



# VLOGA ZDRAVNIKA PRI CELOSTNI OBRAVNAVI DEBELOSTI V PROGRAMU ZDRAVA MERA

- Ana Keršič, dr. med. specializantka družinske medicine, ZD Maribor

Bled, 17. september 2025



**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

# O meni

- Specializantka družinske medicine
- ZD dr. Adolfa Drolca Maribor
- Predavateljica v CKZ Maribor:
  - Zdrava mera
  - Sladkorna bolezen tipa 2



# Program Zdrava mera

- Strukturiran pristop v CKZ
- Multidisciplinarni tim (zdravnik, dietetik, sestra, fizioterapevt, psiholog)
- Cilj: celostna podpora pri spremembi življenjskega sloga



**CENTER**  
ZA KREPITEV ZDRAVJA ZD MARIBOR

Vir: Logotip CKZ ZD Maribor (ZD Maribor, 2025)

# Vloga zdravnika

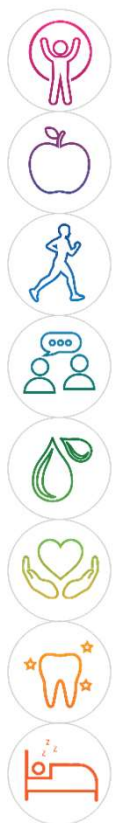
- Razlaga patofiziologije in komorbidnosti
- Ocena kliničnih tveganj
- Postavljanje realnih ciljev
- Podpora pri farmakološkem zdravljenju
- Povezava preventive in kurative



Vir: Ilustracija ustvarjena z umetno inteligenco (OpenAI, 2025)



# Način dela



Skupinske  
obravnave +  
individualna  
svetovanja



Interaktivne  
metode (pogovor,  
analiza primerov,  
izmenjava izkušenj)



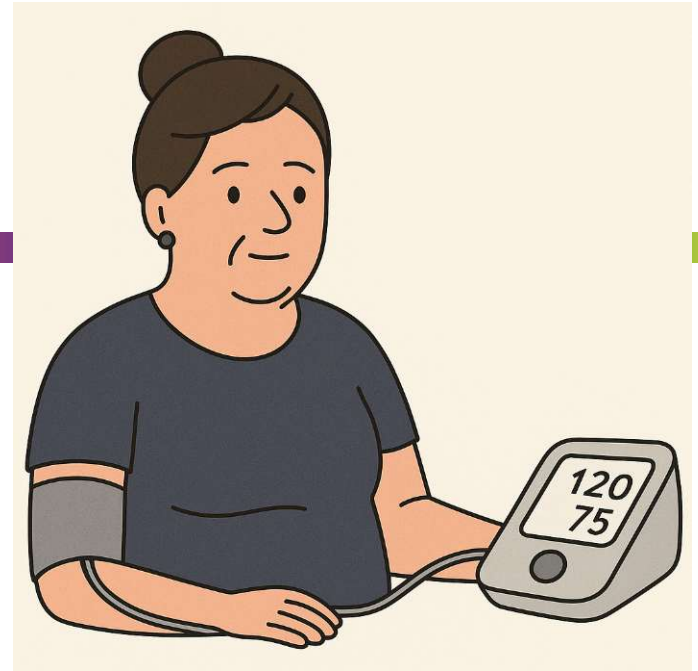
Ustvarjanje varnega  
prostora za deljenje  
občutkov neuspeha  
in vprašanj



Vir: Ilustracija ustvarjena z umetno inteligenco (OpenAI, 2025)

# Primer iz prakse

- 54-letna udeleženka, debelost razreda II, HTA, DM2
- Sprva dvom v uspeh (pretekli neuspešni poskusi)
- Podpora tima + zdravniška razlaga kliničnih tveganj in realnih ciljev
- Rezultat po 12 tednih:
  - –5 % telesne mase
  - izboljšana glikemična in hemodinamska kontrola
  - večja motivacija



Vir: Ilustracija ustvarjena z umetno inteligenco (OpenAI, 2025)



# Zaključek



- Podpora = ključna za uspeh udeležencev
- Zdravnikova vloga: oblikovanje realističnih pričakovanj, strokovna varnost, dolgoročna vzdržnost
- Program Zdrava mera dopolnjuje ambulantno obravnavo in krepi zdravstveno pismenost
- Skupaj → zmanjšanje tveganja za kronične bolezni



Vir: Ilustracija ustvarjena z umetno inteligenco (OpenAI, 2025)



**HVALA ZA POZORNOST!**



