



Poročilo enodnevna šola za novo obolele s KVČB in bolnike, ki se zdravijo z biološkimi zdravili v SB Izola

Helena Cah

Društvo za kronično vnetno črevesno bolezen (KVČB), je dne 19. 09. 2019 organiziralo enodnevno šolo za obolele s to boleznijo v prostorih SB Izole, na oddelku interne medicine. Povabili so me k udeležitvi, saj so tudi meni diagnosticirali to obolenje. Moram priznati, da do sedaj nisem vedela za obstoj tega Društva, zato sem bila prijetno presenečena ter sem se z veseljem udeležila predavanja.

Šole se nas je udeležilo kar nekaj ljudi, med katerimi so bili člani primorske sekcije KVČB ter nekaj na novo obolelih pacientov. Ob vstopu v dvorano so nas prijazno pozdravili predsednica Društva ga. Mateja Saje ter nam podarila "START PAKET" mapo v kateri so izredno koristne informacije ter navodila za bolnike s KVČB, ter predsednica primorske sekcije. Po začetnem spoznavanju in nekaj besed se je predavanje začelo.

Razedeljeno je bilo na pet delov in sicer:

1. Splošno o KVČB z Tamaro Marušič dr. med. spec. int. med. gastroenterolog v SB Izoli,
2. Zdravljenje KVČB prav tako Tamara Marušič dr. med. spec. int. med. gastroenterolog,
3. Vpliv psiholoških dejavnikov na pojav in potek bolezni z doc. dr. Tjašo Dimec Časar doktorica psiholoških znanosti iz centra Ahil Ljubljana,
4. Prehrana pri KVČB s Tajdo Košir Božič dr. med. specializantka gastroenterologije na UKC Ljubljana,
5. Predstavitev društva za KVČB, dejavnosti in pomen delovanja v slovenskem prostoru s predsednico društva ga. Matejo Saje.

V prvem delu nam je dr. Marušič-eva predstavila KVČB na splošno. Povedala nam je katere bolezni uvrščamo med njimi ter kakšne razlike so med temi boleznimi. Opisala je simptome Chronove bolezni, ulceroznega kolitisa ter tudi zunaj črevesne dejavnike, ki vplivajo na nastanek KVČB. Predstavila nam je vse preiskave, ki se opravijo za ugotovitev ter postavitev diagnoze. Govora je bilo tudi o vseh zapletih, ki nastanejo zaradi tega obolenja. Poudarila je pomembnost zgodnjega odkrivanja KVČB ter pravilen pristop k temu obolenju, tako s strani osebnega zdravnika ter gastroenterologa, seveda z našo odgovornostjo, da k zdravniku pristopimo in ne čakamo.

V drugem delu namenjenemu zdravljenju, nam je poleg vseh oblik zdravljenja na razpolago, bodisi za Chronovo bolezen ali Ulcerozni kolitis, še posebej predstavila novosti na tem področju. Poleg različnih zdravil v obliki kapsul ali granul, odvisno od napredovanja bolezni, se je še posebej ustavila pri razlagi o bioloških zdravilih ter sprejemanju bolnikov le-teh. Povedala pa je tudi novosti v razvoju in napredku medicine na področju KVČB, ki so že dosegljive za bolnike. Predstavila je tudi zaplete, ki se pač mora operativno zdraviti.

Ob koncu njenega predavanja smo vsi imeli precej vprašanj na teh področjih, na katera pa je dr. Marušič-eva z veseljem odgovarjala.

V delu namenjenemu vplivu psiholoških dejavnikov nas je pozdravila dr. Tjaša Dimec Časar, ki je zaposlena v centru Ahil v Ljubljani. Predstavila nam je povezavo med psihološkimi dejavniki ter nastankom oz. potekom bolezni. Razložila nam je kako potlačena, neizražena čustva, še posebej vplivajo na črevesje. Prikazala nam je

različne načine obvladovanja stresa, kateri zelo negativno vpliva na naše zdravje. Govorila je o pomembnosti sproščanja, posvečanju raznim hobijem, rekreaciji, družbi in osebnim odnosom. S praktično vajo nas je poučila o dihalnih vajah in poudarila pomembnost izvajanja teh vaj vsakodnevno za sprostitvev. Sledila so vprašanja in razprava.

V delu o prehrani z dr. Tajdo Košir Božič smo izvedeli veliko pomembnih informacij o pomembnosti pravilne uravnotežene prehrane. Še posebej o pomembnosti , ki jo prehrana ima za naš organizem. Povedala je, da se ne sme stradati, kljub slabemu počutju, ker to še dodatno oslabi telo, ki je že pod hudim stresom zaradi obolenja samega. Predstavila nam je razna prehranska dopolnila in napitke ter poučila o vrstah kvalitetnih izdelkov za bolnike s KVČB. Pomembno je tudi, da vsak posameznik vodi svoj dnevnik prehrane, v katerega naj dnevno beleži katera vrsta hrane mu je povzročila težave, da se v ji v bodoče lahko izogne. Poleg vsega pa nas je poučila o delovanju prehranske ambulante, kjer lahko bolnik s KVČB prejme pomoč zase.

Tudi po njenem predavanju je sledilo nekaj vprašanj ter odgovorov na njih.

Zadnji del predavanja je bil namenjen predstavitvi Društva za KVČB. Predsednica tega Društva ga. Mateja Saje nam je opisala način delovanja Društva. Povedala nam je, da obstaja že 15 let ter je včlanjenih skoraj 1600 bolnikov, kar govori o razširjenosti te bolezni, glede na število slovenske populacije. Predstavila je tudi katera predavanja in šole Društvo organizira za svoje člane, pa tudi za zdravstvene delavce. Organizirajo tudi pohode, izlete pa še marsikaj, za dobro počutje in prijetno druženje svojih članov med seboj. Povedala nam je o telefonu za pomoč bolnikom s KVČB, kjer lahko dobijo koristne informacije ter o aplikacijah za telefon. Na koncu nas je, tiste, ki še nismo, prijazno povabila k včlanitvi v Društvo.

Sledila je pogostitev ter prijetno druženje, tako članov in novih bolnikov kot predavateljev.

Zame je bilo sodelovanje na predavanju kot bolnik novost, vendar sem zelo vesela, da sem se ga udeležila, saj poleg izredno koristnih informacij o KVČB sem izvedela še o obstoju Društva za KVČB in koliko se na tem področju naredi za dobrobit bolnikov. Z velikim zadovoljstvom sem se včlanila v Društvo in komaj čakam naslednje snidenje.