

Srednja zdravstvena in kozmetična šola Celje

Ipavčeva ulica 10

3000 Celje



**INFORMIRANOST DIJAKOV SREDNJE ZDRAVSTVENE IN
KOZMETIČNE ŠOLE CELJE O POZNAVANJU
HODGKINOVEGA LIMFOMA**

**AWARENESS OF STUDENTS OF THE SECONDARY SCHOOL OF
NURSING AND COSMETOLOGY CELJE ABOUT KNOWLEDGE OF
HODGKIN'S LYMPHOMA**

PODROČJE: farmacija, medicina ali zdravstvo

AVTOR: Gal Centrih, 2. gb

MENTOR: Peter Čepin Tovornik, dipl. zn., dipl. san. inž.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2025

KAZALO

KAZALO VSEBINE

KAZALO.....	2
KAZALO VSEBINE	2
KAZALO SLIK.....	3
KAZALO GRAFOV	3
ZAHVALA	5
POVZETEK	6
ABSTRACT	7
1 UVOD.....	8
1.1 NAMEN IN CILJI RAZISKOVALNE NALOGE	8
1.2 HIPOTEZE	9
1.3 METODE DE LA	9
1.3.1 Metoda dela z viri in literaturo	9
1.3.2 Metoda anketiranja	10
1.3.3 Metoda obdelave podatkov.....	10
2 TEORETIČNI DEL	11
2.1 ZGODOVINA HODGKINOVEGA LIMFOMA	11
2.2 HODGKINOV LIMFOM IN SORODNA OBOLENJA.....	11
2.3 ZNAKI IN SIMPTOMI	12
2.3.1 Znaki.....	12
2.3.2 Simptomi	13
2.4 VZROKI ZA NASTANEK BOLEZNI.....	13
2.5 ZDRAVLJENJE.....	14
2.5.1 Avtologna presaditev matičnih celic pri Hodgkinovem limfomu.....	15
2.6 PREVENTIVA.....	16
3 EMPIRIČNI DEL	17
3.1 VZOREC	17
3.2 ČAS RAZISKAVE	17
3.3 OBDELAVA PODATKOV	17
3.4 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA	17

3.5 INTERVJU Z GOSPO KRISTINO MODIC	28
3.6 INTERVJU Z GOSPO ANO GOBEC	32
3.7 RAZPRAVA.....	35
4 ZAKLJUČEK	38
5 VIRI IN LITERATURA	40
5.1 KNJIŽNI IN SPLETNI VIRI	40
5.2 VIRI SLIK	40
6 PRILOGA.....	42

KAZALO SLIK

Slika 1: Thomas Hodgkins	11
Slika 2: Celica z beljakovino CD20, ki izgleda kot pokovka in pove zdravniku, da gre za Hodgkinov limfom	12
Slika 3: Povečane bezgavke	13
Slika 4: Helicobacter pylori.....	14
Slika 5: Kemoterapija	15
Slika 6: Intervju z gospo Kristino Modic	32
Slika 7: Intervju z gospo Ano Gobec.....	34

KAZALO GRAFOV

Graf 1: Ali ste že slišali za Hodgkinov limfom?	18
Graf 2: Ali poznate osebo z Hodgkinovim limfomom?	18
Graf 3: Kje ste prvič slišali za Hodgkinov limfom?	19
Graf 4: Med katera obolenja spada Hodgkinov limfom?	19
Graf 5: Kako pogosto se po vašem mnenju pojavlja Hodgkinov limfom?	20
Graf 6: Kateri starostni skupini sta po vašem mnenju najbolj izpostavljeni Hodgkinovemu limfomu?.....	20
Graf 7: Ali je po vašem mnenju potrebno ozaveščanje dijakov na področju te bolezni?....	21
Graf 8: Na kakšne načine bi lahko o vašem mnenju ljudi še bolj ozavestili o Hodgkinovem limfomu?.....	21

Graf 9: Menite, da imajo oboleli s Hodgkinovim limfomom slabše pogoje za zaposlitev?	22
Graf 10: Menite, da so oboleli za Hodgkinovim limfomom prikrajšani pri aktivnostih, kot so šport, zabava itd.....	22
Graf 11: Menite, da se lahko Hodgkinov limfom deduje?	23
Graf 12: Menite, da lahko kot mladostnik zbolite za Hodgkinovim limfomom?.....	23
Graf 13: Kaj lahko kot posameznik storite, da ne zbolite za Hodgkinovim limfomom?	24
Graf 14: Ozaveščanje mladine o obolenjih v šoli.....	24
Graf 15: Obisk institucij, kjer se nahajajo bolniki.....	25
Graf 16: Izvajanje samopregledovanja	25
Graf 17: Sprejemanje bolnikov v družbo	26
Graf 18: Vključenost bolnikov v društva	26
Graf 19: Vključenost psihološke podpore	27
Graf 20: Kako pogosto izvajate samopregledovanje telesa?	27

ZAHVALA

Raziskovalna naloga ne bi nastala brez pomoči določenih ljudi, kateri so v nastanek te raziskovalne naloge vložili veliko svojega časa, truda, potrpljenja, na koncu pa tudi predvsem veliko znanja.

Želel bi se zahvaliti svojemu mentorju gospodu Petru Čepinu Tovorniku, dipl. zn., dipl. san. inž., ki me je skozi celoten proces izdelovanja raziskovalne naloge redno spremljal, usmerjal, pomagal, dajal nasvete in bil tudi največja podpora.

Zahvala gre tudi vsem anketirancem, dijakom Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje, ter obenem intervjuvankama, gospe Kristini Modic, izvršni direktorici Slovenskega društva za bolnike z limfomom in levkemijo, in nekdanji dijakinji Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje gospe Ani Gobec. Z opravljenima intervjujema in izpolnjenimi anketnimi vprašalniki je lahko ta raziskovalna naloga tudi nastala.

Za strokovni pregled raziskovalne naloge se zahvaljujem gospe Mirjam Marguč, dipl. m. s., mag. manag., za prevod povzetka v angleščino gospe Franji Dobrajc, prof., za slovnični pregled gospe Maji Antonič, prof., za tehnično izvedbo gospe Nini Lobe Selič, prof., in koordinatorici raziskovalne dejavnosti na šoli, gospe Smilji Pevec, univ. dipl. biol.

Za omogočanje raziskovalne dejavnosti na šoli pa se izredno zahvaljujem tudi naši ravnateljici gospe Katji Pogelšek Žilavec, prof, mag. posl. ved.

POVZETEK

Namen raziskave je bil pridobiti podatke, koliko so dijaki Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje informirani o Hodgkinovem limfomu. Cilj pa je ozavestiti dijake o pomembnosti poznavanja Hodgkinovega limfoma in o preventivi.

V teoretičnem delu je opisana zgodovina Hodgkinovega limfoma, znaki in simptomi ter vzroki za nastanek bolezni in zdravljenje.

Osnova za empirični del je spletna anketa, ki jo je rešilo 243 dijakov Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje. Poslana je bila 28 razredom, dijakom vseh letnikov programov Bolničar-negovalec in Zdravstvena nega ter dva intervjuja, in sicer z gospo Kristino Modic, direktorico Slovenskega društva za limfom in levkemijo in nekdanjo dijakinjo Srednje zdravstvene in kozmetične šole, gospo Ano Gobec, ki je tudi sama premagala borbo s Hodgkinovim limfomom.

Rezultati so pokazali, da je poznavanje bolezni (izredno) slabo in da Hodgkinov limfom pozna samo 11 % anketiranih dijakov, največ (77 %) je zanj slišalo v anketi. 20 % jih meni, da sta, kar je pravilno, najbolj izpostavljeni starostni skupini od 15 do 30 let in nad 50 let. 67 % jih meni, da je potrebno ozaveščanje dijakov na tem področju, in sicer v 64 % s predavanji v šoli. Obe intervjuvanki sta povedali, da se tako Slovensko društvo za bolnike z limfomom in levkemijo kot gospa Gobec s svojim blogom NasmějAna trudijo ozaveščati čim širšo javnost. 22 % anketiranih dijakov meni, da imajo osebe s Hodgkinovim limfomom slabše pogoje za zaposlitev in v 34 %, da so prikrajšani za zabavo, šport ... Gospa Gobec je povedala, da sama ni imela težav z zaposlitvijo, da pa se je v času zdravljenja izogibala različnim dogodkom. Da za Hodgkinovim limfomom lahko zbolijo že mladostniki, meni 37 % anketiranih dijakov, 23 % dijakov pa meni, da lahko preprečijo razvoj bolezni z izobraževanjem in s preventivnimi ukrepi. Več kot 70 % anketiranih dijakov meni, da je pomembno ozaveščanje mladine o obolenjih v šoli, izvajanje samopregledovanja, sprejemanje bolnikov v družbo, vključenost bolnikov v društva in vključenost psihološke podpore ter v 43 % obisk institucij, kjer se nahajajo bolniki. Samopregledovanje izvajajo anketirani dijaki najpogosteje (33 %) zelo redko, enkrat mesečno pa ga izvaja 15 %.

Ključne besede: anketa, Hodgkinov limfom, karcinom, ozaveščenost, rezultati, samopregledovanje.

ABSTRACT

The purpose of the research was to obtain data on how informed students of the Secondary School of Nursing and Cosmetology Celje are about Hodgkin's lymphoma. The goal is to raise students' awareness of the importance of knowing about Hodgkin's lymphoma and prevention.

The theoretical part describes the history of Hodgkin's lymphoma, signs and symptoms, and causes of the disease and treatment.

The basis for the empirical part is an online survey completed by 243 students at the Secondary School of Nursing and Cosmetology Celje. It was sent to 28 classes, students of all years of the nursing assistants and Health Care programs, and two interviews were conducted with Mrs. Kristina Modic, director of the Slovenian Lymphoma and Leukaemia Society, and a former student of the Secondary School of Nursing and Cosmetology Celje, Mrs. Ana Gobec, who herself overcame the fight against Hodgkin's lymphoma.

The results showed that knowledge of the disease is (extremely) poor and that only 11% of the surveyed students know about Hodgkin lymphoma, most (77%) heard about it in a survey. 20% of them believe that, correctly, the most exposed age groups are those between 15 and 30 years old and those over 50 years old. 67% believe that awareness raising among students in this area is necessary, 64% through lectures at school. Both interviewees said that both the Slovenian Society for Patients with Lymphoma and Leukaemia and Mrs. Gobec are trying to raise awareness among the widest possible public with her blog NasmeljAna. 22% of the surveyed students believe that people with Hodgkin lymphoma have worse employment conditions and 34% that they are deprived of entertainment, sports, etc. Mrs. Gobec said that she herself did not have problems with employment, but that she avoided various events during her treatment. 37% of the surveyed students believe that adolescents can develop Hodgkin lymphoma, while 23% of the students believe that they can prevent the development of the disease through education and preventive measures. More than 70% of the surveyed students believe that raising awareness of young people about the disease in school, conducting self-examination, accepting patients into society, involving patients in associations and providing psychological support, and 43% visiting institutions where patients are located are important. The surveyed students perform self-examination most often (33%), very rarely, and 15% perform it once a month.

Keywords: survey, Hodgkin lymphoma, carcinoma, awareness, results, self-examination.

