

POP ZGODBA

Se nam lahko na kratko predstavite in navedite, kaj je tisto, kar boste predstavili v POP zgodbi?

Sem študent* Univerze v Novem mestu in sicer tretjega letnika Fakultete za zdravstveno nego, smer zdravstvena nega. Tema moje POP zgodbe je CELIAKIJA, ker bi rad, da to kronično bolezen boljje spozna še več mojih študentskih kolegov, kot tudi vsi ostali, ki se s to boleznijo še niso srečali.



Od kdaj imate postavljeno diagnozo in kako ste se s tem dejstvom soočili?

Diagnozo imam postavljeno od januarja 2023, tako da sem po eni strani v tem še čisto na novo, po drugi pa sem vpet v svet celiakije že veliko dlje. Moj oče ima namreč to bolezen že približno 50 let. Glavne obroke, predvsem kosila, smo že prej imeli doma brez glutena. Samo dejstvo, da imam tudi jaz celiakijo in moram posledično uživati 100 % brezglutensko hrano, sem zato bistveno lažje sprejel. Po tiho sem pričakoval, da se bom z diagnozo srečal tudi sam. Prepoznavam pa, da nekdo, ki je imel bistveno več drugih pridruženih težav ob diagnozi, bistveno težje sprejema to bolezen. Zavedam se, da sem imel srečo in so mi diagnozo postavili zelo hitro. Kot spoznavam, pri nekaterih traja to več let.

Se čutite zaradi celiakije omejeni pri študijskih obveznostih?

K sreči večjih težav pri študijskih obveznostih do sedaj nisem imel. Prav tako zaradi bolezni nimam posebnega statusa. Morda bi imel v dogovoru s predavatelji opravičeno odsotnost zaradi prebavnih težav. Ob vsem tem se mi zdi super, da vsaj staršem šoloobveznega otroka, ki ima celiakijo, pripada subvencija s strani Centra za socialno delo. Brezglutenska prehrana je namreč zelo draga in vsak evro pride prav.

Diagnoza me je pripeljala do ideje, da bolezen raziščem tudi iz strokovnega vidika, zato da trenutno pišem diplomsko nalogo o celiakiji – od postavitve diagnoze, prehranskih omejitev in življenja z boleznijo nasploh. Zdi se mi pomembno, da tudi kot bodoči diplomirani zdravstvenik prispevam k ozaveščanju strokovne in širše javnosti o specifikah bolezni.

Ima celiakija poseben vpliv na vaše osebno življenje?

Ne bi rekel, da ima bolezen kakšen večji vpliv na moje osebno življenje. Sem zelo prilagodljiv, tudi zaradi tega, ker kot rečeno, celotna moja družina živi drugačen življenjski slog in zato je moj čas sprejemanja diagnoze bistveno krajši in lažji. Še naprej treniram roket, delam izpit za reševalca iz vode, vse tako kot prej. Pogrešam pa predvsem spontanost, ki sem jo imel, da lahko grem na primer v pekarno in si kupim burek. Tako pa moram vedno načrtovati, kaj bom jedel, kje je varno zame in kje ne. Gluten se ne nahaja zgolj v pšenici, ržu, piri in ječmenu, ampak tudi v drugih aditivih, procesiranih izdelkih. Do kontaminacije izdelkov z glutenom pride tudi v proizvodnji. Izdelek, po naravi brez glutena, je za nas celiakaše lahko tvegan, če se pakira na liniji, kjer se pakirajo tudi drugi glutenski izdelki. Vsekakor je potrebna velika previdnost pri izbiri naše prehrane. Slednje velja tudi v gostinskih lokalih, kjer mi težko zagotovijo popolnoma nekontaminirano prehrano brez glutena. Koliko poznavanja imajo gostinci, se vidi že po par minutah pogovora. Po mojih izkušnjah, jih veliko zamenja to dieto z brezlaktozno intoleranco ali kakšno alergijo. Resnično je premalo gostinske ponudbe za nas.

Vpliva to na nove kuharske veščine?

Ja, prvič sem lotil priprave torte brez glutena. Vendar so to še veliki izzivi. Tudi prvi koraki peke kruha so bili zanimivi, kruh je bil trd in zbit, danes sem že mojster.



Ste bili deležni kakšnih predsodkov, kako vas je po diagnozi sprejela družba? So se vaši odnosi s prijatelji spremenili?

Kolegi, ki niso iz zdravstvene stroke, so me malce začudeno gledali, ko sem jim začel razlagati, da ne smem piva ali pa ostalih stvari, ki vsebujejo gluten. Kot da ne mislim resno. Potem, ko jim zadevo obrazložim, to sprejmejo in resno jemljejo. Opazil sem, da se ogromno sogovornikov prestraši, ker ne vedo kaj bi storili. Ne čutim, da bi se odnos do ljudi, s katerimi se družim, kaj spremenil. Mogoče bi bilo na primer v osnovni šoli drugače, sedaj pa se mi zdi, da smo že dovolj odrasli in drugače gledamo na te zadeve. Sem pa po naravi človek, ki se rad šali, tudi na svoj račun. Mislim, da nobene bolezni ne bi vzel kot nekaj slabega. Celiakija mi predstavlja nov izziv v življenju, ki me bo seveda vedno spremljal.

*osebni podatki so anonimni in se na željo študenta uporabljajo zgolj za namen obdelave podatkov s strani financerjev projekta POP KARIERA.

Operacijo financirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VISOKO ŠOLSTVO,
ZNANOST IN INOVACIJE



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST