz raznih organizacijskih cjelina poduzeća kako bismo imali potpuni uvid u tematiku,

jer se od cjeline do cjeline način i vrsta edukacije koju zaposlenici prolaze razlikuju. Trenutačno se još nalazimo u fazi prikupljanja podataka koja je za nas izazovna i traži puno rada i trudarenja jer podataka ima jako puno, ali trenutačno nemamo njihovo dobro koncipirano praćenje i vođenje. Jedan od benefita projekta, uz glavni cilj, zasigurno će biti i novi koncept praćenja edukacija sustavom koji će omogućiti kvalitetnije izvještavanje nadređenih o edukacijama koje su zaposlenici prošli.

Dr. sc. DANIJELA LESJAK KOLAROVIĆ, dipl. ing. kem. tehn., voditeljica razvoja novih proizvoda, registracija i kvalitete primarne ambalaže, Istraživanje i razvoj/razvoj ambalaže

"Organiziran i transparentan proces upravljanja arhivom iznimno je važan u farmaceutskoj industriji"

Projekt BEL-019 "upravljanje arhivom" koji u sklopu 2. vala LSS transformacije vodim zajedno sa sponzorom projekta gđom San-

dom Mikačić, trenutačno je u drugoj Measure fazi.



Organiziran i transparentan proces upravljanja arhivom u farmaceutskoj industriji iznimno je važan kako s aspekta zakonodavstva, tako i s aspekta dobre proizvođačke prakse što je u kompaniji pre-

poznato. S obzirom na proteklo, za sve nas izazovno razdoblje, dinamika provođenja aktivnosti u sklopu faze Measure sporija je u odnosu na dinamiku provođenja aktivnosti u sklopu faze Define. Tijekom rada na projektu potrebno je utrošiti dodatni trud i napor kako bi se svi radni zadaci odradili kvalitetno i na vrijeme. Ipak, uz dobru organizaciju i podršku kolega definirana je operativna definicija te je razrađena strategija prikupljanja podataka. Prikupljanje podataka u svrhu definiranja bazne linije procesa u završnoj je fazi, a započeta je i statistička obrada do sad prikupljenih podataka. Početak iduće faze Analize", koja će biti vrlo dinamična i zanimljiva, očekujem uskoro.

MARIO FRANČIĆ, glavni tehnolog, Pogonsko održavanje
"Tim trenutačno radi na prikupljanju podataka vezanih uz aktivnosti održavanja"

"Projekt BEL-014 "Optimizacija procesa održavanja strojeva i opreme" je u fazi Measure. Tim radi na prikupljanju podataka za dogovoreno razdoblje.



S obzirom na odabrano područje, definirani su segmentacijski faktori. Aktivnosti održavanja od 2005. godine vode se kroz

SAP PM modul, tako da se mogu izvući detaljni podaci vezano uz aktivnosti održavanja. Uz podatke prikupljene iz proizvodnje, očekujemo da ćemo moći uči dobro pripremljeni u fazu Analize.

INES MIKULIĆ, mag. educ. bio. et chem., glavna tehnologinja u Upravljanju kvalitetom

"Projekt optimizacije procesa upravljanja sustavom kvalitete na samom je kraju faze Measure"



Projekt BEL-015 koji se bavi optimizacijom procesa upravljanja sustavom kvalitete na samom je kraju faze Measure. Prikupljanje podataka zahtijevalo je angažman svih članova Projektnog tima kojima se

i ovim putem zahvaljujem na uloženom trudu. Dobivene podatke proanalizirat ćemo u sljedećoj fazi projekta čime ćemo biti bliže pronalasku održivih rješenja i poboljšanja.

IVAN POVRŽENIĆ, mag. ing. bioproc., voditelj uvođenja novih proizvoda na tržište

"U fazi Measure nastavljamo dalje s aktivnostima kako bi mogli na temelju prikupljenih podataka utvrditi trenutačno i pravo stanje našeg procesa"

Kao GB vodim projekt BEL-016 i BEL-026 te zajedno sa sponzorom Tamarom Bali Zvonar i članovima Tima nastojimo optimizirati procese unutar Logistike. Odlukom Upravljačkog odbora, zbog složenosti procesa navedenih projekata, a koji zahtijevaju izniman angažman pojedinih članova Tima, nakon faze Define prioritet je stavljen na projekt BEL-026. Po njegovu završetku

Program optimizacije procesa sure i početku faze Analize

U POSLJEDNJA TRI MJESECA, OD KADA JE ZAPOČEO DRUGI VAL PROGRAMA LSS TRANSFORMACIJE, GREEN BELTOVI RADE NA FAZI MEASURE I POČETKU FAZE ANALYZE



nastavit će se daljnje aktivnosti u fazi Measure na projektu BEL-016.

Nakon što smo u fazi Define odredili što nam je bitno za proces BEL-026 i definirali CTQ-eve u fazi Measure nastavljamo da-

lje s aktivnostima kako bi mogli na temelju prikupljenih podataka utvrditi trenutačno i pravo stanje našeg procesa. Članovi Tima, kao i njihovi kolege unutar pojedinih radnih jedinica, sudjelovali su u prikupljanju podataka koje sada koristimo kako bi utvrdili kakvi su naši procesi danas te da u kasnijim fazama nakon što utvrdimo uzroke "defekata", možemo implementirati najbolje rješenje i unaprijediti naše procese te ih kao takve učiniti održivima.

Na projektu BEL-026 u suradnji s Timom razvijen je plan prikupljanja podataka te smo prikupili sve relevantne podatke za svaki proces, nastojeći uključiti što veći broj segmentacijskih faktora, kako bismo sada mogli što preciznije utvrditi što utječe i uzrokuje "defekt" u navedenim procesima.

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

"Projekt je u fazi Measure gdje na temelju procesa koje smo definirali prikupljamo podatke o angažmanu strojeva i zaposlenika u velikom broju procesa"

Cilj projekt BEL-025, kao što smo vam predstavili u prethodnom broju, optimizacija je procesa upravljanja resursima u Istraživa-

nju i razvoju. Projekt je u fazi Measure gdje na temelju procesa koje smo definirali prikupljamo podatke o angažmanu strojeva i zaposlenika u velikom broju procesa, u definiranom razdoblju, što nam je potrebno za izračun postojeće iskorištenosti kapaciteta. Obuhvatili smo veliko razdoblje koje bi trebalo biti reprezentativno, s obzirom na značajnu varijabilnosti obuhvaćenih procesa, što znači da radimo i s velikim brojem podataka, na temelju kojih ćemo raditi izračun postojećeg kapaciteta, optimizaciju upravljanja kapacitetima, kao i model za bolje planiranje.



Dr. sc. KAROLINA ŠMIC, dipl. ing. kemije, glavna tehnologinja analitičarka, Odjel za stabilnost

"Jedan od ciljeva ove faze je odgovoriti na pitanje "Gdje smo mi sada?"

U drugoj smo fazi projekta optimizacije procesa upravljanja kapacitetima – Measure. Produbljujemo pogled u naš proces! I tijekom dosadašnjeg rada propitkivali smo naše procese, no metodološki pristup pitanju: "Gdje smo mi sada?" pronalazi objektivniji odgovor na to pitanje. Odgovoriti na to pitanje jedan je od ciljeva ove faze. Dodatno, aktivno uključivanje članova Timu projekta kao i ostalih članova Tima



naše cjeline u prikupljanje podataka neizbježno nas je dovelo u fazu intenzivnijeg propitkivanja o mogućim poboljšanjima. Članovi projektnog Tima i ja, i ostale kolege u našoj cjelini, odlučno smo zauzeli

stav da unaprijedimo naše procese. Znam da će nam rad u ostalim fazama pomoći u tome. Zbog kolega koji nikada nisu ravnodušni, ni indiferentni, vjerujem da ćemo u tome uspjeti.

LENKA FRANCIŠKOVIĆ, magistrica znanosti područje kemija, smjer biokemija, voditeljica Kvalitete proizvoda i procesa

"Za projekt Optimizacija procesa upravljanja CAPA-ma, Tim je sakupio podatke u fazi mjerenja, napravili smo obradu tih podataka, utvrdili koji procesi trebaju poboljšanje"



Drugi val projekata transformacije Belupa započeo je jednako uzbudljivo kao i prvi val. Kao Green Beltovi pridružili su se novi kolege, a nas nekoliko Green Beltova iz prvoga vala nastavljamo život transformacije.

