

HÍRVIVŐ

A HÁZI GYERMEKORVOSOK EGYESÜLETÉNEK SZAKMAI LAPJA



XXV. évfolyam
2020/1. szám

Dr. Szánthó András | házi gyermekorvos, Budapest

Környezetérzékenység a rendelőben

Sok mindent tehetünk egy rendelőben a környezetünkért, de ez az állítás önmagában édeskevés ahhoz, hogy befolyásoló hatása legyen. Valahogy másképp kellene megfogni a témát.

Próbáljuk, keressük a felelősség felől. Úgy gondolom, hogy mindenkinek gondosan kell (kellene) bánnia a rábízott erőforrásokkal, legyen akár családanya vagy egy multi cég vezetője. Ez a felelősség nem kerülhető meg. Az sem ad felmentést, hogy sokan nem teszik.

A gondosság egyik legfontosabb dimenziója sokáig csak a költség volt. Ez a helyzet fennállhatott, míg a globális természeti erőforrások bőségesen rendelkezésre álltak, és szinte végtelennek élhettük meg mennyiségüket, továbbá az emberi tevékenység környezet alakító hatása is mérsékelt volt.

Mostanra jelentősen megváltozott a kép. Mérhető, megélhető az erőforrások – az olaj, a víz stb. – végeessége, szűkössége, s észlelhető az emberi tevékenység jelentős környezetkárosító hatása a globális felmelegedéssel, egyes állatfajok kihalásával, környezetünk szennyezésével, elég csak az óceánokban úszó műanyag szemétszigetekre gondolni. Emiatt változik folyamatosan a másik dimenzió is, a tulajdon. Már nemcsak a sajátja, de a közösré figyelésnek is erősödni kell. Amit nem tudott megtenni se a szocializmus, se a kapitalizmus, hátha képes lesz rá a közös környezet féltése.

Az emberi tevékenység minden területét vizsgálni kell a források felhasználása és a környezetterhelés tekintetében, ez alól nincs kivétel. Eredményes akkor lesz, ha átszövi az egész társadalmat a környezetérzékeny gondolkodás. Ez még koránt sincs így.

Az iskolai oktatásnak része már, a háztartások ha mással nem is, a szelektív hulladékgyűjtéssel együtt élnek. Összetettebb a szervezetek, intézmények, kisvállalkozások, nagy cégek helyzete. Egyik oldalról költségként élik meg a környezettel gondolkodást, más nézőpontból piaci előnyt jelenthet üzenetük, ha hitelesen jelenítik meg elhivatottságukat.

Minél jobban előtérben van egy szervezet, annál inkább példaértékű, gondoljunk a médiára. Még hangsúlyosabb a szerepe, ha fő funkciója a segítség, a tájékoztatás, az oktatás. Ezért sem mindegy, mi történik egy iskolában vagy egy rendelőben.

Nem üzenheti a rendelő az igénytelenséget, még akkor sem, ha nem mi, hanem például egy érdektelen intézmény, önkormányzat a tulajdonos. A mi munkahelyünk, a mi környezetünk. Egyrészt meg kell próbálni szót érteni a tulajdonossal, keresni azokat az akár apró lehetőségeket a környezet alakítására, melyek üzenetértékűek, felkelti a kollégákban és a tulajdonosban a támogatás, átalakítás igényét.

Szelektív gyűjtés

Használjuk a gyermekorvosi rendelőket mint példamutató szervezeteket. Apró lépésekkel kezdhető. Ilyen például a szárazelemgyűjtés. Több cég is hajlandó ingyenesen gyűjtődényt kihelyezni bárhová, illetve elszállítani vagy cserélni. Egy-két levélváltáson múlik. Az edény pedig ott fog állni mindennap a rendelőben, a kihelyezése kommunikálható. Már tettünk valamit.



A jogszabályok alapján a közzintézményeknek a területileg illetékes hulladékkezelő cég köteles ingyen kihelyezni nagy gyűjtőtartályokat, és elszállítani a hulladékot. Itt azok vannak előnyben, akiknél a szemétszállításra az intézménynek, önkormányzatnak van szerződése. A szerződés bővíthető a szelektív gyűjtésre telephelyenként. Már csak a váróban, rendelőben kihelyezendő tartályokat kell beszerezni. Ilyen egyszerű edények a műanyag-nagykerékben ezer forint körül kaphatók, egy nagy várótermi gyűjtő kétezer körül. Egy négyvizsgálós, kétvörös rendelőben húszezer forint egy-

szeri kiadásból megoldható, így egy praxisra ötezer forint jut. Nem nagy kiadás, már csak az eredménye és a reklámértéke miatt sem. Ezután csupán meg kell győzni a takarítókat, hogy őrítsék is a gyűjtődényeket.

Papírfelhasználás

A papírfelhasználás témája igencsak ellentmondásos. Számos dokumentálási kötelezettségünknek papíralapon kell eleget tennünk, de van remény arra, hogy a folyamatok jó irányban haladnak, ilyen az Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatási Tér (EESZT).

Sajnos a recepthelyettesítő igazolást egyelőre nyomtatni kell. Reméljük, hamarosan eltörlük ezt a kötelezettséget, ám ez csak a felnőttek esetében váltja ki a papírt. Várjuk, hogy a szülőnek is legyen joga saját személyi igazolványával felvenni gyermeke gyógyszereit. Képviselhetné ezt is egyesületünk.

Remélhető, hogy ha a beutalót programban könyveljük, és felküldjük az EESZT-re, megszűnik a nyomtatási kötelezettség. A fenti fejlődés mellett sokszor látok még kézzel írott, illetve A4-es lapra nyomtatott beutalókat. Mindkét gyakorlattól meg kellene szabadulni.

Az igazolás állatorvosi ló, sok felesleges munkát is jelent. A gyógyszer- és tápszercégek biztosítanak tömbösített nyomtatványt – ez spórolásnak tűnik a praxis szempontjából –, amelyre akár nyomtathatunk is. Ha a gyógyszer-cég támogatni akar, adhat A5-ös papírt, akár saját vízzellel, logóval, szolid reklámmal. Ez spórolás az asszisztens munkaerejével is. Az utópia szintje már, hogy a házi orvos által elektronikusan létrehozott igazolás nyomtatás nélkül átkerüljön az iskolák által használt Köznevelési Regisztrációs és Tanulmányi Alaprendszerbe (KRÉTA).

Nem tapasztalom, hogy a házi orvosok munkáján sokan adnának írott dokumentumot pácienseiknek az orvos-beteg találkozásról. Talán az estek többségében felesleges is lenne, de vannak olyan esetek, mikor sokat segítene, ha például a hétvégén a beteget ellátó ügyelet látná, mit észlelt a házi orvos kolléga pár nappal előtte. Ilyen esetekben szoktam adni ambulánslapot, a mi programunk ellátási dokumentációnak hívja. Ezt kezdetben csak nyomtatni lehetett, ma már azonnal elküldhető a betegnek elektronikus levélben. További megoldás lehetne, ha a házi orvos orvos-beteg találkozó belvilága is – nemcsak ténye – felkerülne az EESZT-be. Ez csak informatikai kapacitás kérdése.

Hozott dokumentumokra egyre kevésbé lesz szükség, hiszen az EESZT térnyerésével ez a kérdés megoldódni látszik. Ugyanakkor az ott nem található dokumentumok esetében a szkennelést érdemes előtérbe helyezni a fénymásolással szemben, sokan már így tesznek.

Ha még sincs más mód, és valamit ki kell nyomtatni, érdemes kétoldalasra. Ha olyan dokumentumról van szó, amelyet nem kell mindennap forgatni, megoldható az egy lapra, oldalanként két oldal nyomtatása is. De minden alka-

lommal érdemes meggondolni, hogy valóban szükséges-e a nyomtatás.

