

**ИЗСЛЕДВАНЕ НА ВЪЗПРИЕМАНЕТО НА ГЛОБАЛНИТЕ РИСКОВЕ ЗА
СИГУРНОСТТА И ОБЩЕСТВЕННОТО ЗДРАВЕ ОТ СТУДЕНТИТЕ ПО МЕДИЦИНА**
Любомир Монов, Анжелика Велкова

**STUDY ON THE PERCEPTION OF GLOBAL RISKS ON SECURITY AND PUBLIC
HEALTH AMONG MEDICAL STUDENTS**

Lyubomir Monov, Angelika Velkova

***Резюме:** Статията представя резултати от изследване на възприемането от български и чуждестранни студенти по медицина на близкосрочните и средносрочни глобални рискове и заплахи за сигурността и тяхното влияние върху общественото здраве. Представена е оценката на изследваните студенти за седемте най-вероятни ситуации на нестабилност за период от 10 години и са определени ситуацияите с най-голям ефект върху общественото здраве. Установява се значителна хомогенност в мнението на двете групи студенти. Изследването може да послужи на специалистите по общественото здраве, здравен мениджмънт и стратегии. Резултатите от него могат да се използват и от експертите по национална сигурност в процеса на вземане на решение за направленията за действие през следващите години.*

***Ключови думи:** сигурност, общественото здраве, ситуации на нестабилност, криза, рискове, заплахи*

***Summary:** The article presents the results of a study of the perception by Bulgarian and foreign medical students of the short-term and medium-term global risks and threats to security and their impact on public health. The assessment of the students for the seven most probable instability situations over a period of 10 years has been presented and the situations with the greatest effect on public health have been identified. There is considerable homogeneity in the opinion of the two groups under study. The research may serve the specialists in public health, health management and strategies. Its results can also be used by national security experts in the decision-making process for action areas in the coming years.*

***Key words:** security, public health, instability situations, crisis, risks, threats*

КОМУНИКАЦИОННА ФУНКЦИЯ И КОМУНИКАТИВНА КУЛТУРА НА МЕДИЦИНСКИТЕ СЕСТРИ КАТО ОСНОВНА ПРЕДПОСТАВКА ЗА ПРЕДОСТАВЯНЕ НА КАЧЕСТВЕНИ СЕСТРИНСКИ ГРИЖИ В НЕВРОЛОГИЧНАТА БОЛНИЧНА ПОМОЩ

Величка Атанасова, Лидия Георгиева

COMUNICATION FUNCTION AND COMMUNICATION CULTURE OF NURSES AS A MAIN PREREQUISITE FOR PROVIDING QUALITY NURSING CARE IN NEUROLOGICAL HOSPITALS

Velichka Atanasova, Lidia Georgieva

Резюме: Изключително важна е комуникационната функция и комуникативната култура на медицинската сестра. Без нейното пълноценно реализиране не може да има съвременен високо качество на сестринските здравни грижи изобщо и в частност в неврологичните стационари. Целта на настоящото изследване е да се проучи комуникационната функция и комуникативната култура на медицинските сестри в неврологичните клиники и отделения относно предоставяне на качествени сестрински грижи. Изследването е проведено чрез пряка анонимна анкета, през периода 2016 – 2017 г. Включени са 100 медицински сестри, работещи в неврологични отделения на девет болници в страната, избрани на случаен принцип. Резултатите показват, че по-голяма част (около 60%) от анкетираните медицински сестри успяват да осигурят винаги или почти винаги добра комуникация с пациентите. Около половината от анкетираните медицински сестри преценяват, че времето за разговори с пациента и неговото информиране е достатъчно, но останалите около 48,9% от респондентите отговарят, че времето за разговори с пациента не е достатъчно. Добрата комуникация с пациента има не само организационно значение, но изпълнява и психотерапевтична роля.

