



## Šola za novo obolele osebe s KVČB 22. 9. 2015

Saša Cedilnik

Na Kliničnem oddelku za gastroenterologijo UKC Ljubljana smo se dne 22. 9. 2015 je v sodelovanju z Društvom za KVČB udeležili šole za novo odkrite bolnike kronično vnetno črevesno boleznijo, kot sta crohnova bolezen in ulcerozni kolitis.

Šola je potekala v knjižnici Kliničnega oddelka za gastroenterologijo, kjer se nas je zbralo 23 na novo obolelih v zadnjega pol leta. Poslušali smo sklope štirih predavaj po dnevnem programu. V zvezi omenjenih predavanj je društvo KVČB pripravilo Start paket mape s publikacijami. Miza pa je bila obložena s svežim sadjem, kanapeji, vodo in sokom.

Prvi sklop predavanj nam je predstavila dr. Nataša Smrekar. Predstavi splošne značilnosti bolezni in našteje vzroke nastanka bolezni. Podrobno nam opiše kakšna je razlika med crohnovo boleznijo in ulcerozni kolitisom. Razloži nam, da imajo bolniki poleg črevesnih težav lahko tudi izven črevesne znake bolezni. Seznanani nas kako pogosta je bolezen v svetu. Katere so diagnostične metode in kako poteka zdravljenje bolezni ter da se predvsem pri hudi obliki lahko pojavijo zapleti. Opiše nam na kakšen način lahko bolezen vpliva na naša življenja. Dotaknila se je tudi fizične aktivnosti za obolele KVČB.

Drugi sklop predavanj je vodila Eva Peklaj. Predstavi nam kako deluje prebavni sistem in da je prehrana pri bolniku KVČB zelo pomembna, kakšna je osnovna prehrana, kakšno prehrano naj uživamo v različnih fazah bolezni (remisija in zagon), kako pomembna je prehrana pri zdravljenju, kaj naj vsebuje prehranski krožnik, predstavi enteralno in parenteralno prehrano, prehranske dodatke in kateri so posebni primeri KVČB (operacija in prehrana), kakšna naj bo prehrana pri zaprtju, deli nasvete v primeru bruhanja in slabosti. Izpostavi tudi prehrano za nosečnice, ki so obolele s KVČB. Opozori nas, da je telesna aktivnost tudi ključnega pomena za boljše počutje. Med predavanjem izpostavi tudi prehranski dnevnik, zakaj in za koga je pomemben in kako se pravilno izpolni prehransko tabelo.

Sledil je tretji sklop predavanj ki ga vodi psihoterapevtka Ingrid Plankar katera nam predstavi psihološki vidik vzrokov nastanka bolezni. Razloži nam kaj lahko vse dosežemo v procesu psihoanalize. Kako je pomembno je da osvetlimo svoje psihične težave in možne vzroke bolezni ter si s tem izboljšamo počutje. Izpostavi da je pomemben dober odnos do soljudi saj z njim postane komunikacija pomemben vir zadovoljstva.

Četrty zadnji sklop predavanj zaključí Mateja Saje, predsednica Društva KVČB. V sproščenem vzdušju nam predstavi zgodovino Društva KVČB, kako je društvo nastalo, kdo so člani društva in kaj je njihova naloga. Društvo KVČB je razdeljeno na mladinsko sekcijo, otroško sekcijo in sekcije odraslih po regijah v Sloveniji. Predstavi nam glasilo KRONČEK in s ponosom pove da je izdana že deveta številka glasila. Z veseljem pove da imajo telefonsko linijo za pomoč na področju KVČB in komu je namenjen, svetovalci na telefonski liniji nudijo osnovne informacije o bolezni in da so telefonski klici strogo zaupni. V društvu delujejo tudi športne, kulturne in druge dejavnosti. V poletnem času za otroke obolele za kronično vnetno črevesno boleznijo organizirajo tradicionalni otroški tabor na Debelem rtiču.

Na koncu dnevnega programa je sledila razprava, kjer smo v izpostavili razna vprašanja glede naše bolezni. Udeleženci izobraževanja smo izpolnili prostovoljno pristopno izjavo za včlanitev v društvo KVČB. Izobraževanje so zaključili z mislijo » ne obupajmo«.