Az újra felhasznált papír nem sokkal drágább a normálnál. Természetesen az elsődleges cél a minél kisebb felhasználás, de ha elkerülhetetlen, inkább újrahasznosított papírt használjunk. Kapható boríték, toalettpapír is újrahasznosított papírból.

Az EESZT-nek köszönhetően az orvos azonosítása számítógépes munka során igen magas szintű. Felmerül a lehetőség, hogy az EESZT-re felkerült dokumentumok hitelesítésére elégségesnek kellene lennie a visszaküldött vonalkódnak. Feleslegesé kellene válnia a pecsételésnek és az aláírásnak. Ezzel is orvosi, asszisztens munka lenne megtakarítható.

A munkaerő is korlátozottan rendelkezésre álló erőforrás. Ne kelljen kézzel írnia az asszisztensnek a beutalókat, igazolásokat. Szoftvereink minden ilyet tudnak, könyvelik, és az EESZT-re küldik.

A táppénzes napló kézi vezetése vicc, anakronizmus a 21. században. Sokkal kevesebb a táppénzzel visszaélő páciens manapság, sokszor inkább szabadságra mennek, mert jobban fizet. Hetente jelentjük az adatokat az Nemzeti Egészségbiztosítási Alapkezelőnek. Praxisunkban több éve nem engedem kézzel vezetni – tárgy hónap után kinyomtatjuk, minden oldalt aláírok, lefűzzük.

Áramtalanítás

A számítógépek, a monitorok, a nyomtatók akkor is fogyasztanak áramot, ha ki vannak kapcsolva, különösen a régiek, ugyanis az adapterük melegszik. Célszerű úgy bekötöni őket a hálózatba, hogy egy központi kapcsolóval áramtalanítani lehessen őket, például kapcsolós elosztóval.

A klímát inkább csak nyáron használjuk, ritka, hogy télen fűtünk vele. Ha nem áramtalanítjuk, egész télen készenléti állapotban lesz, azaz ha keveset is, de fogyaszt.

Hőenergia

A fűtés, a hűtés és a szellőztetés tipikus példája a gazdátlanságnak. Rossz hatásfokú kazánok, hőcserélők, nagy hőáteresztő tulajdonságú falak és ablakok az egyik oldalon, felújított, szigetelt, nyílászáró-cserélt épületek, de nem csökkenő fűtési költségek és energiafogyasztás a másik oldalon – mindegyik a gazdátlanság miatt. Az épületeket használó praxisok nehezen tudnak összefogni egy ilyen, együttműködést, alkalmazkodást, egységes szabályozást igénylő szerveződéshez, de van rá példa. Azonban a költségek annyira osztódnak, hogy jelentősebb mérséklődés is nehezen értékelhető kiadáscsökkenésként. Ennyit a felhasználókról. A tulajdonosnak pedig kisebb gondja is nagyobb annál, mint hogy olyan ingatlanra fordítson, amelynél a költségcsökkenés nem az ő kiadásaira hat, hiszen a teljes számlát a felhasználóknak rója ki. Ezt a patthelyzetet azért sok helyen feloldják. Van olyan önkormányzat, amely jó tulajdonosként – különösen, ha van rá pályázat – felújít-

ja a rendelőkét. Van, ahol ehhez személyes baráti kapcsolat szükséges a használók és a tulajdonos között. Persze az ilyen felújított rendelők később is gondoskodást igényelnek, üzemeltetni kell őket, szabályozni a fűtést, a szellőzést, a melegvíz-termelést, a vízfogyasztást. Nem mellékes már a nyári hűtés felügyelete sem. Erre ritkán van személyzet, odafigyelés. Az épület megismerésével, egyedi és naplárhoz, munkanapokhoz alkalmazkodó szabályozással 10-30%-os megtakarítás érhető el.

