



Šola za osebe s KVČB

Petra Novak Trobentar

Začetna šola za osebe s KVČB

Izobraževanje v Rogaški Slatini je potekalo od četrтка, 6. 11. do nedelje, 9. 11. 2014.

Srečanje dvajsetih udeležencev, bolnikov s KVČB iz različnih koncev Slovenije in različnih starosti na začetni šoli KVČB, se je začelo v četrtek, 6. novembra popoldan s poučnim predavanjem **Cvetke Pernat, dr. med., spec. gastroenterolog**, ki je marsikaj zanimivega povedala o bolezni in zdravljenju. Predstavila je zdravljenje KVČB s tarčnimi zdravili, omenila dejavnike tveganja, predstavila statistične podatke o bolezni in opozorila na optimizacijo zdravljenja KVČB.

Predsednica društva in vodja začetne šole **Mateja Saje** je nato predstavila društvo, ki vključuje tako odrasle osebe, kakor tudi otroke in mladostnike s KVČB. Društvo deluje od leta 2004 in ima že več kot 1000 članov, ki so organizirani v 11 sekcijah po vsej Sloveniji. Omenila je posebne socialne programe, nacionalne dogodke, akcije in mednarodno delovanje društva. Udeleženci smo se eden drugemu predstavili in povedali tudi nekaj besed o sebi.

V petek, 7. novembra, smo v dopoldanskem času prisluhnili zanimivemu predavanju psihoterapevke **Ingrid Plankar** z naslovom Stres in »trebušni organi«. Na nastanek in razvoj kronične vnetne črevesne bolezni poleg dednih dejavnikov vplivajo tudi dejavniki okolja, ki pa so bistveno manj raziskani. Mednje sodijo tudi psihološki dejavniki. V današnjem času je človek pod vplivom stresa. Vedno več bolezni se pojavlja zaradi njega in vedno težje ozdravljive so. Sami lahko vplivamo na poslabšanje bolezni, če smo živčni in nas je strah prihajajočih dogodkov. Bolniki v takšnih situacijah to stisko potlačimo in to vpliva na naše telo. Precej močno se nato odzove črevo in telo začne samo sebi škodovati od skrbi.

Psihološki dejavniki imajo poseben vpliv na kronične imunsko pogojene bolezni, med katere sodita tudi Crohnova bolezen in ulcerozni kolitis. Zelo zanimiva so odkritja raziskav, v katerih so preučevali vpliv akutnega in kroničnega stresa na imunski sistem črevesne sluznice.

V popoldanskem času smo poslušali predavanje o tako imenovanem bolniku »ekspertu«, ki nam ga je predstavil zdravnik, **asist. Prim. Dean Klančič, dr. med.**, ki si že leta prizadeva za spremembo odnosov med bolnikom in zdravnikom. Bolnik izvedenec je namreč tista oseba, ki med drugim sama diagnosticira, daje pobude za zdravljenje in je sposobna poiskati primerno pomoč, o sebi ne razmišlja kot o bolniku, ampak živi z boleznijo. Z dobrim poznavanjem bolezni lahko v procesu zdravljenja sodeluje kot partner s svojim zdravnikom.

Sobota, 8. novembra, je bila namenjena trem predavanjem. Začela je dietetičarka **Eva Peklaj, uni. dipl. ing. živ. teh.**, ki je zanimivo razlagala o prehranjevanju pri KVČB. Izpostavila je razliko med akutno fazo bolezni in remisijo, saj so v akutni fazi prehranske potrebe večje, hkrati pa je prebava hrane otežena. Prav tako se lahko pojavi intoleranca na določena hranila, kot je na primer laktoza, vendar so v trgovinah na voljo tudi mleko in mlečni izdelki brez laktoze. Splošnih prehranskih priporočil namreč ni, obstaja pa možnost hranjenja z enetralno ali parenteralno prehrano. Omenila je tudi napitke, kot so Ensure, Prosure, Forticare, Fresubin ipd., ki jih bolniku predpiše gastroenterolog. Ker pri bolnikih KVČB ob diareji ter bruhanju lahko pride do dehidracije, je Eva Peklaj izpostavila nujnost nadomeščanja izgubljene tekočine in mineralov. Vsak bolnik je edinstven in mora vsak ugotoviti, kaj mu ustreza in kaj ne. Ko je bolezen v remisiji, se je najbolje držati načel zdrave prehrane, kakršna izhaja iz modela prehranskega krožnika.

Sledilo je zanimivo predavanje **Biserke Inkret**, zastopnice pacientovih pravic iz Celja, ki je povedala marsikaj zanimivega. Me drugim je omenila Odredbo o seznamu zdravstvenih storitev, za katere se zahteva predhodna odobritev Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije in Zakon o pacientovih pravicah..

Pravice, ki jih ureja Zakon o pacientovih pravicah, niso pravice, ki izvirajo iz obveznega ali prostovoljnega zavarovanja, pač pa s temi povezane, t. i. univerzalne pravice, ki jih ima vsak uporabnik zdravstvenih storitev in

se dotikajo zlasti spoštovanja samostojnosti pacienta pri odločanju o lastni zdravstveni oskrbi, zasebnosti, varstva osebnih podatkov, enakopravnosti in varnosti, varstva največje zdravstvene koristi pacienta in zagotavljanja obveščenosti (Vir: [Kaj vam prinaša Zakon o pacientovih pravicah](#)).

V nadaljevanju smo prisluhnili predavateljici **Lei Kovač** iz Centralne službe Zavoda za zaposlovanje, ki je govorila o zaposlovanju invalidov in o podpornem zaposlovanju. Invalidi so kot težje zaposljiva skupina izpostavljeni neenakostim in zapostavljanju, saj predstavljajo posebno skupino na trgu delovne sile. Na Zavodu Republike Slovenije za zaposlovanje že tretje leto zapored beležijo povečanje zaposlitev brezposelnih invalidov, h katerim so veliko pripomogli ukrepi politike zaposlovanja invalidov, katere namen je preprečevati oziroma zmanjševati brezposelnost.

V nedeljo, 9. novembra, nam je podrobno problematiko predstavil še kirurg, **doc. dr. Zdravko Štor, dr. med., spec. abdominalni kirurg**, ki se srečuje tudi z operativnimi posegi pri osebah s KVČB. Kirurško zdravljenje je, kljub vedno boljšim zdravlilom, še vedno zelo pogost način za zmanjševanje posledic bolezni oseb s Crohnovo boleznijo, pa tudi z ulceroznim kolitisom. Ker se pri Crohnovi bolezni težave pogosto vrnejo tudi po operativnem posegu, je potrebna velika previdnost in koncept varovalnih operacij.

Na koncu je **Mateja Saje**, ki je odlično izpeljala začetno šolo KVČB, razdelila udeležencem potrdila in razšli smo se polni novih vtisov in informacij, predvsem pa zadovoljni in skoraj že nekoliko navezani eden na drugega. Skupina udeležencev je bila izjemno dobro povezana in medsebojno razumevajoča, da je bilo slovo kar težko in čustveno obarvano. Vendar se bodo s skupinsko fotografijo in izmenjavo telefonskih števil ter e-poštnih naslovov naše vezi in izmenjava izkušenj še nadaljevale.