

Savjetovališta otvorenih vrata

Spolno prenosive bolesti, neplanirane trudnoće i pobačaji te seksualno zlostavljanje, zbog proširenosti i posljedica koje ih prate, kao što su zloćudni tumori vrata maternice, neplodnost, vanmaternične trudnoće, poremećaji psihičkog zdravlja, te golemih materijalnih troškova, predstavljaju globalni javnozdravstveni problem, posebno mladih jer su oni u toj dobi ovisni o rizičnom ponašanju.

Dugoročnim posljedicama utječu na reproduktivno zdravlje i plodnost, te zdravstvene probleme i demografsko stanje u budućnosti. S obzirom na trend porasta problematike vezane za reproduktivno zdravlje u adolescentnoj populaciji, veoma je bitno da se u situacijama koje zahtijevaju stručnu pomoć intervenira na vrijeme, uz pomoć organiziranog, strukturiranog i, prije svega, adekvatno educiranog tima.



Sve raniji početak

Sve je niža prosječna dob stupanja u prvi seksualni kontakt, što je istovremeno povezano s većim brojem seksualnih partnera tijekom aktivnog spolnog života, a time i povećanim rizikom od dobivanja spolno prenosivih bolesti.

Potreba mladih za seksualnim eksperimentiranjem, iskušavanjem različitih oblika seksualnih odnosa, fragmentarno znanje, iluzija o neranjivosti, uz istovremeni nedostatak komunikacijskih vještina, snažan pritisak vršnjaka i vršnjačkih normi te hedonizam, kao važan dio životnog adolescentnog identiteta, predstavljaju dimenzije adolescentne spolnosti koje potiču seksualno ponašanje. Rano stupanje u seksualne odnose, uz druge oblike rizičnog ponašanja kao što su seksualni odnos pod utjecajem alkohola ili drugih sredstava ovisnosti, pridonose seksualnom odnosu s više partnera, ali i opasnosti od seksualnog zlostavljanja i uvođenja u svijet prostitucije i kriminala.

S druge strane, društvo je postalo tolerantnije prema ponašanjima i stavovima pojedinaca i grupa. Sve je manje zabrana i mišljenja koja sputavaju mlade i njihovo ponašanje, pa se ta tolerancija očituje i u seksualnom životu.

Zbog relativno visokog postotka rizičnog ponašanja spolno aktivnih adolescenata, kao i činjenice da u našoj zemlji u postojećem sustavu zdravstvene zaštite potrebe mladih nisu dobro zadovoljene, Nastavni zavod za javno zdravstvo je, uz potporu Grada Rijeke i Županije, u postojećoj službi školske medicine formirao Centre za mlade – Savjetovališta otvorenih vrata polivalentnog tipa, u kojima, pored specijalista školske medicine i više medicinske sestre, rade i ginekolog za mlade i psiholog.

Po pomoć izravno s ulice

U Rijeci od 2004. godine djeluje Centar za mlade – Savjetovalište otvorenih vrata polivalentnog tipa, a od 2005. godine i ginekološka ambulanta za mlade (unutar Centra za mlade), tako da se na istome mjestu može obaviti ginekološki pregled, pregled mladića, osnovne pretrage te dobiti savjet i upute.

U Savjetovalište mladi dolaze bez straha, srama i stigmatizacije okoline.

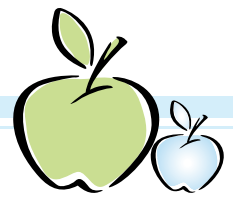
Veoma je važno mladim djevojkama osvijestiti potrebu za ginekološkim pregledom, a naročito nakon prvog spolnog odnosa, izostanka mjesečnice, zbog neuobičajenog i povećanog iscjетка iz rodnice, kod pojave ranica, bradavica ili promjena na vanjskom spolovilu, pri pojavi bolova u donjem dijelu trbuha koji nisu povezani s mjesečnicom, kod pojave krvarenja pri spolnom odnosu i slično.

Sljedeći je po važnosti problem psihoseksualne afirmacije mladih, podjednako zanimljiv za oba spola. Unatoč mišljenju da je današnja mladež promiskuitetna, većina mladih svoja prva seksualna iskustva i kontakte s osobama suprotnog spola ima u 16. godini,

što često zbog nedovoljnog znanja i iskustva završava neželjenom trudnoćom, funkcionalnim smetnjama i psihičkim traumama.