1 UVOD

Hodgkinov limfom, v nadaljevanju tudi HL, je rak limfatičnega sistema. Pri HL se maligno spremenjeni limfociti (in pridružene reaktivne celice) nenadzorovano kopičijo v bezgavkah. V zdravem organizmu se namreč vse celice nadzorovano delijo, v primeru rakave spremembe pa postane razmnoževanje malignih celic nenadzorovano. (Jezeršek Novaković, Zver, Zajc, 2016)

Limfociti se bodisi nenormalno množijo, pogosto pa se hkrati pojavi zavora t.i. programirane celične smrti, apoptoze, ko bi celica morala odmreti, a se to ne zgodi. Rezultat tovrstnih procesov je kopičenje maligno spremenjenih celic. Razlog zanje je delno pojasnjena genska sprememba, ki povzroči, da je neka signalna pot v celici bolj aktivna. Ko je ta pot bolj dejavna, je delitev limfocitov pospešena, celična smrt pa zavrnjena. Pri HL se lahko maligno spremenjeni limfociti nenadzorovano kopičijo tudi v ostalih limfatičnih organih / tkivih in prodrejo tudi v druga tkiva (jetra, pljuča, kosti itd.). (Jezeršek Novaković, Zver, Zajc, 2016)

Za raziskovalno nalogo na temo Hodgkinovega limfoma sem se odločil zaradi tega, ker se mi zdi, da je treba ljudi bolj ozaveščati o boleznih, o katerih se premalo govori. Glede na to, da še nisem zasledil, da bi se v srednjih šolah o tem obolenju učili, me je zaradi tega še bolj pritegnila, saj me zanima, koliko znanja imajo dijaki naše šole o obolenjih, ki niso del snovi pri pouku.

1.1 NAMEN IN CILJI RAZISKOVALNE NALOGE

Namen raziskovalne naloge je ugotoviti osveščenost dijakov Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje o Hodgkinovem limfomu.

Cilj pa je ozaveščanje dijakov Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje o Hodgkinovem limfomu, njegovih znakih, simptomih in posledicah. Cilj je tudi, da začnejo dijaki resneje izvajati preventivo in samopregledovanje.

1.2 HIPOTEZE

Glede na pridobljene informacije in podatke o bolezni sem si zastavil 4 hipoteze, ki jih skozi razpravo potrdil ali ovrgel.

H1: Več kot 50 % anketiranih dijakov ne pozna osebe, ki je zbolela za Hodgkinovim limfomom.

H2: Več kot 50 % anketiranih dijakov ne ve, med katero vrsto obolenj sodi Hodgkinov limfom.

H3: Več kot 50 % anketiranih dijakov se strinja, da bi bilo potrebno ozaveščanje o tej bolezni v šoli.

H4: Več kot 50 % anketiranih dijakov pozna ukrepe za preprečevanje (zgodnje odkrivanje) Hodgkinovega limfoma.

Z raziskovalnimi metodami, ki sem jih uporabljal pri raziskavi in so navedene v naslednjem poglavju, sem ugotovil, ali so hipoteze potrjene ali ovržene.

1.3 METODE DELA

Pri raziskovalni nalogi sem uporabil naslednje metode:

- metodo dela z viri in literaturo,
- metodo anketiranja in
- metodo obdelave podatkov.

1.3.1 Metoda dela z viri in literaturo

Po postavitvi namena in cilja raziskovalne naloge sem začel zbirati literaturo v knjigah iz Osrednje knjižnice v Celju in šolske knjižnice Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje. Knjige sem skrbno izbral in začel prebirati. Pomagal sem si tudi z elektronskimi viri. Elektronske vire sem zbiral iz učbenikov v e-izdaji, diplomskih nalog in elektronskih knjig. Vire sem iskal na Google Scholar.

1.3.2 Metoda anketiranja

Z metodo anketiranja sem pridobil podatke od 243 dijakov Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje starih od 15 do 19 let. Uporabil sem anketo (priloga 1).

Anketiranje dijakov je potekalo z reševanjem elektronske ankete. Anketa je vsebovala 12 vprašanj zaprtega tipa. Eno vprašanje ima dva odgovora, dve vprašanji tri odgovore, tri vprašanja po štiri, pet, šest odgovorov ter opcijo drugo, da so lahko napisali odgovor, če ga niso našli med ponujenimi. Dve vprašanji sta s petimi odgovori, eno vprašanje s šestimi in eno z osmimi odgovori ter eno vprašanje ima štiri in eno šest trditev. Pri treh vprašanjih je bilo možnih več odgovorov, pri ostalih pa po en odgovor.

1.3.3 Metoda obdelave podatkov

Vse odgovore anketnega vprašalnika sem skrbno pregledal, jih analiziral in iz le-teh naredil grafe.

2 TEORETIČNI DEL

2.1 ZGODOVINA HODGKINOVEGA LIMFOMA

Hodgkinov limfom je poimenovan po njegovem iznajditelju Thomasu Hodgkinu, ki je leta 1832 prvi opisal napake in spremembe v limfnem sistemu. Ob tem je Hodgkin opazil, da je najzgodnejši opis obolenja zapisal Marcello Malpighi leta 1666. Med delom v Guyjevi bolnišnici je Hodgkin preučeval sedem bolnikov, ki so imeli povečane, a neboleče bezgavke. Eden od teh pacientov je bil pacient Roberta Carswella, čigar poročilo o pacientu je vsebovalo veliko ilustracij, ki so bile uporabljene kot pomoč pri zgodnjih opisih bolezni. Hodgkin je napisal poročilo o sedmih bolnikih z naslovom »O nekaterih morbidnih pojavih vpojnih žlez in vranice«, ki je bilo predstavljeno medicinski in kirurški družbi v Londonu leta 1832 in nato objavljeno v medicinski reviji, »Transakcije medicinsko-kirurške družbe. (Mandal, 2023)



Slika 1: Thomas Hodgkins

(Vir: Clark S. Emma)

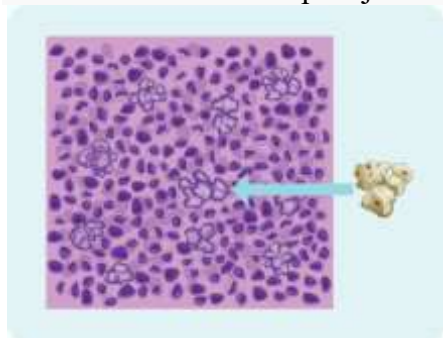
Njihovo odkritje je pomagalo razbliniti predstavo, ki je bila v takratni medicinski skupnosti običajno razširjena, da je Hodgkinova bolezen le oblika tuberkuloze. Ker so pri obeh obolenjih prisotni podobni znaki, nočno potenje, izguba telesne teže, povišana telesna temperatura in limfadenopatija. (Sup, 2005)

2.2 HODGKINOV LIMFOM IN SORODNA OBOLENJA

Hodgkinov limfom je vrsta raka, ki prizadene limfatični sistem, natančneje limfocite, ki so vrsta belih krvnih celic. Podobne bolezni, ki vplivajo na limfatični sistem, vključujejo Ne-Hodgkinov limfom, vendar se od Hodgkinovega limfoma razlikujejo v histoloških značilnostih in obnašanju. Levkemija je vrsta raka, ki poškoduje krvne celice in kostni mozeg. Podobno kot Hodgkinov limfom se lahko začne v limfocitih in se lahko širi po telesu. Poznamo akutno limfoblastno levkemijo in kronično limfocitno levkemijo. Mycosis fungoides je vrsta kožnega limfoma, kjer limfociti (kri in koža) postanejo rakave celice. Gre

za redko bolezen, ki se v glavnem kaže s kožnimi izpuščaji. Pri limfadenopatiji gre za povečanje limfnih vozlov, kar je lahko znak vnetja ali okužbe, vendar se v nekaterih primerih lahko razvije tudi v limfom. (National cancer institute, 2025)

Glede na razlike v histološki sliki in fenotipu tumorskih celic delimo Hodgkinov limfom na nodularni, v katerem prevladujejo limfociti, in klasični, ki je sestavljen iz štirih podtipov (Hodgkinov limfom mešanih celic, Hodgkinov limfom nodularne skleroze, Hodgkinov limfom z limfocitno deplekcijo in Hodgkinov limfom, bogat z limfociti). Značilne maligne



celice klasičnega Hodgkinovega limfoma so Hodgkinova in Reed Sternbergova (HRS), celice nodularnega limfocitno prevladujočega pa imenujemo limfocitno prevladujoče (LP) in so v obeh primerih zelo redke v tumorskem tkivu. (Piškor, 2024)

Slika 2: Celica z beljakovino CD20, ki izgleda kot pokovka in pove zdravniku, da gre za Hodgkinov limfom (Vir <https://sl.lymphoma.org.au/vrste>)

2.3 ZNAKI IN SIMPTOMI

Pacient s HL zazna povečano nebolečo bezgavko na vratu ali nad ključnico, kar je tipično za limfom. Ta povečana bezgavka lahko nastaja več tednov ali mesecev, nastane pa lahko tudi v krajšem času. Prvi znak pri večini bolnikov s HL so povečane in neboleče bezgavke, ki se lahko premikajo na vratu ali nad ključnico. Te najdemo pri okoli 60 % - 80 % vseh obolelih. 10 % - 20 % ima povečane bezgavke na predelu pod pazduhami in okoli 6 % - 12 % bolnikov v dimljah. Bezgavke se pri bolniku s Hodgkinovim limfomom, v nasprotju s prehladom ali gripo, s časom ne zmanjšajo. Poleg tega so bezgavke ob prehladu oziroma okužbi praviloma mehke in boleče, pri limfomu pa okrogle, čvrste in neboleče tvorbe. (Jezeršek Novaković, Pajk, 2009)

2.3.1 Znaki

Bolniki s Hodgkinovim limfomom se pogosto soočajo z naslednjimi najbolj pogostimi navedenimi znaki:

- oteklina obraza in zgornjega dela telesa;
- povečana jetra in vranica. (Košnik, Štajer, Kocjan, 2018)

2.3.2 Simptomi

Bolnik z limfomom ima lahko splošne simptome bolezni, imenovane tudi B-simptomi. Pri Hodgkinovem limfomu tipa nodularne limfocitne predominance je bolezen večinoma omejena na obodne bezgavke, redko prizadene medistinalne bezgavke, še redkeje vranico in kostni mozeg. Bolezen ima v primerjavi s klasičnim Hodgkinovim limfomom počasnejši potek. Sum na Hodgkinov limfom lahko pri bolniku postavimo s tanko igelno punkcijo povečanih bezgavk ali drugih tkiv, npr. tumorja v trebuhu, spremembe v jetrih. Za dokončno



potrditev diagnoze in opredelitev tipa limfoma po kvalifikaciji Svetovne zdravstvene organizacije je nujna histološka preiskava v celoti odstranjene bezgavke oziroma reprezentativnega vzorca obolelega organa, ki jo mora opraviti izkušen hematopatolog. (Košnik, Štajer, Kocjan, 2018)

Slika 3: Povečane bezgavke

(Vir: <https://krenizdravo.dnevnik.hr/zdravlje/bolesti-zdravlje/hodgkinov-limfom-uzroci-simptomi-i-lijecenje-krenizdravo.dnevnik.hr>)

Prisotni simptomi pa so najpogosteje naslednji:

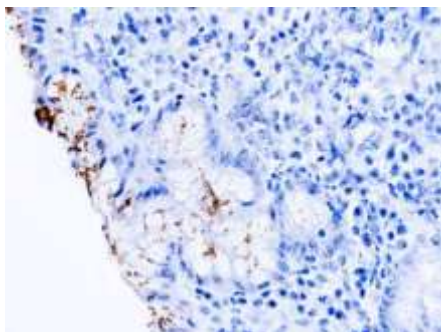
- oteženo dihanje,
- bolečina v prsih,
- suh dražeč kašelj,
- bolečine v trebuhu,
- motnje v izločanju urina oziroma retenca urina. (Jezeršek Novaković, 2014)

