



29. srečanje članov društva
v Občini Hrpelje - Kozina

Kdo je upravičen do parkirne
karte za invalide?

Povezava med alergijskimi
bolezni in demenco

Zakaj je bivanje
s plesnijo nevarno?

Koledar cvetnega prahu

Ugodnosti za člane

Glasilo Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije



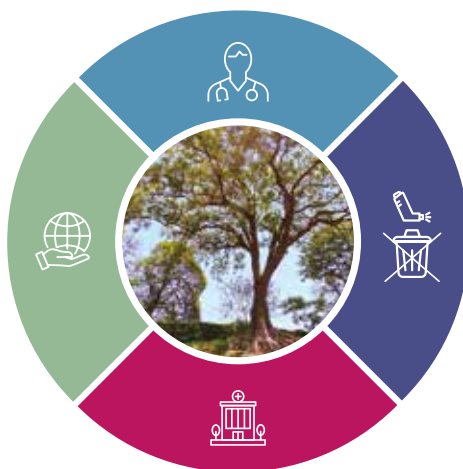
Naša zaveza
trajnosti

PRAZEN VDIHOVALNIK NE SODI V SMETI.

Prosimo, vrnite ga v lekarno in pomagajte varovati okolje!

Zdravnik vam je predpisal **zdravilo v vdihovalniku**. Zelo pomembno je, da zdravilo jemljete redno – tako kot vam je predpisal zdravnik.

Tako boste pripomogli k **varovanju okolja** in skrbi za prihodnje generacije.



Ko je vdihovalnik prazen, ga **NE odvrzite med gospodinjske odpadke** ali v odpadne vode.

Raje ga **prinesite v lekarno**, kjer bodo poskrbeli za **pravilno uničenje**. O rokovanju z zdravilom, ki ga ne potrebujete več, se, prosim, posvetujte s farmacevtom.

Certified



Corporation

Chiesi je del globalne skupnosti naprednih podjetij s **certifikatom B Corp**. Prizadevamo si za **splošno javno korist** ter ustvarjanje skupne vrednosti na **družbeno in okoljsko odgovoren** način.

Datum priprave informacije: april 2025.
Podrobnejše informacije so na voljo pri predstavniku imetnika dovoljenja za promet z zdravilom v Sloveniji: CHIESI SLOVENIJA, d.o.o., Šmartinska cesta 53, Ljubljana.
info.si@chiesi.com, www.chiesi.si
CH 3/25



urnik dela društva

Pisarna

Uradne ure vsak torek in četrtek od 9. do 13. ure

Telefon: 01 427 44 44

E-naslov: drustvo@dpabs.si

E-naslov uredništva glasila: urednistvo@dpabs.si

Splet: www.dpabs.si

Naslov: Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana

Pomoč zdravnika – odprti telefon: 051 66 33 85

Na vaša vprašanja odgovarja zdravnik specialist za pljučne bolezni vsak torek od 11. do 13. ure.

Vprašanje nam lahko pošljete tudi na elektronski naslov pomoc.pljuca@gmail.com

vsebina

Plesni lahko resno vplivajo na zdravje	5
Koledar cvetenja in alergenih rastlin	8
Kdo je upravičen do parkirne karte za invalide?	10
Urniki rehabilitacijske vadbe 2024/2025	12
Povezava med alergijskimi boleznimi in tveganjem za razvoj demence	13
29. srečanje z zborom članov DPABS v Občini Hrpolje - Kozina	16
Ugodnosti za člane v letu 2025	22
Obrazec za donacijo dohodnine društvu	28
Pristopna izjava	30

Pomladni pozdrav

(Spomin na Bruna)



V uvodniku skušam po navadi pisati o katerem od dogodkov, ki sem ga doživel in se mi je posebej vtisnil v spomin, ali o zanimivih srečanjih z različnimi ljudmi. Tokrat ne morem mimo tega, da ne bi napisal nekaj besed o mojem očetu Brunu, ki je umrl po težki bolezni na začetku marca. Zanimivo je, da sem na nek način ravno zaradi očeta začel delati za Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije in urejati glasilo. Oče je zaradi dolgoletnega kajenja in najverjetneje nekaterih genskih predispozicij, leta 2016 zbolel za kronično obstruktivno pljučno boleznijo. Malo po tem, ko smo izvedeli za diagnozo, je moja mama očeta včlanila v društvo. Da bi se kot družina lažje soočali z boleznijo, smo želeli dobiti boljši vpogled v informacije o pljučnih boleznih. Z včlanitvijo v društvo smo začeli na dom prejemati tudi glasilo *Zdrav dihanje za navdih*, mama pa na svojo elektronsko pošto še novičnik. Ravno v njem je prebrala informacijo, da v društvu iščejo novega urednika ali urednico.

Oče je konec letošnjega januarja začel doživljati pogoste vrtočevce in slabost, zaradi česar je moral biti za nekaj dni hospitaliziran. Zadnja diagnoza, ki jo je dobil, je bila razširitev metastaz na možganih. Zdravniki so pred tem namreč že posumili na tumor v levem zgornjem delu pljuč, vendar preiskave zaradi očetovih šibkih telesnih sposobnosti takrat niso mogli izvesti do konca. Ko smo izvedeli za zadnjo diagnozo, smo se kot družina odločili, da bo oče ostal v domači oskrbi, dokler bova z mamo vse skupaj še zmogla. Imeli smo tudi podporo patronažne medicinske sestre, mobilnega paliativnega tima in najete negovalke. V tem čustveno in psihično intenzivnem obdobju sem veliko razmišljal o krhkosti človeškega življenja in minljivosti, predvsem pa o tem, kaj pomeni ustrezna oskrba bolnikov. Na srečo so pred nekaj meseci na območju Primorske v Splošni bolnišnici Izola vzpostavili mobilni paliativni tim. Ne gre sicer za paliativo v pravem pomenu besede, saj so v ekipi zgolj zdravniki in medicinski sestre, ki se tedensko izmenjujejo v dvojicah. Bolnikom in svojcem nudijo podpirne pogovore, jih oskrbujejo z zdravili in opravljajo manjše posege, kot sta na primer povijanje nog ali razkuževanje ran. Menim, da je pomanjkljivost tima to, da v njem ni negovalke, ki bi pripomogla k celostni oskrbi bolnikov. Za bolnike in svojce je neugoden tudi delovni urnik, saj je organiziran zgolj med ponedeljkom in petkom od 7. do 15. ure. Kot se pogosto dogaja v slovenskem javnem zdravstvu in pri socialnih storitvah, je delovanje tima žal pogojeno s pomanjkanjem finančnih sredstev, a v Splošni bolnišnici Izola že delajo na tem, da se bo v prihodnje ekipa okrepila. Ne glede na vse opisano pa je velika pridobitev že to, da taka storitev sploh obstaja. V nasprotnem primeru bi bili bolniki in svojci prepuščeni zgolj urgentnim centrom ter negi v bolnišnicah in domovih za starejše. Možnost podpornih pogovorov ponujajo tudi v Slovenskem društvu Hospic.

Upam, da vas s pisanjem o paliativni oskrbi nisem spravil v stisko, saj to vsekakor ni bil moj namen. Menim, da je pisanje o podobnih temah zelo pomembno, ker se dotikajo vseh ljudi.

Prijeten pozdrav.

Andrej Božič, urednik glasila

Iskrena hvala podpornikom društva



SPLETNE STRANI ZA POMOČ BOLNIKOM

- **www.vdihovalniki.si**
– za preverjanje pravilne uporabe vdihovalnika
- **www.dihalne-vaje.si**
– za izboljšanje tehnike dihanja
- **www.pljucni-rak.si**
– za uporabne informacije o dejavnikih tveganja, diagnostiki in zdravljenju pljučnega raka
- **www.izkasljaj.se**
– za prepoznavanje simptomov pljučnega raka
- **www.dpabs.si**
– za strokovne članke o boleznih dihal in alergijah ter informacije o društvu

PODPRITE NAS Z DONACIJO

Izvajanje programov Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije v veliki meri omogočajo sponzorstva in donacije podjetij ter srčnih ljudi. Smo humanitarno društvo, zato programe izvajamo za vse pljučne in alergijske bolnike, ki so pomoči potrebni.

Podprite nas tudi vi. Vsak evro pomembno prispeva k lažšanju težav bolnikov.

Podatki za nakazilo donacije:

Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Koprska ulica 94, 1000 Ljubljana
TRR pri NLB: SI56 0204 5001 8294 003
Davčna številka: 80238955

Iskrena hvala za vašo podporo.
Skupaj lahko naredimo več.

Plesni lahko resno vplivajo na zdravje

Stanovanje je prostor, v katerem preživimo večino časa, zato je za vsakega izmed nas pomembno, da je dom čim bolj zdrav in čim čistejši. Žal pa ni vedno tako. V stanovanju je veliko virov nečistoč in onesnaževalcev zraka, med njimi so tudi plesni, ki so pogosto očem skrite.

Dr. Miha Humar je redni profesor na Biotehniški fakulteti Univerze v Ljubljani ter je strokovnjak na področju patologije in zaščite lesa. Je tudi strokovnjak za preučevanje plesni. Izpostavil je pomembne informacije o tej pogosto spregledani, a zelo pomembni temi, ki vpliva na naše zdravje in bivalno okolje.

Zakaj je bivanje s plesnijo nevarno?

Plesni niso le estetski problem, ampak lahko resno vplivajo na zdravje. Največja nevarnost je v tem, da smo jim pogosto izpostavljeni dolga leta, ne da bi se tega zavedali. Dolgotrajna izpostavljenost plesni lahko povzroči različne zdravstvene težave, od blažjih alergijskih reakcij do resnih bolezni dihal.

Plesni so še posebej nevarne za otroke, starejše in ljudi z oslabljenim imunskim sistemom. Pri nekaterih lahko imunski sistem na plesen ne odreagira dovolj učinkovito, kar lahko vodi do resnih okužb (glive lahko rastejo na koži, v pljučih ali celo očeh). Pri nekaterih osebah pa lahko pride do pretiranega imunskega odziva, kar se lahko kaže kot astma, bronhitis ali druge težave z dihal. Ena takih zgodb je izkušnja sestre Mihe Humarja, ki je dolga leta živela s plesnijo, a ji ni posvečala velike pozornosti. Pri štiridesetih letih so ji diagnosticirali astmo z alergijskim ozadjem, ki je najverjetneje posledica dolgotrajne izpostavljenosti plesni.

Simptomi izpostavljenosti plesni

Prvi znaki vključujejo draženje v nosu in grlu, izcedek iz nosu ter srbečico kože. Dolgotrajna izpostavljenost lahko vodi v

kronično utrujenost, glavobole, težave z dihal in celo resnejše bolezni.

Vzroki, ki prispevajo k nastanku plesni

Plesen najpogosteje nastane zaradi previsoke zračne vlage in slabega prezračevanja. Nekateri pogosti napake vključujejo:

- sušenje perila v stanovanju;
- predolgo vretje vode na štedilniku brez uporabe nape;
- slabo prezračevanje kopalnice;
- postavljanje pohištva tik ob zunanjo steno, kar onemogoča kroženje zraka;
- prekrivanje sten s težkimi tapetami, ki zadržujejo vlogo;
- zanemarjanje popravil puščajočih cevi ali poškodb na strehi, ki povzročajo zamakanje.

Za preprečevanje nastanka plesni je treba:

- redno in pravilno prezračevati prostore;
- uporabljati merilnike zračne vlage in prezračevati, ko vlaga preseže 60 odstotkov;
- stalno ogrevati prostore, saj to preprečuje kondenzacijo vlage na stenah;
- uporabljati razvlaževalnike zraka v prostorih z višjo relativno zračno vlažnostjo;
- uporabljati premaze, ki zavirajo oziroma preprečujejo rast plesni.

Pomembno je ugotoviti vrsto plesni

Obstaja več vrst plesni. Nekateri so manj nevarni, druge pa lahko povzročajo resne zdravstvene težave. Zato je ključno vedeti, s katero plesnijo imamo opravka. Ocenjevanje plesni po videzu ali z mikroskopsko analizo ni dovolj natančno. Edina zanesljiva metoda je sekvenciranje, ki omogoča identifikacijo plesni na genski ravni. To zagotavlja visoko zanesljivost in natančnost rezultatov.

Ko vemo, katera vrsta plesni je v prostoru, lahko izberemo najboljši način odstranitve. Nekateri plesni so površinske in jih je mogoče odstraniti s preprostimi metodami, druge pa se lahko širijo v globlje plasti sten. To pa zahteva temeljitejša sanacijske ukrepe. Prav tako nam identifikacija plesni pomaga oceniti potencialna zdravstvena tveganja ter sprejeti dodatne zaščitne ukrepe pri čiščenju in preprečevanju ponovnega nastanka. Glede odstranjevanja plesni se posvetujte z ustreznim strokovnjakom.



▲ Profesor dr. Miha Humar, strokovnjak na področju patologije in zaščite lesa, foto: Željko Stevanić

Najhujše oblike anafilaksije lahko potekajo tudi brez kožnih simptomov. Oseba lahko zaradi nenadnega padca krvnega tlaka izgubi zavest že nekaj minut po stiku z alergenom.

Primer nevarne plesni v muzeju

V enem izmed muzejev so na starinskem lesenem deblaku opazili plesen, ki ji sprva niso posvečali velike pozornosti. Gre za plovilo, narejeno iz masivnega kosa debla. Na prvi pogled je kazalo na neškodljivo plesen, a ko so opravili testiranje, so ugotovili, da gre za patogeno glivo *Paecilomyces variotii*, ki lahko povzroča resne zdravstvene težave. Po tej ugotovitvi so izvedli temeljito čiščenje, da bi zaščitili obiskovalce in zaposlene.

Povzetek pogovora z dr. Miho Humarjem je pripravila Rebečka Udvanc. Če želite izvedeti še več informacij o značilnostih plesni, si lahko ogledate celoten intervju, na kanalu PlesenPro v YouTubeu.

Prof. dr. Ema Mušič, dr. med., specialistka pulmologije in alergologije, je več desetletij posvetila raziskovanju, diagnostiki in zdravljenju pljučnih bolezni in alergij. Predstavila je štiri plesni, ki najpogosteje povzročajo težave, in pojasnila, kakšne so te težave ter kako potekata diagnosticiranje in zdravljenje.

Najpogosteje težave povzročajo štiri vrste plesni

Te plesni živijo v človekovem okolju, stanovanju in naravi. Prva od njih je **Cladosporium**, ki je pogosto v okenskih okvirih, na blagu, slikah, stenah, v žitih, za umetnimi snovmi in v fugirnih snoveh v kopalnicah in straniščih. Največ težav povzroča od druge polovice junija, julija in več kot pol avgusta; v tem času je v zraku največ njenih spor. Druga je **Alternaria**, ki je pogosto na zelenjavi, pšenici, blagu in okenskih okvirih; največ težav povzroča julija, avgusta in na začetku septembra. Tretja je **Aspergillus**, ki je največkrat na žitih, v senu, na blagu, v lončnicah in sadnih sokovih; največ težav povzroča januarja, februarja, novembra in decembra. Četrta je **Penicillium**, ki je pogosto na sadju, kruhu in živilih; največ težav povzroča januarja, februarja, v drugi polovici oktobra ter v novembru in decembru.

Plesen najbolje uspeva v vlažnih prostorih, na primer na vlažnih zidovih, ometih, v starih in slabše izoliranih stavbah ipd. Ni tudi nujno, da vidimo osnovno plesen, torej črne lise na stenah, včasih jo v prostoru le vonjamo. Zunaj plesni



▲ Foto: Martina, Adobe Stock

Ocenjevanje plesni po videzu ali z mikroskopsko analizo ni dovolj natančno. Edina zanesljiva metoda je sekvenciranje, ki omogoča identifikacijo plesni na genski ravni.

uspevajo v vlažni zemlji, za življenjsko okolje si rade izberejo jesensko gnijoče listje, odvržen plevel ipd. Za razvoj namreč potrebujejo biološko snov, ki ni živa in je brez obrambe. Zlasti *Alternario* pogosto opazimo v stanovanjih, na primer v zemlji lončnic in v vodi podstavkov za rože.

Plesni lahko izzovejo težave z dihalni, s kožo in prebavili

Nanjo smo manj pozorni, ker so spore teh mikroorganizmov (s sporami se razmnožujejo), ki izzovejo težave, v zraku nevidne. Opazimo le temeljno kulturo plesni, na primer na vlažnih, propadajočih bioloških snoveh, stenah, ne vidimo pa alergenih snovi, ki se sproščajo v zrak. Ljudje lahko zato trpijo za zelo nadležnimi in očitnimi alergijskimi odzivi v telesu, a vzroka ne prepoznajo. Največkrat pomislijo, da jim neprijetne telesne težave izzovejo cvetni prah, hišne pršice, kaj iz hrane, na plesen pa malokdaj.

Tudi alergološki testi ne razkrijejo vzroka, saj ljudi ne testiramo vedno tudi na plesni. Spore plesni izzovejo enake telesne težave kot druge vrste alergij. Ker spore pretežno vdihavamo kot inhalacijske alergene, ti dražijo oči, povzročijo nahod, astmo, prebavne motnje, bruhanje, drisko, migreno, bolečine v trebuhu ipd. Po izsledkih raziskav pri nas in v tujini lahko težave povzročajo vsakemu tretjemu ali vsakemu petemu (od 20 do 30 odstotkom ljudi) od dobre četrtine prebivalcev, ki so na kaj alergični. Pred časom smo v polletni raziskavi analizirali več sto kožnih testov, vsak tretji od alergijsko senzibiliziranih ljudi pa je bil preobčutljiv tudi za spore plesni.

Poznanih je okoli 250.000 vrst plesni, a le majhen odstotek jih povzroča alergije. Alergologi so pozorni na štiri do pet vrst plesni, ki izzovejo težave z dihalni, pa tudi s kožo in prebavili. Plesni lahko sprožijo alergijo s protitelesi tipa IgE (redko se razvije anafilaktični šok), pa tudi drugačne bolezni, na primer alergijski alveolitis v pljučih, kjer so akterji protitelesa IgG proti plesnim. Zaradi ponavljajoče se in dolgotrajne izpostavljenosti plesni v okolju ali pri poklicu lahko plesni na primer kmetovalcem, vrtnarjem in delavcem v kemični industriji povzročijo alergijsko vnetje pljučnih mešičkov, kar ob prepozni razpoznavi lahko vodi v pljučno fibrozo.

Diagnosticiranje

Najpomembnejši je pogovor alergologa z bolnikom, ki mu razkrije vrsto težav, simptome bolezni, razmere v delovnem in bivalnem okolju, razmere na vrtu, zdravnik pa ga izpraša tudi o njegovih konjičkih. Išče različne vzroke. Če najpogostejših in najobičajnejših alergenov ne najde, bolnika testira



▲ Foto: Wikimedia

na nevsakdanje alergene, med njimi tudi na plesni. Preizkus naredimo s kožnimi testi ali krvnimi analizami. S slednjimi v krvi iščemo protitelesa IgE ali IgG (slednji naznanjajo vnetje pljučnih mešičkov ali alergijski alveolitis). Preverimo, ali ima bolnik astmo ali druge pljučne težave. Največkrat ostajamo pri kožnih testih in krvnih analizah. Če se kožni testi ujemajo z opisom bolnikovih težav, opustimo tudi slednje. Nato bolnika poučimo, kako naj se izogiba plesnim in kako naj odpravi vlažnost v stanovanju. Iz stanovanja mora odstraniti sobne rože. Bolnikom, ki imajo težave v delovnem okolju, svetujemo, naj ga zamenjajo, mladim ljudem pa včasih priporočimo tudi zamenjavo poklica.

Zdravljenje

Najpomembnejša sta izogibanje alergenom in njihova odstranitev iz bivalnega okolja. Bolnikom s hujšo alergijo na plesni alergologi predpišejo protialergijska in protivnetna zdravila,

Največja nevarnost je v tem, da smo plesni pogosto izpostavljeni dolga leta, ne da bi se tega zavedali. Dolgotrajna izpostavljenost plesni lahko povzroči različne zdravstvene težave, od blažjih alergijskih reakcij do resnih bolezni dihal.

v najtežjih primerih pa za krajša obdobja protivnetne kortikosteroide. Nesmiselno je izpostavljeni se alergenom, hkrati pa jemati zdravila. Načelo pomoči zoper vse alergije je izogibanje povzročiteljem težav, za tovrstno alergijo pa to velja še posebej. Odstranjevanje plesni omogočajo sodobni postopki iz gradbeništva.

Plesen *Cladosporium* živi tudi v ledu hladilnikov in zamrzovalnih skrinj, na ledenih rožah na oknih ter v nepravilno ogrevanih stanovanjih pozimi. Priporočljivo je redno čiščenje hladilnikov in zamrzovalnih skrinj, kjer hranimo zamrznjena živila, saj so v ledu bržkone plesni.

Specifično imunoterapijo (hiposenzibilizacijo) proti plesnim, s katero skušamo bolnika narediti tolerantnega za plesni, izvajamo posamično, saj poudarjamo prednost izogibanja plesni in odpravljanja plesni iz bivalnega okolja. Odsvetujemo tudi uporabo kemičnih sredstev za uničevanje plesni v stanovanju, saj z njimi dolgoročno ne odpravimo problema.

DIHAJTE SVOBODNO in sproščeno.

Ponujamo možnost izposoje
ali nakupa prenosnega
koncentratorja kisika.



MEDICOTEHNA

01 529 15 43
info@medicotehna.si
medicotehna.si



Koledar cvetnega prahu

V Nacionalnem laboratoriju za zdravje, okolje in hrano (NLZOH) že več let spremljajo obremenitev zraka s cvetnim prahom vse dni v letu. Meritve beležijo na štirih merilnih postajah v Izoli, Ljubljani, Mariboru in Lendavi. Ker se področja meritev razlikujejo po rastlinstvu, podnebnih razmerah, reliefu, vremenu in človeškemu vplivu na okolje, so koledarji cvetnega prahu izdelani za posamezne merilne postaje.

Koledarji so dobra in koristna orientacija pri preprečevanju in zmanjševanju simptomov senenega nahoda. Objavljamo Koledar cvetnega prahu za Ljubljano in Maribor, na spletni strani www.nlzoh.si/storitve/cvetni-prah/koledar/ pa sta dostopna tudi koledarja za Izolo in Lendavo. Na isti strani lahko spremljate tudi napoved o obremenjenosti zraka s cvetnim prahom za tekoči teden in podatke o dnevnih koncentracijah za pretekli teden.

Med najpogostejšimi alergenimi v zraku pri nas so cvetni prah jelše, breze, trav in ambrozije, na Primorskem pa tudi cipresovk in oljke. Med najbolj alergogena drevesa se uvršča breza, saj je na alergen breze občutljivih med 10 in 20 odstotkov ljudi. Cvetenje breze se začne na začetku aprila, posamezno drevo pa lahko tvori veliko količino pelodov, ki povzročajo nevšečnosti. Največja vrednost cvetnega prahu v zraku je med marcem in majem, ko se vetrocvetnim drevesom pridružijo tudi trave, katerih sezona se konča avgusta.

Najpogostejši alergenimi cvetni prah

BREZA

Čas pojavljanja: druga polovica marca, april.

Razširjenost: po vsej Sloveniji, le na submediteranskem področju je redkejša.

Alergenost: visoka.

Možne navzkrižne reakcije: jelša, leska, gaber, hrast, bukev, pravi kostanj; nekatere vrste surovega sadja in zelenjave (lešniki, jabolko, breskev, kivi, paradižnik, zelena, korenček, paprika, soja).

Zanimivost: Najpogostejša alergija na hrano pri odraslih je oralni alergijski sindrom (OAS). Sindrom nastopi po uživanju koščičastega sadja in je posledica navzkrižne reaktivnosti s cvetnim prahom breze. Prisoten je pri več kot 70 odstotkih alergikov, preobčutljivih na cvetni prah breze.

LESKA in JELŠA

Čas pojavljanja: začetek sezone leske in jelše je odvisen od zunanji temperatur zraka in suše v zimskih mesecih. Cvetni prah se pojavi ob daljših otoplitvah, ko najvišje dnevne temperature presežejo 5 °C, v toplih zimah že januarja; prva zacveti leska, sledi ji jelša.

Razširjenost: po vsej Sloveniji.

Alergenost: srednje visoka.



▲ Koledar cvetnega prahu za Ljubljano
Vir: www.nlzoh.si/storitve/cvetni-prah/koledar/



▲ Koledar cvetnega prahu za Maribor
Vir: www.nlzoh.si/storitve/cvetni-prah/koledar/

Možne navzkrižne reakcije: Leska: breza, jelša, gaber; lešniki. Jelša: breza, leska, gaber.

Zanimivost: Glavna alergena jelše in breze sta sorodni molekuli. Alergiki, preobčutljivi na cvetni prah jelše, so zato vedno preobčutljivi tudi na cvetni prah breze.

TRAVE

Čas pojavljanja: Prvi cvetni prah trav se začne pojavljati na Primorskem marca, v nižinah celinskega dela Slovenije konec aprila. Sezona se zaključi avgusta, na Primorskem septembra.

Razširjenost: po vsej Sloveniji.

Alergenost: visoka.

Možne navzkrižne reakcije: različne vrste trav in žit; arašidi, paradižnik, soja in druge stročnice, moka in kosmiči iz žit.

Zanimivost: Če smo alergični na travo, po navadi simptomov ne občutimo samo zaradi ene sorte. Na svetu je na stotine različnih sort trave, a znanih alergenov med njimi je malo. Alergijske reakcije najpogosteje povzročajo cvetni prah naslednjih sort trave: travniški mačji rep, rž, travniška latovka, divji sirek, prstasti pesjak, navadna pasja trava, dišeča boljka, trpežna ljuljka, travniška bilnica, volnata medena trava, navadni oves, visoka pahovka, pšenica, koruza in navadni ječmen.