Funkcionalne smetnje u spolnom životu mladih nisu rijetke. U nekim slučajevima aktiviraju se latentni poremećaji ličnosti, a katkada se javlja i strah od partnera s kojim još nije uspostavljena dovoljna bliskost. Poznato je da svaki neuspjeh rađa osjećaj straha i znatno umanjuje samopouzdanje, što može rezultirati razvojem neuroze efikasnosti, te je potreban psihoterapijski tretman da se ne bi fiksirao taj začarani krug.

Zbog ranjivosti adolescentnog razdoblja i velike prijemljivosti na prihvaćanje "svega onoga što vole mladi", što u današnje vrijeme vrlo često ima negativan predznak, koristeći suvremene metode zdravstvenog odgoja, u okviru Centra za mlade – Savjetovališta otvorenih vrata započeli smo s još jednom dodatnom preventivnom aktivnošću namijenjenom srednjoškolcima, pod nazivom "Živjeti zdravu mladost". To je tip vršnjačke edukacije, koji se sastoji od niza radionica s ciljem jačanja pozitivnih osobina ličnosti, komunikacijskih i socijalnih vještina, te razvoja pozitivnih stavova prema zdravim životnim navikama, kako bismo pomogli



našim srednjoškolicima da uspješno prebrode taj period "bura i oluja" i završe srednju školu kao zdravi mladi ljudi.

Inreaktivne radionice su na teme: samopoznavanje i slika o sebi, komunikacijske vještine koje uključuju aktivno slušanje, asertivno ponašanje, razumijevanje svojih i tuđih osjećaja, poštivanje drugih, razgovor bez osuđivanja, kako se nositi sa stresom, stereotipi o spolnim ulogama, donošenje odluka, kako donijeti odluke o međuljudskim odnosima i spolnom odnosu i ostati pri tim odlukama, neugodni dodiri, kako prepoznati situaciju koja može postati rizična, spolno prenosive bolesti i kako ih izbjeći, planiranje obitelji, odgovorno i željeno roditeljstvo.

Zašto vršnjačka edukacija?

"Edukacija vršnjaka je strategijsko sredstvo

za motivaciju i izravno uključivanje mladih u zaštitu svojega zdravlja i razvoja, kao i učinkovito sredstvo za promicanje promjena kako svoga vlastitoga ponašanja, tako i ponašanja svojih vršnjaka".

Činjenica je da se ljudsko ponašanje oblikuje uglavnom kroz oponašanje, a mladi su skloni oponašati svoje vršnjake, prihvaćati njihove modele ponašanja, norme i vjerovanja, što utiče na životni stil adolescenata.

Sa suvremenim metodama zdravstvenoga odgoja (vršnjačka edukacija, radionice, parlamentarne) usmjerene ne samo na stjecanje znanja, nego i na trening životnih vještina, što uključuje emocionalne i društvene kompetencije primjerene razvojnoj dobi, provodive kontinuirano, kroz duži vremenski period, uz mogućnost intervencije kroz polivalentna savjetovališta, te angažman

profesionalaca različitih profila (specijalista školske medicine, psihologa, ginekologa), pokušavamo ostvariti postavljene ciljeve: prihvaćanje zdravih stilova života i odgovorno spolno ponašanje, rađanje zdravog i željenog potomstva, te dug i kvalitetan život do duboke starosti.

Stoga je od neprocjenjive važnosti postojanje Centra za mlade, zbog raspoloživosti i dostupnosti zdravstvene službe, te pravodobnih i učinkovitih metoda dijagnostike i intervencije, uz multisektorski i višekomponentni pristup i snažnu podršku zdravstvene politike i lokalne zajednice.

prim. mr. sc. Jagoda Dabo, dr. med.,

članica ekspertnog tima

Primorsko-goranske županije

za preveniranje karcinoma vrata maternice

Ples s anđelima

Ne znam kada ste (i jeste li) prestali vjerovati u bajke i počeli vjerovati u bogate televizijske produkcije koje ostvaruju snove uspavanim ljepoticama? Ne znam spadate li među one koji vjeruju da pobjeđuje dobro i da na kraju svake priče dolazi "happy end"? Ne znam možete li povjerovati kako u gradu Splitu već nekoliko godina djeluje brojna skupina volontera koja pod geslom "Misli dobro, govori dobro, čini dobro ti" bajke pretvara u stvarnost, a zvijezde spušta s neba.