2.4 VZROKI ZA NASTANEK BOLEZNI

Vzroki za nastanek limfomov ostajajo v večini primerov neznani, vendar obstaja pri nekaterih podtipih povezava z virusnimi (Ebstein Barr virus, humani T limfocitotropni virus 1) in bakterijskimi okužbami (*Helicobacter pylori*) ter pomanjkljivo imunsko odzivnostjo

(pri bolnikih z okužbo s HIV in pri bolnikih na imunosupresivni terapiji po presaditvah organov). Opažajo tudi pogostejše pojavljanje limfomov pri delavcih, izpostavljenih pesticidom, in nekaterih družinah, kar pa ni povsem razjasnjeno. (Jezeršek Novaković, 2019)

Nekatere študije omenjajo pogostejše pojavljanje malignih limfomov pri delavcih v kmetijstvu, morda zaradi večje izpostavljenosti pesticidom. Tudi razlaga za pogostejše



pojavljanje limfomov v nekaterih družinah še ni povsem dokončna. Lahko bi šlo za dedno nagnjenost k zbolevanju ali pa je vzrok v izpostavljenosti družinskih članov enakemu dejavniku iz okolja. (Jezeršek Novaković, 2019)

Slika 4: Helicobacter pylori

(Vir: <https://dbiosys.com/product/helicobacterpylori/> Diagnostic BioSystems)

2.5 ZDRAVLJENJE

Kljub temu da je Hodgkinov limfom agresivna oblika raka, je eden lažje ozdravljivih rakov. Glavni pristopi zdravljenja so samo kemoterapija ali kemoterapija, ki ji sledi radioterapija. Izbira zdravljenja je odvisna od tega, kako daleč se je rak razširil v telesu. Na splošno je petletna stopnja preživetja med ljudmi s Hodgkinovim limfomom 80-odstotna in večina teh ljudi bo ozdravljena. Vendar pa lahko zdravljenje povzroči dolgotrajne zaplete, kot je neplodnost, bolniki pa imajo tudi povečano tveganje za razvoj druge oblike raka v prihodnosti. (Mandal in sod., 2023)

Pred odločitvijo o zdravljenju opredelimo bolnikovo stanje zmogljivosti po lestvici Svetovne zdravstvene organizacije. Stanje zmogljivosti 0 pomeni, da bolnik opravlja vse običajne aktivnosti brez omejitev, stanje zmogljivosti 4 pa, da je bolnik popolnoma nesposoben skrbeti sam zase, v celoti je vezan na stol ali posteljo. (Jezeršek Novaković, 2013)

Konvencionalno zdravljenje HL, ki se je razvilo v zadnjih nekaj desetletjih, je sestavljeno iz postopne kemoterapije z obsevanjem ali brez njega in doseže približno 80-odstotno stopnjo

ozdravitve. Nadomestne kemoterapije z visokimi odmerki in presaditev hematopoetskih matičnih celic (SCT) so edine terapije druge izbire, ki so na voljo za primere R/R. (Sup, 2005)

Limfomi se nekoliko pogosteje pojavljajo pri moških. Incidenca nehodgkinovih limfomov narašča eksponentno s starostjo med 20. in 79. letom, incidenca Hodgkinovega limfoma pa doseže prvi vrh med 15. do 34. letom in drugega po 50. letu. (Avguštin, 2019)

Na leto je obravnavanih v Sloveniji prek 700 bolnikov z novoodkritimi limfoidnimi novotvorbami; incidenca zbolevanja narašča, predvsem nehodgkinovih limfomov, incidenca hodgkinovega limfoma ostaja že vrsto let približno enaka. Po podatkih Registra raka za Republiko Slovenijo so v letu 2015 limfoidne novotvorbe predstavljale približno 5,1 odstotka vseh novoodkritih malignomov, zbolelo je 653 bolnikov za zreliimi limfomi B in limfomi T, 26 bolnikov za akutnimi limfoblastnimi levkemijami/limfoblastnimi limfomi, za Hodgkinovim limfomom je zbolelo 49 bolnikov. (Avguštin, 2019)

2.5.1 Avtologna presaditev matičnih celic pri Hodgkinovem limfomu

Običajno zdravljenje kemosenzitivnega, ponovitvenega Hodgkinovega limfoma je ponovna indukcija (znana tudi kot rešilna kemoterapija), ki ji sledi kemoterapija z visokimi odmerki in avtologna presaditev matičnih celic (HDC/ASCT), čeprav rezultati pri bolnikih z visokim tveganjem za ponovitev še vedno niso idealni. (Nagpal, 2016)



Kemoterapija s standardnimi odmerki in radioterapija se lahko uporabljata za zdravljenje nekaterih bolnikov z nizkim tveganjem s poznimi recidivi in omejenim stadijem. (Nagpal, 2016)

Slika 5: Kemoterapija

(Vir: <https://www.frizura.si/kemoterapija-me-je-naucila-ziveti/> Leslie Myers)

2.6 PREVENTIVA

Raka najbolj obvladujemo s primarno preventivo. Če nam uspe obvladovati vse ključne dejavnike tveganja, kot so kajenje, škodljiva in tvegana raba alkohola, nezdrava prehrana, pomanjkanje telesne dejavnosti ter čezmerna teža in debelost, škodljivo sončenje ter izpostavljenost karcinogenom v delovnem in bivalnem okolju, se prepreči tudi 40 % vseh rakov. (Gaber, 2007)

3 EMPIRIČNI DEL

3.1 VZOREC

Osnova za empirični del je bila anketa, ki sem jo preko šolskega maila poslal dijakom 1. fb. 1. gb, 1. a, 1. b, 1. c, 1. d, 1. e, 2. fb, 2. gb, 2. a, 2. b, 2. c, 2. d, 2. e, 3. fb, 3. gb, 3. a, 3. b, 3. c, 3. d, 3. e, 4. a, 4. b, 4. c, 4. d, 4. e, 1. pti, 2. pti. Anketiranje je potekalo tako, da sem dijakom preko šolskega maila posredoval povezavo do spletne ankete, ki so jo lahko nato izpolnili tisti, ki so jo hoteli. Odgovore sem dobil od 243 dijakov Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje. Anketni vprašalnik je bil posredovan 28 razredom. Opravljena sta bila tudi dva intervjuja.

3.2 ČAS RAZISKAVE

Anketa za reševanje je bila odprta od 19. 1. 2025 do 24. 1. 2025. Opravil sem tudi dva intervjuja, in sicer intervju z gospo Kristino Modic je bil izveden v četrtek, 20. februarja 2025, ob 9.00 , in intervju z gospo Ano Gobec je bil izveden v ponedeljek, 24. februarja 2025, ob 17.30 uri.

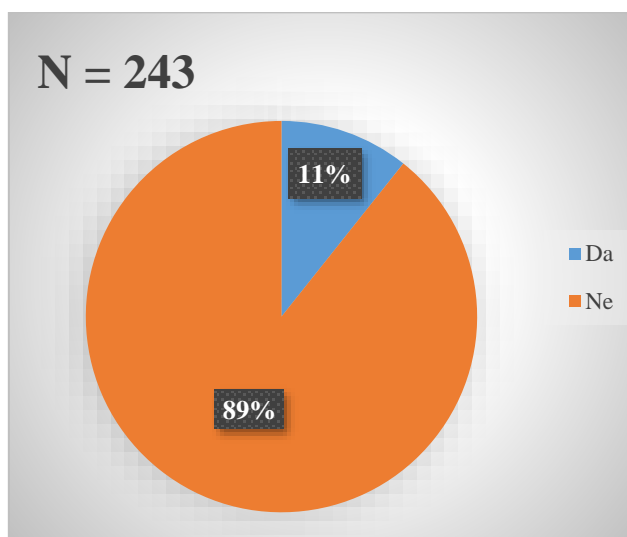
3.3 OBDELAVA PODATKOV

Podatke, ki sem jih pridobil iz ankete, sem predstavil v odstotkih in jih prikazal z grafi s pomočjo Microsoft Office Excel.

3.4 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA

V nadaljevanju sledi analiza podatkov ankete, ki so jo izpolnili dijaki Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje.

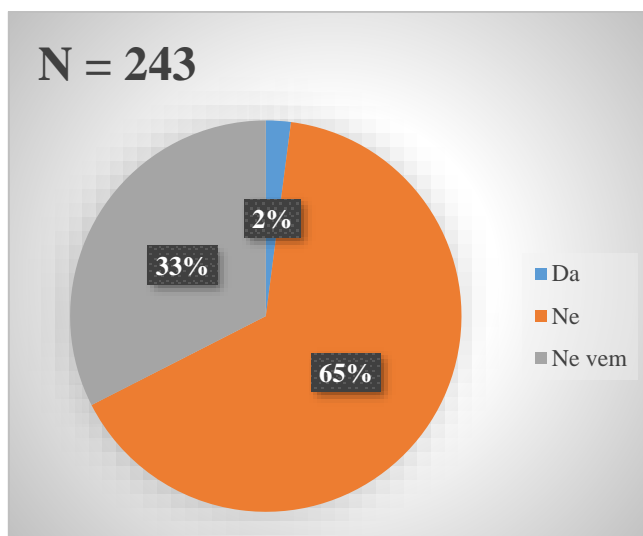
1. ALI STE ŽE SLIŠALI ZA HODGKINOV LIMFOM?



Graf 1: Ali ste že slišali za Hodgkinov limfom?

Anketirani dijaki so za Hodgkinov limfom slišali samo v 11 %.

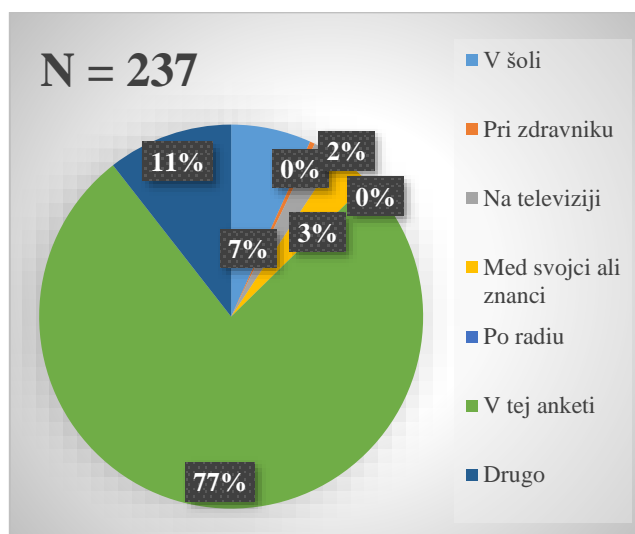
2. ALI POZNATE KAKŠNO OSEBO s HODGKINOVIM LIMFOMOM?



Graf 2: Ali poznate osebo z Hodgkinovim limfomom?

Samo 2 % anketiranih dijakov pozna osebo s Hodgkinovim limfomom.

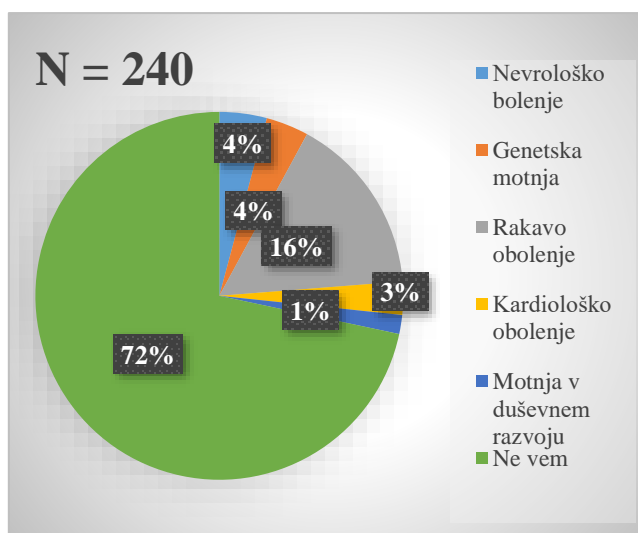
3. KJE STE PRVIČ SLIŠALI ZA HODGKINOV LIMFOM?