Moj novi projekt je BEL-022 Optimizacija procesa upravljanja CAPA-ma. Zaista je uzbudljivo svaki puta kada se započinje novi projekt. U glavi se roji bezbroj ideja, procjenjuje se tko bi bio najbolji kandidat za člana Tima i rađa se vizija da ćete poboljšati sustav koji vam je povjeren. Zatim počinje veliki posao s puno detalja koje je potrebno prodiskutirati, puno razmišljanja, puno dogovora s Timom i sastanaka. Precizno se definira poslovna situacija, problem i cilj projekta te se definiraju mjerljivi pokazatelji kojima će se odrediti sigma razina procesa. U fazi mjerenja prikupljali smo podatke na osnovi već spomenutih pokazatelja. Svaki

je član tima dao golem doprinos u svim fazama do sada, a posebno je bilo zahtjevno prikupljanje podataka. Veliku smo pomoć kao Tim dobili od našeg sponzora Kristine Janeković Petras. Sretna sam što sam i ovaj put uspjela dobiti izvrsne članove u svoj tim: Jasminku Mikotić-Fulir, Kristinu Kovač-Huzak, Ivanu Krajina, Nikolinu Bači, Antoniju Jembrek i Nikolinu Sinković.

Za projekt Optimizacija procesa upravljanja CAPA-ma, tim je sakupio podatke u fazi mjerenja, napravili smo obradu tih podataka, utvrdili koji procesi trebaju poboljšanje, tj. s kojim procesima ćemo se baviti i sada idemo dalje u fazu Analize u kojoj ćemo definirati uzroke problema koje smo identificirali.

Fazu analize započeli smo pripremom Tima za tu fazu. Potrebno je upoznati Tim s alatima koji se koriste u toj fazi. Alati su dizajnirani na način da se Tim sastane i da zajedničkim brain stormingom analizira uzroke problema. U sadašnjim uvjetima pandemije Covida-19, taj dio je izazovan budući da radimo u raznim smjenama, neki povremeno i od kuće. No snalazimo se. Uspjeli smo dobiti pomoć i od članova cjelina koje za sada analiziramo, Kontrole kvalitete i Istraživanja i razvoja. Sve u svemu, idemo naprijed i sigurni smo u uspjeh projekta.

Mr. sc. MARTINA JAGAR, mag. pharm., pomoćnica direktora za analitiku, Istraživanje i razvoj

“U projektu koji se bavi procesom upravljanja promjenama prikupljeni su podaci i njihova obrada je u tijeku”



Projekt BEL-020 koji se bavi procesom upravljanja promjenama koje za posljedicu imaju prijavu varijacija u organizacijskoj dokumentaciji proizvoda u završetku je faze Measure. Prikupljeni su podaci o procesu i njihova obrada je u tijeku. Izmjereni podaci će nam pokazati kakav je naš proces upravljanja promjenama koje rezultiraju varijacijama danas, u kojim dijelovima procesa imamo prostora za popravak, na koje proizvode je proces sada usmjeren te koliko resursa iz kojih područja trošimo u procesu. Nakon obrade izmjerenih podataka timski nastavljam s fazom analize s ciljem sma-

njenja troškova varijacija.

NATAŠA URBANČIĆ, dipl. inž., Lean Six Sigma Green Belt

“U tijeku je izračun sigma razine procesa te izrada mape toka vrijednosti sadašnjeg procesa”



Projekt BEL-023 “Optimizacija procesa validacije čišćenja u Proizvodnji krutih lijekova” nalazi se u završnoj fazi faze Measure. Projektni Tim, koji čine Sanja Krapinec-Mehkek, Antonija Jembrek, Snježana Simendić, Maja Vizjak i Nevenka Betlehem-Požgaj, na temelju je definiranih segmentacijskih faktora, operativnih definicija i stranica za prikupljanje podatka te donesene strategije o prikupljanju podatka iste prikupio. U tijeku je izračun sigma razine procesa te izrada mape toka vrijednosti sadašnjeg procesa tzv. “VSM as is” nakon čega ćemo definirati uska grla procesa kao i nekoliko glavnih područja za poboljšanje.

Mr. sc. IRENA REPIĆ-BLAŽEKOVIĆ, dipl. oec., pomoćnica direktora u Nabavi

“Optimizacijom procesa ocjenjivanja proizvođača i dobavljača roba i usluga želimo osigurati njihovu kontinuiranu procjenu”



Green Belt sam na projektu BEL-021 u kojem zajedno sa svojim sponzorom Mladenom Litvić i Timom pokušavam postići zadane ciljeve u ovim, novim, otežanim uvjetima. Faza Measure je i zbog uvjeta

u kojima smo radili, uglavnom sastanci putem M.Teamsa, i zbog alata koji se u njoj koriste, a gdje smo prikupljali podatke i radili mjerenja, bila iznimno zahtjevna, ali je na naše veselje, došla svojem kraju. Optimizacijom procesa ocjenjivanja proizvođača i dobavljača roba i usluga želimo osigurati njihovu kontinuiranu procjenu. Napravljeni su svi zadani koraci, operativna definicija, statistička analiza podataka, izračunata je sigma razina i još ima nekih “kozmetičkih” popravaka, ali priveli smo ju kraju i veselimo se novoj fazi Analize u koju smo krenuli analizom procesa kakav je on danas.

RAZGOVOR S IVANOM JAMBREK, dipl. ing.

Mislimo, stvar

Ivana Jambrek dipl. kem. ing., rukovoditeljica zaštite okoliša u Belupu, 7. srpnja izabrana je za predsjednicu Sekcije Zajednice za zaštitu okoliša u gospodarstvu ŽK Koprivnica.

“Velika mi je čast što me Županijska komora Koprivnica predložila, a članice Sekcije izabrale za predsjednicu Sekcije. Zahvaljujem se na danom povjerenju. Vjerujem da ćemo zajedničkom suradnjom svih dionika postići zajedničke ciljeve, zaštititi zajedničke interese, unaprijediti suradnju te pokrenuti nove projekte, naravno uz potporu Hrvatske gospodarske komore kao matične institucije”, u razgovoru nam je kazala Ivana Jambrek, dipl. kem. ing., te dodala kako će se radom te Sekcije u suradnji s predstavnicima znanstvene zajednice i relevantnih državnih, regionalnih i lokalnih institucija, kreirati poslovna politika i prilike radi poboljšanja poslovanja te poticanja razvitka županijskog gospodarstva.

Na pitanje koja će joj biti glavna zadaća kazala je kako će kao predsjednice Sekcije sudjelovati u organizaciji radnih sastanaka radi rasprave o problematici povezanoj uz obavljanje djelatnosti, poticanje suradnje između članica radi razmjene znanja i iskustava te međusobnog povezivanja, priprema zajedničkog nastupa prema kreatorima hrvatske makroekonomske politike i zakonodavnim tijelima te organizacija stručnih seminara povezanih s novim tehnologijama, izmjenom zakonske regulative i sl.

Veliko priznanje i meni i Belupu

Budući da Belupo već dugi niz godina njeguje brigu o okolišu, često se u svojem radu susrećemo sa zakonskim propisima koji u praksi nisu provedivi. Radom u ovoj Sekciji imamo mogućnost promicati svoje interese i ideje te pridonijeti svojim znanjem i iskustvom poboljšanju usklađivanja zajedničkih interesa i obveza gospodarstva s društvenim interesima na području zaštite okoliša promicanjem dobre prakse i jačanje vidljivosti gospodarskih subjekata u postupku donošenja razvojnih i strateških dokumenata, kao i kreiranju zakonodavnog okvira, što je još jedan Belupov pozitivan iskorak u provođenju brige o okolišu.

To je veliko priznanje i meni i Belupu. Vje-

ajmo i čuvajmo zeleno svaki dan u godini

U RAZGOVORU S KOLEGICOM IVANOM DOZNALI SMO VIŠE O DRUŠTVENOJ ODGOVORNOSTI NAŠE KOMPANIJE KOJA UZ TEMELJNI CILJ, OSTVARIVANJE PROFITA, VAŽAN SEGMENT POSLOVNE POLITIKE ČINI STALNA BRIGA O OKOLIŠU



rujem da će ovaj uspjeh biti dodatan poticaj svim djelatnicima Belupa da žive i rade vodeći se načelima zaštite okoliša. Čovjek svojim aktivnostima utječe na stanje okoliša, a čist okoliš jedno je vrijedno bogatstvo koje ostavljamo budućim naraštajima. Mislimo, stvarajmo i čuvajmo zeleno svaki dan u godini!