Ключови думи: комуникационна функция, комуникативна култура, медицински сестри, качество, здравни

Summary: Communication function and communication culture of the nurses is extremely important. Without its full realization, there can not be a modern high quality nursing care in general and, in particular, in neurological hospitals. The aim of this study is to investigate the communication function and communication culture of nurses in neurological clinics / wards on quality nursing care. The survey was conducted through a direct anonymous questionnaire, during the period June 2016 - February 2017. 100 nurses were interviewed, working in the neurological wards of nine randomly selected hospitals in the country. The results showed that the majority (about 60%) of the nurses manage to provide always or almost always good communication with patients. About half of the nurses estimated that time for talking to and informing the patient is enough, but the remaining 48.9% of respondents say that the time for talking to the patient is not enough. Good communication with the patient has not only organizational significance but also has a psychotherapeutic role.

Key words: communication function, communicative culture, nurses, quality, health care.

ПОТРЕБНОСТИТЕ НА СТУДЕНТИТЕ – БЪДЕЩИ ЛЕКАРИ ЗА УСЪВЪРШЕНСТВАНЕ НА ЕЗИКОВИТЕ ИМ КОМУНИКАТИВНИ КОМПЕТЕНТНОСТИ

Кристина Стоянова, Полина Балканска, Евгени Иванов, Александрина Воденичарова

THE NEED OF STUDENTS - FUTURE PHYSICIANS TO IMPROVE THEIR VERBAL COMMUNICATION COMPETENCES

Kristina Stoyanova, Polina Balkanska, Evgeni Ivanov, Aleksandrina Vodenicharova

Резюме: *Усъвършенстването на компетентностите за езикова комуникация на бъдещите лекари допринасят за по-голяма удовлетвореност на пациентите, по-добро следване на предписаното лечение и по-високи здравни резултати. Анализът на потребностите е задължителен първоначален етап на обучението по комуникация. Сравнителното проучване на потребностите на студентите-медици от първите години на следването с тези от последните години разкрива необходимост от повишаване на комуникативните им компетентности, от високо специализирано обучение за това, както и високата им мотивираност за обучение.*

Ключови думи: *бъдещи лекари, анализ на потребностите, езикови комуникативни компетентности*

Summary: *Improving the competences for verbal communication of future physicians contributes to greater patient satisfaction, better compliance with the prescribed treatment and higher health outcomes. Needs analysis is a mandatory initial stage of communication training. The comparative study of the needs of medical students in the first years of their studies with those in the final years reveals the need to improve their communicative competences, to provide highly specialized training as well as their high motivation for training.*

Key words: *future physicians, needs analysis, verbal communicative competences*

ДОВЕРИЕТО КЪМ АКУШЕРСКАТА ПРОФЕСИЯ
Лилия Перусанова, Анета Рашева, Добриана Сиджимова

CONFIDENCE TO THE OBSTETRIC PROFESSION
Lilia Perusanova, Aneta Rasheva, Dobriana Sidjimova

Резюме: По време на бременността настъпват редица промени, свързани с психическото състояние на жената, част от които са обусловени от случващите се в нейната физиология промени, а друга част, са в резултат на психологически фактори, свързани с коренната промяна на нейната функция – да бъде майка. Упражняването на самостоятелна акушерската професия е регламентирано и утвърдено от медицински стандарти и поставя високи изисквания към професионализма на акушерката. Необходимо е създаване на позитивен професионален имидж и изграждане на доверие към акушерската професия като едно от най-древните и уважавани призвания.

Ключови думи: психоемоционално състояние на бременните, доверие, акушерски грижи

Summary: During pregnancy, there are a number of changes related to the psychological state of the woman, some of which are conditioned by changes in her physiology, and some are due to psychological factors associated with the radical change in her function of being a mother. The practice of a self-employed obstetric profession is regulated and approved by medical standards and puts the midwife's professionalism to the test. It is necessary to create a positive professional image and build trust in the obstetric profession as one of the most ancient and respected vocations.

