

UVODNIK – oktober 2015



Pozdravljeni!

Pred vami je prvi DiaMind-ek nove sezone 2015/2016 in ima svoj moto: ZAKAJ SE NA SLADKORNO SPOMNIMO SAMO V NOVEMBRU?

Prav žalostno je, da se v večini medijev, z redkimi izjemami seveda, na sladkorno bolezen in na ljudi, ki jo imajo ali pa jo doživljajo kot svojci in prijatelji nekoga, ki jo ima, spomnijo le v novembru. Človek ki jo ima, z njo živi vse dni v letu in z njo prijateljuje ali pa se z njo spopada na tak ali drugačen način ter razume, kaj pomeni KRONIČNA BOLEZEN. V okviru srečanj DiaMind, že štirje so za nami (hura!), smo se doslej zdravstveni delavci vsako leto spraševali o opolnomočenju in se le temu tudi v veliki meri posvečali z možnimi odgovori. Na lastni koži smo si želeli predstavljati kakšno je življenje s sladkorno boleznijo in se tudi skušali čim bolj živjeti v človeka, ki jo ima. Obenem smo se učili novih pristopov ki bi človeka spomnili, da že ima v sebi moč za življenje s sladkorno boleznijo, za samovodenje in da je tako življenje lahko lepo in zelo kvalitetno. Pa smo res naredili dovolj z opolnomočenjem? Ali ga vsi razumemo ali pa nam predstavlja

le nov vzvod s katerim bi želeli človeka s sladkorno boleznijo pregovoriti naj dela in se spopada s to boleznijo točno tako, kot smo si zanj zamislili?

Menim, da nismo naredili dovolj! Prostora za izboljšanje je še veliko ... Kako? Na eni strani si prizadevamo, da bi bolnika postavili v središče dogajanja in vodenja sladkorne bolezni, na drugi strani pa ljudem ne povemo, kako naj bodo opolnomočeni in kaj za njih to pomeni. Kako izgleda opolnomočen bolnik/bolnica? Kako naj se obnaša pri zdravniku, pri komuniciranju z zdravstvenim timom, doma? Ali ima kakšne nove pravice ali dolžnosti o katerih še nič ne ve? Kaj to vse skupaj za človeka s sladkorno boleznijo pomeni?

Sem ženska dejanj. Zavihala sem rokave in kar pričela – na včerajšnjem srečanju članov Društva HbA1c. Ko sem jim govorila o opolnomočenju, sem 'vrgla na mizo odprte karte' in udeležence spodbudila, naj aktivno razmislijo o svoji vlogi pri zdravljenju, jo udeležijo in se predvsem postavijo zase. Vedeti morajo, kaj si želijo, o čem bi se na srečanju z zdravstvenim timom želeli pogovarjati in kako si konkretno predstavljajo življenje s sladkorno boleznijo zdaj in v bližnji ter daljni prihodnosti. Razkrla sem jim, da imamo tudi zdravstveni delavci svoje frustracije ko pred seboj vidimo človeka, ki pride na pregled in upa, da bomo uganili, kaj ga najbolj muči ... Pomembno je sodelovanje na konkretnih

primerih in zares so minute med bolnikom in zdravstvenim timom dragocene. Ko sem še poudarila naj bodo bolniki vseskozi zdravo sebični, zelo vztrajni in kar malo sitni, če drugače ne gre, se je v dvorani po nekaj sekundah tišine razlegel smeh – kot češ, kako si pa to lahko privoščim? Če bolnik nosi svoj del odgovornosti pri vodenju sladkorne bolezni, je vse skupaj enostavno, še posebej če ima pred seboj zdravnika, sestro, edukatorko, ki vedo, kaj je pravi pomen opolnomočenja. Obljubila sem jim, da se bomo o teh stvareh zdravstveni delavci ponovno pogovarjali in izkustveno trenirali že na naslednjem DiaMind-u, ki bo 7. aprila 2016, oni pa nosijo svoj del odgovornosti!

Rezervirajte si 7. april 2016 zase, ko boste delali z dragocenimi vsebinami, ki vam bodo polepšale in olajšale delo obenem pa boste z nami proslavili jubilejno že 5. srečanje zapovrstjo!

Program srečanja bomo objavili v naslednji številki DiaMindkov – kar bodite še malo radovedni ... Obljubim, da bo srečanje posrečena mešanica teme opolnomočenja z nekaterimi temami, ki se jih doslej še nismo dotaknili, seveda pa bodo v osrednjem delu dneva na vrsti klinični primeri, ki so se vam na prejšnjih srečanjih tako zelo priljubili.

Z lepimi pozdravi,
Karin z DiaMind timom

Poleg mojega lastnega, naj bosta Bob Anderson in Martha Funnell tudi tokrat navdih, ko se navezujem na zgoraj omenjeno temo in za prakso (pa ne samo novembra!) sprašujem:

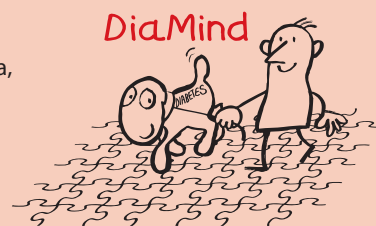
Kakšen pa je opolnomočen bolnik?

Opolnomočen bolnik ...

- ve s čim je in s čim ni zadovoljen pri vodenju svoje sladkorne bolezni,
- preizkuša različne pristope za premostitev težav pri doseganju ciljev za vodenje svojega diabetesa,
- uresniči svoj načrt za zdravljenje sladkorne bolezni,
- najde način da se bolje počuti s svojo sladkorno boleznijo,
- sam sebe dovolj pozna, da zna izbirati tako, kot je prav zanj/zanjo in za sladkorno bolezen,
- prosi za podporo in pomoč, ko ju potrebuje pri vodenju svoje sladkorne bolezni,
- pozna pozitivne načine za spopadanje s stresom, ki mu/ji ga povzroča sladkorna bolezen,
- vem, kaj mu/ji pomaga da je vseskozi motiviran/a za zdravljenje sladkorne bolezni.

Se vam zgoraj navedene trditve zdijo težko dosegljive? Morda, a kot vsi vemo je življenje dinamično ter polno izzivov, naše soočanje z življenjem in z izzivi pa je enkrat bolj drugič pa malo manj uspešno - s sladkorno ali brez nje.

Pa srečno, jutri je nov dan!



Pokrovitelji četrtega DiaMind srečanja so bili:

