



Poročilo o enodnevni šoli za osebe s kronično vnetno črevesno boleznijo (KVČB) - Maribor 7.10.2025

Benjamina Hanželič

Enodnevna šola za osebe s kronično vnetno črevesno boleznijo (KVČB), ki jo Društvo za KVČB organizira v sodelovanju s Klinikom za interno medicino, oddelek za gastroenterologijo UKC Maribor, je bila letos izvedena 07. oktobra 2025 v veliki predavalnici na 16. nadstropju Klinike za kirurgijo. Namenjena je bila predvsem novoodkritim bolnikom s KVČB, bolnikom, ki so na bioloških terapijah, ter poudarkom na varnosti. Udeležilo se je približno 36 bolnikov in njihovih svojcev.

Pred pričetkom predavanj smo se vpisali ter dobili priložen start paket z vsemi informacijami in nasveti. Dogodek se je začel 15.30 uri. Uvodoma nas je ugovorila predsednica Društva za KVČB Mateja Saje, ki nam je predstavila poslanstvo društva, njihovo organizacijo ter dogodke, ki jih organizirajo širom po Sloveniji. Izpostavila je pomen opolnomočenja bolnikov s KVČB skozi znanje in informiranost. Predstavila je projekt E-klinike, podporni telefon Kronofon, različne delavnice in taborne aktivnosti za mladostnike ter spletno e-učilnico, ki omogoča izobraževanje tudi na daljavo. Društvo vsako leto pripravlja tudi komunikacijske akcije za večjo ozaveščenost (npr. »Trenutno odsoten – hvala za razumevanje«), sodeluje v mednarodnih organizacijah in ob svetovnih dnevih ozavešča javnost o bolezni. Posebej je izpostavila redno sodelovanje v globalnih kampanjah ob svetovnem dnevu KVČB (19. maj) in svetovnem dnevu stranišč (19. november), ter organizacijo tiskovnih konferenc, s katerimi društvo vsako leto opozarja na potrebe bolnikov in spodbuja boljšo sistemsko obravnavo.

Nato je sledilo predavanje prim. doc. dr. Andreje Ocepek, dr. med. Predstavila je veliko zanimivih informacij o KVČB. Pojasnila je, da gre za kronično vnetje prebavne cevi z neznanim vzrokom, ki najpogosteje zajame dve obliki bolezni – Crohnovo bolezen in ulcerozni kolitis. Poudarila je, da gre za bolezen mladih odraslih med 15. in 35. letom starosti, ki poteka v zagonih. Podrobno je predstavila diagnostične postopke, ki vključujejo anamnezo, krvne preiskave, slikovno diagnostiko, kolonoskopijo z biopsijami in patohistološko oceno. Omenila je »BIOSMILARJE« in zelo strogi nadzor nad proizvodnjo. Opozorila je tudi na izvenčrevesne manifestacije bolezni (npr. bolečine v sklepih, spremembe na koži, težave z jetri, očmi in ledvicami), ki so lahko prvi znak bolezni. Zdravljenje zajema prehransko terapijo, zdravila, vključno z biološkimi, ter po potrebi kirurške posege. Predavateljica je opozorila na pomembnost doslednega jemanja terapije ter sodelovanja bolnika pri zdravljenju. Izpostavila je pomen rednih kontrol, spremljanja stanja z laboratorijskimi in endoskopskimi preiskavami ter dobre komunikacije z zdravnikom.

Delo, priporočila in potek apliciranja zdravil je predstavila nam bolnikom znana sestra dipl. Urška Grilič.

Izpostavila je vzpostavitev zaupanja z bolnikom, opazovanje in prepoznavanje bolnikov v stiski, kako ustvariti zaupljivo ozračje. Pojasnila je razliko med intervenozno aplikacijo in subkotalno obliko. Velik pomen je dala na HLADNO VERIGO predvsem v času potovanja (shranjevanje zdravila v hladilniku, shranjevanje v originalni ovojnici...). Priporočala nam je cepljenje proti ostalim boleznim s katerimi se lahko okužimo (gripa, hpv, covid-19 idp).

Sledila so vprašanja udeležencev in aktivna razprava ter kratek odmor.

Po odmoru je predavala Ga. Tajda Pečko, ki je magistrica dietetike v UKC Maribor. Opozorila je na pomen prehrane pri KVČB ter kako celovita prehranska obravnava lahko vpliva na izboljšanje kakovosti življenja bolnika. Posebej je izpostavila problem podhranjenosti, ki je pri bolnikih s Crohnovo boleznijo prisotna v kar 65–75 %, ter

pomanjkanja železa, vitaminov B12 in D, folne kisline in beljakovin. Razložila je, kako se oceni prehransko stanje bolnika, kdaj se uvede enteralna ali parenteralna prehrana in kakšna je vloga prehranskih dodatkov. Razložila je tudi kako se lotiti diete v akutni fazi bolezni in kako se prehranjevati, ter določena živila uvajati v remisiji bolezni. Večkrat je omenila, da poslušamo sebe in svoje telo katero živilo nam odgovarja.

Zadnje predavanje je bilo izvedeno prek videa in sicer z naslovom Vpliv psiholoških dejavnikov na pojav in potek bolezni. Predavala nam je asist. Sanja Roškar mag.psih. Poudarila je, da črevesje in živčni sistem komunicirata preko osi črevesje–možgani, zato ima stres velik vpliv na potek bolezni. Opozorila je, da so bolniki s KVČB pogosto izpostavljeni občutkom nemoči, krivde, jeze in tesnobe, ki jih lahko izrazijo navzven ali vase. V nadaljevanju je predstavila, kako lahko močna čustvena stanja vplivajo na črevesno mikrobioto, saj stres oslabi zaščitno funkcijo sluznice in vpliva na ravnovesje med mikroorganizmi. Razložila je, da kar 80 % serotonina – t. i. hormona sreče – nastaja v črevesju, zato vsaka motnja v tem sistemu vpliva tudi na psihološko ravnovesje. Izpostavila je, da psihosomatski bolniki pogosto težko prepoznajo in ubesedijo svoja čustva, kar lahko vodi v telesne simptome. Posebno pozornost je namenila temu, da se v stiski najprej obrnemo na svojce, družino, prijatelje.

Dogodek se je zaključil ob 18.30 uri. Za večina nas bolnikov je bil to poseben dogodek saj smo dobili veliko informacij, znebili smo se dvomov in dobili odgovore na vprašanje. Nekateri so zmanjšali svoj strah ali sprejeli svojo bolezen. Društvo se je izkazalo in je lahko ponosno ,da opravlja takšno poslanstvo.

Iskrena hvala vsem predavateljicam, društvu ter UKC Maribor za organizacijo enodnevne šole.