



Šola za novo obolele osebe s KVČB 12.5.2016 Gastroenterološka klinika Ljubljana

Miha Tič

Na Kliničnem oddelku za gastroenterologinjo UKC v Ljubljani, dne 12.5.2016, je društvo za KVČB organiziralo šolo za novo obolele s kronično vnetno črevesno boleznijo, kot sta ulcerozni kolitis (UK) in crohnova bolezen (CB).

Predavanje je potekalo v knjižnici Kliničnega oddelka za gastroenterologinjo.

Zbralo se nas je 17 novo obolelih. Poslušali smo sklop petih predavanj. Na začetku nam je društvo KVČB podelilo Start paket – mape v katerem se nahajajo publikacije, prehranski priročnik, beležka in pisalo. Miza je bila obložena z nabodalci iz svežega sadja, kanapeji, sokovi in voda.

Prvi sklop predavanj je predstavila dr. Nataša Smrekar. Podrobno nam je predstavila bolezen ter povedala, da pravi vzrok za nastanek bolezni še ni poznan, kakšni so simptomi bolezni, kje se bolezen lahko nahaja, bistvene razlike med UK in CB, kakšne preiskave se uporabljajo za ugotavljanje teh bolezni. Seznanila nas, je koliko je obolelih v Sloveniji in kam spada Slovenija v svetu, kakšni so možni zapleti pri hujših oblikah bolezni, katera zdravila se uporabljajo pri samem zdravljenju, opiše nam tudi na kakšen način lahko bolezen vpliva na naša življenja in tudi o fizični aktivnosti obolelih s KVČB ter da se bolezen pri vsakem posamezniku razlikuje. Po predavanju je sledila razprava.

Drugi sklop predavanj je predstavila psihoterapevtka Ingrid Plankar. Predstavi nam psihološki vidik za nastanek bolezni. Razloži nam, kako pomembno je, da izražamo čustva, sicer le-ta vodijo v psihološke težave, ki lahko povzročijo bolezen, z izražanjem čustev pa si lahko izboljšamo počutje.

Tretji sklop predavanj nam je predavala dietetičarka Eva Peklaj. Predstavila je, kako pomembna je prehrana pri bolezni ter kako prehrana vpliva med akutno fazo bolezni in mirovanjem. V akutnem delu so prehranske potrebe večje, hkrati pa je prebava otežena. Pri določenih obolelih s KVČB prihaja do intolerance na določena živila, kakor je laktoza ali gluten. Omenila je tudi prehranske dodatke v obliki napitkov. Priporočala je, da vodimo tudi prehranski dnevnik, saj s tem lažje izločimo hrano, ki nam ne odgovarja.

Četrti sklop predavanj nam je predavala Andreja Sevčnikar. Predstavila nam je novo mobilno aplikacijo Moj dnevnik KVČB. Aplikacija je vsestranska, opominja nas kdaj moramo vzeti zdravila, lahko vnašamo krvne izvide, preiskave ... Aplikacija omogoča pošiljanje izvidov in stanje obolelega izbranemu zdravniku, če se le-ta strinja.

Peti sklop predavanj nam je predavala predsednica društva Mateja Saje. Predstavila nam je društvo KVČB, kdaj je nastalo in kako je razdeljeno. Predstavi glasilo KRONČEK, kako deluje kronoFON in komu je namenjen. Vsako leto izvajajo akcijo naj stranišča, kjer ugotavljajo čistočo in uporabnost javnih stranišč. Akcija zajema tri sklope: mestna javna stranišča, avtocestna počivališča ter zdravstvene domove. Ponosno predstavi tudi začetno ter nadaljevalno šolo za KVČB, ki poteka v Rogaški Slatini. Vsako leto poleti za otroke organizirajo tudi letovanje na Debelem rtiču.