



עכשיו אני!

יום בריאות וחוסן

לעובדי בריאות במנהלת כרמל

• **אנדריאה אריאל ברעם**
RN.BA - מנהלת כרמל,
מחוז חיפה וגליל מערבי,
שירותי בריאות כללית

• **מיכל נחליאלי RN.MPh**
גב' ילנה קוגן
• **ורד רביע RN.MA**
• **רינת בסל RN.MA**

• **ד"ר אורלי גולדשטיק**
• **ד"ר מרב דקל**
• **גב' ורד הררי**
• **גב' חן פורקש קמה**

רקע:

למרות ש-80% מעובדי מערכת הבריאות בטוחים שחשוב לשמור על בריאותם, רק 57% מהם נבדקים באופן עקבי, כשהחסמים העיקריים הם: חוסר זמן, לחץ בעבודה, שחיקה ומחויבויות משפחתיות.

רציונל:

בריאות ורווחת העובד חיוניים למתן מענה איכותי למטופלים. הנגשה מרוכזת של בדיקות סקר תעלה שיעור ביצוע ותשפר את בריאות העובד.

מטרות:

מתן מידע על בדיקות מומלצות; ביצוע בדיקות סקר; שיפור החוסן ובריאות העובדים.

אוכלוסיית היעד:

כלל עובדי מנהלת כרמל (מכל הסקטורים). יעד: 50 עובדים.

שיטה:

רופאת משפחה נתנה המלצות מותאמות גיל; רופאי המרפאה ביצעו בדיקות HPV, סריקת שומות, בדיקת לחץ תוך עיני. אחיות המרפאה ביצעו בדיקות ראייה, מדדים, ובדיקת BRCA, הדריכו להפסקת עישון וחילקו ערכות לבדיקת דם סמוי. דיאטנית העניקה המלצות אישיות לתזונה בריאה. באירוע היו דוכני הדרכה ארגונומית, שיננית, רפואה משלימה, משאבי אנוש, כיבוד בריא והפעלה עם מאמן כושר.

תוצאות:

באירוע השתתפו 67 עובדים מכלל הסקטורים, רובם מיוקנעם והסביבה. 27 עובדים נבדקו ע"י רופא עיניים (עובדת אחת הופנתה להמשך בירור בגלל ממצא פתולוגי), 12 אצל רופא עור (עובד אחד הופנה להסרת נגע פתולוגי), 16 נשים עברו בדיקה גינקולוגית ול-5 מהן בוצעה בדיקת HPV, 8 קיבלו ייעוץ אצל דיאטנית. 16 נשים הגיעו לבדיקת BRCA. 40 משתתפים קיבלו טיפול ברפואה משלימה.

משוב:

משובים התקבלו בהודעות ובאתר הפייסבוק המחוזי. העובדים ציינו את חשיבות תרומת יום הבריאות לרווחתם ולבריאותם, כמו כן העלאת תחושת השייכות הארגונית.

מסקנות:

קיום האירוע במהלך יום עבודה מנגיש ומשפר את היענות הצוות הרפואי לביצוע בדיקות ובכך מסיר את החסמים העיקריים. יש להציג את הממצאים בפני הנהלת המחוז ולבדוק אפשרות ביצוע ימים דומים במנהלות נוספות ולהרחיב הפרויקט לכלל הארץ.