



Poročilo – šola za bolnike s kronično črevesno boleznijo (Ulcerocni kolitis, Crohnova bolezen)

Lan Dan Kerštanj

Ambulanta za biološko terapijo KVČB SB Jesenice je z Društvom za kronično vnetno črevesno bolezen (KVČB) organizirala enodnevno šolo za bolnike, ki trpijo za eno izmed kronično črevesnih bolezni kot sta Ulcerozni kolitis ali Crohnova bolezen. Šola je potekala v banketni dvorani Kolpern na Jesenicah, 17. 10. 2023 od 16:00 vse do 19:15.

Ob prihodu v Kolpern nas je prijazno sprejela predsednica društva Mateja Saje ter vsem prvič udeleženi podarila zbirko informativnega gradiva o bolezni (KRONČEK – glasilo društva za KVČB, VIVO o KVČB, razni priročniki, beležka in pisalo).

Na začetku predavanja nas je pozdravila predsednica društva za kronično vnetne bolezni Mateja Saje, kjer je nekaj besed namenila predstavitvi, delovanju in pomenu delovanja društva. Pozornost je namenila delavnicam ter različnim šolam, ki jih društvo organizira, predstavila e-kliniko, katere namen je, da bolnik v najkasneje 72 urah pride v stik s strokovnjakom, ki mu je na voljo pri odgovarjanju na vprašanja povezana z boleznijo.

Šola se je nadaljevala s predstavitvijo splošnih informacij in zdravljenja KVČB, katero je pripravil dr. med. spec. gastroenterolog Janez Breznik. Predaval je o dejavnikih, ki lahko vplivajo na nastanek ter zagon bolezni ter o zgodovini zdravljenja ter njihovi revoluciji, ki je v zadnjih letih močno napredovala, predvsem na področju bioloških zdravil. Opozoril je na to, da bolezen paciente spremlja skozi celotno življenje, zato je pomembno, da pacient bolezen, stranske učinke dobro spremlja in razume, kaj se s telesom dogaja. Na ta način ne olajša dela le zdravnikom, vendar sebi na ta način omogoči kar se da kvalitetno življenje.

O varnosti bioloških zdravil ter cepljenju nam je povedala Vanesa Anderle Hribar dr. med. Predstavila je vsa zdravila, ki jih imamo na voljo v Sloveniji ter govorila o tem, kako zdravnik za določenega pacienta izbere ustrezno zdravilo. Priporočila je, da se pacienti cepijo, saj tako v večini primerov potek bolezni na bolnike poteka veliko bolj blago. Opozorila je, naj bodo uporabniki bioloških zdravil pozorni na to, da se cepijo z neživimi cepivi, ter da se v primeru potovanja dobro informirajo o boleznih ter cepivih, ki jih stroka priporoča za obisk predvsem eksotičnih krajev. Omenila je, da so biološka zdravila varna tudi za nosečnice ter naj se terapije v tem času ne prekinja.

Kot vsa zdravila imajo tudi biološka stranske učinke ter znake, ki bi kazali na popuščanje zdravila. Ključnega pomena je torej, da spremljamo novo nastale spremembe, ter da o teh opozorimo zdravnika.

Sledila sta razprava ter kratek odmor.

Diplomirana medicinska sestra Blanka Kmet je v svojem predavanju omenila vlogo medicinske sestre pri zdravljenju KVČB z biološkimi zdravili ter na kratko opisala, kako poteka njeno delo. Omenila je tudi kako poteka uvajanje apliciranja zdravil, kaj je treba prinesiti na uvajanje s seboj, omenila je na katere vire o zdravlilu se lahko zanesemo in na kaj je še treba biti pozoren pri potovanju (hrana, voda, hranjenje zdravila...).

O vplivu psiholoških dejavnikov na pojav in potek bolezni je govorila mag. farm., psihoanalit. psihoter. (ECP), supervizorka, učna terapevtka Ingrid Plankar. Omenila je, kako sta duša in telo eno, ter da v primeru slabega psihičnega počutja lahko vpliva tudi na fizično obolenje. Prebavila so znana kot drugi možgani, povezani so namreč v našimi možgani.

Psihologinja je omenila, da je zdravljenje duševnih bolezni še vedno močno stigmatizirano, ter da si ljudje zelo redko poiščejo profesionalno pomoč. Ker pa so življenjske izkušnje kroničnih bolnikov vse prej kot lahke, je zelo

priporočljivo, da si (če je to le izvedljivo) pomoč poiščejo, saj si s tem potencialno zagotovijo daljše remisije ter lažje procesiranje izzivov, ki nam jih nameni življenje.

O zadnji temi večera je spregovorila Karmen Grašič Lunar mag. dietetike. Povedala nam je, da žal ni neke specifične diete, ki bi blažila simptome kroničnih črevesnih bolezni, obstajajo namreč le živila, katera lahko vplivajo na stanje. Tudi ta pa se lahko razlikujejo pri vsakem posamezniku. V različnih fazah naj bi zaužili nekoliko drugačna živila oz. naj bi jih pripravili na drugačen način, ki je načeloma manj masten ter lažje prebavljiv. V akutnem stanju naj bi se bolniki torej izogibali predvsem netopnim vlakninam, pripravljamo kuhano sadje in zelenjavo, se izogibamo semenkam ter na splošno bolj mastni hrani. V primeru podhranjenosti je predvsem pomembno, da pazimo na dovolj velik vnos beljakovin ter drugih pomembnih vitaminov in mineralov, ki jih ob pogostem odvajanju blata izgubimo.

Za zaključek je še po drugem sklopu potekala razprava, slovo pa nam je na koncu namenila predsednica društva Mateja Saje.

Šola se mi je zdela zelo poučna ter pomembna za informiranje bolnikov o tej kompleksni bolezni, zdravilih ter njihovih potencialnih stranskih učinkih. Bolezen je lažje sprejeti in z njo živeti, če prisluhneš stroki ter ljudem, ki o tem že imajo izkušnje.