Gospodarenje otpadom u Belupu

Rad Sekcije bit će velikim dijelom baziran na problematici gospodarenja otpadom jer taj segment poslovanja zadaje brige i Belupu i mnogim našim članicama. Stoga je jedna od ideja da se putem Sekcije povežu privatne tvrtke s komunalnim poduzećima kako bismo odmah dobili konkretne prijedloge za rješavanje određenih poteškoća. Uz to, rad Sekcije usmjeren je pružanju stručne potpore članicama u rješavanju i ostalih

problema iz područja zaštite okoliša te promicanja njihovih zajedničkih interesa pred nadležnim institucijama.

Podizanje svijesti o važnosti strateške procjene utjecaja na okoliš

Inače, u Hrvatskoj gospodarskoj komori već dugi niz godina djeluje Zajednica za zaštitu okoliša u gospodarstvu koja u svojim aktivnostima nastoji raditi na podizanju svijesti o važnosti strateške procjene utjecaja na okoliš. Zajednica je nedugo pokrenula inicijativu osnivanja županijskih sekcija koje bi okupljale tvrtke koje se bave stručnim poslovima u zaštiti okoliša. Tom inicijativom Hrvatska gospodarska komora želi povećati vidljivost te važne djelatnosti te unaprijediti suradnju sa stručnim udrugama, ministarstvom, akademskom zajednicom i ostalim dionicima u zaštiti okoliša.

Interes za organiziranim radom putem komorskih udruženja kontinuirano se povećava jer su tvrtke uvidjele važnost zajedničkog nastupa prema nadležnim institucijama i zakonodavnim tijelima. Stoga je Županijska komora Koprivnica nakon ispitnog interesa županijskih tvrtki za osnivanjem Sekcije Zajednice za zaštitu okoliša sazvala online osnivačku sjednicu na kojoj je ona i osnovana.

Dakle, Sekcija Zajednice za zaštitu okoliša Županijske komore Koprivnica dio je Zajednice za zaštitu okoliša koja djeluje u Hrvatskoj gospodarskoj komori te okuplja širok profil županijskih tvrtki s ciljem usklađivanja gospodarstva s društvenim interesima na području zaštite okoliša, gdje se gospodarenje otpadom nametnulo kao najveći izazov, kazala nam je kolegica Ivana Jambrek.



Nakon osnovne škole selim se u Zagreb gdje završavam srednju školu, tadašnji KTOC (Kemijsko-tehnološki obrazovni centar) te sveučilišni studij Sveučilišta u Zagrebu na Fakultetu kemijskog inženjerstva i tehnologije (FKIT). Kao mladi pripravnik zaposlena sam u Razvoju ambalaže, a vrsta posla, kao i mentor g. Ivan Berljak, omogućili su mi upoznavanje kompanije i ljudi, s radom, sa svakodnevnim problemima i malim radostima. Kao pripravnici bilo mi je to iznimno važno, jer svi mi dođemo iz škola ili s fakulteta prepuni znanja i ideja i zateknemo se u sredini kojoj nismo dorasli. Kao tehnolog bavila sam se svim vrstama

Kako djevojčica iz Okučana zavr

MOJ KRAJNI CILJ JE, KAO MALOG KOTAČIĆA OVE KOMPANIJE, IZA SEBE OSTAVITI DOBRU, USPJEŠNU I STABILNU KOMPANIJU, KAO ŠTO SU JE MOJI PRETHODNICI OSTAVILI MENI

ambalaže, definiranjem zahtjeva kvalitete kojima moraju udovoljavati te pisanjem dijela Registracijskog dosjea proizvoda koji se bavi ambalažom.

Dijeljenje znanja

Jedna od stvari čiju važnost tada nisam shvaćala, a kojoj se sada divim, dijeljenje je znanja unutar Belupa. Svatko je bio spreman odvojiti se od svakodnevice, posvetiti se novoj osobi, približiti joj svoj posao i pomoći joj. Kontinuirana edukacija i prijenos znanja unutar naše kompanije bilo je nešto na čemu su drugi mogli samo zavidjeti. Što zbog trenutačne situacije s Covid-19 epidemijom, što zbog preopterećenosti ljudi, imam osjećaj da tako nešto pomalo izumire. Nakon Razvoja ambalaže moj izazov je bilo Upravljanje kvalitetom (tadašnje Osiguranje kvalitete). Tu mi je mentorica, gđa Tatjana Gojšić, otvorila neke nove horizonte. Tu sam se intenzivno počela baviti auditima dobavljača ambalaže i, posljedično, internim auditima. Nedugo nakon toga sam se, zbog potreba službe, u potpunosti posvetila validacijama procesa i čišćenja. Znanje koje sam stekla od tadašnjih kolega je bilo i ostalo neprocjenjivo.

Posao Logistike je dinamičan, zahtjevan i zahvalan

I onda me je životna struja odvela u Logistiku. Gdje sam se napokon pronašla. I kao što

mi je mentorica gđa Željka Kranjčev obećala: "Ni jedan dan nije isti. Mogu Ti obećati krv, znoj i suze radosnice". I održala je obećanje.

Jer kada je najgore, najteže, kada ne radi skladišni sustav, kada nema kamiona, kada smo umorni, bolesni, zasićeni, moji ljudi nađu snage u sebi, nasmiju se, zašute i rade. To su snažni, dobri ljudi i dobri radnici čija je važnost u kompaniji podcijenjena. Jer je općenito mišljenje da "skladište i disponenti" voze "robu" od točke A do točke B. Logistika je kompleksan, zahtjevan i bitan dio svake proizvodne kompanije. Jer mi povezuje zaprimanje materijala, skladištenje polaznih materijala i izdavanje u proizvodnju, skladištenje gotovih proizvoda, pripremu isporuka i isporuke kupcima.

Mi smo srce kompanije

Na kraju dana vidite da ste nešto napravili za boljitak cijele kompanije, da su sirovine i ambalaža izdani u Proizvodnju, da su gotovi proizvodi otpremljeni kupcima, da je izdana zadnja kemijska olovka i zadnji par cipela i da konačno svi možemo otići na gablec. Mi smo srce kompanije. I iznimno mi je drago i ponosna sam na činjenicu da moj poslovni put kroz Belupo završava ovdje.

Čime će se baviti nova direktorica Logistike? Trenutačno učenjem. Učenjem o stvarima koje na direktan ili indirektan način utječu na poslovanje službe.

BELUPOV VIRTUALNI OKRUGLI STOL ZA LIJEČNIKE OBITELJSKE MEDICINE I SPECIJALISTE KARDIOLOGIJE

Liječnici istaknuli prednost kombinirane kron

Piše: Nediljka Štimac, dr. med.

U ovo izazovno vrijeme Covid-19, dugogodišnja suradnja Belupa i liječnika Slavonije i Baranje uspješno je nastavljena i u virtualnom obliku. Tako je 16. rujna održan prvi okrugli stol za liječnike obiteljske medicine i specijaliste kardiologije iz Osječko-baranjske županije. Teme uvijek aktualne: kako fiksnim kombina-

cijama do ciljnih vrijednosti krvnog tlaka te smjernice za liječenje hiperlipidemije. Specijalisti su naglasili prednosti primjene fiksnih kombinacija u smislu boljeg izbora za brže postizanje ciljnih vrijednosti krvnog tlaka što je i preporuka zadnjih ESC/ESH smjernica za liječenje hipertenzije. U nastavku su istaknuli i važnost održavanja normalnih vrijednosti kolesterola

i triglicerida u krvi, čiji poremećaj označavamo kao dislipidemija. Ona se često regulira dijetom i promjenom stila života, no važno je procijeniti kategoriju kardiovaskularnog rizika za svakog pojedinca i potrebu primjene medikamentozne terapije radi striktnog postizanja ciljnih vrijednosti lipida.

Belupo je izrazito ponosan na svoju paletu

Ši u Koprivnici? Okolnim putem!



Optimalizacija rada svih skladišta

Moji trenutačni prioriteti su optimalizacija rada svih skladišta i produbljivanje suradnje s ugovornim prijevoznicima. Službu treba pomladiti, dati joj injekciju "svježe krvi" kako bi se kontinuitet naše usluge održao na istom nivou. Trenutno je u Logistici 51 radnik koji direktno sudjeluje u poslovima skladištenja i izdavanja sirovina, ambalaže, poluproizvoda te gotovih proizvoda za domaće i izvozna tržišta, što je svakako premalo. Vezano uz temu. Mladi se ljudi od nekoga moraju naučiti poslu, disciplini i timskom radu. A to mogu naučiti samo od iskusnih radnika. Koji već pomalo razmišljaju o mirovini.

Dani otvorenih vrata Logistike

Što se tiče ugovornih prijevoznika, dosadašnja dobra suradnja će se nastaviti kroz audite, koji su zahtjev ISO. Kako se radi o specifičnoj vrsti usluge, tako će i audit biti prilagođeni (naglasak će biti na kvaliteti usluge koju pružaju i usmjerenosti na kupca,

tj. Belupo). Kako bismo još bolje surađivali s prijevoznicima, uveli smo pilot-projekt radnog naslova "Dani otvorenih vrata Logistike". Time se voditelj Disponentskih poslova i direktor Logistike jedan dan u tjednu stavljaju na raspolaganje našim partnerima za želje, pohvale, pokude ili prijedloge, a sve u svrhu poboljšanja suradnje.

Uvođenje novog WMS sustava

A sve nas još čeka realizacija golemog projekta uvođenje novog WMS sustava (Dematic IQ, skraćeno, DIQ – elektronski sustav koji upravlja skladištima) koji je finalnoj fazi, koji s nestrpljenjem očekujemo. A nakon toga će iskrnuti nove teme i novi ciljevi.

I, tako, gledajući unatrag, imam osjećaj da je svaki dan novi projekt, svaki dan nosi svoje izazove i svaki je drukčiji. Belupo daje puno, ali puno i traži. Ali moj krajnji cilj, kao malog kogačića ove kompanije, iza sebe je ostaviti dobru, uspješnu i stabilnu kompaniju, kao što su moji prethodnici ostavili meni.

Lana Marković stekla akademski naziv sveučilišna specijalistica iz područja trgovačkog prava i prava društava



Kolegica Lana Marković, univ. spec. iur., koja u Belupu radi kao stručna suradnica za pravne poslove, 9. rujna je na Poslijediplomskom specijalističkom studiju Pravnog fakulteta u Zagrebu stekla akademski naziv sveučilišna specijalistica iz područja trgovačkog prava i prava društava. Završni rad obranila je s temom "Institut svjedodžbe o dodatnoj zaštiti – osvrt na pravno uređenje u Europskoj uniji i Republici Hrvatskoj", pod mentorstvom doc. dr. sc. Ane Rački Marinković te članovima povjerenstva za obranu u sastavu doc. dr. sc. Tomislav Jakšić i doc. dr. sc. Antun Bilić.

Završnim radom obrađen je pravni institut kojim se proizvođačima inovativnih lijekova pruža dodatna zaštita nakon isteka temeljnog patenta kako bi im se nadoknadilo vrijeme u kojem svoj proizvod nisu mogli staviti na tržište zbog dugotrajnih kliničkih ispitivanja koje su morali provesti za potrebe postupka registracije novoga lijeka.

Čestitamo!

DIOLOGE IZ OSJEČKO-BARANJSKE ŽUPANIJE

ične terapije

kombiniranih lijekova i za liječenje hipertenzije i za liječenje dislipidemija. Iako u virtualnom obliku, liječnici obiteljske medicine rado su sudjelovali u raspravi te istaknuli prednost kombinirane kronične terapije radi jednostavnosti primjene i bolje suradljivosti pacijenata te prepoznali Belupo kao kompaniju kojoj je zdravlje pacijenta na prvome mjestu.



Većina naših zaposlenika ponaša se vr

NAJVEĆI BROJ NAŠIH ZAPOSLENIKA PRIDRŽAVA SE, A MOGAO BIH REĆI I NAUČILO ŽIVJETI S OVIM MJERAMA, ALI, NARAVNO, JOŠ UVIJEK IMA ONIH KOJI BAŠ U POTPUNOSTI TE MJERE NE POŠTUJU

Ivan Brckan, savjetnik za informacijsku sigurnost u Belupu, čovjek je kojeg u Belupu svi dobro znaju. Sigurnost, na svim razinama u kompaniji ono je za što je zadužen i pri čemu mu ništa ne izmakne kontroli. Od jutra do sutra, Ivan Brckan posvećen je svom poslu te zadovoljan svim onim odrađenim poslovima te se veseli svakom nadolazećem izazovu. U kratkom razgovoru, svašta smo zanimljivo saznali.

B Kako, kratko, izgleda jedan Vaš radni dan?

Odmah po dolasku na posao, točnije kad prođem portu i uđem u krug Belupa na Darnici, običem lokaciju kako bih se u grubo uvjerio je li sve na svom mjestu. Kako dolazim iz sigurnosnog sustava, mogu reći da mi je to već nekako u navici da razmišljam i ponašam se s određenom dozom sumnje je li se što dogodilo na lokaciji, nije li učinjena kakva šteta i sl.

Kada uđem u ured, a to je već oko 6 sati, upoznajem se s novostima koje prenose portali i pri tome mi je fokus vijest o događajima koji mogu izravno ili neizravno imati utjecaj na našu tvrtku ili naše zaposlenike. Volim biti informiran pa "vrtim" podosta portala i domaćih i stranih.

To mi je već postala rutina kada se odjednom pojavila vijest "korona" ili Covid-19.

B Što se, u Vašem poslu, promijenilo otkako se pojavio koronavirus?

Što se promijenilo? Puno toga. Da se razumijemo, svi ljudi, ili barem velika većina, ima osjećaj straha pa sam i sam bio suočen s njim. Životno i radno iskustvo, a možda i sudbina, usmjerilo me k tome da sam cijelo vrijeme u događajima koji izazivaju strahove pa sam se naučio snalaziti u njima i pod takvim okolnostima rješavati probleme. Tako je bilo i ovaj puta.

Ono što me vodilo jest kako u prvom redu zaštititi naše zaposlenike unutar kruga Belupa. Razmišljao sam ako zaštitimo zaposlenike, zaštitit ćemo i Belupo, jer Belupo bez njegovih ljudi samo je naziv tvrtke ili organizacije. Dakle, kad danas gledam što se kod mene primijenilo u samom radu, zapravo ne puno, jer i nadalje pratim događanja koja su sada prioritarno usmjerena na pojavu i šire-



nje toga virusa pa u tom smjeru poduzimam i predlažem određene mjere samozaštite naših zaposlenika.

Ono što ovdje moram spomenuti jest velika i opsežna aktivnost koju je Belupo poduzimao, a to je organizacija izrade propusnica što je u početku bila velika nepoznanica u samoj izradi, načinu korištenja, a kad tome dodam da se sve u početku radilo ručno, pa tome dodajte broj zaposlenika i jedinicu vremena u kojoj je to trebalo izraditi i podijeliti, možete pretpostaviti kako je to bio opsežan posao.

Sve to ne bi se moglo realizirati bez dobrih priprema i puno ručnog rada u kojem je najveći teret podnijela naša kadrovska služba iz sektora pravni i zajednički poslovi.

B Kako su na sve to reagirali zaposlenici Belupa? Pridržavaju li se propisanih mjera? Jesu li se privikli na novo "normalno" stanje u kompaniji?

Velika većina naših zaposlenika zapravo živi s Belupom i za Belupo. To kao čovjek koji se bavi sigurnošću mogu odgovorno tvrditi zato što sam u tim počecima imao puno kontakata s našim zaposlenicima i svima njima je na prvom mjestu bilo kako na vri-

jeme doći na posao i odraditi svoju smjenu i sačuvati se za iduću. Naravno, puno je bilo tu nesnalaženja, improvizacija, ali u tim danima pridržavanje mjera koje je propisao nacionalni Stožer civilne zaštite Republike Hrvatske i na razini Grupe Podravka, koordinirao Tim za upravljanje kriznim situacijama, bilo je od ključne važnosti kako bi se zaposlenici što prije naučili, da ne kažem privikli, na nove okolnosti.

Danas, situacija je nešto drugačija, poznato Vam je da nismo ostali imuni na slučajeve zaraze, ali upravo odgovornost zaposlenika bila je ključna da se to ne proširi jer su na vrijeme obavijestili nadležne rukovoditelje pa je pravodobnom reakcijom i primjenom mjera koje smo usvojili, zadržano povoljno stanje i nastavljeni svi procesi nužni za funkcioniranje Belupa. Naravno, veliki utjecaj na takvo stanje bilo je tzv. relaksiranje mjera Nacionalnog stožera jer su, prema mojem mišljenju, ljudi tu relaksaciju shvatili kao početak kraja pandemije pa je došlo do znatnog opuštanja odlascima na godišnje odmore, boravkom na moru, raznim druženjima i sl.

