



HRVATSKI
INSTITUT ZA
ISTRAŽIVANJE
MOZGA

CROATIAN
INSTITUTE
FOR BRAIN
RESEARCH



Tjedan mozga 2022. / Rijeka

14. – 20. ožujka 2022.

COVID - POSTCOVID MOZAK

PROGRAM - RIJEKA

Ponedjeljak, 14. ožujka 2022.

16:00	Gradska vijećnica (Korzo 16)	<p><i>Što: Otvorenje 19. Tjedna mozga</i></p> <p><i>Što: Tribina: Izazovi i perspektiva rehabilitacije u post COVID-19 razdoblju</i></p>
		<p><i>Tko: prof.dr.sc. Gordana Rubeša, koordinatorica, Valentino Rački, dr. med., sukoordinator Tjedna mozga, studentski organizacijski odbor</i></p> <p><i>Tko: 1. Prof. dr. sc. Tea Schnurrer-Luke-Vrbanić, dr. med., Zavod za fizikalnu i rehabilitacijsku medicinu, KBC Rijeka: Učinak COVID-19 pandemije na rehabilitacijske servise te organizacija rada i "timing" rehabilitacije u post COVID-19 razdoblju 2. Nino Zahirović, dr. med.: Rehabilitacijski algoritmi u bolesnika s respiratornim post COVID 19 posljedicama 3. Adelmo Šegota, dr. med.: Neuro-mišićna rehabilitacija iz perspektive post-akutne i dugotrajne onesposobljenosti</i></p> <p><i>Opis: Organizatori Tjednu mozga u Rijeci najavit će sva događanja u Tjednu mozga.</i></p> <p><i>Opis tribine: COVID-19 pandemija izazvala je nedostupnost rehabilitacijskih servisa. Po rezultatima WHO prekid kontinuiteta i otežana dostupnost rehabilitacije kod bolesnika svih težina onesposobljenosti je na visokom drugom mjestu i spada među najčešće prijavljene nemogućnosti provođenja navedene zdravstvene skrbi, odmah iza stomatoloških zahvata. Akutni rehabilitacijski odjeli Zavoda za fizikalnu i rehabilitacijsku medicinu, KBC-a Rijeka u više navrata, u dužem vremenskom periodu su bili pretvoreni u akutne COVID-19 odjele. Stoga je bilo potrebno brzo djelovati i reorganizirati način pružanja rehabilitacijskih usluga u skladu s mogućnostima. S obzirom na dugotrajne respiratorne i neuro-mišićne posljedice u bolesnika u post COVID-19 razdoblju pristupili smo provođenju individualno kreiranih rehabilitacijskih protokola po domaćim i međunarodnim smjernicama temeljenim na konsenzusu stručnjaka a u izradi kojih smo i osobno bili uključeni.</i></p>
17:00	Dječja kuća - kompleks Rikard Benčić (prostorija kontejnera terase na vrhu zgrade)	<p><i>Što: Radionica "Naučimo se opustiti"</i></p>
		<p><i>Tko: OPEN MIND, savjetovalište, vl. Borka Ogrizović, prof. psih.</i></p>

		<p><i>Opis: Radionica namijenjena za grupu od 20 sudionika.</i></p> <p><i>Progresivna mišićna relaksacija je tehnika opuštanja koja se već 90 godina koristi i u medicini i u terapijskom radu. Sastoji se od niza vježbi stezanja i opuštanja različitih skupina mišića čime se postiže opuštanje ne samo tijela nego i uma.</i></p> <p><i>Američki liječnik Edmund Jacobson je prvi primjetio povratnu spregu mišići-mozak. Otkrio je da kod stresnih situacija dolazi do refleksne mišićne napetosti, ali da vrijedi i obrnuto. Opuštanje mišića dovodi do smirivanja naše amigdale, dijela mozga, kao i do samokontrole uznemirujućih misli.</i></p> <p><i>PMR aktivira parasimpatički živčani sustav koji regulira ritam disanja, optimizira moždane valove, povećava osjećaj mirnoće i opću vitalnost te poboljšava pažnju i koncentraciju.</i></p> <p><i>Povećajmo svoj kapacitet nošenja sa stresom te prevenirajmo pogoršanja kao što su sagorijevanje, anksioznost, depresija, panični ataci, poremećaj sna.</i></p> <p><i>Došćite poslije faksa, poslije posla i naučite opustiti svoj mozak.</i></p> <p><i>Prijave: borka.open.mind@gmail.com</i></p>
--	--	--

