



Svetovni dan revmatskih bolezni 2026: Revme ni treba le razumeti, treba jo je predvsem slišati

Ljubljana, 12. oktober 2026 – Revmatske bolezni niso »bolezni starosti« in niso zgolj boleči sklepi. Prizadenejo lahko ljudi vseh starosti in celo telo ter pomembno vplivajo na njihovo gibanje, delo, družinsko in družabno življenje ter kakovost življenja. Kljub temu ostajajo številne revmatske bolezni še vedno premalo prepoznane in razumljene.

Ob letošnjem Svetovnem dnevu revmatskih bolezni, ki ga vsako leto obeležujemo 12. oktobra, v **Društvu revmatikov Slovenije** zato poudarjamo: **revme ni treba le razumeti – treba jo je predvsem slišati. Slišati svoje telo, slišati bolnika in slišati opozorila stroke.**

Bolečina ni vedno samo »obraba«

Beseda »revma« je v vsakdanjem govoru pogosto povezana s starostjo. Toda vnetne revmatske bolezni se lahko pojavijo v otroštvu, mladosti ali najbolj aktivnem življenjskem obdobju. Začetek bolezni je lahko zelo neopazen – z vztrajno bolečino v sklepih ali hrbtenici, jutranjo okorelostjo, otekanjem sklepov, utrujenostjo ali drugimi težavami, ki jih človek zlahka pripiše stresu, staranju ali pomanjkanju gibanja.

Vztrajne ali ponavljajoče se težave niso nekaj, kar bi morali preprosto sprejeti. Pomembno je, da jih prepoznamo, o njih spregovorimo z zdravnikom in po potrebi pravočasno opravimo specialistični pregled.

Pri vnetnih revmatskih boleznih je zgodnja prepoznava še posebej pomembna. Pozna diagnoza lahko pomeni, da bolezen dlje časa napreduje brez ustreznega zdravljenja, medtem ko lahko pravočasno zdravljenje napredovanje bolezni pomembno upočasni ali prepreči trajne okvare. Pravočasna obravnava zato ne pomeni le manj bolečin, ampak tudi ohranjanje gibljivosti, samostojnosti, delazmožnosti in kakovosti življenja.

Prav zgodnejša diagnoza in boljši dostop do zdravljenja sta med ključnimi sporočili tudi letošnje kampanje Evropske zveze združenj za revmatologijo (EULAR) »**Achieve Your Dreams – Uresniči svoje sanje**«, ki poteka v letih 2025 in 2026 ter poudarja, da kronična vnetna revmatska bolezen ne sme biti ovira za uresničevanje osebnih ciljev.

Zgodnja diagnoza potrebuje tudi dostopnega revmatologa

V Društvu revmatikov Slovenije že dolgo opozarjamo, da pravočasna diagnoza ni odvisna samo od tega, ali posameznik prepozna svoje simptome in poišče pomoč. Pomemben del zgodbe je tudi dostopnost zdravstvenega sistema.

Slovenski bolniki imajo dobre možnosti za dostop do sodobnega zdravljenja in najsodobnejših terapij, pomemben napredek je bil dosežen tudi na področju diagnostike. Z vidika bolnikov pa je danes zaskrbljujoča predvsem dostopnost do revmatološke obravnave. Najbolj očitna težava so dolge čakalne dobe za prvi pregled, zaradi pomanjkanja revmatologov pa se podaljšujejo tudi obdobja med kontrolnimi pregledi.

Pri kroničnih vnetnih revmatskih boleznih namreč revmatolog ni specialist, ki ga bolnik obišče enkrat ali dvakrat. Bolnike pogosto spremlja dolgoročno, tudi vse življenje – spremlja aktivnost bolezni, učinek



zdravljenja in ga po potrebi prilagaja. Če je specialistov premalo, je takšno kontinuiteto obravnave vse težje zagotavljati.

Pomanjkanje revmatologov zato ni samo vprašanje prihodnosti, ampak problem, ki že danes vpliva na dostopnost bolnikov do specialistične obravnave. Manj specialistov pomeni večjo obremenitev tistih, ki ostajajo v sistemu, daljše čakalne dobe in težje zagotavljanje pravočasnih kontrol.