Sada, kad procjenjujem, mogu zaključiti kako se najveći broj naših zaposlenika pridr-

lo odgovorno

žava, a mogao bih reći i naučio živjeti s ovim mjerama, ali naravno još uvijek ima onih koji baš u potpunosti te mjere ne poštuju. Međutim, naša je zadaća sustavno upozoravati na prijetnje moguće zaraze i poželjno ponašanje svih naših zaposlenika u svrhu zaštite onih u njihovoj blizini. Jesu li su se naši zaposlenici priviknuli na novo "normalno" stanje, teško je to reći. Prije bih rekao da su se morali priviknuti, jer teško je usvojiti neka ponašanja u tako kratkom roku ako uzmemo u obzir da nam je zapravo prije korone praktično bio otvoren cijeli svijet i sad odjednom postavljeno je niz barijera koje za tvrtke poput naše predstavljaju velike izazove i nove metode rada. Hoćemo li se priviknuti na novo "normalno" veliko je pitanje.

B Koliko su naši zaposlenici odgovorni u pitanju Covid-19? Prijavljuju li svoje odlaske na svadbe, inozemstvo, neka veća slavlja? Što sve, zapravo, prijavljuju?

Kao što sam već spomenuo, mogu zaključiti da su vrlo odgovorni, osim naravno manjeg broja pojedinaca. Pitanje ponašanja naših zaposlenika izvan kruga Belupa nije u našoj nadležnosti i svaki se zaposlenik u tim okolnostima ponaša i pridržava općih mjera koje propisuje Stožer civilne zaštite pa ja na svakom našem zaposleniku i opća odgovornost pridržavanja tih mjera.

Istina, u početku provedbe samozaštitnih mjera bilo je upita i nepoznanica što smiju, a što ne pa je bilo i pitanja takve naravi, ali naravno da Belupo nije mogao niti želio utjecati na odluku nekog našeg zaposlenika hoće li će sudjelovati na nekom događanju ili ne.

Ono što je najviše "brinulo" naše zaposlenike bili su dolasci iz inozemstva njima bližnje rodbine, prijatelja i tu je Belupo tražio i pronalazio rješenja kako iz tih izvora zaštititi naše zaposlenike u tvrtki.

B Mogli bismo reći da naši zaposlenici zapravo dijele svoje privatne aktivnosti s Vama, je li tako? Jesu li se privikli na to?

Bio bih iznimno počašćen time, jer to je najviša razina povjerenja, ali ne, ne dijele naši zaposlenici privatne aktivnosti sa mnom. Istina i danas imaju zaposlenici niz upita i dvojbi, ali kao što znate i u Belupu postoji tim za krizne situacije na kojem se razmatraju sve situacije vezane uz Covid-19 pa i pojedina pitanja takve naravi nakon čega se donose zaključci i traže najbolja rješenja.

S Belupom – veselo u školu

Tradicionalno, uoči početka nove školske godine, Grad Koprivnica je 1. rujna 2020., zajedno s partnerima organizirao konferenciju za medije "Veselo u školu". Tradicija podjele besplatnih bilježnica za sve koprivničke osnovnoškolke i osnovnoškolce održala se po 14. put. Na klupama su prvi dan pronašli više od 40.000 bilježnica. Gradonačelnik Koprivnice Mišel Jakšić istaknuo je kako ove godine ima 29 osnovnoškolaca i 16 prvšačica više nego prošle godine.

– Neka od iznenađenja su majice za prvšačice i njihove učiteljice i učitelje. Ono što je ove godine dodatak su maske koje smo uspjeli osigurati zajedno s našim partnerima – kazao je Jakšić.

Ravnateljica COOR-a Podravsko sunce Radmila Popović obratila se u ime svih ravnatelja.



– Nalazimo se pred početkom najizazovnije školske godine u organizacijskom smislu. Međutim, svjesni smo i sigurni da imamo podršku osnivača Grada Koprivnice te svih sponzora koji nas na razne načine podupiru. Zbog toga smo opušteniji i sigurni da ćemo djeci osigurati uvjete kako bi veselo započela ovu školsku godinu – istaknula je Popović. Projektu "Veselo u školu" priključili su se brojni sponzori – Komunalac Koprivnica, Belupo, Podravska banka, Erste banka, Demo trade, Hartmann, Koprivničke vode, Pro-Ping i Enter Koprivnica koji su prikupili 100.000 kuna.

Koprivnička bolnica nabavila novi CT uređaj

Koprivnička opća bolnica nabavila je novi, 128-slojni CT uređaj, otkrio je ravnatelj bolnice dr. Mato Devčić. Kako je rekao, riječ je o najnovijoj generaciji CT-a, na trećem mjestu po kvaliteti u Hrvatskoj. Uređaj je to koji omogućuje iznimno brzu i preciznu dijagnostiku uz minimalnu dozu zračenja. CT je financirala Opća bolnica, iz decentraliziranih sredstava državnog proračuna.

– Uređaj je već u funkciji i u fazi je korištenja za prioritete s liste, a službeno će biti otvoren krajem kolovoza ili početkom rujna – objasnio je Devčić. Novi će uređaj svakako ubrzati proces dijagnostike, s obzirom na to da je stari često bio u kvaru. Napomenuo je kako je stari uređaj tehnološki prevladan i nakon 12 godina korištenja

nja odlazi u zasluženu "mirovinu".

– Na starom uređaju promijenjeno je sedam RTG cijevi, što govori o vrlo velikom broju snimljenih pacijenata. Novi uređaj je 128-slojni, najnovije generacije i spada u grupu uređaja sa niskodoznim modusima rada, a što uključuje kraće trajanje snimanja i manje doze zračenja za pacijente – kazuje ravnatelj.

Podsjetimo, stari 16-slojni CT bio je kupljen sredstvima donacija i Županije. Od ukupno tri milijuna kuna, koliko je plaćen, humanitarnom akcijom Zajedno do CT uređaja prikupljeno je 1,3 milijuna kuna. Predstavljen je bio početkom rujna 2008. godine. Otad pa sve do proteklih mjeseci, navodi ravnatelj bolnice dr. Mato Devčić, 'odradio' je stotine tisuća pacijenata i dao je velik doprinos.

Doktor Eduard Rod nakon 23 godine napustio Klub

Nakon 23 godine u Klubu, pet godina u Školi nogometa i 18 godina u prvoj momčadi, dr. Eduard Rod je početkom rujna posljednji put sjedio na klupi Slaven Belupa.

Zbog velikog broja obaveza, između ostalih i rada u A selekciji nogometne reprezentacije Hrvatske, i manjka vremena, dr. Rod više neće obavljati dužnost našeg doktora, ali će, kako je sam rekao, ostati najveći navijač našega Kluba.

Klub se uoči utakmice s Goricom oprostio od dr. Roda prigodnim darom. Tehnički direktor Robert Kerovec darovao mu je dres



s brojem 23 u znak zahvale za 23 godine predanog i profesionalnog rada u Slaven Belupu.



DR. IVO BELAN

PREMA ISTRAŽIVANJIMA, DEVET OD DESET OSOBA S PERIFERNIM SMETNJAMA U CIRKULACIJI SU PUŠAČI

Pušenje može ugroziti seksualni život

MUŠKARAC KOJI PUŠI I IMA PROBLEME U KREKETU DOBRO BI UČINIO KADA BI ODBACIO KUTIJU S CIGARETAMA, JER TAJ ČIN MOŽE VRATITI POTENCIJU, SPASITI BRAK, A MOŽDA I – ŽIVOT

Što može biti muževnije od onog muškarca koji jaše svoga pastuha na kutijama Marlboro cigareta? Reklame cigareta često sugeriraju da je pušenje navika macho muškaraca. Pa ipak, nažalost, novije studije još jednom pokazuju da pušenje može povećati rizik od impotencije.

Istraživači smatraju da do dobi od 50 godina više od 25 posto muškaraca rijetko ili nikad ne postižu zadovoljavajuću erekciju. Budući da ti muškarci rijetko govore o tome, nitko ne zna koliko je brakova propalo zbog tog uzroka ili koliko je očajnih žrtava pribjeglo alkoholu ili drogi.