Utorak, 15. ožujka 2022.		
		Što: Interaktivna radionica- Mindfulness za tinejdžere
		Tko: psihologinje Andrea Bačić Pavat i Borka Ogrizović
11:30	OŠ Ivan Mažuranić Novi Vinodolski	<p><i>Opis: Usredotočena svjesnost – Mindfulness pomaže tinejdžerima unaprijediti sposobnost usmjeravanja pažnje, koncentracije, samoregulacije emocija i ponašanja, unaprjeđuje socijalne vještine, povećava razinu optimizma, kapacitet pamćenja i kognitivnu fleksibilnost. Biti tinejdžer izuzetno je stresno, naročito kad se odrastanje u svijetu u kojem pršte prijetnje sa svih strana: zdravstvena ugroženost, zabrinutost zbog događanja u Ukrajini, narušena sigurnost Europe spoje s razvojnim zadacima, odnosno značajnim fizičkim i psihičkim promjenama. Zbog toga je važno naučiti ih da se sa neugodnim iskustvima nose na učinkovit način. Postoje stvari koje mogu učiniti da ostanu mirni, bez obzira na to koliko život postao stresan. Sve što trebaju učiniti je stati, disati, biti pažljiv i svjestan - biti u sadašnjem trenutku. Radionica u trajanju od 45 minuta namijenjena je učenicima sedmih razreda Osnovne škole Ivana Mažuranića u Novom Vinodolskom. Tijekom radionice učenici će usvojiti osnovne pojmove Mindfulnessa te iskustvenim učenjem kroz meditacije pregleda tijela i slušanja zvukova vježbati usredotočenost.</i></p>
16:30	Gradska vjećnica (Korzo 16)	Što: Tribina: Mentalno zdravlje djece i adolescenata- gdje smo i kamo idemo?

		<p>Tko: Zavod za dječju i adolescentnu psihijatriju, Klinika za psihijatriju, KBC Rijeka izv.prof.dr.sc. Mirjana Graovac, subspecijalist dječje i adolescentne psihijatrije, Pročelnica Zavoda za dječju i adolescentnu psihijatriju, KBC Rijeka, „Roditelji i adolescenti - mali podsjetnik na roditeljstvo“</p> <p>doc.prim.dr.sc. Daniela Petrić, subspecijalist dječje i adolescentne psihijatrije, „Utjecaj COVID-19 pandemije na mentalno zdravlje djece i adolescenata“</p> <p>doc.dr.sc. Ana Kaštelan, subspecijalist dječje i adolescentne psihijatrije, „Tko je najslabija karika u vrijeme pandemije?“</p> <p>Opis: Kroz kratka interaktivna predavanja djelatnice Zavoda za dječju i adolescentnu psihijatriju, KBC Rijeka osvrnut će se na roditeljstvo koje je drugačije kada djeca dostižu razvojni stadij adolescencije od iskustva roditelja u prethodnim razvojnim fazama odrastanja djeteta. Unatoč promjenama svijeta u kojem živimo, neka su pravila vezana uz roditeljstvo uvijek ista, a potrebna su kako bi potaknula zdrave razvojne procese u adolescenciji.</p> <p>Upoznat će sve zainteresirane s utjecajem COVID -19 pandemije na mentalno zdravlje djece i adolescenata, na važnost pravovremenog uočavanja promjena izazvanih pandemijom kako bi mogli pružati podršku i spriječiti dublje negativne posljedice na njihov daljnji razvoj.</p> <p>Iznijet će iskustva Zavoda koja pokazuju da je tijekom 2021. uočen porast broja psihijatrijskih hospitalizacija i pregleda u usporedbi sa 2020. Uspoređujući navedene dvije godine i predpandemijsku 2019., uočavaju se neki trendovi vezano za hospitalizirane pacijente. Tako su u 2021. češće bile hospitalizirane djevojke i štićenici domova za odgoj ili za nezbrinutu djecu. Može se pretpostaviti da je prilagodba na „novo normalno“ posebno bila teška baš za ove skupine adolescenata što je i rezultiralo povećanom potrebom za hospitalizacijom.</p>
--	--	---

Srijeda, 16. ožujka 2022.

<p>14:00 do 16:00</p>	<p>Dnevni boravak Doma za odrasle osobe Turnić-Rijeka, (Josipa Završnika 2, Rijeka)</p>	<p>Što: Radionica: Zašto je važno vježbati mozak?</p> <p>Tko: Marija Bobanović, mag.psych., Odjel za psihosocijalnu podršku i usluge u zajednici, Dom za odrasle osobe Turnić- Rijeka</p> <p>Opis: Kognitivne funkcije su mentalni procesi pomoću kojih ljudi svakodnevno izvršavaju uobičajene životne zadatke. Omogućuju obradu i prijenos informacija, a uključuju različita područja – pažnju, pamćenje, jezik, percepciju, donošenje odluka i rješavanje problema. Psihički poremećaji mogu znatno utjecati na kognitivne funkcije, ubrzati njihovu deterioraciju i odraziti se na funkcioniranje oboljelih osoba i njihovu samostalnost u aktivnostima svakodnevnog života. Radionica je namjenjena asistentima u organiziranom stanovanju Doma za odrasle osobe Turnić. Polaznici će se upoznati sa specifičnostima opadanja kognitivnih funkcija kod različitih psihičkih oboljenja, kao i praktičnim savjetima i demonstracijom vježbi na koji se način, kroz svakodnevne aktivnosti, dodatno može utjecati na zdravlje mozga</p>
		<p>16:00</p>

	(Korzo 16)	<p align="center">Novosti u neurokirurškom tretmanu bolesti kralješnice</p> <p>Tko: 1. Dr. Barbara Kolbah, Prof. dr. sc. Darko Ledić 2. Dr. Zvonimir Kvas, Doc. dr. sc. Hrvoje Šimić</p> <p><i>Opis: U nastojanju praćenja suvremenih trendova u neurokirurgiji, Klinika za neurokirurgiju KBC Rijeka uvodi nove pristupe i nove kirurške procedure u svim područjima svog djelovanja, kao proširenje postojećih etabliranih načina liječenja. Ovdje dajemo prikaz nekih češćih bolesti i njihovog „klasičnog“ neurokirurškog liječenja, ali opisujemo i nove metode koje uvodimo ili planiramo uvesti. Subduralno krvarenje je česta bolest, osobito u kasnijoj životnoj dobi i kod bolesnika koji koriste antikoagulantnu terapiju – ovu često ozbiljnu bolest u pravilu liječimo operacijski, o čemu ćemo dati opširniji prikaz, a počeli smo uvoditi i inovativnu metodu koristeći tzv. IRRA flow sustav za drenažu, o čemu dajemo kratku informaciju. Najčešća bolest s kojom se susreće skoro svaki čovjek tijekom svog života je bol – bolest kralješnice, koje uspješno liječimo koristeći čitav spektar postupaka. U prikazu opisujemo uobičajene neurokirurške pristupe, kao i nove metode koje koristimo češće: metode redukcije intradiskalnog tlaka (PLDD, intradiskalna terapija, te kod razvijenih degenerativnih promjena kralješnice primjenu tzv. „long – segment“ dekompresije i fiksacije kralješnice.</i></p>
17:00	Klub „Bačva“ (Dolac 8)	<p>Što: Znanstvena tribina „COVID-19 i mozak“</p> <p>Tko: Klinika za neurologiju i Klinika za infektivne bolesti, KBC Rijeka prim. Samira Knežević, dr. med. „Akutne posljedice COVID-19 infekcije na mozak“ doc. dr. sc. Vladimira Vuletić, dr. med., „Neurologija i COVID-19“ Valentino Rački, dr. med. „Posljedice COVID-19 infekcije na pacijente liječene dubinskom mozgovnom simulacijom“ Mario Hero, dr. med. „Utjecaj COVID-19 pandemije na Parkinsonovu bolest: presječno istraživanje“ doc. dr. sc. Vladimira Vuletić, dr. med., Valentino Rački, dr. med., prim. Samira Knežević, dr. med. „Pilot projekt utjecaja endogenih retrovirusa na COVID-19 infekciju“</p> <p><i>Opis: Opis: COVID-19 pandemija je obilježila početak novog desetljeća te značajno promijenila naše društvo. U navedenim predavanjima ćemo prikazati posljedice kako COVID-19 može djelovati na mozak u akutnom i kroničnom smislu, ali i kako pandemija utječe na kronične neurološke bolesnike. Na kraju ćemo predstaviti novi međunarodni projekt kojem će biti cilj proširi spoznaje o virusnim infekcijama kroz proučavanje COVIDa-19.</i></p>
Četvrtak, 17. ožujka 2022.		
16:30	Gradska vijećnica (Korzo 16)	<p>Što: Tribina: Poremećaji u prehrani u doba pandemije COVID -19</p> <p>Tko: Prof. dr. sc. Goran Palčevski, dr. med., Klinika za pedijatriju, KBC Rijeka: Uvodna riječ Kristina Baraba Dekanić, dr. med., Klinika za pedijatriju, KBC Rijeka: Poremećaji prehrane u post COVID- eri Ana Goleš, klinički psiholog, Klinika za pedijatriju, KBC Rijeka: Emocionalna podloga poremećaja u prehrani Radoslav Kosić, edukacijski rehabilitator Klinika za pedijatriju, KBC Rijeka: Poremećaji u prehrani, grupni rad s roditeljima</p>

