



Šola za telo, dušo in um

Tretja Šola za osebe s KVČB v letu 2011

Biljana Božinovski

Sredi decembra 2011 je vodstvo Društva za KVČB v Rogaški Slatini organiziralo že tretjo Šolo za odrasle osebe s KVČB v tem letu. Udeležilo se je 19 članov Društva, ki niso prišli na vrsto za novembrsko etapo Šole, šlo pa je ponovno za t.im. prvi razred, torej za prvo stopnjo Šole za KVČB, kjer imajo udeleženci v treh dneh priložnost prisluhniti predavanjem o različnih vidikih KVČB.



Decembra 2011 se je prvega razreda Šole za osebe s KVČB udeležilo 19 oseb s KVČB in nekaj njihovih partnerjev.

Ponovno v prvi razred

Šola za osebe s KVČB je eden pomembnejših projektov Društva za KVČB, s katerim Društvo ozavešča in izobražuje svoje člane o njihovi kronični bolezni ter jim tako skuša olajšati življenje z njo. Prvi razred Šole je bolj splošno zastavljen, predavanja se dotaknejo različnih vidikov življenja s KVČB, medtem ko so v višjih stopnjah, ki se jih lahko udeležijo le tisti, ki so že opravili nižje stopnje, izobraževanje specifična in se bolj podrobno dotaknejo prehrane, gibanja, obvladovanja stresa in podobno.

Decembrski prvi razred Šole smo obiskali med 8. in 11. decembrom 2011. Nastanjeni smo bili v Grand hotelu Sava, predavanja pa smo imeli v dvorani Styria. Za nemoten potek izobraževanja in druženja sta vse tri dni neutrudno skrbela predsednica Društva za KVČB Mateja Saje in Dušan Baraga, pobudnika in organizatorja vsakokratne Šole za osebe s KVČB.

V dvorani Styria

V treh dneh Šole smo se sprehodili od psiholoških vidikov kronične bolezni (mag. Urban Groleger, dr. med., spec. psihiater, je spregovoril o stresu pri kronični bolezni) do klinične slike KVČB (David Drobne, dr. med., spec. gastroenterolog nam je predstavil splošne značilnosti Crohnove bolezni in ulceroznega kolitisa). Poslušali in diskutirali smo o zdravljenju KVČB (svoje dolgoletne specialistične izkušnje je z nami delil prim. doc. dr. Ivan Ferkolj, dr. med., spec. gastroenterolog) ter o pomenu prehrane pri osebah s KVČB (asist. mag. Darja Urlep Žužej, dr. med., spec. pediater, je izpostavila, na katera hrana moramo biti še posebej pozorni, da jih dobimo v zadostni meri).

Mnenja in izkušnje smo izmenjevali tudi v zvezi s komunikacijo med bolnikom in zdravnikom (asist. prim. Dean Klančič, dr. med., spec. druž. medicine, nam je svetoval, kako kar najbolj učinkovito nastopati na pregledih, zastopnik pacientovih pravic Viktor Pilinger pa je poskušal predstaviti področje

varstva bolnikovih pravic, kot je urejeno v Sloveniji). Za zadnji dan smo si prihranili tudi uvod (žal le za nekatere) v kirurško zdravljenje KVČB, skozi katerega nas je takoj po zajtrku vodil doc. dr. Zdravko Štor, dr. med., abdominalni kirurg.



Zgoraj: Organizatorja Mateja in Dušan
Spodaj: Specialista gastroenterologa David Drobne in Ivan Ferkolj

Pomen druženja

Pri kronični bolezni, še posebej taki, zaradi katere nas okolica (hote ali nehote) včasih stigmatizira, je še kako pomembno druženje s sebi enakimi. Tkanje vezi med udeleženci je zato poleg strokovnih predavanj najpomembnejši vidik vsake Šole za osebe s KVČB. Izmenjava izkušenj in zaupanje rešitev za težave, ki so jih nekateri našli, drugi pa jih še iščejo, je med dolgotrajno bolnimi neprecenljiva. Z druženjem, ki izhaja iz vsem skupne lastnosti, KVČB, se tkejo prijateljske vezi, ki so po eni strani posameznikom v pomoč pri premagovanju vsakodnevnih ovir, po drugi strani pa ustvarjajo zdravo tkivo Društva, ki bo lahko aktivnosti v dobrobit oseb s KVČB še naprej uspešno širilo po Sloveniji.



Šole za osebe s KVČB se je udeležilo tudi precej partnerjev deklet s KVČB. Podpora partnerja pri kronični bolezni je izjemnega pomena.

Družili smo se ne le v predavalnici, pač pa tudi v savnah, v bazenu in fitnessu, pa ob večerih tudi v udobnih hotelskih naslanjačih, kjer smo zaradi razposajenih italjanskih gostov hotela morali sicer vpati, če smo se hoteli slišati. Da ne bi samo sedeli, smo nekaj malega tudi hodili, in sicer s palicami. Pa ne zato, ker bi bili betežni, pač pa zato, ker smo se na sprehodu po okolici hotelskega kompleksa učili osnov nordijske hoje. Če hodiš pravilno, te na koncu vse boli. Logično ali ne, to je namen!



Med predavanji.

Med evalvacijo Šole zadnji dan po koncu programa je bilo največ pohval slišati na račun dobrega vzdušja in dragocene priložnosti spregovoriti o tej »tabu« temi na glas, brez zadržkov. In čeprav smo predavateljem kar precej skakali v besedo, jih spraševali in dopolnjevali, smo se naučili ogromno. Nestrpno že čakamo vpis v drugi razred.



Zadnji dan smo udeleženci prejeli spričevalo o uspešno izdelanem prvem razredu Šole za osebe s KVČB.