Dvije trećine impotentnih muškaraca puši

Još donedavno liječnici su u 9 od 10 slučajeva impotencije okrivljavali emocionalne probleme. Danas se zna da je u barem 50 posto slučajeva uzrok fizičke prirode. U jednom ispitivanju obavljenom na pretorijskom sveučilištu u Južnoj Africi, od 116 muškaraca koji su patili od impotencije, 108 bili su pušači. Dvije veće, potpuno odvojene studije, utvrdile su da gotovo dvije trećine impotentnih muškaraca puši. Međutim, znanstvenici su još uvijek trebali laboratorijske dokaze stvarnog oštećenja seksualnih organa uzrokovanog duhanom, a ne nečim drugim. Stručnjaci već jako dugo znaju da pušenje može ometati krvnu cirkulaciju u tjelesnim udovima. Prema istraživanjima, devet od deset osoba s perifernim smetnjama u cirkulaciji su pušači. Može li žilno oboljenje utjecati i na spolni organ? Kanadski eksperti su ustanovili da može.

Dakle, ima li pušenje i neki neposredan, izravan učinak na seksualno reagiranje? Ima. Jedan zanimljiv pokus obavljen na 42

pušača, na jednom američkom institutu, pokazao je da su muškarci koji su pušili cigarete s visokim sadržajem nikotina, imali sporiju erekciju, nego oni koji su pušili cigarete s niskim sadržajem nikotina.

Dok su učinci nikotina neposredni, kronična se impotencija rijetko događa preko noći. Žrtva postupno uočava da mu treba duže vrijeme da postigne erekciju ili da mu erekcija izgleda slabija nego što je bila, a katkada može i u potpunosti izostati bez nekog očito razloga.

pacijenata u toj studiji imala je neodgovarajuće erekcije, što je obično znak impotencije uzrokovane fizičkim oštećenjem. Nakon ovog ispitivanja, dvadesetorici tih pacijenata, koji su bili teški pušači, rečeno je da prestanu pušiti cigarete tijekom šest tjedana i da se vrate na ponovno ispitivanje. Kada je test "erekcija u snu" bio ponovljen nakon šest tjedana, sedam od tih dvadeset muškaraca koji su prestali pušiti, imali su primjerenu dobru noćnu erekciju.



Znak impotencije!

Hoće li prestanak pušenja pomoći da se vrati potencija? Odgovor sugerira šestomjesečna studija koju su proveli stručnjaci na urološkoj klinici u Washingtonu. Tijekom dvije noći onu su pratili pojavu erekcije 60 impotentnih muškaraca, za vrijeme spavanja.

Normalno, muškarci imaju česte erekcije za vrijeme sna, međutim većina

Naravno, pušenje nije jedini uzrok impotencije.

Liječnici ističu četiri glavna rizična faktora za pojavu impotencije uzrokovane lošom cirkulacijom: pušenje, šećerna bolest, povećane razine kolesterola u krvi i visoki krvni tlak. Međutim, pušenje je daleko najvažnije. Muškarac koji puši i ima probleme u krevetu dobro bi učinio kad bi odbacio kutiju s cigaretama, jer taj čin može vratiti potenciju, spasiti brak – a možda i život.

Stručnjaci prognoziraju rast farmaceutskog tržišta

U 2017. GODINI GLOBALNO FARMACEUTSKO TRŽIŠTE BILO JE VRIJEDNO 934 MILIJARDE DOLARA, A PREDVIĐA SE DA ĆE U 2021. GODINI TA VRIJEDNOST DOSEĆI 1170 MILIJARDI DOLARA

Piše: dr. Ivo Belan

Prema nedavnom izvještaju poznate Business Research agencije, u 2017. godini globalno farmaceutsko tržište bilo je vrijedno 934 milijarde dolara. Istovremeno, agencija predviđa da će u 2021. godini ta vrijednost doseći 1170 milijardi dolara.

Taj je rast nešto ubrzan u odnosu na godinu prije 2017., ali je nešto usporen ako se uzmu u obzir druga dva segmenta zdravstvene skrbi – medicinska oprema i druge usluge zdravstvene zaštite. Globalno, ukupno, troškovi zdravstvene skrbi rastu godišnje više od 7 posto.

Faktori koji utječu na veličinu farmaceutskog tržišta su mnogobrojni. Uključuju prevalenciju pojedinih bolesti, koliko si određena populacija može priuštiti lijekova, stavovi kupaca, politika nacionalnih vlada, kao i još neki faktori koji se odnose na nabavu i dostavu lijekova.

Prevalencija bolesti razmatra se u odnosu na veličinu populacije, dob, genetsku nasljednost i ponašanje (incidencija zaraznih bolesti manja je gdje je sanitarna situacija bolja), sjedeći stil života također pridonosi pojavi kroničnih bolesti.

Situacija da si pacijenti mogu priuštiti lijek u vezi je s visinom osobnog financijskog dohotka, ali i s cijenom lijekova.

Stav kupaca uključuje spremnost da se koriste i alternativne terapije ili nepovjerenje u uzimanje lijekova.

Zdravstvena politika nacionalnih vlada utječe na distribuciju lijekova, to jest dobiva li pacijent lijek besplatno ili uplaćuje dio cijene lijeka, zatim davanje odobrenja za stavljanje lijeka na tržište itd.

Snabdjevenost tržišta s lijekovima, to jest raspoloživost liječenja ili je u pitanju raspoloživa količina lijeka – primjerice u epidemijama – ili se radi o otkriću novog lijeka i njegovu razvoju.



Današnje globalne promjene u političkom, ekonomskom, društvenom, tehnološkom, legalnom i ekološkom pogledu, faktor su koji utječu na rast tržišta zdravstvene skrbi, gdje lijekovi imaju svoj važan dio. Tako, primjerice, velik porast populacije starije dobi i uz to sjedeći stil života, dovodi do sve učestalijih kroničnih bolesti. Zatim sve veća zagađenost zraka u velikim gradovima uzrokuje sve veću incidenciju bolesti dišnog sustava.

Rezultat svega toga je porast troškova za zdravstvenu skrb po glavi stanovnika od 1137 dolara (razina u 2017. godini) na predviđenih 1427 dolara do 2021. godine.

Jedan od razloga s kojim se može objasniti relativno spori rast farmaceutskog tržišta je taj što je usporeno stavljanje na tržište novih lijekova i što su velike kompanije ograničile svoje investicije u istraživanje i

razvoj novih lijekova. Primjerice, premda je prisutan velik potencijal za jedan djelotvoran i siguran lijek u liječenju Alzheimerove bolesti, kompanija Pfizer ipak zaustavlja svoj istraživački program na tom području, a AstraZeneca i GSK smanjuju te aktivnosti.

Prema agenciji Deloitte, prosječan trošak razvoja novog lijeka je dvije milijarde dolara, a jako je velika stopa znanstvenog neuspjeha u otkrivanju novoga lijeka. Povrati na investicije jako padaju kod velikih kompanija (s 10,1 posto u 2010. godini, na 3,2 posto u 2017. godini).

Većina rasta farmaceutske industrije dolazi od sve brojnije populacije starije dobi, što povećava zahtjeve za dugoročnim liječenjem kroničnih bolesti i boljim pristupom zdravstvenoj skrbi u novopojavljenim ekonomijama.

Geografske promjene farmaceutskeg tržišta

Rast farmaceutskeg tržišta tijekom zadnjih nekoliko desetljeća pokazuje da Sjeverna Amerika i Zapadna Europa još uvijek drže oko 56 posto globalnog tržišta, međutim, Pacifička Azija preuzima mjesto druge najveće regije. Rast u Pacifičkoj Aziji stimuliran je činjenicom da su lijekovi sve pristupačniji, što je rezultat lansiranja jeftinih generičkih lijekova. Drugi faktori koji pridonose rastu u Pacifičkoj Aziji je porast ukupnog društvenog proizvoda (GDP) po glavi stanovnika u regiji, programi nacionalnih vlada koji daju podršku zdravstvenoj skrbi stanovništva i brzom urbanizaciji. Sve to omogućuje starijoj populaciji lakši pristup doktoru i ljekarniku. Eksperti prognoziraju da će rast prodaje lijekova u Pacifičkoj Aziji imati stopu oko 8,5 posto godišnje, do 2022. godine.

