



UVODNIK – maj 2020

Danes, zadnji dan maja 2020 so mi na misel prišli verzi enega od naših pesnikov, a sem žal pozabila katerega: Čas hiti in ne odlaša, staro izgubi veljavo, kar je novo to je

pravo, taka je usoda naša! Kot otrok sem jih prebiral na koledarju v kuhinji medtem ko sem jedla zajtrk, večinoma sama, ker so ostali v družini že odšli ali pa so se hektično pripravljali na odhod v šolo/sluzbo - brez zajtrka. Taki samostojni zajtrki, ko je bila hrana pripravljena, a sem jedla sama, so imeli veliko prednosti: bila sem v miru sama s seboj (morda zametki ČUJEŠČNOSTI?), imela sem čas nemoteno razmišljati o svojih stvareh, se veseliti mladega dne: večinoma sem zelo rada hodila v šolo, delala načrte za čas po šoli ko se bom s prijatelji podila po vrtu in nenazadnje je bila velika prednost da so mi v takih trenutkih pozabili dati žlico ribjega olja, ki sem ga še posebej težko

prenašala, pa čeprav je bil po maminih besedah zelo zdrav.

Kot otrok se nisem zavedala hitrega toka časa, saj se mi je zdelo, da je čas od enega do drugega poletja neskončno dolg. Še lasje so rasli počasi in maja sem si komaj lahko naredila čopek, ki je bil najkasneje tik po koncu šole obsojen na škarje - ker dolgi lasje za na morje pač niso praktični! Tako si lahko mislite kako tuje so mi zveneli zgornji verzi, ko se je vse vleklo in nikakor nisem čutila hitenja in hitrega minevanja časa.

Sedaj se z leti z verzi še kako strinjam. Kolikor vem še niso povsem razložili zakaj otroci in odrasli čas tako drugače dojemamo, vse to ostaja uganka.

Tudi čas nedavne karantene se zdi da je ravnokar minil, obenem se mi zdi že daleč za nami in je 'kar zletel mimo'. Ker delam v zdravstvu se še kako zavedam, da virusa nismo iztrebili in da je med nami. Ljudje so si že zelo želeli olajšanja in novice, da je vsega konec. Če se ozrem po ulicah stare Ljubljane mi polne kavarne povedo vse - ljudje si želimo vrniti v normalne stare tire, ki pa žal verjetno res nikoli ne bodo več povsem taki kot so bili.

Previdnost je še vedno zelo na mestu, predvsem pa v ordinacijah! Zdaj ne bom razmišljala o jeseni, čeprav bo tisti čas ponovna preizkušnja česa smo se naučili in kako dosledni smo. Tudi v lastnem timu je pomembno, da se držimo pravil ki smo jih postavili in ne, da se to kar govorimo razlikuje od tega kar v resnici vsak dan delamo.

Letošnji 9. DiaMind se je, kot veste, z enako organizatorsko ekipo in pokrovitelji prelevil v:

DiaMind Covid-19 Klicni Center (051 330099). Zelo sem vesela, da se je ta ideja 'prijela'. Prejemala sem številne klice in nemalo je bilo takih, kjer mi je prišla prav moja izkušnja povezovanja sladkorne bolezni in psihe. Psihološke/psihoterapevtske intervence nemalokrat dobro vplivajo na urejenost glikemije že nekaj dni po pogovoru.

Ob preklicu epidemije in ob postopni vedno večji dostopnosti zdravstvenega osebja le še poredkoma prejmem klic kakega zaskrbljenega človeka s sladkorno boleznijo.

Karin in Miha z DiaMind timom

DiaMindek za prakso

Klicni center je bila zelo zanimiva izkušnja iz zdravniške in psihoterapevtske, predvsem pa povsem človeške perspektive, ki je ne bi zamenjala za nič na svetu. Zagotovo se to sliši skoraj heretično, a je prav res tako - tudi COVID-19 mi/nam je dal nekaj dragocenega. In kašni so bili klici? Veliko je bilo takih, ki so izražali eksistenčno krizo: kako bo s službo, kako se pogovoriti z delodajalcem, kako uveljaviti ali vsaj v zvezi z delovnim mestom nasloviti ranljivost zaradi sladkorne bolezni. Na tem področju so se marsikje razgalili prikriti slabi odnosi in prinesli razplet, ki je morda že dolgo 'visel v zraku'. Drugi sklop zadreg je bil povsem tehnične narave glede dostopnosti do tehničnih pripomočkov in nove tehnologije, kako usvojiti znanje ravnanja s črpalko, na novo uvedeno terapijo z injekcijskim peresom in podobno. Posebna skupina polna izzivov je bila vodenje sladkorne bolezni v nosečnosti, kjer je bilo neizmerno mnogo vprašanj in zadreg, pa na trenutke tudi strahu za bodočega otroka. Ena skupina ljudi je vsaj na začetku imela hud strah da bo zmanjkalo insulina, hrane - sedaj ko gledamo nazaj vemo, da je bil ta strah odveč, a ko smo bili vsi skupaj v situaciji, kljub pozitivnim zagotovitvam nismo vedeli kako se bo zares razpletlo. Kar nekaj je bilo še dilem ali je potrebno obiskati zdravnika za nenujni pregled npr. oči, laboratorija in podobno. Nekaj ljudi je bilo zaskrbljenih kako ravnati v zvezi z novim koronavirusom in razkuževanjem rok pred in po merjenju krvnega sladkorja in če bi lahko COVID-19 dobili skozi tako ranico.

Če potegnem iskreno črto - nihanja krvnega sladkorja so bila občutno večja kot sicer, morda zaradi premalo gibanja, zaradi drugačne hrane ko so ljudje pač jedli kar so imeli, lahko zaradi tolažbe s hrano ob stresni situaciji, neurejeni situaciji z zobmi i še bi lahko naštevali. Zanimivo bo tudi vedeti, koliko ljudi s sladkorno boleznijo pri nas je zares imelo COVID-19 in kako se je pri njih vse skupaj razpletlo. Upam, da bomo kdaj videli tako analizo.

V JUNIJU VAS BO PRED POLETJEM POZDRAVIL ŠE EN DIAMIND-EK, SREČNO!

