

Šola za novo obolele osebe s KVČB SB Izola 18.6.2018

Jure Vran

Dne 18.6.2018 je SB Izola – Oddelek za interno medicino – gastroenterološka dejavnost skupaj z Društvom za kronično vnetno črevesno boleznijo organiziralo šolo za novoodkrite bolnike s KVČB kot je Crohnova bolezen ali Ulcerozni colitis.

Šole se je udeležilo cca. 15 ljudi med katerimi nas je bilo nekaj novih bolnikov nekaj pa članov primorske sekcije KVČB. Pred začetkom predavanja je predsednica društva za KVČB ga. Mateja Saje novim članom razdelila »START PAKET« mapo v kateri so: prehranski priročnik, prehranski dnevnik, glasilo KRONČEK, letak KRONOFON in še veliko koristnih informacij in navodil za bolnike s KVČB.

Predavanje je bilo razdeljeno na tri dele, in sicer:

- Splošno o KVČB (predavatelj Tamara Marušič, dr.med.spec.Int.med. gastroenterolog)
- Prehrana pri KVČB (predavatelj Eva Peklaj, univ. dipl. živ. teh., klin. diet)
- Vpliv psiholoških dejavnikov na pojav in potek bolezni (predavatelj Ingrid Plankar, mag. farm., psihoanalitična psihoterapevtka)

1. Splošno o KVČB V prvem delu predavanja nam je dr. Tamara Marušič predstavila KVČB na splošno. Govora je bilo o najbolj razširjenih kroničnih vnetnih črevesnih boleznih, in sicer o Crohnovi bolezni in Ulceroznem kolitisu. Spoznali smo podobnosti in razlike obeh bolezni ter sam potek razvoja bolezni. Dobili smo veliko koristnih informacij glede simptomov, ki nam pomagajo odkriti KVČB, pa tudi informacij o tem kako obe obliki bolezni skušamo pozdraviti.

Predavateljica je predstavila še napredek pri razvoju medicine v primeru KVČB ter novim pristopom zdravljenja omenjenih bolezni (t.i. biološka zdravila). Poudarila je še pomembnost sodelovanja bolnika in bolnikovega osebne gastroenterologa. Na koncu prvega sklopa predavanja smo udeleženci imeli možnost vprašati kar nas zanima v povezavi s KVČB.

2. Prehrana pri KVČB V drugem delu šole nam je predavateljica Eva Peklaj predstavila problematiko prehrane pri bolnikih s KVČB. Spoznali smo kako pomembna je raznolika prehrana pri bolnikih s KVČB. Dobili smo informacije o tem, da je pomembno v svoje jedilnike vnesti vsa hranila (mikro in makro), v nekaterih primerih pa je potrebno poseči tudi po prehranskih dodatkih in dopolnilih (vitamin, minerali). Pomembno je, da vsak posameznik vodi svoj dnevnik prehrane, saj lahko tako ugotovi katera hrana mu ustreza oziroma škodi. Bolniki s KVČB morajo paziti tudi na zadosten vnos tekočine (voda, izotonični napitki itd.). Predavateljica je poudarila, da je za bolnike s KVČB (tako kot tudi za ostalo populacijo) izredno pomembna telesna vadba. Na koncu je sledila razprava.

3. Vpliv psiholoških dejavnikov na pojav in potek bolezni V tretjem delu predavanja smo spoznali povezavo med psihološkimi dejavniki in nastankom (potekom) bolezni. Predavateljica Ingrid Plankar nam predstavila kako čustva vplivajo na črevesje, teoretične primere nam je predstavila tudi v praksi. Poudarila je, da morajo bolniki, kljub bolezni, ostati odprti, komunikativni, da morajo izražati svoja čustva in da se morajo naučiti obvladovati stres. Tako kot v prejšnjih dveh sklopih predavanj, smo tudi na koncu tega sklopa bolniki imeli možnost vprašati kar nas zanima. Sledila je razprava.



Zadnji del predavanja je bil namenjen predstavitvi Društva za kronične vnetne črevesne bolezni. Predavala nam je predsednica Društva za KVČB ga. Mateja Saje, ki je na kratko predstavila delovanje društva za KVČB. Vsem novim bolnikom je predstavila katera predavanja in šole organizira društvo za svoje člane. Vse tiste, ki še niso člani Društva za KVČB je tudi povabila, da se včlanijo v društvo. Poudarila je da društvo svojim članom nudi veliko informacij s področja bolezni, zdravljenja in prehranjevanja. Predstavila nam je še glasilo KRONČEK in telefon za pomoč bolnikom s KVČB – KRONOFON, aplikacijo Najbližji WC, spletno stran, e-učilnico itd.

Za konec bi rad dodal še, da je bila šola zame, kot novega bolnika s KVČB, izredno zanimiva, dobil sem veliko koristnih informacij, ki jih bom skušal izkoristiti pri nadaljnem zdravljenju in umirjanju bolezni. Udeležbo na predavanjih priporočam vsem bolnikom s Crohnovo boleznijo ali Ulceroznim kolitisom. Ne smem pa pozabiti še na odličen narezek, ki ga je pripravilo Društvo 😊