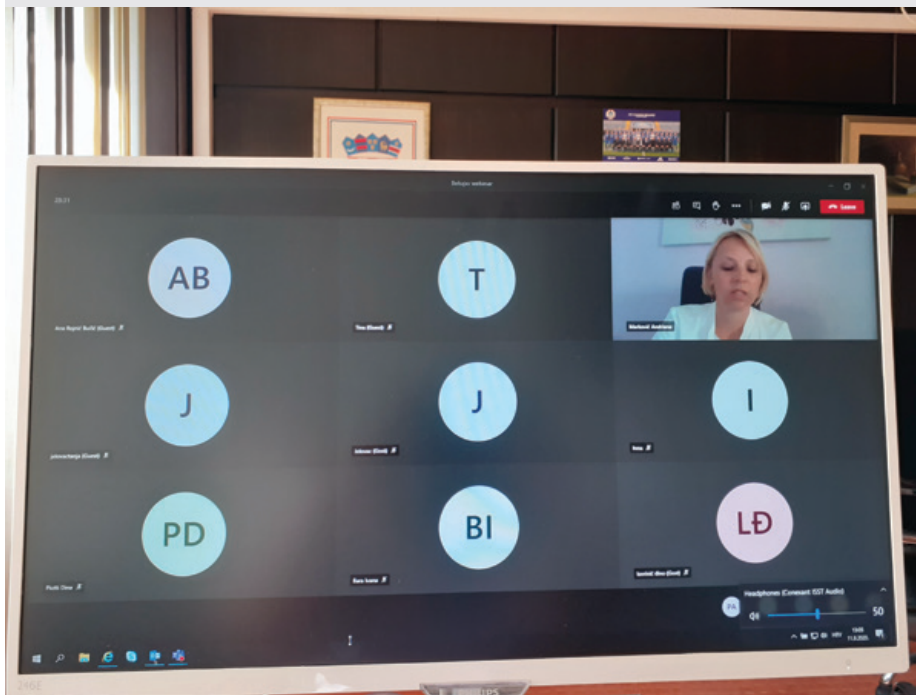
Globalno gledajući, po farmakoterapijskim područjima, najveće farmaceutske tržišta odnosi se na lijekove za liječenje mišićno-koštanih bolesti. Tu su uključeni lijekovi za liječenje bolesti, kao što su osteoartritis, reumatoidni osteoartritis, osteoporozna, sindrom karpalnog tunela, tendinitis (upala tetiva), mišićna distrofija, Miastenia gravis, lupus eritematosus i dr. Godine 2018. taj je segment uzeo 14 posto tržišta.

Sljedeća mjesta, po udjelu na tržištu, zauzimaju lijekovi za srčanožilne bolesti, zloćudne tumore i zarazne bolesti. Lijekovi za liječenje metaboličkih bolesti, kao što su dijabetes, oboljenja štitne žlijezde i hipofize bit će najbrže rastući segment tržišta do 2022. godine. Prognozira se da će ti segmenti tržišta rasti stopom od 9 posto godišnje i time zauzimati četvrto mjesto.

Lijekovi su podložni zdravstvenim regulatornim vlastima koje donose veliki broj zakona i propisa, a koji reguliraju patentiranje, testiranje, sigurnost, djelotvornost i marketiranje lijekova. Sve to utječe na veličinu i rast tržišta. Zajedno s visokim troškovima istraživanja i razvoja novih lijekova to može djelovati i kao barijere za ulazak malih kompanija na tržišta.

Farmaceutske kompanije proizvode i generičke lijekove i specifične brendove. Generički lijekovi su kopije onih lijekova čija je patentna zaštita istekla i oni su prilika za manje kompanije koje ulaze na tržišta. One zahvaćaju sve više udjela na tržištu, posebno u zemljama u razvoju. U takvim zemljama vlade ohrabruju, podržavaju njihovu proizvodnju, kako bi omogućili jeftinije liječenje većoj populaciji. Deset prvih kompanija u svijetu drže 30 posto globalne proizvodnje.

Održan prvi Belupov mrežni



Organizacijske promjene u

Početak jeseni u službi Marketinga Tržišta RH priliku za promjenom i napredovanjem "ugrabilo" je troje naših kolega - Ana Puž Patrčević, Irena Pavačić te Nikola Katana.

Ana Puž Patrčević dolazi na poziciju Product managera s pozicije stručne suradnice iz službe Prodaje. Ana će biti zadužena za portfelj antibiotika i gastro portfelj.

Nikola Katana, koji je dosad vodio program antibiotika i kardio portfelj lijekova preuzima dio OTC portfelja, dok Irena Pavačić, uz portfelj enteralne prehrane te onkološki portfelj, preuzima i dio kardio portfelja.

U nastavku pročitajte kako su doživjeli priliku za novim učenjem i izazovom.

ANA PUŽ PATRČEVIĆ, dr.med.vet.,

**Priliku za napredovanjem
objeručke sam prihvatila**



Nakon sedam godina rada u Belupu, od kojih sam pet godina radila na radnom mjestu stručne suradnice na terenu unutar DUGA tima u Službi Prodaje, pružila mi se prilika za napredovanjem koju sam objeručke prihvatila te sam početkom rujna 2020. godine zaposlena na radnom mjestu voditeljice programa Rx lijekova za gastroenterološki program i program antibiotika. Gastroenterološki program i program antibiotika imaju veliki potencijal i time predstavljaju velike izazove u radu. U novom timu u Marketingu lijekova dočekale su me kolege koji su mi u svakodnevnom učenju i radu podrška na čemu sam im zahvalna, kao i na prilici koju su mi pružili za osobni i profesionalni rast. Ovim putem htjela bih se zahvaliti i kolegama u Službi Prodaje te svom KC2 timu, od kojih sam iznimno mnogo naučila i koji su

i seminar (webinar) u Hrvatskoj

MREŽNI SEMINAR (WEBINAR) NASTAVAK JE I PRILAGODBA SITUACIJI VEZANOJ UZ EPIDEMIOLOŠKE MJERE SPRJEČAVANJA I SUZBIJANJA PANDEMIJE COVIDA-19

Piše: dr. sc. Franjo Marković

S velikim zadovoljstvom objavljujemo informacije o održavanju prvog Belupova mrežnog seminara (webinara) u Hrvatskoj putem Microsoft Teams platforme 11. rujna od 13 do 14 sati. Mrežni seminar (webinar) nastao je kao nastavak i prilagodba situaciji vezanoj uz epidemiološke mjere sprječavanja i suzbijanja pandemije Covida-19 i odluke Ministarstva zdravstva o fizičkom održavanju svih skupova na kojima sudjeluju zdravstveni djelatnici.

Koncept predavanja u Domu zdravlja Pazin planiran je za zdravstvene radnike samog Doma zdravlja Pazin te je prijavljen i odobrio ga je HLK. Uz Belupove suradnike, svi pozvani predavači i slušatelji su iz DZ Pazin

i tamo svakodnevno obitavaju. Na taj način kontinuirano smo nastojali osigurati uvjete i uskladiti ih s okolnostima za provedbu ili odgodu ovih predavanja.

Pripreme za realizaciju predavanja napravljene su u dva navrata pri čemu smo poštovali sve mjere vezane uz Covid-19. Unatoč tomu, planirana predavanja su odgođena u dva navrata. Prva odgoda naslonjena je na preporuke HLK-a o situaciji vezanoj uz Covid-19, a druga odgoda na odluku Ministarstva zdravstva. Kako bismo ostvarili željeni cilj, sve planirane aktivnosti prilagodili smo virtualnoj/digitalnoj izvedbi. U toj izvedbi održana su dva predavanja prezentacijom na Teams platformi. U prvom predavanju pod naslovom "Hipertenzija i dislipidemija

– izazovi u liječenju" Tine Zaviđić, dr. med., specijalistice opće/obiteljske medicine, poslale su snažne poruke o samim bolestima, ali mogućnostima liječenja tih bolesti primjenom brojnih Belupovih lijekova.

U drugom predavanju "Tipične pneumonije u ambulancama opće/obiteljske medicine – lijek izbora", a koje je prezentirala Andriana Marković, dr. med., stručna suradnica Belupa, iznesene su najnovije informacije o upalama pluća, ali i preporuke za liječenje tih bolesti gdje se također mogu koristiti brojni Belupovi lijekovi.

Prošli smo dug put od prve aktivnosti vezane uz ovaj događaj, dvije odgode i došli do ciljne izvedbe virtualnim/digitalnim putem. Neka nas taj put ojača i bude poruka svima da ne odustajemo i da možemo zajedno za Belupo.

Želim zahvaliti svima koji su organizirali i sudjelovali u izvedbi prvog mrežnog seminara (webinara) Belupa u Hrvatskoj.

RX i OTC marketinškom timu

mi bili podrška u svakodnevnom radu. Isto tako, smatram ovo prilikom za nastavak naše uspješne suradnje u svrhu ostvarivanja zajedničko postavljenog cilja kako bismo postali vodeća farmaceutska kompanija u srednjoj i istočnoj Europi.