Dostopnost je dodatno povezana tudi z neenakomerno kadrovsko razporeditvijo revmatologov po Sloveniji. Pri kroničnih boleznih, pri katerih so potrebni številni pregledi in dolgotrajno spremljanje, je regionalna dostopnost še posebej pomembna.

Revmatske bolezni tudi pogosto prizadenejo delovno aktivne ljudi in imajo pomembne socialne in ekonomske posledice. Če bolezen ni pravočasno obravnavana, so lahko posledice dolgotrajne bolniške odsotnosti, zmanjšana delazmožnost, invalidnost, izguba finančne neodvisnosti in prezgodnje upokojevanje. Zato je dostopnost do revmatologa tudi širše družbeno vprašanje.

Čas je za konkretne ukrepe

V Društvu revmatikov Slovenije menimo, da ni več dovolj samo opozarjati na dolge čakalne dobe. **Treba je reševati vzrok problema – kadrovsko podhranjenost revmatologije.**

Skupaj s stroko smo Ministrstvu za zdravje že predlagali, da se revmatologijo prepozna kot področje, na katerem primanjkuje specialistov, in uvede posebne spodbude za specializante. Potrebujemo boljše delovne pogoje za mlade specialiste, ukrepe za preprečevanje odhodov iz stroke ter zaščito časa revmatologov za delo na njihovem strokovnem področju. Dolgoročno potrebujemo tudi nacionalni kadrovski načrt za revmatologijo, več specializacij in regijsko uravnotežen razvoj mreže.

»Pri revmatologiji ne smemo čakati, da bo problem postal še večji. Sodobna revmatologija danes omogoča zelo dobre izide zdravljenja, ohranjanje delazmožnosti in preprečevanje invalidnosti. Škoda bi bilo, da bi bili ti dosežki za bolnike manj dostopni zaradi pomanjkanja specialistov,« poudarja Petra Zajc, strokovna sodelavka iz Društva revmatikov Slovenije.

Revma ni le diagnoza, ampak življenje z boleznijo

Revmatologija je v zadnjih desetletjih izjemno napredovala. Za številne vnetne revmatske bolezni so danes na voljo učinkovita sodobna zdravljenja. Toda kakovostno življenje z revmatsko boleznijo ni odvisno samo od zdravil. Pomembni so tudi gibanje, fizioterapija, zdrav življenjski slog, spremljanje bolezni in sodelovanje bolnika z zdravstvenim timom.

V Društvu revmatikov Slovenije zato že vrsto let poudarjamo pomen **opolnomočenega bolnika**, ki je aktiven partner pri zdravljenju. Cilj ni zgolj obvladovanje simptomov, temveč čim bolj samostojno, aktivno in kakovostno življenje.

Letos smo revmi dali glas

Tako kot vsako leto doslej, želimo ob svetovnem dnevu revmatskih bolezni (12. oktober) le te približati javnosti, vendar letos na nekoliko drugačen način. V sodelovanju s podjetjem **AbbVie Slovenija** smo pripravili videa, v katerih o revmatskih boleznih spregovorita bolnik z ankilozirajočim spondilitisom in **revmatologinja Urška Komel, dr. med., spec. interne medicine.**



Namesto klasičnega predavanja smo izbrali sproščen pogovor z bolnikom in zdravnico. V ospredju niso samo medicinska dejstva, ampak tudi človekova izkušnja življenja z boleznijo.

V **dveh video posnetkih** odgovarjamo na vprašanja, ki si jih ljudje pogosto zastavljajo: katere so najpogostejše revmatske bolezni, kateri so prvi znaki, kdaj bolečina ni več »samo bolečina«, kako poteka pot do diagnoze, katere preiskave so potrebne ter kakšna je vloga zdravljenja, gibanja in fizioterapije.

Govorimo tudi o vplivu bolezni na vsakdanje življenje ter razbijamo enega najbolj zakoreninjenih mitov – da je revma predvsem bolezen starejših.