AMBROZIJA

Čas pojavljanja: avgust, september.

Razširjenost: nižine po vsej Sloveniji.

Alergenost: visoka.

Možne navzkrižne reakcije: pelin in druge rastline iz družine košarnic (regrat, kamilice, sončnice, krizanteme, škrlatni ameriški slamnik); melona, lubenica, bučke, kumare, artičoka, banana, sončnična semena, zelena.



▲ Ambrozija, foto: Wikimedia

Zanimivost: Škodljiv vpliv ambrozije je mogoče preprečiti le z doslednim odstranjevanjem. V Sloveniji je od leta 2010 predpisano obvezno zatiranje ambrozije z Zakonom o zdravstvenem varstvu rastlin in Odredbi o ukrepih za zatiranje škodljivih rastlin iz rodu Ambrosia. V skladu s predpisi so imetniki zemljišč dolžni sami odstranjevati ambrozijo tako na kmetijskih kot tudi na nekmetijskih zemljiščih.

CIPRESOVKE

Čas pojavljanja: januar, februar, marec.

Razširjenost: V Sloveniji sta vednozeleni in arizonska cipresa skoraj izključno sajeni samo v toplejših delih zahodne Slovenije.

Alergenost: visoka.

Možne navzkrižne reakcije: druge vrste cipres, nekateri rodovi družine cipresovk (brin, pacipresa); breskev.

Zanimivost: Na Primorskem cvetni prah cipresovk in tisovk v večletnem povprečju predstavlja tretjino vsega cvetnega prahu v zraku.



▲ Cipresa, foto: Wikimedia

OLJKA

Čas pojavljanja: maj, junij.

Razširjenost: V Sloveniji je sajena na Primorskem, v Istri, Vipavski dolini in Goriških brdih.

Alergenost: visoka.

Možne navzkrižne reakcije: jesen, liguster, forzicija, španski bezeg; breskev, hruške, kivi, melone.

Zanimivost: Jesen in oljka imata sorodne alergene, zato lahko alergiki, preobčutljivi na oljko, razvijejo simptome v sezoni cvetnega prahu jesena. Cvetni prah forzicije vsebuje tudi alergene, sorodne oljki, več cvetnega prahu je v neposredni bližini grmov, v bivalne prostore ga prenesemo s šopki. Enako velja tudi za španski bezeg.



▲ Oljka, foto: Wikimedia

Povzeto po spletni strani Nacionalnega laboratorija za zdravje, okolje in hrano.



BERLIN-CHEMIE
MENARINI

Parkirne karte za invalide – kdo jih ima in kdo jih resnično potrebuje?

NSIOS: „Veliko je ponarejanja parkirnih kart za invalide, nadzora nad uporabo pa ni ali je minoren“

„Po drugi strani pa jih zaradi toge zakonodaje ne dobimo tisti, ki bi jih resnično potrebovali. To bi lahko spremenili z dopolnitvijo zakona, ki bi vključeval tudi druga bolezenska stanja, potrjena pri konziliju zdravnikov.“

Tako meni **Nataša Horvat Žerdin**, ki so ji leta 2019 diagnosticirali kronično obstruktivno pljučno bolezen (KOPB) z emfizemom. „Ta diagnoza pomeni težko sapo, kašelj, težave pri opravljanju vsakodnevnih opravil: od umivanja, oblačenja, pospravljanja pa vse do hoje. Že sama misel na to, da je treba prehoditi 100, 200 metrov, povzroči stres,“ je pojasnila 60-letnica, ki je od junija 2024 tudi invalidsko upokojena in ima priznano 50-odstotno invalidnost.

Ker se njeno zdravstveno stanje kljub redni uporabi zdravil ne izboljšuje, pljuča pa so, kot pravi, tako uničena, da pride do pomanjkanja kisika že ob manjšem naporu, je avgusta lani na Upravno enoto v Ljubljani oddala vlogo za parkirno kartico za invalide. „Parkiranje v bližini trgovine, zdravstvenih ustanov, ki jih obiskujem, bloka, kjer stanujem, bi mi močno olajšalo življenje, saj je že 100 metrov zame velik izziv,“ je pojasnila Horvat Žerdinova. A njeno vlogo so zavrnil z obrazložitvijo, da njena vloga ne izpolnjuje pogojev, ki jih za pridobitev parkirne karte za invalide določa Zakon o pravilih cestnega prometa (ZPCP).



▲ Nataša Horvat Žerdin, članica Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Foto: osebni arhiv Nataše Horvat Žerdin

Kdo je upravičen do parkirne karte za invalide

Zakon v prvem odstavku 66. člena določa, da se parkirna karta izda upravičencem, ki imajo zaradi izgube, okvare ali paraliziranosti spodnjih ali zgornjih okončin ali medenice priznано najmanj 60% telesno okvaro, osebam z multiplo sklerozo, osebam z mišičnimi in živčno-mišičnimi obolenji z ocenjeno najmanj 30% telesno okvaro, težko duševno prizadetim osebam, ki jim je zaradi tega priznana invalidnost po predpisih o varstvu telesno in duševno prizadetih oseb, osebam, ki imajo najmanj 90% telesno okvaro zaradi izgube vida, mladoletnim osebam, ki so težko telesno ali duševno prizadete oziroma so zaradi izgube, okvare, paraliziranosti spodnjih okončin ali medenice ovirane pri gibanju, ter zdravstvenim službam, socialnim službam in invalidskim organizacijam, katerih delavci obiskujejo oskrbovance na domu zaradi nujnih in neodložljivih storitev, potrebnih za njihovo zdravje in življenje.

„Ali so res samo skupine, navedene v 66. členu ZPCP, upravičene do izdaje parkirne karte za invalidne osebe? Ali ne bi tem skupinam dodali tudi izjeme, ki jih potrdi konzilij zdravnikov?“ sprašuje Horvat Žerdinova. Predlog za dopolnitev obstoječega zakona na način, ki bi tudi drugim skupinam invalidov omogočal pridobitev parkirne kartice za invalide s potrdilom konzilija zdravnikov, je poslala tudi na Ministrstvo za infrastrukturo.

Vsako leto izdajo od 20.000 do 24.000 parkirnih kart za invalide

Z Ministrstva za infrastrukturo so nam pojasnili, da upravne enote na leto v povprečju izdajo od 20 do 24 tisoč parkirnih kart za invalide ter od 1400 do 1600 za zdravstvene službe, socialne službe in invalidske organizacije, katerih delavci obiskujejo oskrbovance na domu zaradi nujnih in neodložljivih storitev, potrebnih za njihovo zdravje in življenje. „Podatka o skupnem številu izdanih kart nimamo,“ so priznali. Kot so zapisali, se zavedajo, da se v vsakdanjem življenju pojavljajo nova bolezenska stanja, ki bi lahko upravičevala izdajo parkirne karte za invalide.

„Konec lanskega leta sta bili sprejeti Direktiva Evropskega parlamenta in Evropskega sveta o uvedbi evropske kartice ugodnosti za invalide in evropske parkirne karte za invalide ter Direktiva o njeni razširitvi na državljane tretjih držav, ki zakonito prebivajo v državi članici. Države članice EU morajo do 5. junija 2027 sprejeti in objaviti zakone ter druge predpise, potrebne za uskladitev s tema direktivama. Za uporabo navedenih predpisov pa je določen datum 5. junij 2028.“ Ob tem so zagotovili, da bodo v sodelovanju z Ministrstvom za zdravje pri pripravi naslednje novele Zakona o pravilih



▲ Foto: Andrej Božič

cestnega prometa, ki bo v pravni red prenesla tudi omenjeni novi direktivi, temeljito prevetrili tudi določbo 66. člena Zakona o pravilih cestnega prometa, ki določa pogoje za izdajo parkirne karte in njihove upravičence.

Zagovornik: Primerljive položaje posameznikov z različnimi invalidnostmi je treba urejati enotno

Pobudo Nataše Horvat Žerdin obravnava tudi Zagovornik načela enakosti, ki je na problematiko neustreznega zakonskega oblikovanja kroga upravičencev – posameznikov z invalidnostmi – že večkrat opozoril. Pri tem je poudaril, da je pri določanju, kdo je upravičen do neke pravice, treba izhajati iz konkretnih ovir in potreb, ki jih imajo posamezniki z invalidnostmi zaradi svoje diagnoze, in ne iz diagnoze same. Primerljive položaje posameznikov z različnimi invalidnostmi, oviranostmi je treba urejati enotno, upošteva zlasti oviranosti posameznikov.

Z Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti pa so primer gledalke komentirali: „Zakon o izenačevanju možnosti invalidov kot krovni protidiskriminacijski zakon na področju invalidskega varstva določa, da je diskriminacija zaradi invalidnosti posredna ali neposredna in pomeni vsako razlikovanje, izključevanje ali omejevanje zaradi invalidnosti, katerega namen ali posledica je zmanjšanje ali izničenje enakopravnega priznavanja, uživanja ali uresničevanja vseh pravic in obveznosti na vseh ključnih področjih življenja. Neposredna diskriminacija na podlagi invalidnosti obstaja, če je bil, je ali bi lahko bil invalid zaradi invalidnosti v enakih ali podobnih situacijah obravnavan manj ugodno kot kdo drug. Posredna diskriminacija na podlagi invalidnosti pa obstaja, kadar je bil, je ali bi lahko bil invalid zaradi navidezno nevtralnega predpisa, merila ali prakse v enakih ali podobnih situacijah v manj ugodnem položaju kot kdo drug, razen če te določbe, merila ali ravnanja objektivno upravičujejo zakonit cilj in če so sredstva za doseg tega cilja ustrezna in potrebna.“

„Zlorabe so posledica pomanjkanja nadzora“

Medtem ko Nataša Horvat Žerdin ne more pridobiti parkirne karte za invalide, ki bi ji močno olajšala vsakdanje življenje, v Nacionalnem svetu invalidskih organizacij Slovenije (NSIOS) opozarjajo na številne sporne prakse pri uporabi nepreglednega števila teh kart. „Poznamo primere, ko je sorodnik

v družini že preminil, člani njegove družine pa še vedno uporabljajo parkirno karto za invalide. Veliko je tudi ponarejanja parkirnih kart za invalide, samega nadzora nad uporabo pa ni oziroma je minoren. Večkrat lahko na parkiriščih, namenjenih invalidom, opazimo parkirane večje in dražje avtomobile, čeprav je zelo malo potnikov ali lastnikov teh avtomobilov invalidov,“ so izpostavili v NSIOS-u.

Kršitve pri uporabi parkirnih kart za invalide preverjajo policisti ter mestna in medobčinska redarstva. Policija ne vodi evidenc, koliko je ponarejenih parkirnih kart oziroma kolikokrat so le-te uporabljene nepravilno. „Policija se odzove na klice občanov, ki prijavljajo, da je parkirno mesto, označeno za invalide, zasedeno. V letu 2022 je policija obravnavala 31 takšnih kršitev, v letu 2023 smo jih obravnavali 25, v lanskem letu 20 in v letošnjem letu do 19. 3. 2025 štiri kršitve nepravilnega parkiranja na mesta za invalide,“ so sporočili s Policije..

Obnavljanje parkirnih kart za invalide vsakih 5 let

Kršitev je zagotovo veliko več, so prepričani na NSIOS-u, „zato bi bilo treba upravičence parkirne karte za invalide preverjati in pripraviti njihov seznam“. Izdanih parkirnih kart za invalide nihče ne preverja, opozarjajo na NSIOS-u, zato bi bilo treba sistem posodobiti, tako da se vsakih pet let z odločbo Zavoda za pokojninsko in invalidsko zavarovanje dokaže, da se stanje ni spremenilo, in izda nova parkirna karta za invalide z novo fotografijo. „Hkrati bi se lahko parkirna karta za invalide navezovala na evropsko kartico ugodnosti za invalide,“ so predlagali na NSIOS-u.

„Zaradi starajoče se družbe bo povpraševanje po parkirni karti za invalide čedalje večje, zato je stališče NSIOS-a, da bi bilo smiselno prevetriti trenutno veljavno zakonodajo, dodati novo obliko parkirnih kart in zarisati dodatna parkirišča, ki pa so lahko ožja kot tista za gibalno ovirane invalide, ki uporabljajo invalidski voziček. „Treba je namreč ločiti standardna parkirišča za invalide, ki uporabljajo invalidski voziček in imajo zaradi svoje invalidnosti potrebo po širšem prostoru za izstop iz avtomobila, in za invalide, ki imajo zgolj težavo pri premagovanju daljših razdalj kot vaša gledalka z respiratornimi težavami,“ so še dodali in izrazili upanje, da bo ustrezne rešitve prinesla Direktiva EU o evropski kartici ugodnosti za invalide in parkirni karti.