Ne, nije riječ o splitskom Oprah showu. Riječ je o grupi entuzijasta okupljenih u Udruzi Split zdravi grad koji su zajedničkim snagama odlučili vraćati vjeru u život, osmijeh na lica, entuzijazam među ljude. I uspijevaju!

Ples s anđelima jedna je od predivnih priča ispisana velikim volonterskim srcem. Potekla je od mlade 21-godišnje volonterke Pinije Poljaković koja je uoči Božića upoznala tri godine mlađu djevojku Anđelu Popović, koja boluje od cerebralne paralize i slabovidnosti, ali je usprkos svim tim poteškoćama puna volje i potreba kao i svi njeni vršnjaci. U višesatnom razgovoru Anđela je priznala Piniji da joj je životni san plesati u disco-klubu, ali da joj to nije dostupno. Prepuna dojmova Pinija je već sutradan podijelila s volonterskim timom svoje Udruge ovu priču i pitala nas odlučno želimo li ostvariti Anđelin san, možemo li mi to? Nije bilo dileme. Bilo je samo pitanje kada, gdje, tko će sve biti uključen? No, dali smo si vremena da tijekom predstojećih blagdana svi malo o tome promislamo.

Ideja se za to vrijeme razbukala, sazrela. Postalo nam je jasno da ako je disco-večer za Anđelu životni san, da ga vjerojatno dijele (ili množe) i brojni drugi ljudi s posebnim potrebama u našem gradu, jer oni nemaju



posebne potrebe – oni imaju ISTE POTREBE kao i svi mi. Jedini je problem što radno vrijeme disco-klubova, način rasvjete, organizacija noćnoga života u ovom gradu (kao ni u drugim gradovima) nije prilagođena njihovim potrebama.

A glazba, ples, druženje – to su njihove najsušne potrebe. Upravo smo radeći posljednjih pola godine svakoga tjedna glazbene radionice u Centru "Juraj Bonačić" i Dnevnom centru "Firule" shvatili kako ti ljudi i djeca uživaju u glazbi, odlično poznaju tekstove pjesama, a među njima ima i pravih glazbenih talenata. Sve smo te spoznaje i iskustva spojili u jedinstvenu ideju – da Anđelina disco-večer bude zapravo prvi pravi inkluzijski disco-party za sve splitske anđele, za sve osobe s posebnim potrebama, ali i sve one koji žele podijeliti nekoliko sati svog života u druženju s tim ljudima. Od ideje do realizacije trebalo je mjesec i pol dana kroz koji su u priču ušli mnogi dobri ljudi. Zahvaljujući vlasniku diskoteke "Master's" gospodinu Matendi, dobili smo predivni prostor i

kompletnu posluhu na raspolaganje na Valentinovo, od 17 do 20 sati. Od naših sponzora dobili smo i piće i kolačiće, a pozivnice, plakate i dio programa pripremili su i učenici jednog projektno-plovnog razreda OŠ Pujanki koji je godinama aktivan u radu Udruge. Kao gost iznenađenja, ali i kao bubnjar u pratnji Anđele koja je te večeri bila glavna zvijezda, pojavio se Arsen Košta, omiljeni

stanar iz Big Brother kuće. Ples je započela plesna skupina "Noa" u kojoj Anđela aktivno pleše. Uslijedilo je tri sata euforije, sreće i ljubavi. Plesali su svi! Veliki i mali, zdravi i bolesni. U jednom trenutku pogledala sam na kolonu od petnaestak invalidskih kolica. Sva su bila prazna! I onda sam shvatila. Čuda se događaju! Ne negdje drugdje i ne nekome drugome. Ljubav je čudo i mi smo taj dan, ne slučajno na Valentinovo, dokazali kako taj prilično komercijalizirani "blagdan" uz malo vilinskoga praha možemo zaista pretvoriti u bajku. Anđela je ponavljala "Ovo ne može biti istina, ovo je san, ovo je bajka!". "Samo" sedam stotina ljudi, koji su taj dan dokazali kako se u diskoteci može zabaviti u popodnevnim satima bez alkohola i cigareta, može potvrditi da zaista sve to skupa nije bio san. Ili možda, bolje je reći, da snovi mogu postati stvarnost i da je za to potrebna samo dobra volja i veliko srce.

Herci Ganza Čaljkusić