Graf 3: Kje ste prvič slišali za Hodgkinov limfom?

77 % anketiranih dijakov je prvič slišalo za Hodgkinov limfom v tej anketi. 11 % anketiranih dijakov je pod drugo napisalo, da so o njem izvedeli iz knjig.

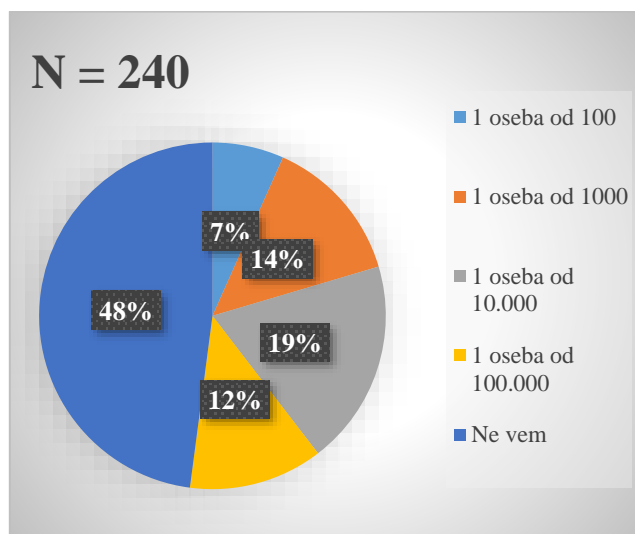
4. MED KATERA OBOLENJA SPADA HODGKINOV LIMFOM?



Graf 4: Med katera obolenja spada Hodgkinov limfom?

72 % anketiranih dijakov ne ve, med katera obolenja sodi Hodgkinov limfom, 16 % pa jih je pravilno odgovorilo, da sodi med rakava obolenja.

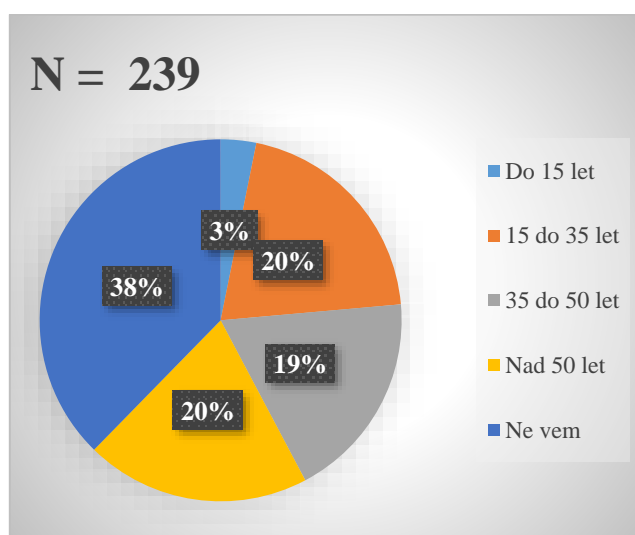
5. KAKO POGOSTO SE PO VAŠEM MNENJU POJAVLJA HODGKINOV LIMFOM?



Graf 5: Kako pogosto se po vašem mnenju pojavlja Hodgkinov limfom?

Na vprašanje o pogostosti pojavljanja Hodgiknovega limfoma je z ne vem odgovorilo 48 % anketiranih dijakov. Pravilno jih je odgovorilo 12 %, in sicer z izbranim odgovorom 1 oseba na 100.000.

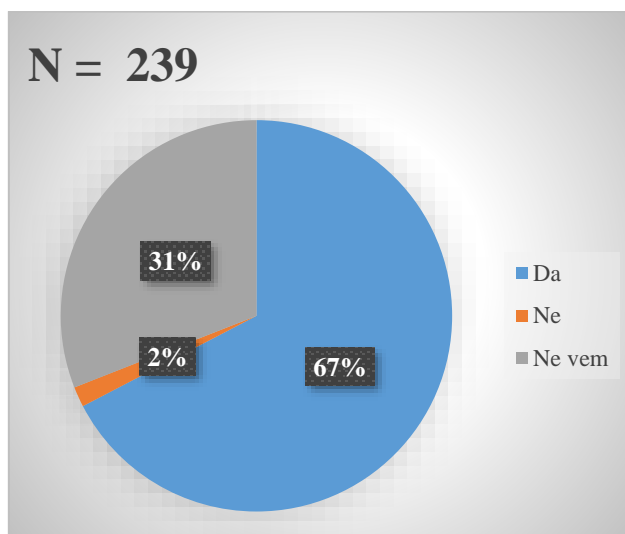
6. KATERI STAROSTNI SKUPINI STA PO VAŠEM MNENJU NAJBOLJ IZPOSTAVLJENI HODGKINOVEMU LIMFOMU? (dva odgovora)



Graf 6: Kateri starostni skupini sta po vašem mnenju najbolj izpostavljeni Hodgkinovemu limfomu?

Starostni skupini, ki sta najbolj izpostavljeni, sta med 15 in 35 let ter nad 50 let, kar so anketirani dijaki vedeli v 20 %.

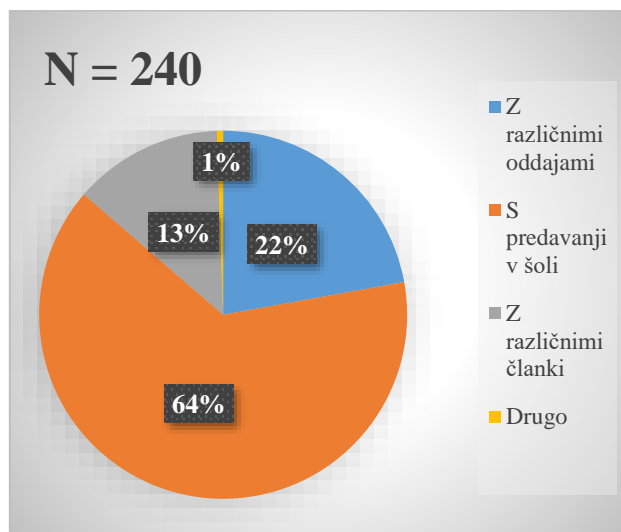
7. ALI JE PO VAŠEM MNENJU POTREBNO OZAVEŠČANJE DIJAKOV NA PODROČJU TE BOLEZNI?



Graf 7: Ali je po vašem mnenju potrebno ozaveščanje dijakov na področju te bolezni?

Anketirani dijaki v 67 % menijo, da je ozaveščanje dijakov v srednjih šolah potrebno, nasprotnega mnenja pa sta 2 % anketiranih dijakov.

8. NA KAKŠNE NAČINE BI LAHKO PO VAŠEM MNENJU LJUDI ŠE BOLJ OZAVESTILI O HODGKINOVEM LIMFOMU? (možnih več odgovorov)

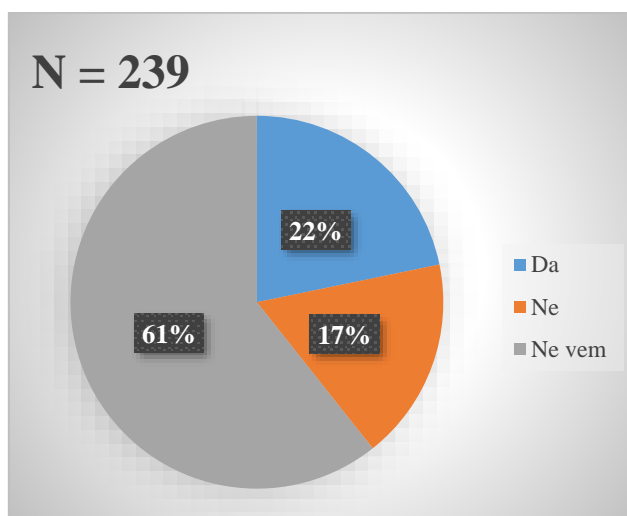


Graf 8: Na kakšne načine bi lahko o vašem mnenju ljudi še bolj ozaveštili o Hodgkinovem limfomu?

Kako bi lahko ljudi še bolj ozaveščali so anketirani dijaki izbrali v večini (64 %) s predavanji v šoli, v 22 % pa z različnimi oddajami. Pod drugo so napisali, da tega ne vedo.

9. STRINJANJE S TRDITVAMI

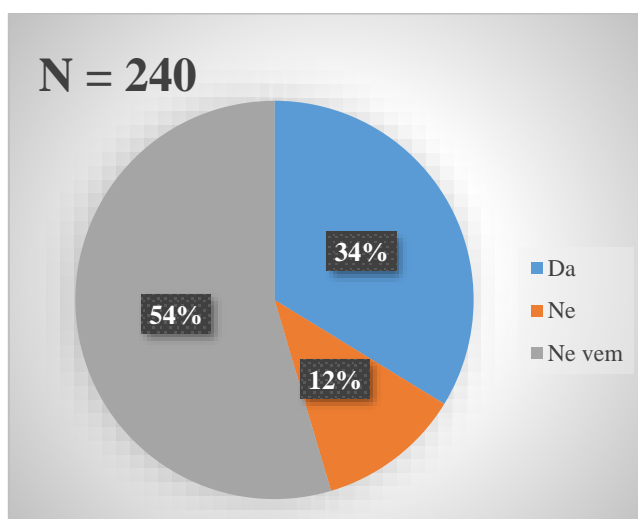
9.1 MENITE DA IMAJO OBOLELI Z HODGKINOVIM LIMFOMOM SLABŠE POGOJE ZA ZAPOSILITEV?



Graf 9: Menite, da imajo oboleli s Hodgkinovim limfomom slabše pogoje za zaposlitev?

61 % anketiranih dijakov je označilo, da ne vedo, ali imajo oboleli slabše pogoje za zaposlitev. Naslednjih 22 % jih meni, da imajo oboleli slabše pogoje za zaposlitev in 17 % misli, da oboleli nimajo manjše možnosti za zaposlitev.

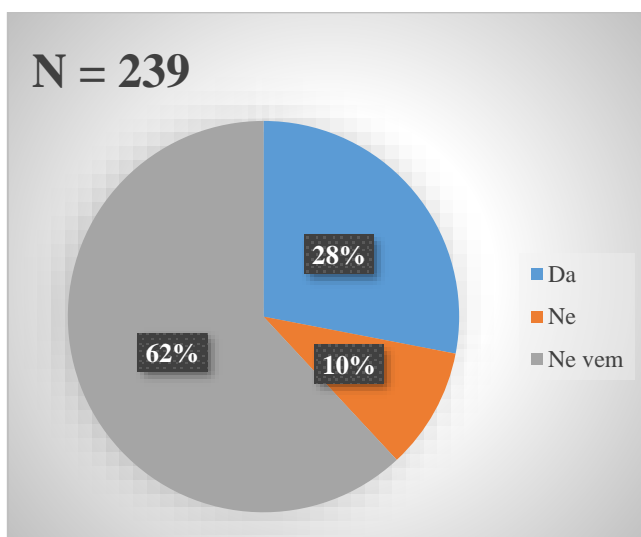
9.2 MENITE, DA SO OBOLELI S HODGKINOVIM LIMFOMOM PRIKRAJŠANI PRI AKTIVNOSTIH, KOT SO ŠPORT, ZABAVA ITD



Graf 10: Menite, da so oboleli za Hodgkinovim limfomom prikrajšani pri aktivnostih kot so šport, zabava itd.

54 % anketiranih dijakov ne ve, če so osebe s Hodgkinovim limfomom prikrajšane za šport, zabavo ..., 34 % jih meni, da so prikrajšani in 12 %, da pri aktivnostih niso prikrajšani.

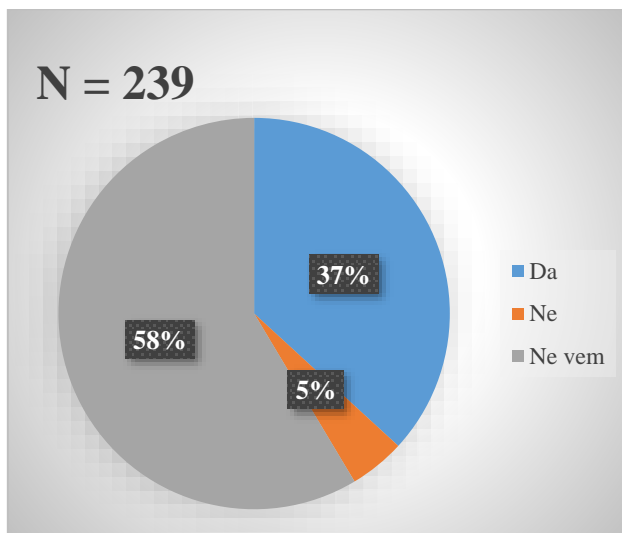
9.3 MENITE, DA SE LAHKO HODGKINOV LIMFOM DEDUJE?



Graf 11: Menite, da se lahko Hodgkinov limfom deduje?

62 % anketiranih dijakov ne ve, če se Hodgkinov limfom deduje, 28 % jih meni, da se bolezen lahko deduje, 10 % pa, da se ne more dedovati.

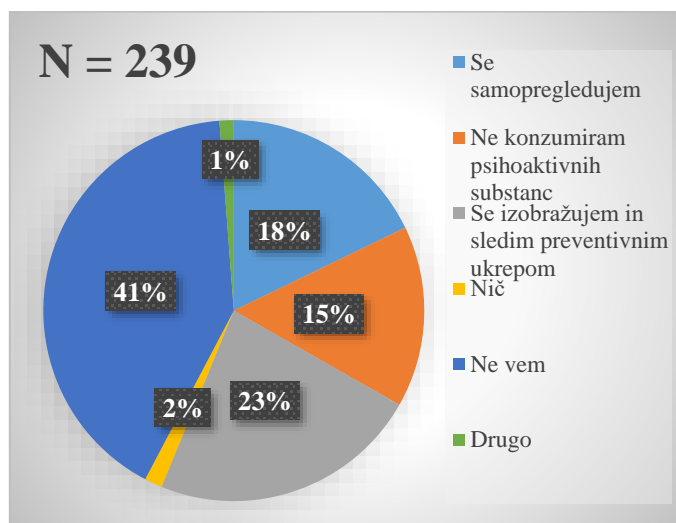
9.4 MENITE, DA LAHKO KOT MLADOSTNIK ZBOLITE ZA HODGKINOVIM LIMFOMOM?



Graf 12: Menite, da lahko kot mladostnik zbolite za Hodgkinovim limfomom?

58 % anketiranih dijakov ne ve, če lahko kot mladostnik zbolijo, 37 % jih meni, da lahko zbolijo, 5 % pa jih meni, da ne morejo zboleti.

10. KAJ LAHKO KOT POSAMEZNIK STORITE, DA NE ZBOLITE OZ. ZGODAJ ODKRIJETE HODGKINOV LIMFOM? (možnih več odgovorov)

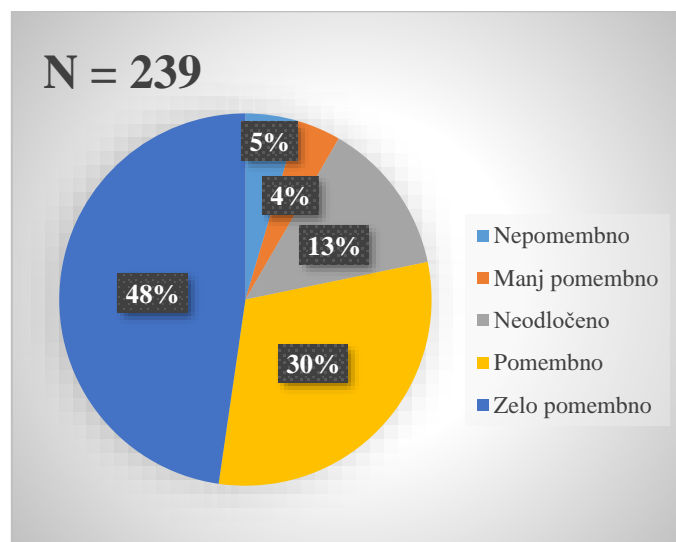


Graf 13: Kaj lahko kot posameznik storite, da ne zbolite za Hodgkinovim limfomom?

Največ (41 %) anketiranih dijakov meni, da s samopregledovanjem lahko preprečijo nastanek Hodgkinovega limfoma, 23 % z izobraževanjem in sledenjem preventivnim ukrepom, 18 % jih ne ve, 2 % pa menita, da se nič ne da.

11. STRINJANJE S STOPNJO POMEMBNOСТИ

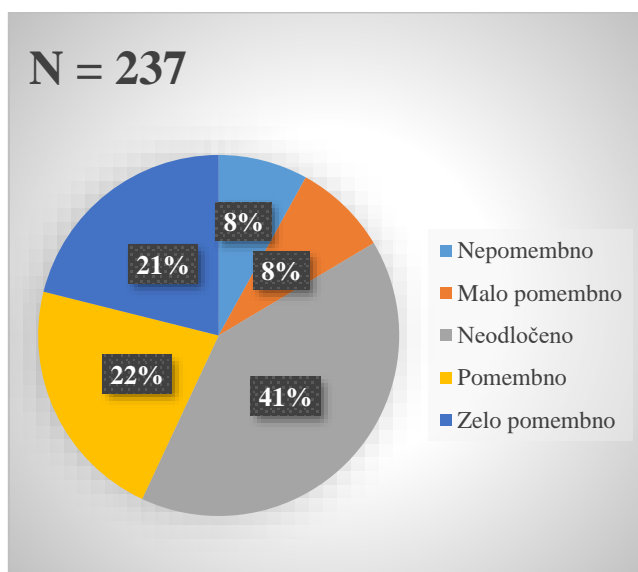
11.1 OZAVEŠČANJE MLADINE O BOLENJIH V ŠOLI



Graf 14: Ozaveščanje mladine o obolenjih v šoli

Ozaveščanje mladine o obolenjih v šoli se anketiranim dijakom zdi pomembno oz. zelo pomembno v 78 %, manj pomembno oz. nepomembno pa v 9 %, ostali so neodločeni (13 %).

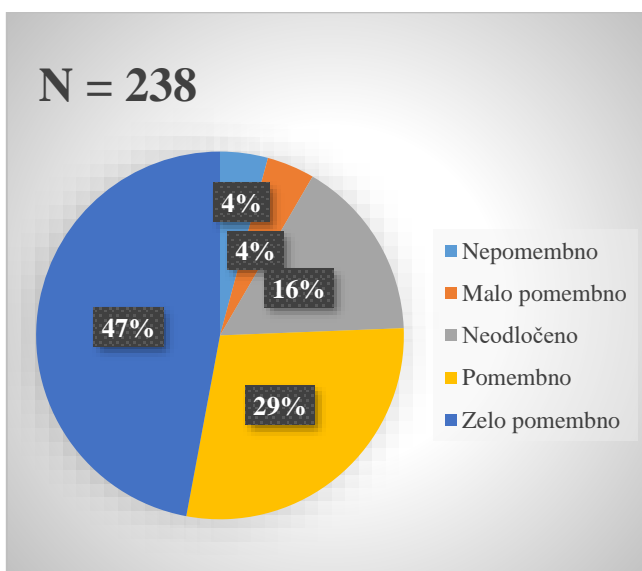
11.2 OBISK INSTITUCIJ, KJER SE NAHAJAJO BOLNIKI



Graf 15: Obisk institucij, kjer se nahajajo bolniki

Da je obisk institucij, kjer se nahajajo bolniki, pomembno oz. zelo pomembno se zdi 43 % anketiranim dijakom, 16 % se jim zdi to malo pomembno in nepomembno, ostali (41 %) pa so glede tega neodločeni.

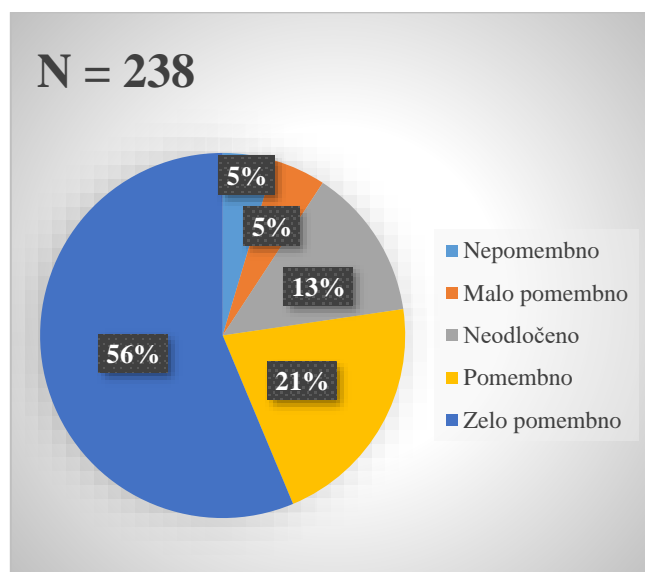
11.3 IZVAJANJE SAMOPREGLEDOVANJA



Graf 16: Izvajanje samopregledovanja

Samopregledovanje se anketiranim dijakom zdi v 76 % pomembno in zelo pomembno, 16 % jih je neodločenih, 8 % pa se zdi nepomembno.

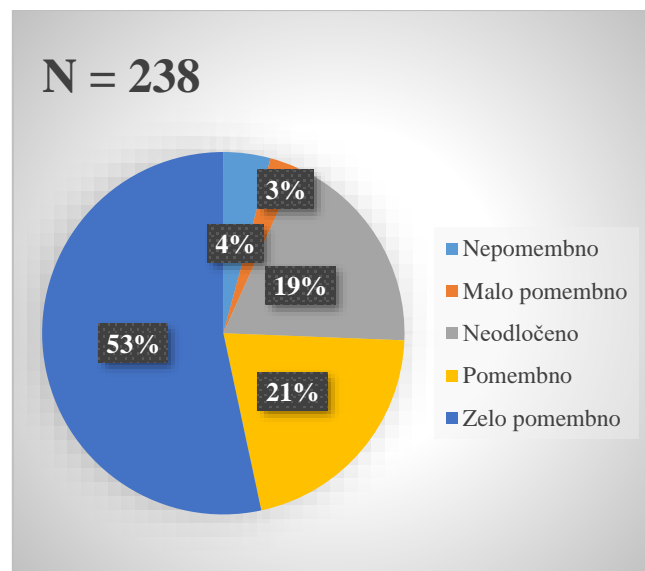
11.4 SPREJEMANJE BOLNIKOV V DRUŽBO



Graf 17: Sprejemanje bolnikov v družbo

Da je sprejemanje bolnikov v družbo pomembno in zelo pomembno, meni 77 % anketiranih dijakov, 13 % jih je neodločenih, 10 % pa se zdi to malo pomembno in nepomembno.

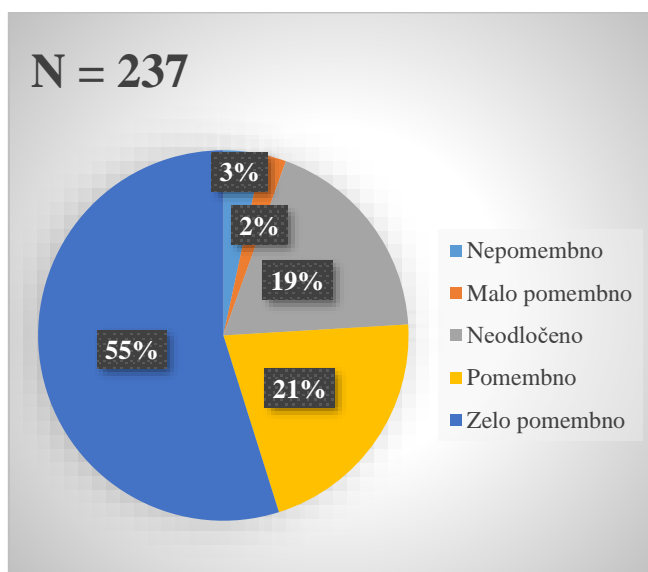
11.5 VKLJUČENOST BOLNIKOV V DRUŠTVA



Graf 18: Vključenost bolnikov v društva

Da je vključenost bolnikov v društva pomembno in zelo pomembno, meni 74 % anketiranih dijakov, 19 % jih je neodločenih, 7 % pa se zdi to malo pomembno in nepomembno.

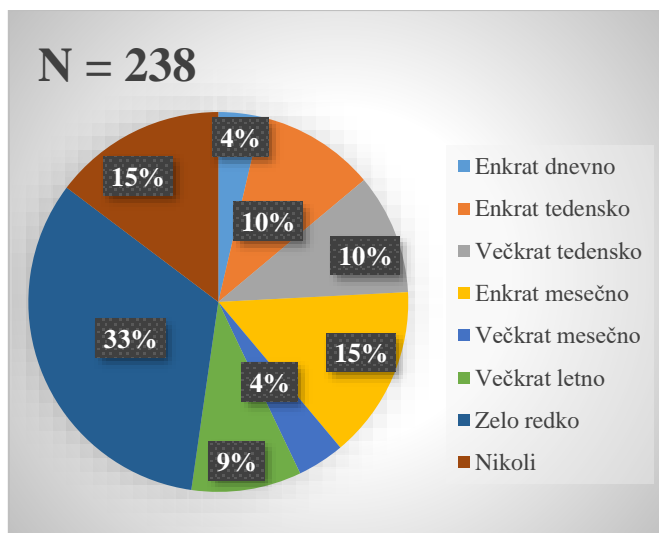
11.6 VKLJUČENOST PSIHOLOŠKE PODPORE



Graf 19: Vključenost psihološke podpore

Da je vključenost psihološke podpore pomembno in zelo , meni 76 % anketiranih dijakov, 19 % jih je neodločenih, 5 % pa se zdi to malo pomembno in nepomembno.

12. KAKO POGOSTO IZVAJATE SAMOPREGLEDOVANJE?



Graf 20: Kako pogosto izvajate samopregledovanje telesa?

33 % anketiranih dijakov se zelo redko samopregleduje, 15 % pa nikoli. Tisti, ki pa se, pa v največjem odstotku (15 %) to izvajajo enkrat mesečno, enkrat tedensko jih izvaja 10 %, vsak dan pa 4 %.

3.5 INTERVJU Z GOSPO KRISTINO MODIC

Intervju z gospo Kristino Modic, direktorico Slovenskega združenja bolnikov z limfomom in levkemijo, je bil izveden v četrtek, 20. februarja 2025, ob 9.00 uri preko videokonference na Microsoft Teams z namenom, da na kratko opiše društvo za bolnike z limfomom in levkemijo in njegovo delovanje, kaj nudijo bolnikom in kako zagotavljajo bolnikom kvaliteto življenja.

1. Ali nam lahko zaupate nekaj o svoji biografiji?

Stara sem 53 let, pri 33. letu sem zbolela za Ne-Hodgkinovim limfomom. Po poklicu sem diplomirana ekonomistka, zaposlena sem bila v gospodarstvu 25 let. Nato sem se zaradi lastne izkušnje bolezni vključila in sem že vrsto let prostovoljka v našem združenju bolnikov z limfomom in levkemijo. Nisem več zmogla biti v službi in uspešno voditi projekte v društvu, ker sem bila že od začetka predsednica in soustanoviteljica združenja. Postala sem tudi mama, zato sem prišla do te točke, da vse skupaj ne gre, me je pa to delo za združenje za bolnike veliko bolj izpopolnjevalo kakor moja prejšnja služba v marketingu in prodaji. Zaradi tega sem se pogumno odločila, da bom dala odpoved in bom profesionalno začela delati za združenje, kar pomeni, da sem se v združenju zaposlila, kjer sem zaposlena že 8 let.

2. Ali lahko opišete vaše društvo in glavne cilje?

Glavni cilji združenja so podpora bolnikom in njihovim bližnjim pri soočanju z boleznijo v času zdravljenja ter v času okrevanju po bolezni. Naši cilji so tudi ozaveščanje širše javnosti o naših boleznih, ker so to oblike karcinoma, ki so dobro ozdravljive ali pa vsaj dobro ozdravljive in, kot so ugotovljene, manj naporno je zdravljenje, lažje je okrevanje, bolj kakovostno je življenje ljudi. Zato je pomembno in nam je v zelo velikem interesu, da čim več ljudi izve za bolezen pravočasno. Pomembno je vedeti, da v zadnjih letih zboleva za tem obolenjem vedno več mladih ljudi, vzroka za to pa ne vedo zaenkrat niti strokovnjaki. Ker je pred mladimi še celo življenje, je ključno, da so pravočasno diagnosticirani in zdravljeni in da se lahko vrnejo v vsakdanje življenje. Tretja zelo pomembna stvar je tudi zagovorništvo bolnikov, kar pomeni, da smo ves čas v stiku z bolniki, vemo kaj so njihovi izzivi, težave, kje zdravstveni sistem ne zadovoljuje njihovih potreb ali pravic in tukaj se potem kot društvo angažiramo, komuniciramo z odločevalci v zdravstveni politiki v naši državi, npr.

Ministrstvo za zdravje, Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, kjer jih opozarjamo na težave v zdravstvenem sistemu ter spoštljivo in konstruktivno zahtevamo rešitve. Veliko smo že dosegli, kot recimo novo hematološko kliniko v Ljubljani. Poleg zagovorništva, ozaveščanja in podpornih programov je pomembno tudi informiranje bolnikov in strokovne javnosti. V ta namen skupaj s strokovnjaki izdajamo številne publikacije, vodnike za bolnike, videoposnetke, podcaste s ciljem, da so bolniki in strokovni delavci čimbolj informirani.

3. V kolikšni meri po vaših izkušnjah menite, da mladi poznajo Hodgkinov limfom, glede na to, da so za to obolenje bolj dovzetni?

Zbolela sem leta 2004 in takrat tudi jaz nisem vedela, kaj je to obolenje, pa sem bila že mlada odrasla. Zdelo se mi je, da mora biti neka oblika raka. V teh 18letih zelo ozaveščamo in sodelujemo v različnih aktivnostih z mladimi, menim, da kar dobro poznajo to bolezen. Prednost so tudi socialna omrežja. Večina mladih bolnikov na socialnih omrežjih o svojem obolenju govori zelo odprto, zato je kar nekaj ambasadorjev, ki delujejo na TikToku, Instagramu, tako, da jaz menim, da se mladi čedalje več odprto oglašajo o svojih težavah. Starejši pa so običajno bolj zaprti, in je to za njih še vedno tabu tema, so pa kljub temu ozaveščeni.

4. Preko katerih kanalov oziroma kako pa ozaveščate javnost?

Vsako leto imamo nacionalno kampanjo ozaveščanja, ki zajema ozaveščanje na socialnih omrežjih, medijih, intervjujih, s sodelovanjem v televizijskih oddajah, v tiskanih medijih, v spletnih medijih in različnih portalih v okviru letne kampanje in poteka mesec ali dva. Skozi celo leto pa smo še vedno aktivni, saj ni dovolj, da ozaveščamo le dva meseca v letu. Imamo Facebook kanal, kjer dosežemo našo ciljno skupino, ki so zaenkrat še vedno predvsem starejši, potem Instagram, imamo tudi TikTok profil, ampak za enkrat ga ne znamo toliko, kolikor bi ga lahko, zato, ker mladi zelo individualno ozaveščajo skozi svoje zgodbe in kanale, niso pa toliko zainteresirani za vključitev v društva, kar je razumljivo. Skozi vsa ta leta smo vzpostavili tudi zelo dobre odnose z različnimi mediji in se trudimo, da smo vsak mesec nekje, na primer na radiu, televiziji, preko naše spletne strani, vendar na našo spletno stran ne hodijo ljudje za to, da bi se informirali, temveč je namenjena le tistim, ki imajo že dejansko neko težavo, tako da v glavnem ozaveščamo preko glavnih medijev in socialnih omrežij.

5. S kakšnimi izzivi se srečujete pri zagotavljanju podpore bolnikom in svojcem?

Nekih hudih izzivov ni, da bi lahko izpostavila recimo finančnih, saj imamo dobre programe, ki jih naši donatorji in podporniki prepoznajo, ker smo aktivni v medijih, ker transparentno povemo, kaj nudimo bolnikom, nam tudi ne predstavlja nek problem dobiti donacij tako od podjetij kot od širše javnosti oziroma fizičnih oseb. Izziv nam bolj predstavlja, kako doseči vsakega bolnika v smislu tega, ker nekateri bolniki so odprti za prejemanje pomoči, drugi pa zelo zaprti zaradi najrazličnejših razlogov. Bolj kot so iz vasi oziroma dlje od nas, manj imajo dostopa do različnih medijev, sploh, če so to starejši, osamljeni ljudje in nekako ne morejo izvedeti za nas, in izziv je ta, kako prepričati zdravstveno osebje torej zdravnike, medicinske sestre, da bi bolj ozaveščali bolnike, kadar pridejo k njim. Povsod, kjer se zdravijo naši bolniki, se pravi po splošnih bolnišnicah, imamo ogromno letakov, knjižic in ostalega materiala, ampak če človek tega ne vzame, ne izve. Prosimo pa tudi strokovno osebje, da bi tudi oni te knjižice pacientom delili, pa to nekako ne uspe, saj razumemo, da imajo vsi delo in da je težko se v kratkem času ukvarjati tudi s podpornimi programi, tako, da se sedaj obračamo bolj na medicinske sestre in tehnike zdravstvene nege, da njih ozaveščamo o tem, kako pomembna je ta naša podpora, ko bolnik zaključi zdravljenje v bolnišnici, da ga mi potem prevzamemo in obravnavamo naprej. Tako, da nam največji izziv predstavlja, kako priti v stik z bolnikom ne glede na starost in kraj bivanja.

6. Koliko se vam po vašem mnenju zdi pomembna psihosocialna podpora bolnikov in svojcev?

To je ena ključnih podpor od diagnoze naprej. Dejstvo je, da vsak bolnik ne potrebuje strokovne psihološke pomoči, saj jo lahko dobi v okviru svojcev in bližnjih, večina bolnikov pa to potrebuje. Velika stiska mladim bolnikom predstavlja tudi to, da bi njihovi prijatelji zaradi bolezni na njih pozabili. V društvu imamo tudi podporni program, imenovan Rehabilitacija, v katerem dobijo psihološko podporo s strani kliničnega psihologa.

7. Kateri so razlogi za pojav Hodgkinovega limfoma?

Že ko sem jaz zbolela, sem se za to zelo zanimala, pa še nekako enako ostaja, se ni kaj dosti spremenilo. Bistvenih razlogov ni, stroka pa ugotavlja, da je lahko Epstein barr virus eden izmed povzročiteljev, slab imunski sistem, potem okužba s HIV, opaža se tudi, da se več obolenj pojavlja na območju Prekmurja, kar povezujejo z uporabo pesticidov, fungicidov v

kmetijske namene. Pri starejših pa ugotavljajo, kar sicer ni potrjeno, da so lahko vzrok tudi dolgotrajne stresne situacije. Vzroki so vse, kar povzroča padec imunskega sistema.

8. Ali je možnost recidiva in kako pogosto?

Pri HL je možnost recidiva zelo majhna, saj je eden izmed vrst limfomov, ki je najbolj ozdravljiv in se ponovi v najmanj primerih, če se v dveh letih ne ponovi, se smatra, da je bolnik v popolnosti ozdravljen, če se pa še ponovi, je pa to neka druga maligna bolezen in ni v povezavi z limfomom. Ozdravljiv je v več kot 90 %.

9. Kako družba sprejema bolnike?

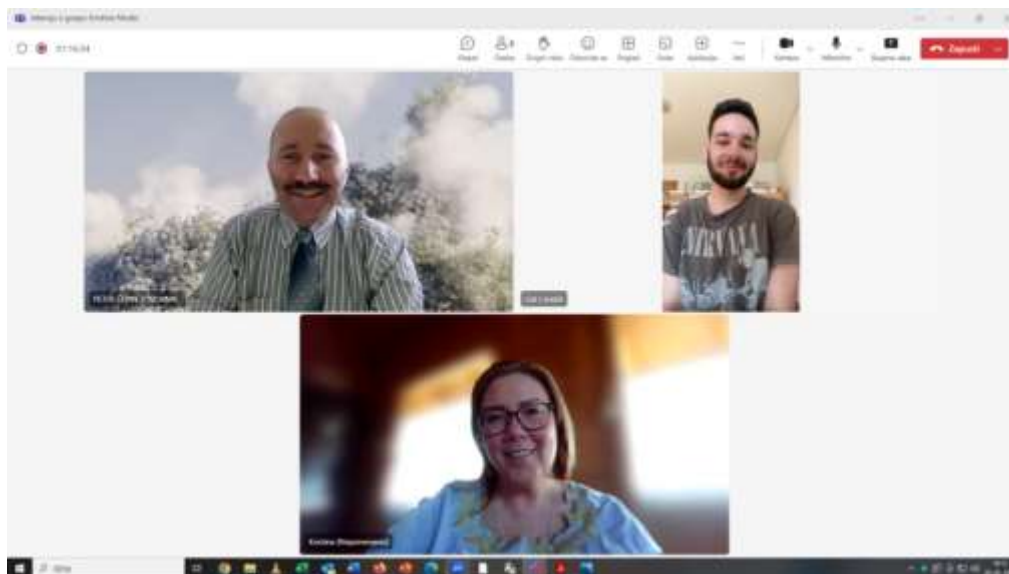
Kolikor smo mi v stiku z bolniki, v osnovnih in srednjih šolah imajo zelo dobre izkušnje in jim pride šola zelo naproti, sistem se jim tudi prilagaja, po navadi tudi razredniki zelo spodbujajo sošolce bolnika, da mu pomagajo, drugo je pa na faksu, kjer ni nekega razreda in razrednika, ki bi skrbel za manjše število ljudi. Na faksu bolniki velikokrat doživijo to, da podpore ne dobijo. Naš predsednik združenja Jaka Cepec je profesor na ekonomski fakulteti v Ljubljani in sedaj si prizadeva preko univerze v Ljubljani in v Mariboru, da bi čimbolj ozaveščali, da je potrebno študente, ki zbolijo v tej dobi, podpirati tudi pri opravljanju izpitov.

10. Ali imajo oboleli kašne omejitve v času bolezni, rehabilitacije in po ozdravitvi?

Njihova največja omejitev je, da ne smejo hoditi ven zaradi dovzetnosti za okužbe, saj se limfom zdravi s kemoterapijo in ta zelo zmanjša odpornost in zato ne smejo hoditi v prostore, kjer je zelo veliko ljudi. Druga omejitev je, da ne morejo nadaljevati svojega izobraževalnega ali delovnega procesa. Posledice zdravljenja, kot so slabo počutje, slabo psihološko stanje, se lahko kažejo po zdravljenju. Ena izmed posledic je lahko tudi neplodnost, saj lahko kemoterapija uniči spolne celice s tem, da je zelo dobro poskrbljeno, da se lahko spolne celice shranijo.

11. Katere osebe so za HL bolj dovzetne?

Generalno so vedno moški bolj kot ženske, čeprav ni velike razlike, tudi, kar se tiče mladih, vidimo, da so tako fantje kot dekleta zboleli, edino, kar opažamo, je, da so dekleta veliko bolj odprta glede iskanja pomoči ali informacij kot fantje. Večinoma njihovi starši stopijo z nami v kontakt.



Slika 6: Intervju z gospo Kristino Modic
(Vir: Čepin Tovornik, 20. 2. 2025)

3.6 INTERVJU Z GOSPO ANO GOBEC

Intervju z gospo Ano Gobec, diplomirano medicinsko sestro in mag. ter nekdanjo dijakinjo Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje, je bil izveden v ponedeljek, 20. februarja 2025, ob 17.30 uri preko videokonference Microsoft Teams z namenom, da nam zaupa potek svoje borbe z boleznijo, potek zdravljenja in stranske učinke, s katerimi se je srečevala v času bolezni. Želel sem, da tudi pove o svojem blogu NasmejAna, preko katerega ozavešča publiko o Hodgiknovem limfomu.

1. Kako ste doživeli trenutek, ko ste izvedeli za diagnozo? Kakšni so bili prvi občutki in odziv bližnjih?

Mislím, da je za vsakega, ki sliši besedo rak, to šok, saj imamo vedno občutek, da se to nam ne more zgoditi, sploh pa ne pri 22 letih, ko imaš še vse življenje pred sabo. Začetni šok je bil prisoten, je pa res, da so mi tudi na Onkološkem inštitutu namigovali, da gre za Hodgkinov limfom. Za družino je bil tudi šok, saj je že bila prisotna smrt zaradi raka v družini.

2. Kako je potekalo zdravljenje? Kako ste se soočali z stranskimi učinki ?

Kemoterapija je kar težko zdravljenje. Imela sem kemoterapijo in radioterapijo. Stranski učinki so bili prisotni in tudi zelo intenzivni. Na vsako kemoterapijo sem odreagirala

drugače. Ob poteku bolezni in prejemanju terapije sem 6 mesecev imela občutek, kot da imam mačka. Ves čas sem imela glavobole, bila sem utrujena, slabokrvna in imela sem vrtooglavice. Ko sem končala s kemoterapijo, sem bila po enem tednu hospitalizirana. Najbolj bi izpostavila enega izmed stranskih učinkov, in sicer izgubo las, saj sem zaradi tega težko sprejela bolezen in zdravljenje.

3. Kako je diagnoza vplivala na vaše mladostništvo? Ste se morali čemu odpovedati?

Morala sem se odpovedati enemu letu absolventa. Če gledam za nazaj, nisem izgubila nič v primerjavi s celim življenjem pred mano. Skrbelo me je tudi, ali bom lahko imela otroke, saj so nas pripravljali tudi med hospitalizacijo na to. Sedaj, ko jih imam, vidim, da mi ni bilo odvzeto nič. Bi rekla, da mi je bolezen več dala, kot odvzela.

4. Kdo vam je bil med boleznijo največja opora? Ste čutili dovolj podpore s strani zdravstvenih delavcev?

Psihološke podpore nisem dobila v obliki napotitve psihologu, psihiatru oziroma psihoterapevtu. Sem pa imela podporo v smislu, da si je vsak vzel nekaj minut za pogovor. Podpora je bila tudi s strani družine.

5. Kako vaša diagnoza vpliva na odnos do pacientov? Se vam zdi, da lažje razumete paciente, kadar gre za težje diagnoze?

Definitivno da. Vsem želim posvetiti teh 15 minut, ki so bile dane tudi meni v tej situaciji. MS sodelavci se maksimalno trudimo, da res damo pacientu občutek, da so slišani in da se izpovejo. Trudim se, da pacientom res stojim ob strani.

6. Kako se soočate z morebitnimi strahovi pred recidivom?

Recidiva me ni strah, je pa res, da sem veliko bolj pozorna na vsak znak, kadar mi telo sporoča, da nekaj ni tako, kot mora biti. Na spremembe se takoj odzovem in poslušam telo. Veliko bolj tudi skrbim za svoje psihofizično zdravje, kar se mi zdi bistvenega pomena na sploh.

7. Kakšen nasvet bi dali nekomu, ki se trenutno bori z Hodgkinovim limfomom?

Moj glavni nasvet je to, da se obkrožiš s pravimi ljudmi, ki so ti ljubi, ti dajejo pozitivno energijo in si s tistimi, ki ti več dajejo, kot vzamejo, v smislu energije in podpore.

8. Ali ste pred obolenjem izvajali samopregledovanje in kako na to gledate sedaj?

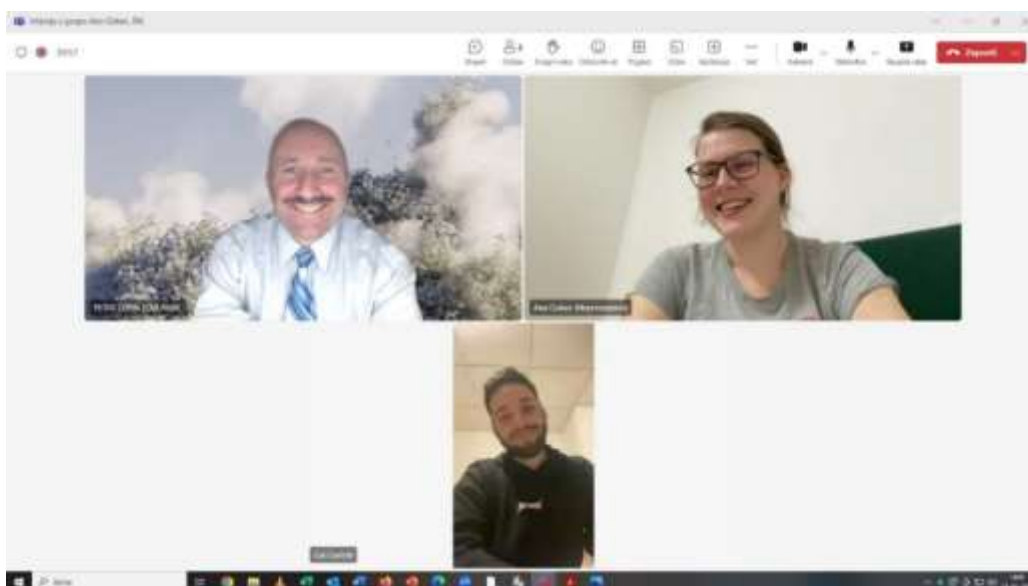
Na samopregledovanje v smislu HL nisem dala veliko pozornosti. Bolj sem izvajala samopregled v smislu preventivnih programov, ki jih imamo v Sloveniji, se pravi Zora in Dora. Je pa res, da sem še vedno zelo pozorna, če bi bile bezgavke še kdaj otečene.