Key words: psycho-emotional state of pregnancy, confidence, obstetric care

ТРУДОВОМЕДИЦИНСКИ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРИ ИТ СПЕЦИАЛИСТИ

Христина Велчева, Каролина Любомирова, Тодор Кундуржиев

OCCUPATIONAL HEALTH CHARACTERISTICS AMONG IT EXPERTS

Hristina Velcheva, Karolina Liubomirova, Todor Kundurdjiev

Резюме: Настоящото проучване има за цел да разгледа някои здравословни и когнитивни проблеми при работещи от България в сектора на информационните технологии (ИТ), както и да се проучи дали съществуват значими различия в здравословните оплаквания на ИТ специалистите според годините трудов стаж на сегашната длъжност и да се потърсят възможности за превенция и профилактика на свързани със стажа здравни проблеми.

Изследваните лица работят във фирми с основна дейност, свързана с ИТ като съвременни форми на труд. Настоящото изследване включва 495 ИТ специалисти. Приложена е анкета с подробни въпроси за очаквани изменения в здравния статус на тези работещи. Установени са редица субективни здравни оплаквания. Също с напредване на годините стаж по специалността някои от оплакванията се увеличават: по-високи са нивата на зрителна умора, на когнитивните проблеми и на трайните здравословни проблеми.

Очевидно е налице необходимост от определяне на модерна превенция на работните места като трудовомедицинска грижа за здравето.

Ключови думи: информационни технологии, трудово медицински характеристики, трудов процес, съвременни форми на труд.

Summary: This study aims to examine some health and cognitive problems in working in the information technologies (IT) sector from Bulgaria, as well as to investigate whether there are significant differences in the health complaints of IT specialists according to the years of service of the current position and to seek prevention and prevention of-related health problems.

The surveyed individuals work in companies with main activity related to IT as modern forms of work. This study includes 495 IT specialists. A questionnaire is attached with detailed questions about expected changes in the health status of these workers. Several subjective health complaints have been identified. Also with years of experience in the specialty some of the complaints are increasing: higher levels of visual fatigue, cognitive problems and permanent health problems.

Obviously, there is a need to identify modern job prevention as an occupational health care concern.

Key words: information technologies, occupational medical characteristics, labor process, modern forms of work.

НАГЛАСАТА НА РАБОТОДАТЕЛИТЕ ЗА НАЕМАНЕТО НА РАБОТА НА МИГРАНТИ В РЕПУБЛИКА БЪЛГАРИЯ

Мартина Худякова, Каролина Любомирова, Невена Цачева

THE EMPLOYERS ATTITUDE TO EMPLOYMENT MIGRANTS IN THERE FACTORY AND BUSINESS IN THE REPUBLIC OF BULGARIA

Martina Hudiakova, Karolina Lyubomirova, Nevena Tsacheva

Резюме: Настоящата статия представя резултати от проведено анкетно проучване сред работодатели за нагласата им за наемането на мигранти на работа в своите фирми и предприятия. Проучването е част от проект за изучаване на здравния риск при работа на мигранти в Р. България. Съвременните форми на труд включват и труда на мигрантите, като специфична и разнородна група, която има различни и често необичайни знания и представи за трудовите условия в страната на миграцията.

Ключови думи: мигранти/бежанци, здравна грамотност, условия на труд, професионално здраве, опасности на работното място.

Summary: The following article presents the results from a research conducted amongst employers which aims to find their position on hiring migrants as workers. The research is part of the bigger project of Assessment of the Labour related Health Risks amongst migrants workers in Bulgaria.. Contemporary forms of labour include migrants who are a specific and quite diverse group with not good knowledge and expectation about the labour conditions in the host country.

Key words: migrants/refugees, health awareness, working conditions, professional health, workplace hazards etc.

ИНФОРМИРАН ИЗБОР ПРИ КОНСУМАЦИЯТА НА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ

Симеон Славчев

INFORMED CHOICE WITHIN THE CONSUMPTION OF DIETARY SUPPLEMENTS

Simeon Slavchev

Резюме: В съвременните условия нарасна ролята на здравната култура, свързана с храненето в неговите количествени и качествени аспекти. През последните две десетилетия все по-висок професионален и обществен интерес има към проблемите на хранителните добавки, което се обуславя от редица здравни, социални, психологически и икономически фактори. Поради повишените очаквания и изисквания към хранителните добавки в световен мащаб, ще продължи да се повишава и гарантира тяхното качество, ефектът и безопасността по всички възможни механизми. В полза на здравето предлагането на хранителни добавки трябва да се извършва чрез безкомпромисен, качествен и ефективен контрол.