		<p>Tanja Kosec, dr. med. Klinika za pedijatriju, KBC Rijeka: <i>Poremećaji u prehrani, obiteljska psihodinamika</i></p>
		<p><i>Opis: Tijekom COVID-19 pandemije narušile su se uobičajene aktivnosti djece i adolescenata. Nastava u školama se nije odvijala uobičajeno, slobodnih aktivnosti nije bilo ili su u potpunosti reducirane. Pohađanje nastave i druženje s vršnjacima preseljeno je u „virtualni realitet“. Kao posljedica javljaju se poteškoće u komunikaciji, a već postojeći konflikti u obitelji i društvu se produbljuju. Poremećaji u prehrani odraz su narušenih odnosa u obitelji. U okolnostima pandemije u očekivanom su porastu. Pri Klinici za pedijatriju osnovan je multidisciplinarni dnevno bonički program koji skrbi o oboljelima od poremećaja prehrane i njihovim roditeljima.</i></p>
20:00	Rakhia Bar – Rijeka (Andrije Medulića 5)	<p>Što: Tematski party: 21. Tjedan mozga</p> <p><i>Opis: U sklopu izlaska četvrtkom u Rakhia Baru organizirat će se tematski party „21. Tjedan mozga“. Studenti organizacijskog odbora će za vrijeme izlaska dijeliti promotivne i edukativne listiće vezani uz ovogodišnju temu 21. Tjedna mozga. Proslavimo naš mozak kako spada!</i></p>

Petak, 18. ožujka 2022.		
16:00	Gradska vijećnica (Korzo 16)	<p>Što: Tribina „Izazovi za mentalno zdravlje tijekom Covid -19 pandemije“</p> <p>Tko: doc.dr.sc Marija Vučić Peitl, psihijatrica; Klinika za psihijatriju, KBC Rijeka i Katedra za psihijatriju i psihološku medicinu Medicinski fakultet Rijeka; Fadil Habibović, Klinika za psihijatriju KBC Rijeka, Bernard Šešo, Društvo za istraživanje i potporu: Pokušaji suicida osoba starije životne dobi, u predpandemijskoj i prvoj pandemijskoj godini</p> <p><i>Diana Palaić, dr.med; Klinika za psihijatriju KBC Rijeka i doc.dr.sc Marina Letica Crepulja; Klinika za psihijatriju KBC Rijeka i Katedra za psihijatriju i psihološku medicinu Medicinski fakultet Rijeka : Posttraumatski stresni poremećaj prije i na početku pandemije COVID-19 te strategije suočavanja tijekom lockdowna u veterana Domovinskog rata liječenih na Klinici za psihijatriju</i></p>