Videoposnetka z revmatologinjo Urško Komel, dr. med., spec. interne medicine, ter osebna izkušnja Zlatka Zajca z življenjem z vnetno revmatsko boleznijo sta objavljena na spletni strani www.revmatiki.si in YouTube kanalu Društva revmatikov Slovenije. Krajši video izseki iz pogovora z obema pa so tudi na drugih spletnih platformah društva.

Naš cilj je ljudi opolnomočiti, da ob prvih znakih ne odlašajo, svoje težave vzamejo resno in poiščejo strokovno pomoč. Hkrati želimo bolnikom, ki z boleznijo že živijo, pokazati, da diagnoza ni konec njihovih načrtov, ampak začetek poti, na kateri potrebujejo ustrezno zdravljenje, podporo in razumevanje.

Slišati bolezen pomeni slišati človeka

Letošnji Svetovni dan revmatskih bolezni tako ni samo priložnost za govor o boleznih. Je priložnost, da spregovorimo o **ljudeh**, ki z njimi živijo.

EULAR s kampanjo »**Achieve Your Dreams**« opozarja, da imajo ljudje z revmatskimi in mišično-skeletnimi boleznimi svoje cilje, načrte, želje in sanje. Da bi jih lahko uresničevali, potrebujejo zgodnjo diagnozo, pravočasno zdravljenje, dostopno zdravstveno obravnavo, podporo in razumevanje okolice.

Zato danes ne govorimo samo o revmi. Govorimo o ljudeh, ki z revmo živijo.

Ne pripisujte vztrajnih bolečin starosti.

Ne sprejemajte bolečine kot nekaj samoumevnega.

Poslušajte svoje telo. Spregovorite. Poiščite pomoč.

Kajti zgodaj slišana revma je lahko drugačna zgodba.

Prihajajoče aktivnosti Društva revmatikov Slovenije

Ozaveščanje in opolnomočenje bolnikov se nadaljujeta tudi po Svetovnem dnevu revmatskih bolezni. Društvo revmatikov Slovenije bo v novembru pripravilo **dva brezplačna spletna predavanja**, namenjena bolnikom z revmatskimi boleznimi, njihovim svojcem in vsem, ki jih tematika zanima.

Prvi webinar z naslovom »**Cepljenje proti nalezljivim boleznim pri otrocih z revmatskimi boleznimi**« bo potekal **v torek, 10. novembra 2026, ob 17. uri**. Gostja bo **izr. prof. dr. Nataša Toplak, dr. med., spec. pediatrije**, iz KO za alergologijo, revmatologijo in klinično imunologijo Pediatrične klinike UKC Ljubljana ter Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani.

Cepljenje je še posebej pomembno pri otrocih z revmatskimi boleznimi, saj lahko bolezen in zdravlila vplivajo na delovanje njihovega imunskega sistema. Na webinarju bo dr. Toplak pojasnila razlike med



DRUŠTVO REVMATIKOV SLOVENIJE
Nacionalna invalidska organizacija
Parmova ulica 53, 1000 Ljubljana



Organizacijo sofinancira FIHO.
Stališča organizacije ne izražajo stališč FIHO.

inaktiviranimi in živimi oslabljenimi cepivi, njihovo učinkovitost in morebitna tveganja ter predvsem, katera cepiva so pri otrocih z revmatskimi boleznimi priporočljiva in kdaj je cepljenje najprimernejše.

V sredo, 25. novembra, ob 17.00 uri, bo sledil še webinar o vaskulitisih, ki ga bo izvedel **Luka Medvešek, dr. med., spec. revmatologije**. Predavanje bo namenjeno bolnikom in svojcem ter bo ponudilo osnovne informacije o tej manj pogosti, vendar pomembni skupini revmatskih bolezni.

Z obema webinarjema želi Društvo revmatikov Slovenije nadaljevati svoje poslanstvo – **zagotavljati preverjene informacije, bolnike opolnomočiti za aktivnejše sodelovanje pri zdravljenju ter prispevati k boljšemu razumevanju revmatskih bolezni.**

Društvo revmatikov Slovenije

Več informacij:

Društvo revmatikov Slovenije

<https://www.revmatiki.si/>

društvo@revmatiki.si

Petra Zajc, strokovna sodelavka: 041 575 103