Za članek se iskreno zahvaljujemo Javnemu zavodu RTV Slovenija, www.rtvsl.si in avtorici članka Ani Vojnović Zorman, da so nam omogočili objavo članka v celoti, tako kot je bil objavljen 25. marca 2025 na spletni strani www.rtvsl.si.



BERLIN-CHEMIE
MENARINI

Urnik rehabilitacijske vadbe 2024/2025

Rehabilitacijska vadba poteka po urniku enkrat na teden vse leto, razen med počitnicami. Namenjena je pljučnim in alergijskim bolnikom, tako članom kot nečlanom društva. Vsi, ki se želite vadbi pridružiti na novo, **se morate na vadbo predhodno prijaviti** na tel. 01 427 44 44 ali po e-pošti na drustvo@dpabs.si. Na navedeni telefonski številki smo v času uradnih ur na voljo tudi za dodatne informacije, ki se nanašajo na rehabilitacijsko vadbo in druge programe društva.

Vadbi se lahko pridružite kadarkoli.

Kraj	Kje je dihalna vadba?	Kdaj je dihalna vadba?	Dan v tednu
BREŽICE	Fitnes center Arena Brežice	16.00–17.00	torek
CELJE	Koronarni klub Celje, Gledališki trg 7	15.00–16.00	sreda
DOMŽALE	Svet zdravja Domžale	10.00–11.00	sreda
ILIRSKA BISTRICA	Dom na Vidmu	17.00–18.00	torek
KOPER	OŠ Antona Ukmarja	17.00–18.00	torek
KRANJ	Medgeneracijski center Kranj	1. skup. 15.00–16.00 2. skup. 16.10–17.10	ponedeljek ponedeljek
LJUBLJANA	Športno društvo Tabor	15.00–16.00	četrtek
MARIBOR	Srednja gradbena šola in gimnazija Maribor, Smetanova ulica 35	1. skup. 16.00–17.00 2. skup. 17.00–18.00	sreda sreda
MOSTE PRI KOMENDI	OŠ Moste pri Komendi	17.00–18.00	ponedeljek
MURSKA SOBOTA	OŠ I Murska Sobota	18.00–19.00	sreda
NOVO MESTO	Zdravstveni dom Novo mesto	17.00–18.00	četrtek
POSTOJNA	Zdravstveni dom dr. Franca Ambrožiča (v prostorih fizioterapije)	17.00–18.00	sreda
PTUJ	Šolski center Ptuj	1. skup. 16.00–17.00 2. skup. 17.00–18.00	ponedeljek ponedeljek
LESCE	Čebelarški center Lesce	14.30–15.30	četrtek
ŠOŠTANJ	Osnovna šola Karla Destovnika - Kajuha Šoštanj	17.00–18.00	četrtek
TREBNJE	Zdravstveni dom Trebnje	18.00–19.00	petek

Povezava med alergijskimi boleznimi in tveganjem za razvoj demence

Alergijske bolezni so imunsko pogojene motnje, pri katerih pride do čezmernega odziva imunskega sistema na običajno neškodljive snovi iz okolja, kot so cvetni prah, pršice, plesni ali določena živila. Med najpogostejše alergijske bolezni spadajo alergijska astma, alergijski rinitis (seneni nahod) in atopijski dermatitis, ki jih s skupnim izrazom pogosto imenujemo tudi atopijske bolezni oz. atopijska triada. Tem boleznim so skupni dolgotrajna aktivacija imunskega sistema in ponavljajoče se epizode vnetja, kar lahko vpliva ne le na dihalo ali kožo, temveč tudi na druge organske sisteme, vključno z možgani.

Kaj so atopijske bolezni?

Atopijske bolezni spadajo med kronične imunsko pogojene motnje, pri katerih pride do čezmerne aktivacije imunskega sistema ob stiku z alergeni. Mednje spadajo atopijski dermatitis, alergijska astma in alergijski rinitis, ki skupaj tvorijo t. i. atopijsko triado. Razvoj teh bolezni pogosto sledi značilnemu zaporedju, znanemu kot atopijski ali alergijski marš, pri katerem se atopijski dermatitis običajno pojavi najprej v zgodnjem otroštvu, nato pa lahko sledita alergijski rinitis in astma. Ta progresija odraža zapleteno interakcijo med genetskimi dejavniki, motnjami kožne pregrade, imunskim sistemom in vplivi iz okolja.

Alergijska astma je kronična vnetna bolezen dihalnih poti, pri kateri se imunski sistem čezmerno odziva na alergene, kar povzroča zoženje dihalnih poti, oteženo dihanje, piskanje v prsih in napade kašlja. Vnetje je povezano z aktivacijo celic imunskega sistema, kot so eozinofili in mastociti, ter s sproščanjem vnetnih mediatorjev, kot so histamin, levkotrieni in citokini. Dolgotrajno vnetje lahko privede do strukturnih sprememb v dihalnih poteh (do t. i. preoblikovanja dihalnih poti), kar prispeva k napredovanju bolezni in večji občutljivosti za dražljaje iz okolja.

Alergijski rinitis (seneni nahod) je kronična vnetna bolezen sluznice nosu, ki nastane zaradi preobčutljivosti za inhalacijske alergene, kot so cvetni prah, hišni prah, živalska dlaka ali plesni. Kaže se s simptomi, kot so kihanje, zamašenost nosu, srbenje in vodeni izcedek iz nosu. Pri mnogih bolnikih je bolezen povezana tudi z vnetjem obnosnih votlin (s sinuzitisom) in poslabšanjem astme. Ker je sluznica nosu neposredno povezana z dihalnimi in s centralnimi živčnimi potmi, lahko dolgotrajno vnetje vpliva tudi na delovanje možganov in kognitivne funkcije.

Atopijski dermatitis je kronična vnetna kožna bolezen, ki se običajno pojavi že v otroštvu, lahko pa vztraja ali se ponovno pojavi v odrasli dobi. Zanj so značilni srbeči, rdeči, suhi in

luščeci se izpuščaji, ki nastanejo zaradi okvare kožne pregrade in nenormalnega imunskega odziva ter tudi neravnovesij v kožni mikrobioti, ki jim imenujemo disbioza. Pri bolnikih s to boleznijo je izražena povečana aktivacija Th2, podtipa celic T pomagalk, ki sproščajo provnetne citokine, kar vodi v dolgotrajno vnetje kože in lahko vpliva na celoten organizem, vključno z živčnim sistemom.



▲ Atopijski dermatitis je kronična vnetna kožna bolezen, ki se običajno pojavi že v otroštvu, lahko pa vztraja ali se ponovno pojavi v odrasli dobi.
Foto: Wikimedia

Vloga kroničnega vnetja in motenj imunskega sistema pri razvoju demence

Demenca je splošen izraz za stanje, ki vključuje upadanje spominskega in kognitivnega delovanja ter motnje v vsakodnevnem funkcioniranju. Alzheimerjeva bolezen je najpogostejša oblika demence, pri kateri prihaja do napredovanja nevrodegenerativnih procesov, kar povzroča postopno izgubo spomina, zmedenost in težave pri obvladovanju vsakdanjih opravil. V zadnjih letih se vse bolj preučuje možna povezava med alergijskimi boleznimi in tveganjem za razvoj demence, zlasti Alzheimerjeve bolezni. Raziskave nakazujejo, da dolgotrajno sistemsko vnetje in spremembe v delovanju imunskega sistema lahko vplivajo na vnetje v možganih (nevroinflamacija),

Amiloidne obloge ali usedline so nenormalne beljakovine, ki se kopičijo v človeških tkivih in organih. Zaradi kopičenja vplivajo na njihovo obliko in delovanje, naberejo pa se lahko po celem telesu ali samo na enem predelu.

kar prispeva k propadu živčnih celic (nevrodegeneracija). Povišane ravni vnetnih citokinov in kronična aktivacija imunskih celic v možganih lahko vodijo k tvorbi amiloidnih oblog in nevrofibrilarnih pentelj, ki so značilne za Alzheimerjevo bolezen.

Citokini so pomembne molekule za delovanje imunskega sistema in zdravja kot celote. Vloga teh beljakovin pri uravnavanju vnetnih procesov, imunskih odzivov in rasti celic je osrednja. Amiloidne obloge ali usedline so nenormalne beljakovine, ki se kopičijo v človeških tkivih in organih. Zaradi kopičenja vplivajo na njihovo obliko in delovanje, naberejo pa se lahko po celem telesu ali samo na enem predelu.

Nevrofibrilarne pentlje ali proteini tau so prav tako ena ključnih nevroloških značilnosti Alzheimerjeve bolezni. Pri običajnem delovanju človeških možganov, proteini tau prispevajo k stabiliziranju notranje strukture nevronov, pri Alzheimerjevi bolezni pa pride do sprememb. Te beljakovine se začnejo nepravilno zvijati in tvorijo pentlje, ki motijo transport hranilnih snovi znotraj nevronov. Zaradi tega nevroni sčasoma odmrejo, kar dodatno prispeva h kognitivnemu upadu.

Tako postaja vse jasneje, da alergijske bolezni ne vplivajo zgolj na dihalo in kožo, temveč lahko povzročijo dolgoročne posledice tudi za zdravje možganov in kognitivne sposobnosti. Pri alergijskih boleznih, zlasti pri atopijskem dermatitisu, je izražena čezmerna aktivacija Th2, podtipa celic T pomagalk, ki sproščajo pro-vnetne citokine. Ti citokini lahko povečajo prepustnost krvno-možganske pregrade, zaščitne plasti, ki preprečuje vstop škodljivih snovi iz krvi v možgane, kar vodi v vnetne procese. To pa lahko pripelje do postopnega poslabšanja spomina in drugih kognitivnih funkcij. Motnje v delovanju citokinov, kot sta interleukin-6 (IL-6) in interleukin-33 (IL-33), lahko povečajo nastanek amiloidnih oblog v možganih, ki so ključni dejavnik pri razvoju Alzheimerjeve bolezni. Interleukini so pomembni medcelični mediatorji, ki sodelujejo zlasti pri komunikaciji med levkociti in tudi drugimi celicami imunskega sistema.



▲ Alzheimerjeva bolezen predstavlja kar 70 odstotkov vseh oblik demence.
Foto: Freepik

Nevrofibrilarne pentlje ali proteini tau so prav tako ena ključnih nevroloških značilnosti Alzheimerjeve bolezni. Pri običajnem delovanju človeških možganov proteini tau omogočajo stabiliziranje notranje strukture nevronov, pri Alzheimerjevi bolezni pa pride do sprememb.

Vpliv mastocitov in histamina na možganske funkcije

Mastociti so posebne vrste imunskih celic, ki so ključne pri alergijskih reakcijah. Ko se aktivirajo, namreč sproščajo različne snovi, med katerimi je najbolj znan histamin – glavna snov, ki povzroča številne alergijske simptome, kot so srbenje, otekanje in rdečica. Poleg histamina mastociti sproščajo tudi serotonin, ki je pomemben živčni prenašalec, ter druge vnetne molekule, ki vplivajo na delovanje telesa. Te snovi lahko vplivajo na prepustnost krvno-možganske pregrade, ki sicer ščiti možgane pred škodljivimi snovmi, in omogočijo vnetnim molekulam, da vstopijo v možgane. To lahko povzroči vnetje v možganih, ki vpliva na delovanje podpornih možganskih celic, znanih kot nevroglialne celice, ter postopno poškoduje živčne celice.

Raziskave so pokazale, da mastociti niso pomembni le pri alergijskih reakcijah, temveč bi lahko bili udeleženi tudi pri razvoju bolezni možganov, kot je Alzheimerjeva bolezen. Zdravila, ki zavirajo aktivacijo mastocitov, po nekaterih ugotovitvah raziskav omogočajo upočasnitev kognitivnega upada pri tej bolezni, kar nakazuje, da bi lahko obstajala povezava med alergijami in spremembami v možganskih. To odpira nove možnosti za raziskave in zdravljenje, ki bi lahko izboljšale zdravje možganov in zmanjšale tveganje za nevrodegenerativne bolezni.

Vaskularne spremembe in tveganje za demenco

Nekatere študije nakazujejo sočasno prisotnost alergijskih obolenj in cerebrovaskularne bolezni, kar podpira domnevo, da so alergijske reakcije lahko pomembne pri razvoju vaskularnih sprememb v možganih. Cerebrovaskularne bolezni združujejo široko skupino bolezni, katerih osnova je oslabilo delovanje možganov zaradi motene prekrvavitve. Vemo, da cerebrovaskularna bolezen povzroči vaskularne spremembe in disfunkcijo krvno-možganske pregrade (BBB), kar poveča prepustnost krvnih žil.

To omogoči prehod vnetnih celic in snovi v možgansko tkivo, kar povečuje vnetje in lahko vodi do poškodb žilnih struktur ter poslabšanja funkcije krvno-možganske pregrade, kar zmanjša pretok krvi v možgane. Kronično pomanjkanje kisika v možganih povzroči kopičenje nevrotoksičnih snovi, kar pospeši propad živčnih celic. Take vaskularne spremembe so pogosto prisotne pri različnih vrstah demence, vključno z Alzheimerjevo boleznijo, saj okvare krvnih žil lahko prispevajo k poslabšanju kognitivnih in duševnih funkcij.

Vpliv antihistaminikov na kognitivne funkcije in tveganje za razvoj demence

Nekatere raziskave nakazujejo, da lahko zdravila, ki se uporabljajo za lajšanje simptomov alergijskih bolezni, povečajo tveganje za razvoj demence. Zlasti antagonisti histaminskih receptorjev H_1 , ki jih delimo na antihistaminike prve in druge generacije, vsebujejo snovi z antiholinergičnimi lastnostmi. Ti učinki so povezani z večjim tveganjem za razvoj demence.

Antiholinergiki so narejeni iz naravnih ali umetnih snovi, katerih glavna naloga je zmanjšati izločanje acetilholina v telesu. Acetilholin je eden najpomembnejših nevrottransmitterjev pri ljudeh in tudi pri številnih drugih organizmih.

Antiholinergični učinek antihistaminikov prve generacije je močnejši, saj blokirajo delovanje nevrottransmitterja acetilholina, kar lahko vodi v slabši spomin in povečuje verjetnost za demenco. Vendar pa raziskave kažejo, da tudi posamezniki, ki ne uporabljajo teh zdravil ali uporabljajo le lokalne kortikosteroide za zdravljenje alergijskih simptomov na koži, izkazujejo večje tveganje za demenco. To nakazuje, da vpliv na kognitivne funkcije izhaja tudi iz alergijske bolezni in ni omejen zgolj na stranske učinke zdravil.



▲ Nekateri raziskave nakazujejo, da lahko določena zdravila (npr. antihistaminiki), ki se uporabljajo za lajšanje simptomov alergijskih bolezni, povečajo tveganje za razvoj demence. Foto: Freepik

Zaključek

Da bi razumeli mehanizme, na podlagi katerih alergijske bolezni vplivajo na možgane, in razvili učinkovitejša preventivna in terapevtska strategija za zmanjšanje tveganja za demenco pri bolnikih s temi boleznimi, so nujne nadaljnje raziskave. Pomembno je raziskati, kako kronično vnetje in disfunkcija imunskega sistema vplivata na možganske strukture, kot so krvno-možganska pregrada in nevroinflamacija. Prav tako pa je pomembno ugotoviti, kako ta proces

Antiholinergiki so narejeni iz naravnih ali umetnih snovi, katerih glavna naloga je zmanjšati izločanje acetilholina v telesu. Acetilholin je eden najpomembnejših nevrottransmitterjev pri ljudeh in tudi pri številnih drugih organizmih.

vpliva na dolgoročne kognitivne funkcije. Pravilno usmerjeno zdravljenje, ki upošteva tako imunološke kot kognitivne vidike, bi lahko v prihodnje pomembno prispevalo k zmanjšanju tveganja za nevrodegenerativne bolezni in k izboljšanju kakovosti življenja bolnikov z alergijskimi boleznimi.

Dominik Škrinjar

Literatura in viri

- Joh HK, Kwon H, Son KY, Yun JM, Cho SH, Han K, Park JH, Cho B. Allergic Diseases and Risk of Incident Dementia and Alzheimer's Disease. *Ann Neurol*. 2023 Feb; 93(2): 384–397. Doi: 10.1002/ana.26506. Epub 2022 Oct 17. PMID: 36093572.
- Božek A, Bednarski P, Jarzab J. Allergic rhinitis, bronchial asthma and other allergies in patients with Alzheimer's disease: unnoticed issue. *Postepy Dermatol Alergol*. 2016 Oct; 33(5): 353–358. Doi: 10.5114/ada.2016.62842. Epub 2016 Oct 21. PMID: 27881942; PMCID: PMC5110626.
- Gwak YS, Kim SY, Woo CE, Shin K, Son E, Kim JW, Kim SJ, Song TJ, Park HR, Kim K, Ko DS, Kim YH. Association between Atopic Dermatitis and Dementia: Evidence from Systematic Review, Meta-analysis, and Mendelian Randomization. *Acta Derm Venereol*. 2025 Jan 3; 105: adv41321. Doi: 10.2340/actadv.v105.41321. PMID: 39749391; PMCID: PMC11697145.
- Magyari A, Ye M, Margolis DJ, McCulloch CE, Cummings SR, Yaffe K, Langan SM, Abuabara K. Adult atopic eczema and the risk of dementia: A population-based cohort study. *J Am Acad Dermatol*. 2022 Aug; 87(2): 314–322. Doi: 10.1016/j.jaad.2022.03.049. Epub 2022 Mar 31. PMID: 35367295.
- Su CH, Huang KH, Yang Y, Gau SY, Chung NJ, Wu PT, Tsai TH, Lee CY. Cumulative Dose Effects of H1 Antihistamine Use on the Risk of Dementia in Patients With Allergic Rhinitis. *J Allergy Clin Immunol Pract*. 2024 Aug; 12(8): 2155–2165. Doi: 10.1016/j.jaip.2024.05.027. Epub 2024 Jun 25. PMID: 38935035.

Predstavitev avtorja



Dominik Škrinjar, dr. med., je mladi zdravnik in diplomant enovitega magistrskega študija, smer Splošna medicina na Medicinski fakulteti Univerze v Mariboru (MF UM). Poleg študijskih obveznosti se je med dodiplomskim študijem intenzivno posvečal znanstvenoraziskovalnemu delu na področju dermatovenerologije, ki ga bo nadgrajeval tudi na podiplomskem doktorskem študiju, smer Biomedicinska tehnologija na MF UM. Aktivno sodeluje tudi z različnimi društvi bolnikov, v okviru katerih pripravlja strokovne prispevke in predavanja s področja dermatovenerologije. Med dozdašnjim študijem je bil aktiven član v mnogih fakultetnih in tudi univerzitetnih organih. V letu 2021 je skupaj s člani Študentskega sveta MF UM ustanovil Sekcijo za raziskovanje in založništvo študentov z namenom promocije in informiranja študentov s področja znanstvenoraziskovalnega dela v medicini. V šestih letih mu je z osebno bibliografijo uspelo zbrati več kot sto različnih referenc. V letu 2022 pa je za študijske, raziskovalne in prostovoljne dosežke prejel tudi nagrado in celoletno štipendijo Fundacije prim. dr. Janka Drževnika pod okriljem Društva za zdravje srca in ožilja za Maribor in Podravje.

29. srečanje z zborom članov DPABS v Občini Hrpelje - Kozina, 24. maj 2025

Letos bomo sestankovali, se družili, pogovarjali in zabavali v Občini Hrpelje - Kozina. Pogostitev in druge aktivnosti bodo v Motelu Finida. Srečanje bo potekalo pod pokroviteljstvom Občine Hrpelje-Kozina in županje Saše Likavec Svetelšek. Da si boste lažje predstavljali, kam se odpravljamo, vam v nadaljevanju opisujemo lepote območja.

Občina Hrpelje - Kozina leži na stičišču treh svetov: Brkinov, Krasa in Čičarije.

Brkini so zelena oaza. Zaradi ugodnih podnebnih razmer in naravnih danosti na tem območju zelo dobro uspeva različno sadje. Gre predvsem za jabolka, slive, hruške in češnje, sadjarji pa so vključeni tudi v Brkinsko sadno cesto. Tukaj lahko poizkusite različne sadne sokove, spoznate skrivnosti žganjekuhe ter geografsko zaščitena Brkinskega slivovca in Kraškega brinjevca.

Z vodnikom si bomo ogledali Mitski park Rodik in se sprehodili po Naravoslovno-zgodovinski učni poti Hrpelje. V interaktivnem centru Mitskega parka Rodik bomo spoznali različne poglede na svet – mitskega, znanstvenega, religioznega in umetniškega.

Za naravoslovno-zgodovinsko učno pot pravijo, da je kot most, ki povezuje preteklost in sedanjost. Ponuja možnost odkrivanja in ohranjanja kulturne dediščine kraja. Na njej pohodniki spoznavajo posebnosti okoliških ljudi in značilnosti njihovega vsakdanjega življenja. Pot vodi skozi staro vaško jedro, kjer si obiskovalci lahko ogledajo arhitekturne posebnosti in zanimivosti. Na koncu vasi pot sprehajalce usmeri na travnike, v gozdove in med druge reliefne posebnosti kraške pokrajine.



▲ Osrednji prostor Občine Hrpelje - Kozina
Foto: arhiv občine



▲ Značilen motiv za Občino Hrpelje - Kozina
Foto: Ankica Čeh



▲ Utrinek iz Mitskega parka Rodik
Foto: Mitski park Rodik

Na Krasu je stik Brkinov z apnenčastim Matarskim podoljem ustvaril slikovito pokrajino s številnimi kraškimi pojavi, potoki in pestrostjo podzemnega sveta. Jama Dimnice je okoli 8 km dolga in 180 m globoka pretočna jama z rovi v dveh nadstropjih. Gre za turistično jamo z zanimivimi kapniki in s pravo zakladnico značilnih kraških pojavov.

Zbor članov DPABS in pogostitev bosta v Motelu Finida, ki je ob glavni cesti v smeri Reke in Trsta. Motel je obdan z gozdovi in s travniki ter ponuja mirno, sproščujoče okolje.



▲ Motel Finida v objemu gozdov in travnikov
Foto: Klemen Verko



▲ Notranjost Motela Finida
Foto: Klemen Verko

URNIK POTOVANJA NA PRIMORSKO

Kot vedno do zdaj bomo tudi letos za **člane DPABS** organizirali **brezplačen prevoz** do kraja srečanja (stroške prevoza pokrije društvo). Spremljevalci, ki niso člani društva, bodo tudi letos plačali del avtobusne vozovnice. Cene prevoza za **nečlane** so pripisane ob vsaki relaciji.

Avtobusi bodo označeni z napisom *Zdrav dih za navdih* in s številko avtobusa.

1. Odhod iz **Nove Gorice** ob 7.45 z avtobusom **št. 1** in iz **Sežane** ob 9.00
Cena prevoza za nečlane: Nova Gorica 7 €, Sežana 3 €
2. Individualni prihod udeležencev iz **Kopra** in **Ilirske Bistrice**
3. Odhod iz **Krškega** ob 6.15 z avtobusom **št. 2**, iz **Novega mesta** ob 7.00, iz **Trebnjega** ob 7.30 in iz **Ivančne Gorice** ob 7.45
Vodi: **Polona Fink Vovk, tel. 041 636 348**
Cena prevoza za nečlane: Krško 17 €, Novo mesto 15 €, Trebnje 14 €, Ivančna Gorica 14 €
4. Odhod iz **Murske Sobote** ob 5.15 z avtobusom **št. 3** in iz **Maribora** ob 6.00
Vodita: **Marjana Celec, tel. 041 452 146** (Murska Sobota), in **Vlado Kodrič, tel. 041 363 874** (Maribor)
Cena prevoza za nečlane: Murska Sobota 26 €, Maribor 20 €
5. Odhod s **Ptuja** ob 5.40 z avtobusom **št. 4**, iz **Celja** ob 6.40 in iz **Domžal** ob 7.40
Vodi: **Marija Kramberger, tel. 031 667 598**
Cena prevoza za nečlane: Ptuj 24 €, Celje 16 €, Domžale 11 €
6. Odhod iz **Slovenj Gradca** ob 5.15 z avtobusom **št. 5**, iz **Velenja** za potnike iz Velenja in Šoštanja ob 6.00, iz **Žalca** ob 6.30 in s **Trojan** ob 7.00
Vodi: **Manca Šmid, tel. 031 651 848**
Cena prevoza za nečlane: Slovenj Gradec 17 €, Velenje 16 €, Žalec 15 €, Trojane 13 €
7. Odhod iz **Radovljice** ob 6.15 z avtobusom **št. 6**, iz **Kranja** ob 6.45 in iz **Komende** ob 7.15
Vodi: **Azra Alibegović, tel. 040 507 786**
Cena prevoza za nečlane: Radovljica 13 €, Kranj 12 €, Komenda 11 €
8. Odhod iz **Ljubljane** ob 7.30 z avtobusom **št. 7**, z **Vrhnike** ob 7.55 in iz **Postojne** ob 8.25
Vodita: **Magdalena Janša, tel. 041 685 901** (Ljubljana), in **Marjanca Černač, tel. 031 234 274** (Postojna)
Cena prevoza za nečlane: Ljubljana 9 €, Vrhnika 7 €, Postojna 4 €

Odhodi avtobusov so z avtobusnih postaj.

Potnike s Ptuja avtobus čaka pod gradom točno ob navedenem času.

Potniki iz Ljubljane se zberejo na parkirišču pri Dolgem mostu na Viču, potniki iz Postojne pa pred črpalko Petrol na Reški cesti pri izvozu z avtoceste Koper–Ljubljana.

Za udeležence bo organizirano kosilo, ki ga bo treba osebno plačati. Cena kosila in dobrodošlice je **16 evrov**, naročeno pijačo plačate posebej. Kosilo in prevoz za nečlane plačate vodji avtobusa (pred prihodom na kraj srečanja), ki vam bo kot potrdilo o plačilu predal bon. Udeleženci, ki boste prišli z lastnim prevozom, boste vse, kar je treba, uredili na srečanju, pri infopultu DPABS.

Program 29. srečanja z zborom članov DPABS

8.45–9.45	Prihod avtobusov in dobrodošlica pri Kulturnem domu Hrpelje, Hrpelje, Reška cesta 14, 6240 Kozina
9.45	Otvoritev srečanja , pozdrav gospe županje Saše Likavec Svetelšek
9.55	Kulturni program
10.10	»Avtobus govori«
10.45	Zbor članov društva Na podlagi 18. člena statuta Izvršni odbor Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije sklicuje redni letni zbor članov. Predvideni dnevni red: • izvolitev delovnega predsedstva (predsednika in dveh članov), verifikacijske komisije, zapisnikarja in dveh overiteljev zapisnika; • poročilo o delu DPABS v letu 2024; • poročilo nadzornega odbora za delo DPABS v letu 2024; • program dela društva v letu 2025; • dodatne volitve v izvršni odbor; • beseda članov in razprava.
11.30–13.30	Aktivni del srečanja Mitski park Rodik (Rodik 6, Kozina – krajša pot) Naravoslovno-zgodovinska učna pot Hrpelje (Reška cesta 30)
13.30	Odhod avtobusov do Motela Finida (Obrov 76, Obrov) Kosilo, glasba

PRIJAVA

Prijavite se lahko do vključno **12. maja** s priloženo prijavnico, ki jo po navadni ali elektronski pošti pošljite Društvu pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije.

Telefonskih prijav ne bomo sprejemali.

Zaradi organizacije poteka srečanja (kosila, avtobusnega prevoza) prijav po navedenem datumu ne bomo sprejemali. Prosimo, da se prijavite tudi, če boste potovali z lastnim prevoznim sredstvom in boste imeli kosilo v organizaciji DPABS. Prijavite tudi spremljevalce, ki bodo potovali z vami.

Na prijavnici obvezno označite zahtevane podatke, pripišite svojo telefonsko številko in jo pošljite po elektronski pošti ali v pisemski ovojnici, na katero **pripišite Prijava za srečanje**.

Prijavljeni člani, spremljevalci in prijatelji DPABS bodo ob neudeležbi brez opravičljivega razloga prejeli položnico za plačilo navedenega zneska.

Ekipa Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije

POMEMBNO!

Prijavnice iz vseh krajev pošljite na naslov društva:
Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije, Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana,
 ali pa izpolnjeno prijavnico fotografirajte ali skenirajte in sliko pošljite
 po elektronski pošti na naslov **prijavnica@dpabs.si**.

PRIJAVNICA NA SREČANJE ČLANOV 2025

Ime in priimek člana/-ice:

Naslov:

Telefon:

E-naslov:

Potujem (označite):

- z avtobusom iz/s/z
- z lastnim prevozom

Potujem (označite):

- sam/-a
- s spremljevalcem (navedite število spremljevalcev:)

Naročam kosilo – mesni meni za oseb.

Naročam kosilo – ribji meni za oseb.

Kosilo bom plačal/-a vodji avtobusa oziroma na blagajni, pri pultu pred začetkom srečanja.

Dodatne informacije, ki nam jih želite sporočiti:

Soglasje za objavo slikovnega gradiva (označite)

Razumem, da se bo srečanje fotografiralo in snemalo, ter soglašam, da se me v okviru srečanja fotografira oziroma posname in slikovno oziroma video gradivo objavi v glasilu društva, na spletni strani društva in v družabnih omrežjih društva za namen promocije in poročanja o srečanju. Razumem tudi, da lahko soglasje kadarkoli prekličem. Slikovno gradivo se ne bo uporabljalo za komercialne namene.

DA NE

Izjavljam tudi, da sem seznanjen/-a z informacijami o obdelavi mojih osebnih podatkov, kot so navedene v nadaljevanju.

Izpolnjeno prijavnico izrežite in pošljite na naslov društva: Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije, Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana, oziroma jo skenirajte ali fotografirajte in pošljite na elektronski naslov prijavnica@dpabs.si.

Prijavljeni, ki se srečanja ne more udeležiti, mora na naslov društva oziroma elektronski naslov to sporočiti čim prej, najpozneje pa sedem dni pred srečanjem. Če se od srečanja ne odjavi pravočasno, se mu zaračuna plačilo morebitnega naročenega kosila.

Datum:

Podpis:

Informacije o obdelavi osebnih podatkov

Namen in podlaga obdelave

1. Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije, Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana, matična številka: 5678030000 (v nadaljevanju društvo) bo v prijavnici navedene osnovne osebne podatke (ime in priimek, naslov bivališča) uporabilo za namene organizacije srečanja – vodenje evidence prijav, zagotovitev prostora, prevoza in prehrane ipd. Podatek o lokaciji vstopa na avtobus potrebujemo za organizacijo vašega prevoza do mesta srečanja.
2. Kontaktne podatke (elektronski naslov in telefonsko številko) bomo uporabili za obveščanje o srečanju (za obvestilo, ali je bila vaša prijava sprejeta, da vam lahko pošljemo podroben program srečanja, vas obvestimo, če bo srečanje odpovedano, in sporočimo druge informacije o srečanju).
3. Podlaga za opisane obdelave osebnih podatkov je »izvajanje pogodbe« ali »zahteva za sklenitev pogodbe«, saj se med društvom in prijaviteljico oziroma prijaviteljem s prijavo vzpostavi določeno pogodbeno razmerje.
4. Uporaba slikovnega in video gradiva udeleženke oziroma udeleženca (v nadaljevanju udeleženca) srečanja temelji na njegovi izrecni privolitvi. Osební podatki se bodo uporabljali le za namen, opredeljen v prijavnici. Če prijavitelj soglasja ne poda, se lahko nemoteno udeleži srečanja, se pa mora ob fotografiranju oziroma snemanju umakniti oziroma fotografa ali snemalca opozoriti, da soglasja ni podal.

Rok hrambe

1. Društvo hrani osebne podatke o udeležencih srečanj do konca srečanja, po koncu srečanja pa še do poteka zastaralnih rokov za sprožitev pravnih sredstev (6 let) iz naslova udeležbe na srečanju. Opisana hramba temelji na t. i. zakonitem interesu, saj lahko društvo zgolj na tak način uveljavlja svoje pravice ali pa se uspešno brani pred zahtevki.
2. Slikovno gradivo društvo hrani ves čas trajanja soglasja in še eno leto po tem, ko je soglasje preklicano. Zgolj na tak način lahko društvo uveljavlja svoje pravice in se uspešno brani pred morebitnimi pravnimi zahtevki.
3. Po poteku navedenih rokov bo društvo osebne podatke udeležencev srečanja izbrisalo, anonimiziralo ali trajno arhiviralo v skladu s predpisi o arhiviranju dokumentarnega gradiva.

Posredovanje osebnih podatkov tretjim osebam

1. Z osebnimi podatki udeležencev srečanj se lahko pri svojem delu seznanijo zaposleni, zunanji sodelavci, prostovoljci ali fizične/pravne osebe, ki društvu nudijo podporne storitve (npr. ponudniki telekomunikacijskih storitev, zunanja pravna služba, organizator prevoza ipd.).
2. Del podatkov o udeležencih srečanj se posreduje financerjem dejavnosti društva ali se financerjem omogoča vpogled v te osebne podatke, če je to pogoj, da društvo pridobi javna sredstva za svoje delovanje. Podlaga za takšno posredovanje osebnih podatkov je zakoniti interes društva, saj gre za pogodbene obveznosti in pogoj za pridobitev sredstev za delovanje. Na zahtevo udeleženca srečanja mu društvo posreduje vsakokratni seznam takšnih financerjev.

Pravice udeležencev srečanj in dodatne informacije

1. Udeleženec srečanja ima pravico do seznanitve z lastnimi osebnimi podatki, njihovim popravkom ter v primeru pogojev, kot so določeni z veljavnimi predpisi, tudi pravico do izbrisa, do omejitve obdelave teh podatkov in do njihove prenosljivosti.
2. Če obdelava osebnih podatkov temelji na soglasju, lahko udeleženec srečanja soglasje kadarkoli prekliče tako, da o tem obvesti društvo na e-naslov drustvo@dpabs.si ali na naslov Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije, Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana.
3. Če obdelava osebnih podatkov temelji na »zakonitem interesu«, lahko posameznik ugovarja pri društvu, če meni, da njegov interes, upoštevajoč njegov konkretni položaj, prevlada nad interesom društva in bo društvo njegovo situacijo individualno obravnavalo.
4. Udeleženec dogodka ima tudi pravico do pritožbe glede obdelave njegovih osebnih podatkov v društvu. Pritožba se lahko naslovi na Informacijskega pooblaščenca, Dunajska cesta 22, 1000 Ljubljana, Slovenija (spletna stran www.ip-rs.si).
5. Društvo udeležencu srečanja na podlagi njegove zahteve omogoči vpogled v to podpisano izjavo in pojasnila ter mu izroči kopijo.

PULMOCENTER

Slovenska c. 38b
1234 Mengeš

**Inhalatorji
za otroke in odrasle**



**Enostavno
in
učinkovito
zdravljenje
z
inhalacijami**



**Obiščite
nas! Vsi
nasveti so
brezplačni**



**Pokličite
nas!
01/7230 812**



PHILIPS



Ugodnosti za člane DPABS v letu 2025

TERME KRKA



šmarješke toplice



talaso strunjan



dolenjske toplice

V razkošju narave Šmarjeških Toplic in Dolenjskih Toplic ter strunjanskih klifov si boste nabrali novih moči in se nadihali svežega, čistega zraka.

Terme Krka za člane društva in njihove spremljevalce priznavajo **10 odstotkov** popusta na veljavne cene **zdravstvenega programa in namestitve** (z izjemo akcijskih ponudb) v Termah Dolenjske Toplice, Termah Šmarješke Toplice in Talasu Strunjan.

Skupni seštevek popustov za namestitve lahko poleg že navedenega popusta vključuje še dodatnih **10 odstotkov** popusta za upokoјence (pri bivanju najmanj pet noči) in **10 odstotkov** popusta na članstvo v Klubu Terme Krka.

Odpoved rezervacije je član DPABS dolžan posredovati v recepcijo izbranega hotela sedem dni pred začetkom predvidenega bivanja. Ugodnosti priznavajo članom DPABS in njihovim spremljevalcem ob **predložitvi veljavne članske izkaznice DPABS**.

Individualne rezervacije član opravi pri Kontaktnem centru Term Krka (tel. 08 20 50 300, e-naslov: booking@terme-krka.eu) z obvezno navedbo, da je član društva DPABS.

Terme VIVAT – SONČNI PARK, Moravske Toplice



Terme VIVAT v Moravskih Toplicah ponujajo prijetno bivanje in kopanje v toplem objemu termalne vode, sprehode po številnih okoliških gričih, kolesarjenje po označenih in urejenih kolesarskih poteh ter edinstvenost prekmurske kulinarike ob prijaznosti ljudi, ki tam živijo.

Ugodnosti za člane društva in njihove družinske člane:

- 15-odstotni popust na vse aktualne pakete, objavljene na spletni strani Term Vivat <https://vivat.si/paketi-akcije>. Popusti se med seboj izključujejo.
- 15-odstotni popust na redne cene za dnevne obiskovalce v kopališču Term Vivat, salonu Tawan, wellness centru Vivat, svetu savn Term Vivat. Popusti se obračunajo od osnovnih cen in se med seboj izključujejo. Popusti veljajo na standardne kopalne karte in veljajo tudi za družinske člane.

Rezervacije: 02 538 21 00, info@vivat.si



PULMODATA

**Mengeš, in prodajni salon PULMOCENTER,
Slovenska cesta 38 b, Mengeš**

Podjetje PULMODATA, d. o. o., Mengeš, v svojem prodajnem salonu PULMOCENTER v središču Mengša na Slovenski cesti 38 b ponuja vse pripomočke za lajšanje dihalnih težav in strokovno podporo pri njihovi uporabi. Vsi nasveti v PULMOCENTRU so brezplačni.

Podjetje PULMODATA, d. o. o., Mengeš, ponuja **10 %** popusta pri nakupu vseh artiklov v prodajnem salonu PULMOCENTER v Mengšu. Za nekatere artikle, ki bodo v prodajnih akcijah, pa bodo priznali kar **15 %** popusta.



GH DONAT, Rogaška Slatina



V Grand hotelu DONAT Superior v Rogaški Slatini priznavajo članom našega društva in spremljevalcem 10-odstotni popust na že znižane cene po akcijskem ceniku, ki veljajo ob bivanju najmanj dve nočitvi.

Akcijska cena za 2 nočitvi, za 2 osebi s polpenzionom v dvoposteljni sobi v Grand hotelu DONAT Superior v Rogaški Slatini je 312,00 €. Na to ceno članom društva priznavajo še 10-odstotni popust.

Akcijska cena za 2 nočitvi, za 1 osebo s polpenzionom v enoposteljni sobi v Grand hotelu DONAT Superior v Rogaški Slatini je 220,00 €. Na to ceno članom društva priznavajo še 10-odstotni popust.



Cene vključujejo:

- nočitve s polpenzionom (zajtrk in večerja),
- koriščenje bazena in fitnesa,
- prost vstop v svet savn,
- brezplačno parkirno mesto pred hotelom,
- wi-fi internet,
- prost vstop v Casino Fontana.

Obvezni doplačili sta prijavnina in turistična taksa. Ugodnosti se priznavajo **ob predložitvi članske izkaznice DPABS**.

Informacije in rezervacije: 03 811 3000 ali 051 696 269, info@ghdonat.com

SOLNI CENTRI

Pet solnih centrov v različnih krajih članom našega društva omogoča solne terapije po ugodnejši ceni.

Na prvo (spoznavno) terapijo priznavajo 50 % popusta.



Če se odločimo za nadaljnje terapije, imamo ob nakupu desetih terapij še tri terapije brezplačno.

Paket terapij je treba izkoristiti v enem letu od dneva nakupa. Za terapije se je treba naročiti.

LJUBLJANA

Center solnih terapij, Krivec 5, Ljubljana
www.solna-terapija.si, tel.: 040 845 138

KRANJ

Solna soba Salvita
Ljubljanska cesta 35 a, Kranj
www.salvita.si, tel.: 051 235 857

MARIBOR

Solni kristal, Češka ulica 14, Maribor
www.solni-kristal.si, tel.: 070 682 382

RADOVLJICA

Solna hiša, Kopališka cesta 5, Radovljica
www.solnahisa.si, tel.: 051 281 830

MOZIRJE

Solni planet, Na trgu 51, Mozirje
www.solni-planet.si, tel.: 041 324 507

AJDOVŠČINA

Solni objem
Tovarniška cesta 2 b, Ajdovščina
E-naslov: solni.objem@gmail.com,
tel.: 040 850 016

FUTUNATURA



FutuNatura je spletna trgovina s širokim asortimentom izdelkov za zdravje.

Za člane društva omogočajo nakup po ugodnejši ceni.

Za nas so oblikovali kodo za 19-odstotni popust na vse izdelke iz njihove ponudbe. Koda je **DPABS19**.

Izdelke lahko naročite na spletni strani www.futunatura.si, po telefonu 01 828 48 95 ali na info@futunatura.si.

Kako pri naročilu unovčite kodo za popust?

Pri naročanju na spletni strani kodo za popust ali ugodnost vnesete v košarici, pri prvem koraku, v okvirček na desni in kliknete gumb Potrdi.

Pri telefonskem naročanju ali naročanju po e-pošti kodo ustno ali pisno posredujete svetovalcu.

Za dodatne informacije se lahko obrnete na FutuNatura.

TERME ZREČE



Terme Zreče z urejenimi površinami, s prečudovitim hotelskim kompleksom v objemu gozdov na Rogli ponujajo različne ugodnosti med bivanjem ali pa zgolj obiskom in uporabo športnih kompleksov na Rogli.



Za člane DPABS so na voljo nekatere posebne ugodnosti:

- **10 %** popusta glede na redne cene vseh penzijskih storitev na Rogli in v Termah Zreče,
 - **10 %** popusta za športne storitve ter
- **10 %** popusta glede na redni cenik za vstop v bazen in savne KTC Rogla.

MEDICOTEHNA



MEDICOTEHNA

Medicotehna, d. o. o.
Zadobrovska cesta 42 a
1260 Ljubljana

Tel.: 01 529 15 43
Faks: 01 529 15 46

info@medicotehna.si
www.medicotehna.si

Podjetje **Medicotehna, d. o. o., Zadobrovska cesta 42 a, 1260 Ljubljana Polje**, nudi vsem članom naslednje ugodnosti:

- ob najemu vseh medicinskih pripomočkov najmanj **10 % popusta**,
- ob nakupu novih medicinskih pripomočkov najmanj **10 % popusta**.

V poslovalnici na Zadobrovske cesti 42 a, Ljubljana Polje, ob predhodni najavi vsem članom nudimo tudi nasvete v zvezi s pripomočki, ki jih tržimo.

Ob nakupu se član predstavi z veljavno člansko kartico. Popusti se ne seštevajo.

TERME SNOVIK



V prelepo Tuhinjsko dolino v bližini Kamnika vabijo prijetne Terme Snovik, kjer se lahko razvajamo v bazenih s termalno vodo in se sproščamo ob njihovih storitvah wellnessa.

Članom DPABS in njihovim ožjim družinskim članom v Termah Snovik priznavajo:

- 15-odstotni popust na redne kopalne karte (popust ne velja na prenosljive in družinske vstopnice, darilne vrednostne bone in kopalno paketno ponudbo);
- 15-odstotni popust na vse wellness storitve (masaže, savne, kozmetične storitve, fizioterapijo, knajpanje), ne pa na paketne storitve wellness;
- 10-odstotni popust na aktualno ponudbo za bivanje ali zajtrk v restavraciji/zajtrkovalnici Potočka. Popust ne velja za kosila ali večerje.

Popusti veljajo na redne cene (ne na doplačila) in se ne seštevajo.

BIOTERME Mala Nedelja



Bioterme Mala Nedelja priznavajo članom DPABS in ožjim družinskim članom, ki koristijo ugodnosti skupaj s članom:

- 20-odstotni popust na redni cenik kopaliških storitev v termalnem parku Bioterme Mala Nedelja
- 10-odstotni popust na cenik pripravljenih aranžmajev in redni cenik nastanitve v *glamping naselju Sončna dolina* in *Hotelu Bioterme*.

Ugodnosti ne veljajo med počitnicami in prazniki.



MOJI ŠTRUKLJI SLOVENIJE

Moji Štruklji Plečnikove arkade

Štrukljarnica Moji štruklji Slovenije je v središču Ljubljane, pod Plečnikovimi arkadami na centralni tržnici. Tu za vas pripravljamo več kot 25 vrst tradicionalnih slovenskih in modernih štrukljev iz različnih vrst testa, s kremastimi ali klasičnimi nadevi in prelivi, ob katerih si človek oblizne vsak prst posebej.

Poleg štrukljev vam nudimo tudi različne domače enolončnice, ki so pripravljene iz domačih in lokalnih sestavin. Vsi štruklji in enolončnice so sveže pripravljene in namenjeni takojšnjemu zaužitju, lahko pa jih tudi odnesete s seboj za malico ali z njimi doma presenetite z nadvse okusnim kosilom.

Moji štruklji MAXI

Z navdušenjem vas vabimo v našo novo štrukljarnico Moji štruklji Maxi, ki je v južnem delu Maximarketa v prostorih prejšnje restavracije Romansa 1971. Naša nova enota je rezultat strastne zavezanosti kakovostni storitvi in slovenskim pridelovalcem.

Moji štruklji BTC, pokrita tržnica

Štrukljarnica Moji štruklji BTC je v zunanjem, pokritem delu tržnice BTC City. Tu vam postrežemo z več kot 25 vrstami štrukljev (tako s sladkimi in slanimi okusi, pa tudi z veganskimi različicami).

Moji štruklji Deteljica

Štrukljarnica Deteljica je v trgovskem centru Deteljica v Bistrici pri Trzinu. Tu za vas pripravljamo več kot 25 vrst tradicionalnih slovenskih in modernih štrukljev iz različnih vrst testa, s kremastimi ali klasičnimi nadevi in prelivi, ob katerih si človek oblizne vsak prst posebej. Poleg štrukljev vam nudimo tudi različne domače enolončnice, ki so pripravljene iz domačih in lokalnih sestavin. Vsi štruklji in enolončnice so sveže pripravljene in namenjeni takojšnjemu zaužitju, lahko pa jih tudi odnesete s seboj.

Tu si prav tako lahko izberete štruklje »na kilo«. Ponujamo vse okuse, ki so trenutno na voljo, izberete si lahko pol »štruco štruklja« ali kar celo štruco. Štruklje doma preprosto pogrejete nad soparo v desetih minutah. To je vsa umetnost, čaka pa vas super kosilo, malica ali sladica.

Ob nakupu v naših poslovalnicah (BTC, Plečnikove arkade, Maxi in Deteljica) vam nudimo **15-odstotni popust na našo redno ponudbo** (popust ne velja za jutranje kave, akcije in malice). Popusti se ne seštevajo.

Pred nakupom se član predstavi z veljavno člansko kartico.



PODATKI O DAVČNEM ZAVEZANCU

(ime in priimek)

--	--	--	--	--	--	--	--

(davčna številka)

(podatki o bivališču: naselje, ulica, hišna številka)

(elektronski naslov)

(poštna številka in ime pošte)

(telefonska številka)

ZAHTEVA

za namenitev dela dohodnine za donacije

upravičencu:

Ime oziroma naziv upravičenca	Davčna številka upravičenca								Odstotek (%)
Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije	8	0	2	3	8	9	5	5	1

V/Na _____, dne _____

podpis zavezanca/-ke

Na letnem zboru so člani Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije predlagali, naj vsak član društvu pomaga tako, da sam in prav tako njegovi svojci namenijo del dohodnine za donacijo društvu.

Davčna zakonodaja davčnim zavezancem omogoča, da en odstotek odmerjene dohodnine sami razporedijo (donirajo) organizacijam, ki delujejo v širše dobro. Če te možnosti ne izkoristijo, denar ostane v državnem proračunu. Davčni zavezanci so tisti, ki vsako leto od Finančne uprave Republike Slovenije po pošti prejmejo izračun dohodnine. Če je odmerjena dohodnina v višini nič evrov, je tudi znesek donacije nič evrov.

Namenitev dohodnine vas nič ne stane, v društvu pa sredstva potrebujemo za rehabilitacijo in pomoč bolnikom s pljučnim rakom, kronično obstruktivno pljučno boleznijo, z astmo ter drugimi pljučnimi in alergijskimi obolenji. Izjemno pomemben del naše dejavnosti je tudi ozaveščanje učencev in dijakov o škodljivosti kajenja.

Del dohodnine lahko našemu društvu namenite tako, da izpolnite ta obrazec in ga po pošti pošljete na naslov: Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije, Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana.

Možnost je tudi, da izpolnjen obrazec sami oddate na svoj finančni urad ali pa ga oddate v spletni aplikaciji eDavki. Več informacij lahko dobite na naši telefonski številki 01 427 44 44.

Prazen obrazec fotokopirajte in povabite svojce, da ga tudi oni izpolnijo.

Iskrena hvala za vašo podporo. Skupaj lahko naredimo več.

Spoštovana članica, spoštovani član!

V našem društvu združujemo bolnike z boleznimi dihal in alergijami. Izvajamo različne programe, s katerimi vam pomagamo pri lažšanju težav in izboljšanju kakovosti življenja. Ker pri tem obdelujemo tudi vaše osebne podatke, vam, skladno s Splošno uredbo o varstvu podatkov, podajamo informacije o njihovi obdelavi.

Informacije o obdelavi osebnih podatkov

Namen in podlaga obdelave

1. Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije, Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana, matična številka 5678030000 (v nadaljevanju društvo), bo osebne podatke v pristopni izjavi (ime in priimek, datum rojstva, naslov prebivališča, kontaktne podatke, podatke o tem, v kakšni vlogi oseba vstopa v društvo – kot bolnik, družinski član bolnika, podpornik društva ipd.) uporabilo za namene identifikacije osebe, ki želi postati članica oziroma član (v nadaljevanju član) društva, prilagoditve programov in razvrstitve članov pri vključevanju v programe in različne dejavnosti, srečanja in dogodke društva, obveščanja o sprejemu v članstvo, delovanja društva in obveščanja o dejavnostih društva, sejah društvenih organov, območnih srečanjih ter za namene izvajanja pravic in obveznosti do članov društva.
2. Posebni osebni podatki o vrsti bolezni oziroma alergije se obdelujejo z namenom, da članom ponudimo za njih ustrezen program oziroma jih razvrstimo v ustrezne podporne skupine in z namenom lažje organizacije dejavnosti, prilagojenih posameznim boleznim.
3. Podlaga za prej opisane obdelave osebnih podatkov je »izvajanje pogodbe« ali »zahteva za sklenitev pogodbe«, saj se med društvom in članom z njegovo včlanitvijo vzpostavi določeno pogodbeno razmerje.
4. Podatek o telefonski številki bo društvo v primeru prijave v posamezni program oziroma na dogodek uporabilo za namene organizacije dogodka in obveščanje o spremenjenih okoliščinah dogodka.
5. Podatek o vašem spolu bo društvo uporabilo zgolj za namen lažjega naslavljanja pri komunikaciji. Te podatke bo društvo obdelovalo izključno na podlagi izrecne privolitve člana, ki jo ta izrazi tako, da izpolni sicer neobvezno polje v pristopni izjavi.
6. Uporaba slikovnega gradiva člana temelji na izrecni privolitvi člana. Osebni podatki se bodo uporabljali le za namen, opredeljen v pristopni izjavi. Če član soglasja ne poda, to ne vpliva na njegove pravice, je pa njegova dolžnost, da se na dogodkih društva ob fotografiranju sam umakne.

Rok hrambe

1. Društvo hrani osebne podatke o svojih članih ves čas trajanja članstva, po prenehanju članstva pa do poteka zastaralnih rokov za sprožitev pravnih sredstev (6 let) iz naslova članstva v društvu. Po poteku tega roka se osebni podatki o članih hranijo še nadaljnjih 5 let kot dokumentarno gradivo društva o tem, kdo so bili njegovi člani, ki so sodelovali pri upravljanju. Opisana hramba temelji na t. i. zakonitem

interesu, saj lahko društvo zgolj na tak način uveljavlja svoje pravice ali pa se uspešno brani pred zahtevki ter lahko zgolj na tak način zagotavlja poslovni arhiv društva.

2. Slikovno gradivo društva hrani ves čas trajanja soglasja in še eno leto po tem, ko je soglasje preklicano. Zgolj na tak način lahko društvo uveljavlja svoje pravice in se uspešno brani pred morebitnimi pravnimi zahtevki.
3. Po poteku prej opisanih rokov bo društvo osebne podatke članov izbrisalo, anonimiziralo ali trajno arhiviralo v skladu s predpisi o arhiviranju dokumentarnega gradiva.

Posredovanje osebnih podatkov tretjim osebam

1. Z osebnimi podatki članov se lahko pri svojem delu seznanijo zaposleni, zunanji sodelavci, člani društva (ki so člani organov društva), področni koordinatorji, prostovoljci ali fizične/pravne osebe, ki društvu nudijo podporne storitve (npr. računovodski servis, vzdrževalec spletne strani ipd.).
2. Del podatkov o članih se posreduje financerjem dejavnosti društva ali se financerjem omogoča vpogled v te osebne podatke, če je to pogoj, da društvo pridobi javna sredstva za svoje delovanje. Podlaga za tako posredovanje osebnih podatkov je zakoniti interes društva, saj gre za pogodbene obveznosti in pogoj za pridobitev sredstev za delovanje. Na zahtevo člana mu društvo posreduje vsakokratni seznam takih financerjev.

Pravice članov in dodatne informacije

1. Član ima pravico do seznanitve z lastnimi osebnimi podatki, njihovim popravkom ter v primeru pogojev, kot so določeni z veljavnimi predpisi, tudi pravico do izbrisa, do omejitve obdelave teh podatkov in do njihove prenosljivosti.
2. Če obdelava osebnih podatkov temelji na soglasju, lahko član soglasje kadarkoli prekliche tako, da o tem obvesti društvo na e-naslov drustvo@dpabs.si ali na naslov Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije, Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana.
3. Če obdelava osebnih podatkov temelji na »zakonitem interesu«, lahko posameznik ugovarja pri društvu, če meni, da njegov interes, upoštevajoč njegov konkretni položaj, prevlada nad interesom društva in bo društvo njegovo situacijo individualno obravnavalo.
4. Član ima tudi pravico do pritožbe na obdelavo njegovih osebnih podatkov v društvu. Pritožba se lahko naslovi na Informacijskega pooblaščenca, Dunajska cesta 22, 1000 Ljubljana, Slovenija (spletna stran: www.ip-rs.si).
5. Društvo članu na podlagi njegove zahteve omogoči vpogled v to podpisano izjavo in pojasnila ter mu izroči kopijo.

Postanite član/-ica Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije (DPABS)

Za člane je brezplačna strokovno vodena vadba v različnih krajih po Sloveniji, podpora in izmenjava izkušenj v skupinah za posamezne bolezni, območne aktivnosti in druženja, šola astme in KOPB, pomoč zdravnika po telefonu, različni popusti in ugodnosti s člansko izkaznico, glasilo Zdrav dih za navdih in druga informativna gradiva ter sodelovanje v interesnih skupinah.

Izpolnjeno in podpisano pristopno izjavo pošljete po e-pošti na prijavnica@dpabs.si ali na naslov društva Koprška ul. 94, 1000 Ljubljana, lahko pa jo izpolnite tudi na spletni strani www.dpabs.si/sl/postani-clan. Po prejemu pristopne izjave vam bomo poslali dopis s položnico za plačilo članarine, ki znaša 15 evrov letno. Za dodatne informacije lahko pokličete v društvo na telefonsko številko 01 427 44 44.

PRISTOPNA IZJAVA

**Spodaj podpisani/-a želim postati član/-ica Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije (DPABS).
PROSIMO, DA PRIJAVNICO ČITLJIVO IZPOLNITE Z VELIKIMI TISKANIMI ČRKAMI.**

Ime:* Priimek:*

Spol* (označite): ŽENSKI ☐ MOŠKI ☐ Datum rojstva:*

Ulica in hišna številka:*

Kraj, številka pošte:*

E-naslov:* Telefon/GSM:*

Katera je pljučna bolezen oz. alergija, zaradi katere se zdravite? (Označite.)

A astma ☐ B KOPB ☐ C pljučni rak ☐ Č intersticijska pljučna bolezen ☐ D alergijsko obolenje ☐

E drugo

V društvo pristopam kot (obkrožite):

A bolnik ☐ B družinski član bolnika ☐ C podpornik društva ☐ Č drugo

*Kje ste izvedeli za Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije?**

Podatki, označeni z zvezdico (*), so obvezni, drugi so zaželeni.

Soglasje za objavo slikovnega gradiva v spletu (označite) DA ☐ NE ☐

Soglašam, da se me v okviru izvajanja dejavnosti Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije (v nadaljevanju društvo) fotografira oziroma posname in slikovno oziroma video gradivo objavi v glasilu društva, na spletni strani društva ali v družbenih omrežjih društva za namen promocije in poročanja o delovanju društva. Razumem tudi, da lahko soglasje kadarkoli prekličem. Slikovno gradivo se ne bo uporabljalo za komercialne namene.

Izjavljam tudi, da:

- ✓ sem seznanjen/-a z informacijami o obdelavi mojih osebnih podatkov, kot so navedene na hrbtni strani, in
- ✓ bom društvu sporočil/-a vsako spremembo svojih kontaktnih podatkov,
- ✓ bom ravnal/-a v skladu s statutom društva in splošnimi akti društva ter v skladu z njihovimi bodočimi spremembami,
- ✓ bom redno plačeval/-a članarino.

Datum:

Podpis:

Izdajatelj
Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije – DPABS
Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana
E-naslov uredništva: urednistvo@dpabs.si
Urednik: Andrej Božič
Odgovorna urednica: Metka Nežič
Uredniški odbor:

- Breda Prunk Franetič – zdravje otrok in mladine
- Ema Mušič – alergologija
- Metka Nežič – društvena dejavnost
- Nadja Triller – pulmologija
- Neda Luznar – zdravo življenje
- Tanja Redja – zdravo življenje

Lektoriranje: Megamoment, d. o. o. (Za jezikovno pravilnost oglasov odgovarjajo oglaševalci.)
Grafčna priprava in tisk: Salve, d. o. o., Ljubljana
Fotografija na naslovnici: Ankica Čeh, arhiv Občine Hrpelje - Kozina, Brkini,
Značilen motiv za Občino Hrpelje - Kozina
Druge fotografije, če ni navedeno drugače: avtor prispevka ali arhiv DPABS
Prostovoljne prispevke in donacije lahko nakažete na transakcijski račun
S156 0204 5001 8294 003, ki je odprt pri Novi Ljubljanski banki.
Davčna številka DPABS: **80238955**
April 2025
Program in delovanje sofinancira FIHO.



Injekcija ali infuzija?

Različni načini apliciranja bioloških zdravil

19+ milijonov ljudi na svetu živi z rakom¹

Napredki v medicini se ne kažejo samo kot nove možnosti zdravljenja, temveč tudi kot nove možnosti aplikacije zdravil.

Intravenska infuzija



30 minut → nekaj ur

- Večina onkoloških zdravil je na voljo v obliki intravenske infuzije²
- Po isti intravenski poti lahko damo več različnih zdravil³

Podkožna injekcija



→ nekaj minut

- Zdravilo lahko injiciramo v podkožje v nekaj minutah³
- Manj bolečine in nelagodja ob aplikaciji v primerjavi z intravensko infuzijo³
- Omogoča aplikacijo zdravil tudi bolnikom z oteženim venskim dostopom³

Literatura:

- 1 Globocan, All cancers fact sheets. <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/cancers/39-All-cancers-fact-sheet.pdf>. Dostopano januarja 2024.
- 2 Healthline, Intravenous Medication Administration: What to Know. July 2021. Available at: <https://www.healthline.com/health/intravenous-medication-administration-what-to-know>. Dostopano januarja 2024.
- 3 Leveque D. Subcutaneous Administration of Anticancer Agents. Anticancer Research. 2014; 34 (4) 1579-86.



Sproži **ALARM** za intersticijsko pljučno bolezen

Intersticijska pljučna bolezen je izraz za skupino več kot 200 bolezni, ki lahko povzročijo vnetje in brazgotinjenje (fibrozo) pljuč.¹

Ko se zabrazgotinjeno tkivo kopiči, pljuča postanejo vse trša in izgubijo svojo elastičnost, zaradi česar je vse težje dihati, tudi v mirovanju.^{2,3,4}

Večina intersticijskih pljučnih bolezni povzroča nepopravljive poškodbe pljuč.¹ Nekatere od njih so progresivne, kar pomeni, da se stanje s časom hitro slabša.^{1,5} Za to vrsto hitro napredujočih intersticijskih pljučnih bolezni uporabljamo izraz **progresivna pljučna fibroza.**⁶

Ne spreglejte znakov pljučne fibroze!⁷



suh kašelj



težka sapa



utrujenost



postopno,
nenamerno hujšanje

Pljučna fibroza je pogosto napačno diagnosticirana, saj so njeni simptomi lahko podobni simptomom drugih pljučnih bolezni.⁷

Sproži alarm za intersticijsko pljučno bolezen: zgodnje odkrivanje in zgodnje zdravljenje upočasni nepopravljivo škodo in omogoča boljšo kakovost življenja.⁸⁻¹¹

Literatura: 1. Cleveland Clinic. Interstitial lung disease: Symptoms, causes, tests and treatment [Internet]. 2022. <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/17809-interstitial-lung-disease> [Zadnji dostop: 2.april 2024]. 2. Savin IA, Zenkova MA, Sen'kova AV. Pulmonary Fibrosis as a Result of Acute Lung Inflammation: Molecular Mechanisms, Relevant In Vivo Models, Prognostic and Therapeutic Approaches. *Int J Mol Sci.* 2022 Nov 29;23:14959. 3. Asthma + Lung UK. What is pulmonary fibrosis? [Internet]. <https://www.asthmaandlung.org.uk/conditions/pulmonary-fibrosis/what-pulmonary-fibrosis> [Zadnji dostop: 14.avgust 2024]. 4. American Lung Association. Pulmonary Fibrosis Progression and Exacerbation [Internet]. <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-fibrosis/patients/living-well-with-pulmonary-fibrosis/progression-and-exacerbation> [Zadnji dostop: 14.avgust 2024]. 5. Copeland CR, Lancaster LH. Management of Progressive Fibrosing Interstitial Lung Diseases (PF-ILD). *Front Med (Lausanne).* 2021 Oct 13;8:743977. doi: 10.3389/fmed.2021.743977. 6. Raghu G, et al. Idiopathic Pulmonary Fibrosis (an Update) and Progressive Pulmonary Fibrosis in Adults: An Official ATS/ERS/JRS/ALAT Clinical Practice Guideline. *Am J Respir Crit Care Med* 2022;205:e18–47. 7. American Lung Association. Symptoms of Pulmonary Fibrosis [Internet]. <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-fibrosis/introduction/symptoms> [Zadnji dostop: 14.avgust 2024]. 8. American Lung Association. Interstitial Lung Disease (ILD) [Internet]. <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/interstitial-lung-disease> [Zadnji dostop: 14.avgust 2024]. 9. Cottin V, Hirani NA, Hotchkiss DL, et al. Presentation, diagnosis and clinical course of the spectrum of progressive-fibrosing interstitial lung diseases. *Eur Respir Rev.* 2018 Dec 21;27(150):180076. doi: 10.1183/16000617.0076-2018. 10. Castellino FV, Moua T. Detection and Management of Interstitial Lung Diseases Associated With Connective Tissue Diseases. *ACR Open Rheumatol.* 2021 May; 3(5):295–304. 11. Hoyer N, Prior TS, Bendstrup E, et al. Risk factors for diagnostic delay in idiopathic pulmonary fibrosis. *Respir Res.* 2019 May 24;20(1):103. doi: 10.1186/s12931-019-1076-0.