



Povzetek projekta Po kreativni poti do znanja 2017 – 2020, 3. odpiranje, za namen objave in predstavitve na spletni strani sklada

1. Polni naslov projekta: **POMOČ IN INFORMIRANJE O FIBROMIALGIJI** (Skrajšan naziv projekta: PIF)

- V katero področje na prvi klasifikacijski ravni **KLASIUS-P-16** se uvršča projekt glede na vsebinsko zasnovo (neustrezno področje izbrišite):

09 - Zdravstvo in socialna varnost

2. V sodelovanju z: (navede se univerza oz. samostojni visokošolski zavod, ki je prijavil projekt in članica, ki je nosilka projekta ter partner/ja – podjetje/ji oz. organizacija, ki je/sta bilo/i vključeno/i v projekt)

- **Univerza na Primorskem, Fakulteta za matematiko, naravoslovje in informacijske tehnologije,**
- **Druge zdravstvene storitve, Ivan Založnik s.p.**
- **Center za zdravljenje bolezni otrok Šentvid pri Stični**

3. Besedilo:

- Opredelite problem, ki se je razreševal tekom izvajanja projekta

Fibromialgija je bolezen, ki vključuje kronično razširjeno bolečino, kognitivne težave, probleme s spanjem in izčrpanostjo. Na poti do diagnoze se bolniki srečujejo s številnimi zapletmi ali s sumom »namišljene bolečine«, celo pri zdravstvenem osebjem. Prizadene vse starostne skupine, pogostejša pa je pri ženskah. Vzrok bolezni je neznan, bolniki pa velikokrat prejmejo napačno diagnozo, npr. depresivni sindrom. Za učinkovitejše zdravljenje bolezni se pogosto uporabljajo multidisciplinarni pristopi, ki so se izkazali za zelo učinkovitega.

Pri projektu informiranja o fibromialgiji smo izhajali iz slabega poznavanja bolezni v našem prostoru in novih pristopov celovite obravnave bolnikov. Namen projekta je bil vzpostavitev izmenjav informacij na področju obravnave fibromialgije, pomembnih novosti, dobrih praks in nujno potrebne interdisciplinarnе obravnave oseb s fibromialgijo. Prav zgodnja diagnoza in celovitost obravnave mladostnikom omogoči, da si izboljšajo kvaliteto življenja.

- Opišite potek reševanja problema oz. kratek povzetek projekta

Pri projektu smo iskali načine, s katerimi bi bolezen približali zdravstvenim delavcem in svojim bolnikom. Tako bi dosegli boljše razumevanje in učinkovitejšo obravnavo bolnikov. S pripravo delavnic smo želeli bolnike naučiti različnih vaj, ki jim lahko pomagajo pri obvladovanju bolečin, izboljšanju koordinacije in splošne fizične pripravljenosti. Bolniki so se naučili tudi različnih strategij spoprijemanja z bolečinami, stresom in čustvenimi težavami.

Tako smo obravnavali, kako fibromialgija vpliva na imunski sistem, fizioterapijo, prehrano, spanje, terapije, samozagovornišvo, katastrofiziranje, čuječnost, meditacijo. Študentje so samostojno in pod mentorstvom iskali nove, znanstveno podprte dokaze.

Praktični prikazi, predavanja in delavnice so omogočili spoznavanja učinkovitih pristopov obravnav, pa tudi o samozagovorništvo ter psihološko podporo osebam s fibromialgijo.

V okviru projekta smo gostovali v dveh pogovornih oddajah RTV Slovenija. V oddaji Dobro jutro smo predstavili fibromialgijo ter namen in cilje projekta, v pogovorni oddaji je poleg študentke iz projektne skupine sodelovala tudi psihologinja, ki je predstavila izkušnje dela z mladimi osebami s fibromialgijo. Problematika fibromialgije je bila predstavljena v oddaji Zvezdana, v kateri sta sodelovali študentka Anja Klepac in delovna mentorica dr. Irena Štucin Gantar.

- Navedite in opišite rezultate projekta ter njihov doprinos k družbeni koristnosti

Poleg praktičnih prikazov in učenja veščin obravnave oseb s fibromialgijo smo pripravili tudi vsebine za »priročnik«, namenjen mladim osebami s fibromialgijo. Priročnik tako zajema vsebine, ki omogočajo celostno predstavitev izzivov, s katerimi se soočajo osebe s fibromialgijo, in njihovih potreb ter možnih intervencij za bolj kakovostno in aktivno življenje. Študentje fizioterapije in kineziologije so pod mentorstvom delovnega mentorja Ivana Založnika pripravili osnutke gibalnih vaj in drugih terapevtskih metod, namenjenih osebami s fibromialgijo. Večino teh vsebin smo pripravili za objavo v spletnih medijih (Facebook in Instagram). Preko družbenega omrežja Facebook smo vzpostavili tudi stike z osebami s fibromialgijo.

Projekt je dosegel odličen informativni učinek, saj smo uspeli problematiko skozi oddaje na TV Slovenija v okviru oddaje Dobro jutro in »Zvezdana« povežati tudi z izjemnim odzivom na spletnih medijih, pripravljenih v okviru projekta. Spletna stran www.bolimene.si, kjer so zbrane informacije o fibromialgiji, je na voljo tudi po zaključku projekta.

4. Priloge:





