



Strokovno in družabno srečanje v Ljubljani, dne 16. 3. 2019

Organizatorji: mag. Darja Urlep Žužej, dr. med., Danica Koren, Petra Leskovšek Lasetzky

Spomladansko strokovno srečanje smo namenili štirim sklopom:

Asist. dr. Jernej Breclj je predaval o **boleznih jeter in žolčnih izvodil**, ki so precej pogosto pridružene kronični vnetni črevesni bolezni. Najpogosteje gre za avtoimuni hepatitis (avtoimuno vnetno jetrno bolezen) in/ali sklerozantni holangitis. Razložil je mehanizme nastanka bolezni, klinično sliko in zdravljenje.

Predavanje mag. Darje Urlep Žužej je bilo namenjeno **novim spoznanjem s področja prehrane pri KVČB**. Ponovno smo se seznanili z načeli zdrave, varovalne prehrane, ki se priporoča pri KVČB. Spoznali smo živila, ki imajo pro-vnetne in protivnetne lastnosti. Dr. Urlepova je dodatno razložila znanstvene ugotovitve in mehanizme delovanja protivnetnih in provnetnih sestavin hrane.

V predavanju doc. dr. Evgena Benedika »**Pomen D vitamina kot imunskega regulatorja pri KVČB**« smo izvedeli, kako zelo pomembno vlogo ima D vitamin pri regulaciji vnetja pri KVČB. Seznanili pa smo se tudi s številnimi drugimi lastnostmi D vitamina, predvsem pa smo bili opozorjeni, na kakšen način lahko preprečimo pomanjkanje D vitamina.

Mag. Valentina Stefanova Kralj, klinična psihologinja, je tokrat obširno pojasnila »**Psihološki vidik KVČB**«. Izvedeli smo veliko novega, o načinih spoprijemanja z boleznijo, o tem, kako se spopadati s stresom, kako lahko z našo pozitivno mislijo bolezen lažje poteka. Veliko smo slišali tudi o tem, kako naj straši ravnajo in vzgajajo otroka s KVČB.

Otroci so v času predavanj za starše imeli svoj »program«. Najprej so imeli **telesno vadbo ob podiranju kegljev, nato so se družili in zabavali v ustvarjalni delavnici**. Tokrat so se ob barvanju pirhov z akrilnimi barvami povsem prepustili svoji domišljiji in kreativnosti. Nastali so domiselni, živobarvni pirhi, ki so jih odnesli domov, da bi popestrili domače cvetlične aranžmaje in vnesli pomlad in barve v svoje domove. Nato pa so izdelovali prsrčne in nadvse uporabne polžke. Tudi ob izdelovanju polžkov kreativnost ni poznala meja, polžki pa bodo otrokom v spomin na druženje še dolgo časa služili kot stojala za pisala.

V času srečanja smo staršem podali informacije o Otroškem taboru na Debelem rtiču 2019 in jih povprašali o temah naslednjih strokovnih srečanj. Dogovorili smo se, da se srečamo ponovno 21. septembra 2019, ko bo v Ljubljani potekala »Šola za starše«, otroci pa bodo ponovno navdušeni nad športno-ustvarjalnim programom.