		<p><i>Opis: Samoubojstvo i pokušaj samoubojstva je individualni problem, ali ima svoje socijalne izvore i posljedice. Postoje grupe ljudi s povećanim rizikom od samoubojstva, a u tu skupinu spadaju i osobe starije životne dobi. U kriznim situacijama, kao što je još uvijek aktualna pandemija Covid-19, nisu samo stručnjaci pozvani pružati pomoć, već smo svi, kao društvo pozvani pomoći suicidalnim osobama. U ovom kratkom izlaganju iznesti ćemo rezultate pilot studije o pokušajima suicida kod osoba starije životne dobi u predpandemijskoj i prvoj pandemijskoj godini, s posebnim osvrtom na specifične rizične čimbenika u toj dobi.</i></p> <p><i>Razdoblje pandemije COVID-19 je izazov za sve ljude, posebno za vulnerabilne skupine, kao što su to ljudi s posttraumatskim smetnjama. Kada smo suočeni s različitim životnim izazovima, strategije suočavanja, mogu biti ključne u njihovu prevladavanje. Kroz ovaj prikaz razmotrit ćemo intenzitet javljanja posttraumatskih smetnji u vrijeme prije i na početku COVID-19, kao i strategije suočavanja s problematikom generiranom pandemijskom krizom, a koje su koristili veterani Domovinskog rata oboljeli od PTSP-a liječeni na Klinici za psihijatriju.</i></p>
--	--	---

Subota, 19. ožujka 2022.		
10:00	Korzo	Što: „Šećite „Kor(z)om mozga“- stručna savjetovanja građana, mjerenje tlaka i šećera.
		Tko: studenti Medicinskog fakulteta / članovi Organizacijskog odbora Tjedna mozga/ Medicinska škola u Rijeci
		Opis: Studenti Medicinskog fakulteta mjerit će tlak i šećer građanima Rijeke i dijeliti promotivne i edukativne materijale.

Nedjelja, 20. ožujka 2022.		
10:00	Korzo	Što: „Trenirajmo mozak“ – šetnja do Opatije
		Tko: studenti Medicinskog fakulteta / članovi Organizacijskog odbora Tjedna mozga/ Medicinska škola u Rijeci
		Opis: Fizička aktivnost jedna je od glavnih stavki promocije zdravog načina života i prevencije bolesti kao što je cerebrovaskularni inzult, u narodu poznatije kao moždani udar. Pozivamo vas na šetnju s nama. Šetnju organiziramo u suradnji s UniSport Ri. Pješaćenje traje oko 2,5h, te se kreće iz Rijeke, uz obalu do Opatije gdje možete ostati i uživati u kavi ili se vratiti istom rutom do Rijeke.

Ulaz na sva događanja povodom Tjedna mozga je slobodan te su pozvani svi zainteresirani studenti i građani! Broj sudionika na događanjima u živo biti će ograničen brojem-sukladno epidemiološkim mjerama. Cijeli program izvodit će se i preko platforme „Zoom“ te će za svaki događaj biti dostupne poveznice preko kojih ćete pristupiti. Za više informacija pratite našu Facebook stranicu (Tjedan mozga Rijeka), Instagram profil (tjedanmozgari) ili se javite putem maila: rijekatjedanmozga@gmail.com

Organizacijski odbor 21. Tjedna mozga - Rijeka:

Koordinatorica: Prof. dr.sc. Gordana Rubeša, psihijatar

Sukoordinator: Valentino Rački, specijalizant neurologije

Studentski odbor : Josić Tina, Mirjam Majstorović, Oštro Lana