Kérdések, amelyeket feltehetünk az épület üzemeltetőjének.

- Csökkentik-e a rendelők hőmérsékletét fűtési szezonban több fokkal éjszakára, hétvégére, munkaszüneti napokra?
- Leállítják-e a használati meleg víz termelését és keringtetését ugyanezen időszakokra?
- Téli fűtés alatt napi többszöri párperces teljes légcserével – ablakok kitérítése, radiátorok lezárása – végzik a szellőztetést, vagy folyamatosan résnyire tartott ablakkal? (Az utóbbi alkalmatlan a levegő kicserélésére, és a falat is hűti.)
- Működő klíma mellett becsukják-e az ajtót, ablakot?
- Ha működik szellőztető berendezés, éjszakára, hétvégére kikapcsolják-e?

Ezek közül néhány dologra mi is figyelhetünk.

Néhány szó az árnyékolásról. Jelentősen csökkenthető a klimatizálás áramfogyasztása árnyékolás segítségével.

A legjobb árnyékolás a fásítás, az épület délkeletitől dényugati oldaláig. Elsősorban a lombhullató fákat lehet javasolni, az örökzödek télen is árnyékolnak, ekkor azonban csak hadd melegítse a nap az épületet. Minél „kivüleb” van az árnyékoló, hővisszaverő felület, annál hatékonyabb az árnyékolás. Futtatott növénytakaró, külső fémreluxa, fix lemezes külső árnyékoló elemek az ablakok fölött, fóliaborítás az ablakon kívül, a külső üveg belső felületén, a belső üveg belső felületén, belső reluxa, belső függöny – ez egy fokozatosan gyengülő sor.



Aki még nem tette, javasolom, próbáljon hatni munkahelyi környezetére. Együttal javaslok némi megértést az épületek üzemeltető önkormányzati szervezetek alkalmazottaival szemben: az ő helyzetük se könnyű. Udvarias állíthatósággal, kitartással, összefogással igen jelentős eredmények érhetők el.

A kiírása óta mintegy 10 db pályázati anyag került elbírálásra. Így néhány rendelőben hamarosan már beüzemelésre kerülnek az új gépek, készülékek. A pályázat kiírói továbbra is várják a pályázati feltételeknek megfelelő jelentkezéseket.

HGYE és az „Egy szív a gyermekekért” Alapítvány pályázata

„Egy szív a gyermekekért” Alapítvány hosszú évtizedek óta elkötelezett támogatója a gyermek-egészségügynek. Az Alapítvány összefogva a hazai és külföldi gyógyintézetekkel 2004-től támogatást nyújt a fiatal egészségügyi szakembereknek a legújabb gyógyászati technikák elsajátításához.

Az Alapítvány együttműködve a Házi Gyermekorvosok Egyesületével, a házi gyermekorvosok támogatását is a zászlajára tűzte. Ennek köszönhetően az Alapítvány korszerű vizület diagnosztikai, CRP műszer és kézi otoscop beszerzésével szeretné támogatni elsősorban, de nem kizárólagosan, azokat a házi gyermekorvosi praxisokat, amelyek vonzáskörzetében labor- és szakrendelői háttér nincs biztosítva. A házi gyermekorvosok pályázat útján juthatnak majd hozzá ezekhez az eszközökhöz, amelyeket az Alapítvány vesz meg

a számukra. A praxisnak a színvonalasabb betegellátás érdekében a működtetés költségét kell állnia legálább három éven keresztül.

A pályázatokhoz kérjük csatolni:

- NEAK, ÁNTSZ szerződéses másolatait,
- a praxis összetételére vonatkozó adatok utolsó havi jelentését,
- a praxis rövid bemutatását (hol van és milyen környezetben mit szeretnének megvalósítani),
- az orvos elérhetőségeit: telefon, email, praxis címe, pecsét száma,
- a pályázó cég adatait.

A pályázati kiírás, feltételek a HGYE weboldalán olvasható.