Ключови думи: хранителни добавки, контрол на пазара, здравна култура, информиран избор, превантивна грижа, законодателство.

Summary: Under the current conditions, the role of nutrition health culture has grown in its quantitative and qualitative aspects. Over the last two decades, there has been a growing professional and public interest in the issue of nutritional supplements, which relies on a number of health, social, psychological and economic factors. Special attention needs to be paid to the problem of mass consumption of dietary supplements among the population. However, further regulation of the market and more strict control of the dietary supplements is still underway through new regulations and directives, which are expected to be adopted by European Union member countries in the next few years.

Key words: dietary supplements, market control, health culture, informed choice, preventive care, legislation.

ПОДХОДИ ЗА ЕФЕКТИВЕН МЕНИДЖМЪНТ НА ВРЕМЕТО

Боряна Борисова

APPROACHES FOR EFFECTIVE TIME MANAGEMENT

Boryana Borisova

Резюме: *Ефективното управление на времето е последователно, целенасочено използване на проверени подходи, които ни помагат да работим и организираме себе си и другите така, че оптимално да се използва времето, което имаме на разположение. За да успеем да се фокусираме върху резултатите, е важно да се съсредоточим върху задачи, които влияят на качеството на нашата работа. Определените подходи целят постигане на оптимизиране на отделните видове разходи на работно време, елиминиране на диспропорциите в тези разходи и на загубите на време, постигането на адекватни баланси на работното време въз основа на изграждане на рационална организация на труда.*

Ключови думи: *времето като ресурс, бюджет на времето, одит на времето, самоуправление във времето, принципи за управление на времето, квадранти на Кови, матрица на Айзенхауер.*

Summary: *Effective time management is a consistent, purposeful use of proven approaches that help us work and organize ourselves and others so that we can optimally use the time we have. In order to focus on the results, it is important to focus on tasks that affect the quality of our work. The identified approaches aim at optimizing the different types of working time costs, eliminating disproportion in these costs and time losses, achieving adequate working time based on building a rational organization of work.*

Keywords: *time as a resource, time budget, time audit, time self-management, time management principles, Covi quadrants, Eisenhower matrix.*

**МОРАЛНИ ОТГОВОРНОСТИ НА МЕДИЦИНСКИТЕ ПРОФЕСИОНАЛИСТИ И
БЪРНАУТ СИНДРОМ**
Калина Пейчева

**MORAL MEDICAL PROFESSIONALS' RESPONSIBILITIES AND BURNOUT
SYNDROME**
Kalina Peycheva

Резюме: Медицинската професия изисква себеотдаване, любов към хората и към професията. Да се носи професионална отговорност означава да се вземат решения за това, кое е правилно или неправилно, като крайната цел на действията е да се постигне най-голяма полза за пациента. Прехвърлянето на отговорността за здравето върху пациентите може да се дължи на претовареност на медиците и на „бърн аут“ синдром. Емоционално изтощение, намалена работоспособност и чувство на отчуждение дори от самия себе си водят до прегряване. Лекарите и медицинските сестри са пример за професиите, при които състоянието често се диагностицира.

Ключови думи: медицински отговорности, бърнаут синдром

Summary: Being a medical professional requires self-giving, loving human beings and the profession. To be responsible in the profession means to make decisions for what is right or wrong and the aim is gain more benefits for the patient. Transferring the responsibilities for the health towards patients may be a result of overloaded medical professionals and burnout syndrome. Emotional exhaustion, decreased working capacity and the feeling of alienation even from your own lead to burnout syndrome. Doctors and medical nurses are an example of the professions in which the syndrome is often diagnosed.

Key words: medical responsibilities, burnout syndrome