NIKOLA KATANA, mag. pharm.

Veselim se novim i drugačijim izazovima koje mi nova pozicija donosi

Od 1.10.2020. dolazi do promjene u RX odnosno OTC marketinškom timu unutar



Belupa. Nakon više od 4 godine prelazim s pozicije product managera u RX timu na poziciju product managera u OTC timu. Veliko mi je zadovoljstvo, što ću, među ostalim, biti zadužen i za Neofen, jedan od najvažnijih Belupovih brandova. Dodatno zadovoljstvo predstavlja činjenica da upravo sada izlazimo i sa inovativnom lijekom na tržištu Hrvatske, Neofen Combo, kao prvi na tržište, te mi to ujedno predstavlja i novi profesionalni izazov, kojem se veselim. I ovim putem zahvaljujem svima na produktivne i dobre 4 godine unutar RX tima Belupo, u kojima sam mnogo naučio i profesionalno se dodatno razvio, te se veselim novim i drugačijim izazovima koje nova pozicija donosi.

IRENA PAVAČIĆ, dr. med., mag. admin.sanit.

Novim izazovima pomičemo vlastite granice

Na poziciji voditeljice programa lijekova za enteralnu prehranu, onkološki i gastroenterološki portfelj lijekova radila sam od 2016. godine. Međutim od 01. listopada 2020. godine dolazi do malih izmjena u vođenju programa RX lijekova, te umjesto gastro-



enterološkog portfelja, dobivam dio kardiološkog portfelja uz, naravno enteralnu prehranu i onkološki portfelj lijekova koji i dalje nastavljam voditi.

Kardiološki portfelj je uvijek bio perjanica Belupa, te se veselim novim profesionalnim izazovima, tim više što na tržištu RH izlazimo sa novom i jedinstvenom fiksnom kombinacijom rosuvastatina i acetilsalicilne kiseline. Kao i dosada veselim se novim, dinamičnim izazovima, jer time svakim danom pomičemo vlastite granice.

Kako se nositi s negativnom osobom u okruženju svoga radnog mjesta

Pripremio: dr. Ivo Belan

Neke osobe jednostavno luče negativnost. One ne vole svoj posao ili ne vole svoju kompaniju. Njihovi su šefovi uvijek "dripci, bezveznjaci, mamlazi" i oni su uvijek "nepošteno i nefer tretirani na radnom mjestu". Kompanija uvijek ide "nizbrdo", a kupci su "bezvrijedni". Sve je negativno.

Svatko je već upoznao nekog od takvih ljudi. Svaka kompanija ima ponekog takvog i najbolje što se može učiniti da se izbjegne njihov utjecaj na drugu osobu jest da ih se izbjegava. I to zbog toga, jer negativnost je zarazna. Vaša vam karijera i posao moraju donijeti veselje – a ne žalost i negativnosti. S druge strane, normalne, pozitivne osobe, katkada također postaju negativne. Nekada je njihova negativnost ipak legitimna. Pristup takvima bit će potpuno drukčiji.

Kako se odnositi prema negativnim ljudima

U svakom slučaju, valja poslušati prigovor, pritužbu kolege, zaposlenika i slušati ga sve dotle dok niste sigurni da on vjeruje da ga se korektno saslušalo. Dobro je postavljati pitanja, razjasniti njihove izjave i biti siguran da ste aktivno slušali.

Morate biti sigurni ima li zaposlenik ili kolega na poslu legitimne razloge za svoju negativnost. Ako ste odlučili afirmativno, poželjno je zapitati ga želi li vašu pomoć u rješavanju problema. Ako zatraže pomoć, pružite im savjet ili ideju kako da priđu pronalaženju razloga za svoju negativnost. Pružiti kratkoročni savjet koji će usmjeriti takovu osobu u pozitivnom smjeru, dobro dođe. Međutim, vaša uloga nije da pružite terapiju ili opsežan savjet u vezi karijere ili neke dugoročne preporuke. Može mu se savjetovati i da potraži stručnu pomoć u odjelu za ljudske potencijale. U svakom slučaju, trebate znati gdje su vam limiti kad je u pitanju pružanje savjeta.

Katkada, ima slučajeva kad kolega/kolegica na poslu jednostavno želi samo žaliti se "prijateljskom uhu", koji je spreman slušati. Oni ne žele vaš savjet ili pomoć. Poslušajte, ali postavite granice njihovom ispovijedanju. Dugotrajne pritužbe iscrpljuju energiju i pozitivan stav osobe koja sluša. Nemojte dopustiti da se to dogodi. Jednostavno prekinite takav razgovor i napustite situaciju. Kažite

NEKE OSOBE JEDNOSTAVNO LUČE NEGATIVNOST I NAJBOLJE ŠTO MOŽETE UČINITI JEST DA IH IZBJEGAVATE. VAŠA VAM KARIJERA I POSAO MORAJU DONIJETI VESELJE – A NE ŽALOST I NEGATIVNOSTI



kolegi da bi radije prešli na pozitivnije teme. Kažite mu da njegov stav i neprestane žalbe i prigovori loše utječu na to kako se osjećate u vezi sa svojim poslom i svojim radnim mjestom. Ako govorite iskreno, negativna će se osoba prestati žaliti ili, vjerojatno, "nacičljati" manje iskrenog zaposlenika. U svakom slučaju, voditelj odjela ljudskih potencijala može biti od velike pomoći u stvaranju skladnijeg, harmoničnog radnog mjesta.

Ako poslušate negativnosti kolege i zaključite da njegova zabrinutost i pritužbe nisu legitimne, primijenite osobnu i profesionalnu hrabrost i kažite mu što vi mislite. Kažite mu da shvaćate i imate razumijevanje za njegove žalbe i zabrinutosti, da shvaćate da mu je stalo do zadovoljstva na poslu, ali da se ne slažete s njegovom procjenom situacije. Na primjer, ne slažete se da rukovoditelji lažu ili da nedolično zadržavaju informacije, kako bi obmanuli zaposlenike. Vi smatrate da su šefovi pružili informaciju čim je bila na raspolaganju.

S istinskim negativnim ljudima provodite što je manje moguće vremena. Upravo kao što postavljate limite sa zaposlenicima za čiju negativnost vjerujete da je neutemeljena i nepravedna, tako trebate postavljati limite i s istinski negativnim ljudima. Nije vaša briga o uzrocima njihove dugoročne negativnosti. Svaka negativna osoba ima svoju priču. Nemojte inzistirati na vlastiti pogled slušajući te njihove priče, povijest i pozadinu žalbe, pritužbi za koje se smatra

da uzrokuju negativnost. Samo ćete pojačati negativnost – jer negativnost je izbor.

Totalno negativnom zaposleniku (posebno ako je prodavač) treba novi posao, nova kompanija, nova karijera, novi život ili stručna psihološka pomoć.

Dakle, kako postupiti s trajno negativnim ljudima:

- Izbjegavajte trošiti vrijeme s negativnim kolegama. Zbog svih spomenutih razloga, ograničite vrijeme koje trošite na njih.
- Ako ste prisiljeni (svojom ulogom u kompaniji) raditi s negativnom osobom, postavite limite. Nemojte dopustiti da budete uvučeni u negativne diskusije. Kažite negativnom kolegi/kolegici da preferirate razmišljati o svom poslu na pozitivan način. Izbjegavajte mu biti zahvalna publika.
- Pokušajte, taktično, sugerirati da potraži pomoć od odjela za ljudske potencijale
- Ako ništa ne uspije, porazgovarajte sa svojim šefom ili s rukovoditeljem spomenutog odjela, o situaciji s kojom ste suočeni s negativnom osobom. Možda vaš šef ima ideju kako se nositi s tom negativnošću ili će se konzultirati sa šefom te negativne osobe, ako je to druga osoba.
- Dobro je znati, perzistentna jaka negativnost, koja znatno utječe na rad drugih kolega u okolini, ponašanje je koje može zahtijevati i disciplinski akciju menadžmenta, a u ekstremnim slučajevima i prekid radnog odnosa.

Pokreće grlo, zaustavlja bol.

ZYNOL



UPALA I BOL



Djeluje dvostruko:
ublažava upalu i brzo zaustavlja bol.

Kod grlobolje, afti te bolnih i upalnih stanja u ustima i ždrijelu.

Sadrži benzidaminklorid. Za usta i ždrijelo. Za ispiranje ili grgljanje usne šupljine i ždrijela. Prije upotrebe 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