

# na zdravje

## Nizko tveganje za zdravje

Po analizi vzorčenja živil na ostanke pesticidov v EU v letu 2024 je bila velika večina živil skladnih, kar pomeni, da je tveganje za zdravje ljudi zaradi ostankov pesticidov v živilih še naprej nizko, ugotavlja Evropska agencija za varnost hrane. »Rezultati kažejo, da je velika večina živil skladnih, kar pomeni, da je tveganje za zdravje ljudi zaradi ostankov pesticidov v živilih še naprej nizko,« je objavila Uprava RS za varno hrano, veterinarstvo in varstvo rastlin.



KVČB pomembno vpliva na kakovost življenja. FOTO: MEMENTOJPEG/GETTY IMAGES



# Bolezen modernega sveta

Cilj je, da bolnik nikoli ne potrebuje kortikosteroidov.



Strokovnjaki vsem svetujejo mediteransko dieto s čim več sadja in zelenjave ter čim manj dodatki. FOTO: MONTICELLO/GETTY IMAGES

**Napadi vnetja, kronična diareja, bolečine v trebuhu, kri na blatu in sistemski simptomi: s KVČB, ki je značilnejša za razvite države, živi okoli 10 milijonov ljudi po svetu**

**K**ronične vnetne črevesne bolezni (KVČB) so skupina kompleksnih, dosmrtnih boleznih prebavil, ki pomembno vplivajo na kakovost življenja obolelih. V skupino uvrščamo chronovo bolezen in ulcerozni kolitis, pri 10–15 odstotkih pa govorimo o neklasificirani KVČB, ki lahko kasneje preide ali v chronovo bolezen ali ulcerozni kolitis.

### Gasijo požar

Najpogostejši znaki so ponavljajoči se napadi vnetja, kronična diareja, bolečine v trebuhu, kri na blatu in sistemski simptomi. Točen vzrok za KVČB še ni popolnoma razjasnjen, vendar trenutna spoznanja kažejo na kombinacijo dednih dejavnikov, motenj imunskega sistema in vpliva okolja, vključno z mikrobioto črevesja. Zaradi kronične narave bolezni in možnosti resnih zapletov, kot so črevesne stene poškodbe, fistule ali

povečano tveganje za malignome, so zgodnje prepoznavanje, ustrezna

diagnostika in individualizirano zdravljenje ključnega pomena za obvladovanje bolezni in izboljšanje kakovosti življenja oseb s KVČB.

Za zdravljenje akutnih poslabšanj vnetne oblike chronove bolezni so na voljo kortikosteroidi in biološka zdravila, pri ulceroznem kolitisu pa še 5-aminosalicilna kislina oziroma mesalazin in tudi napredna zdravila. Pri chronovi bolezni pride v poštev še zdravljenje s popolno enteralno prehrano. »Kortikosteroide si lahko predstavljamo kot gasilce, ki gasijo požar, torej jih uporabljamo samo, ko zagori. Cilj zdravljenja je, da bolnik nikoli ne potrebuje kortikosteroidov, saj lahko prinesejo veliko stranskih učinkov in zapletov. Uporabljamo jih samo takrat, ko jih nujno potrebujemo,« pojasnjuje Tina Kurent Francky, dr. med., spec. gastroenterologije. »KVČB je kronična, a obvladljiva bolezen, vsaka oseba pa ima svojo pot. Ulcerozni kolitis prizadene samo debelo črevo, vnetje je bolj površinsko oziroma ne sega tako globoko. Chronova bolezen pa lahko dosega prebavno pot vse od ust do anusa, najpogosteje tam, kjer se tanko črevo združi z debelim. Vnetje ne zajema samo sluznice kakor pri ulceroznem kolitisu, ampak sega globoko v črevesno steno, lahko jo celo predre in prinese številne zaplete.«

### Vse pogostejša

Svetovni dan KVČB zaznamujemo prav danes, stroka pa ob tej

priložnosti poudarja, da gre za neozdravljivo imunsko bolezen, ki se najpogosteje pojavi med 15. in 35. letom starosti, v zadnjih letih pa se povečuje pojavnost tudi med starejšo populacijo. Kot opozarja v Društvu za kronično vnetno črevesno bolezen, je bolezen pogostejša v razvitih državah. Z njo živi okoli 10 milijonov ljudi. V Evropi je obolelih 3,4 milijona ljudi, v Sloveniji približno 8000. »To je bolezen modernega sveta, kjer uživamo zelo veliko pre-

**KVČB je kronična, a obvladljiva bolezen, vsaka oseba pa ima svojo pot.**

delane hrane. Vse pozivamo k uživanju mediteranske diete, s čim več sadja in zelenjave ter čim manj dodatki. Takšna hrana deluje tudi protivnetno. Zelo negativno na bolnike vpliva kajenje,« opozarja zdravnica. Osrednji poudarek letošnjega svetovnega dne je na kakovosti življenja bolnikov in dostopu do celostne zdravstvene oskrbe. »V društvu želimo poudariti različne vidike življenja s KVČB, ki niso omejeni zgolj na simptome bolezni. Pripravljamo več aktivnosti z glavno priveditvijo v soboto, 23. maja, v

Celju. Najprej bomo prisluhnili predavanju gastroenterologinje z naslovom Sodobno zdravljenje KVČB: Cilj ni le remisija, ampak življenje, sledila bo okrogla miza z naslovom Vijolična perspektiva: Življenje s KVČB skozi oči oseb s KVČB, svojcev in stroke,« pojasnjuje Mateja Saje, organizacijska in izvedbena vodja izobraževanja v društvu, ki deluje od leta 2004 in ima 11 sekcij po državi, bolnikom, svojcem in zdravstveni stroki pa ponuja neprecenljivo podporo, svetovanje in izobraževanje. Vijolična je barva globalnega ozaveščanja o KVČB. Svetovni dan KVČB zaznamujejo v 50 državah na petih celinah. Ema Bubanj



Mateja Saje, predsednica Društva za KVČB, ki je v neprecenljivo pomoč bolnikom, svojcem in stroki. FOTO: OSEBNI ARHIV

## VITA BIOSA

Poskrbi za svojo prebavo. Vsak dan!

BIO napitek bogat z mlečnokislinskimi bakterijami. Primeren za vse starosti.



V vseh bio-trgovinah in lekarnah!

INSTITUT   
www.institut-o.com