

DRUŠTVO REVMATIKOV SLOVENIJE

Nacionalna invalidska organizacija

Parmova ulica 53, 1000 Ljubljana



Programi in delovanje sofinancira FIHO.
Stališča organizacije ne izražajo stališč FIHO.

Svetovni dan revmatskih bolezni 2025 – »Uresniči svoje sanje«

Ljubljana, 9. oktobra 2025 – Z letošnjim sloganom »Achieve Your Dreams / Uresniči svoje sanje« se ob Svetovnem dnevu revmatskih bolezni 2025, milijoni ljudi po vsem svetu združujejo v sporočilu upanja, razumevanja in podpore vsem, ki živijo z revmatskimi in mišično-skeletnimi boleznimi. V Sloveniji smo ta dan obeležili z novinarsko konferenco, namenjeno ozaveščanju o teh pogosto nevidnih, a vseprisotnih boleznih ter pomenu celostne obravnave bolnikov.

Sanje niso rezervirane le za zdrave

Vnetne revmatske bolezni so imunsko pogojene, kronične in zahtevne. Povzročajo bolečine, okorelost, utrujenost ter omejitve gibanja – vendar nikoli ne bi smele odvzeti upanja. Slogan letošnjega svetovnega dne »Uresniči svoje sanje« nas opominja, da so sanje univerzalne. Za nekoga so sanje že to, da zjutraj vstane brez bolečin, da se brez težav odpravi na sprehod, opravi delo ali preživi dan brez izčrpanosti. Za drugega pa so sanje morda športni dosežki, uspešna kariera ali ustvarjalno izražanje. Gre za klic k opolnomočenju bolnikov, da kljub bolezni sledijo svojim ciljem, hkrati pa tudi apel družbi, naj ustvari pogoje, v katerih bodo ljudje z revmatskimi boleznimi lahko živeli kakovostno in polno življenje.

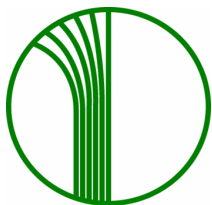
Celostna obravnava bolnikov – ključ do kakovostnega življenja

Predstojnik Kliničnega oddelka za revmatologijo UKC Ljubljana, revmatolog **doc. dr. Žiga Rotar**, je poudaril, da je delež bolnikov z revmatskimi boleznimi visok:

»Revmatske bolezni predstavljajo veliko breme za posameznika in za družbo, saj močno zmanjšajo kakovost življenja, bolnika ovirajo pri vsakodnevni opravi in zmanjšujejo delazmožnost. V povprečju prizadenejo okoli 10 odstotkov svetovnega prebivalstva. Zato je zgodnje prepoznavanje bolezni izjemno pomembno.«

Revmatolog **dr. Aleš Ambrožič** s Kliničnega oddelka za revmatologijo UKC Ljubljana poudarja pomen timske obravnave bolnikov, saj se s tem močno poveča možnost za uspešen nadzor bolezni:

»Na Kliničnem oddelku za revmatologijo UKC Ljubljana bolnike pogosto vključimo tudi v sestrsko revmatološko ambulanto, kjer jih spremlja diplomirana medicinska sestra – izvaja laboratorijski nadzor, spremlja odziv na terapijo in pomaga pri izobraževanju o zdravljenju z biološkimi zdravili. V timu sodelujejo tudi fizioterapevti, delovna terapevtka in klinična dietetičarka, žal pa le za manjši delež bolnikov. Ti člani



DRUŠTVO REVMATIKOV SLOVENIJE

Nacionalna invalidska organizacija

Parmova ulica 53, 1000 Ljubljana



Programi in delovanje sofinancira FIHO.
Stališča organizacije ne izražajo stališč FIHO.

tima pogosto vstopijo v obravnavo šele v napredovalih fazah bolezni – ko se ukvarjamo le še z 'vrhom ledene gore'.«

Dr. Ambrožič opozarja, da so z zdravili v zadnjih dveh desetletjih sicer dosegli izjemne napredke, a večje izboljšave bodo mogoče le s celostnim pristopom:

»Velik potencial vidimo v t. i. sekundarni profilaksi – preprečevanju posledic kronične vnetne bolezni takoj ob postavitvi diagnoze. Bolnika bi morali že ob diagnozi vključiti v multidisciplinarno obravnavo: fizioterapevt bi ocenil telesno zmogljivost in pripravil individualni program vadbe; dietetik bi ocenil prehransko stanje in svetoval ustrezno prehrano; delovni terapevt pa bi pomagal pri prilagoditvah vsakodnevnih dejavnosti. Tako bi telesna aktivnost in prehrana postali 'zdravili', ki dolgoročno izboljšujeta kakovost življenja in zmanjšujeta potrebo po dolgotrajni oskrbi.«

Po njegovih besedah je redna telesna dejavnost ključna za ohranjanje mišične mase in telesne zmogljivosti, saj njihova izguba vodi v številne zaplete – od padcev in zlomov do prezgodnje odvisnosti od pomoči drugih.

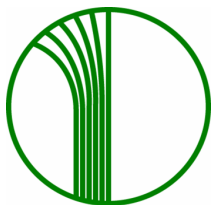
Glas bolnikov: življenje z revmo je lahko polno

Franc Špegel, predsednik Društva revmatikov Slovenije, je predstavil svojo osebno zgodbo ter poudaril:

»Če poslušáš mnenje revmatologov in zdravstvenega osebja, slediš navodilom ter se udeležuješ aktivnosti, ki jih pripravlja Društvo revmatikov Slovenije, življenje z boleznijo hitro postane znosnejše in bolj normalno. Lahko rečem, da mi je revma nekaj vzela, a mi je kljub vsemu še več dala. Zavedam se, da je pri naših boleznih redna telesna aktivnost nujno potrebna – če ne bi bil tako vztrajen, če ne bi vsako jutro vsaj eno uro telovadil in nato vsak dan še eno uro hodil, zagotovo danes ne bi bil v stanju, v kakršnem sem.«

Tudi strokovna sodelavka **Petra Zajc** je predstavila osebno izkušnjo in težave, s katerimi se bolniki srečujejo ob postavitvi diagnoze. Ob tem je predstavila tudi izid knjižice, namenjene bolnikom z revmatoidnim artritisom, pripravljene ob letošnjem Svetovnem dnevu revmatskih bolezni:

»V letošnjem letu je nastala knjižica o revmatoidnem artritisu – o njegovem razumevanju, zdravljenju in vsakdanjem obvladovanju bolezni. Opremljena je z vprašalniki in uporabnimi nasveti ter je odličen pripomoček tako za bolnike, ki se z



DRUŠTVO REVMATIKOV SLOVENIJE

Nacionalna invalidska organizacija

Parmova ulica 53, 1000 Ljubljana



Programe in delovanje sofinancira FIHO.
Stališča organizacije ne izražajo stališč FIHO.

boleznijo šele spopadajo, kot za zdravnike specialiste. Knjižica bolnikom omogoča izpolnjevanje vprašalnikov, na podlagi katerih zdravniki lažje ocenijo stanje, bolnikom z dolgoletno boleznijo pa pomaga spremljati njihov napredek.»

Uresničimo sanje skupaj

Svetovni dan revmatskih bolezni 2025 nosi pomembno sporočilo: revmatske bolezni ne smejo biti ovira za sanje.

Z zgodnjo diagnozo, pravočasnim zdravljenjem, celostno obravnavo in razumevanjem okolice, lahko ljudem z revmatskimi boleznimi pomagamo, da resnično uresničijo svoje sanje – ne glede na omejitve, ki jih prinaša bolezen.

Obenem se je treba zavedati, da je vsakodnevno gibanje ključnega pomena – tako za ljudi z revmatskimi boleznimi kot za vse nas. Redna telesna dejavnost krepi vitalnost, izboljšuje počutje in prispeva k splošnemu zdravju.

Kontakt za informacije: zoran.franc@rubikongral.si / 040 451 680

Glavni podpornik novinarske konference:

abbvie