9. Kakšne so vaše izkušnje v družbi glede sprejemanja?

Zdi se mi, da smo kot družba zelo odprti, z letom v leto bolj, mogoče tudi zaradi tega, ker smo posamezniki zelo aktivni na socialnih omrežjih in govorimo o tem. Mogoče kažemo to, da ne pomeni vsak rak in vsako zdravljenje smrt, ampak da se lahko ozdravi. Vidim, da družba to zelo lepo sprejema, ljudje so empatični, je pa res, da je zelo veliko strahu pred boleznijo.

10. Kako bi lahko ozaveščali mladino in ostale?

Mislím, da so za to zelo dobra socialna omrežja, predvsem Instagram, Facebook in TikTok, in mislim, da se lahko naredijo zelo dobre vsebine o tej tematiki nasploh. Definitivno tudi okrogle mize, posterji. Mislim, da imamo veliko možnosti, kako se lahko približamo mladim.



Slika 7: Intervju z gospo Ano Gobec
(Vir: Čepin Tovornik, 20. 2. 2025)

3.7 RAZPRAVA

Hodgkinov limfom je rak limfatičnega sistema, kjer se maligno spremenjeni limfociti nenadzorovano kopičijo v bezgavkah. V zdravem organizmu se namreč vse celice nadzorovano delijo, v primeru rakave spremembe pa postane razmnoževanje malignih celic nenadzorovano. (Jezeršek Novaković, 2014)

Z anketo sem želel pridobiti informacije o tem, koliko je Hodgkinov limfom poznan med dijaki Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje, glede na to, da nisem zasledil, da bi se o tej bolezni učili.

Na prvo vprašanje je kar večina dijakov odgovorila z ne, kar pomeni, da še nikoli niso slišali za takšno vrsto karcinoma. V intervjuju je gospa Modic povedala, da se trudijo ozaveščati javnost, a mladi ne izkazujejo interesa za takšne tematike.

Na drugo vprašanje o poznavanju osebe z Hodgkinovim limfomom od 243 anketiranih dijakov osebo s Hodgkinovim limfomom pozna le 5 dijakov. Večina dijakov ne ve oziroma ne pozna osebe, ki je zbolela za Hodgkinovim limfomom. Na to vprašanje se navezuje tudi **prva hipoteza**, in sicer, da **več kot 50 % anketiranih dijakov ne pozna osebe, ki je zbolela za Hodgkinovim limfomom**. Hipoteza je **potrjena**, saj osebo, ki je zbolela za to boleznijo poznata le 2 % anketiranih dijakov.

Na tretje vprašanje, kje so dijaki prvič slišali za Hodgkinov limfom, je največ dijakov izbralo odgovor, da v tej anketi. O odgovoru nisem preveč presenečen, saj se o tej bolezni v srednji šoli ne učijo.

Več kot polovica anketirancev (71 %) ne ve, med katera obolenja spada Hodgkinov limfom. Menil sem, da bodo v večjem odstotku vedeli, da je to rak limfnega sistema. Na to vprašanje se nanaša **druga hipoteza**, in sicer, da **več kot 50 % anketiranih dijakov ne ve, med katero vrsto obolenj sodi Hodgkinov limfom**. Hipoteza je **potrjena**.

Anketirani dijaki v 48 % ne vedo, kako pogosto se pojavlja Hodgkinov limfom. Da se pojavlja 1 oseba na 100000 ljudi, jih je pravilno odgovorilo 12 %.

Kateri starostni skupini najpogosteje zboleata za Hodgkinovim limfomom, 38 % anketiranih dijakov tega ne ve, 20 % pa jih je odgovorilo pravilno, in sicer, da sta to starostni skupini od 15 do 30 let in nad 50 let.

Na vprašanje o pomenu ozaveščanja o bolezni 66 % anketiranih dijakov poudarja pomembnost ozaveščanja dijakov na področju te bolezni. Na to vprašanje se nanaša **tretja hipoteza**, ki se glasi, da **več kot 50 % anketiranih dijakov se strinja, da bi bilo potrebno ozaveščanje o tej bolezni v šoli**. Hipoteza je **potrjena**.

Anketirani dijaki najpogosteje (64 %) menijo, da bi ljudi še bolj ozavestili o Hodgkinovem limfomu, in sicer s predavanji v šoli. To je bil tudi moj pričakovan odgovor, saj je šola ena izmed institucij, v kateri lahko dijaki naše stroke izvedo kaj o takšnih in podobnih temah. Gospa Modic je v intervjuju povedala, da se kot celotno združenje za bolnike z limfomom in levkemijo na različne načine trudijo ozaveščati, ampak da mladina takšnim temam ne namenja dovolj pozornosti.

Pri devetem vprašanju so bile 4 trditve, kjer več kot polovica anketiranih dijakov ne ve, če imajo osebe s HL slabše pogoje za zaposlitev, ali so prikrajšani za šport in zabavo, da se bolezen lahko deduje in da kot mladostniki lahko zbolijo. 22 % anketiranih dijakov meni, da imajo slabše pogoje za zaposlitev, v 34 %, da so prikrajšani za zabavo in šport, v 28 %, da se bolezen lahko deduje, in v 37 %, da za to obliko bolezni lahko zbolijo. Gospa Gobec je v intervjuju izpostavila, da je izgubila čas za zabave in druženje s svojimi prijatelji in eno leto šolanja. Omenja tudi, da ji bolezen na splošno ni odvzela nič, temveč ji je marsikaj tudi dala.

S podatki, pridobljenimi iz desetega vprašanja, je razvidno, da dijaki v 41 % ne vedo, kaj lahko preventivno storijo zase, da za Hodgkinovim limfomom ne zbolijo, v 18 % menijo, da lahko HL preprečijo s samopregledovanjem, 23 % pa z izobraževanjem in sledenjem preventivnim ukrepom. Na to vprašanje se navezuje **četrta hipoteza**, ki se glasi, da **več kot 50 % anketiranih dijakov pozna preventivne ukrepe (zgodnje odkrivanje) za preprečevanje Hodgkinovega limfoma**. Hipoteza **ni potrjena**.

Pri enajstem vprašanju so anketirani dijaki označevali stopnjo pomembnosti za pet trditev. V več kot 70 % menijo, da je pomembno in zelo pomembno ozaveščanje mladine o obolenju

v šoli, izvajanje samopregledovanja, sprejemanje bolnikov v družbo, vključenost v društva in psihološka podpora ter v 43 % obisk institucij, kjer se nahajajo bolniki. Intervjuvanki sta omenili pomembnost samopregledovanja in pa navsezadnje tudi ozaveščanja o tej bolezni.

Zadnje vprašanje se nanaša na pogostost samopregledovanja, saj z njim lahko hitro ugotovimo morebitne spremembe na ali v telesu. In prej, ko jih opazimo, prej lahko ukrepamo. Anketirani dijaki najpogosteje (33 %) zelo redko izvajajo samopregledovanje, enkrat mesečno samopregled telesa opravi 15 %, 15 % anketiranih dijakov pa samopregledovanja ne izvaja. Odgovor me je presenetil, saj sem predvideval, da se dijaki preventivno samopregledujejo pogosteje, saj se o pomenu le-tega v šoli veliko učimo. S tem vidimo, da anketirani dijaki ne dajo veliko pozornosti preventivnim ukrepom, s katerimi lahko preprečimo ali pravi čas zaznamo spremembe pri različnih obolenjih.

4 ZAKLJUČEK

Hodgkinov limfom je redka, a zelo specifična oblika limfoma, ki izhaja iz abnormalnih celic v limfnem sistemu. Kljub temu da je zgodnja diagnoza in napredne možnosti zdravljenja pomembno izboljšala izid bolezni, ostajajo nekatere raziskave še vedno ključne za izboljšanje obvladovanja bolezni, predvsem na področju zgodnjega odkrivanja, individualizacije zdravljenja in obvladovanja stranskih učinkov dolgotrajnega zdravljenja.

Pomembno je tudi, da se poveča ozaveščenost o Hodgkinovem limfomu, saj zgodnje prepoznavanje simptomov in pravočasno zdravljenje ključno vplivata na uspešnost zdravljenja. Na koncu kljub izzivom, ki jih bolezen prinaša, so napredek v medicinskih raziskavah in pristopi k zdravljenju optimistični in ponujajo upanje za še boljše rezultate za bolnike s Hodgkinovim limfomom v prihodnosti.

Z raziskovalno nalogo sem želel dijakom Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje približati Hodgkinov limfom, saj je po rezultatih razvidno, da je še veliko stvari, o katerih se še moramo vsi naučiti, podučiti ali vsaj slišati, kaj je to in kaj lahko kot posamezniki storimo preventivno, da se pred tem zaščitimo oz. pravi čas zaznamo spremembe, kolikor je le mogoče.

Moj predlog za izboljšanje stanja in ozaveščanja mladih je, da bi na šolah večkrat pripravili kakšne seminarje oziroma predstavitve društev, kot primer, da bi se šola dogovorila z Društvom bolnikov z limfomom in levkemijo, da pridejo prostovoljci in zaposleni na šolo in svoje izkušnje predstavili dijakom.

Glede na to, da dijaki srednjih šol z zdravstvenim programom predstavljamo bodoče bolničarje/negovalce in tehnike zdravstvene nege, se mi zdi smiselno, da povabimo na šole hematologe, onkologe ali medicinske sestre, ki se ukvarjajo z zdravljenjem Hodgkinovega limfoma, da dijakom predstavijo bolezen, diagnostične metode in sodobne pristope k zdravljenju. Lahko bi tudi organizirali pogovor s prebolevnikom/prebolevnico Hodgkinovega limfoma, ki bi delil svojo osebno izkušnjo, opisal zdravljenje, stranske učinke kemoterapije in pomen psihološke podpore. Dijaki bi se lahko skozi diskusijo in analizo kliničnih primerov učili prepoznavanja značilnih simptomov Hodgkinovega limfoma. Lahko

bi naredili tudi interaktivne delavnice, kot na primer simulacijo situacij, v katerih dijaki vadijo komunikacijo s pacientom, izvajanje negovalnih postopkov in nudenje psihološke podpore. Dijakom bi se v sklopu praktičnega pouka predstavili prikriti klinični primeri s simptomi Hodgkinovega limfoma, njihova naloga pa bi bila, da izvedejo diferencialno diagnostiko, predlagajo nadaljnje preiskave in oblikujejo osnovni načrt zdravljenja.

Srednje šole, ki izvajajo program bolničar/negovalec in tehnik zdravstvene nege, bi lahko organizirale vodene ogledde hematološkega ali onkološkega oddelka v bolnišnicah, kjer se dijaki srečajo z zdravniki, medicinskimi sestrami in navsezadnje tudi z bolniki. Če obisk ne bi bil mogoč, bi lahko šole organizirale spletna srečanja z zdravstvenim osebjem, ki bi predstavilo svoje izkušnje pri zdravljenju Hodgkinovega limfoma.

Z vključevanjem dijakov v aktivno učenje in interaktivne metode lahko bistveno povečali njihovo znanje o Hogkinovem limfomu. Poleg tega bi jih lahko spodbudili k širjenju ozaveščenosti tudi izven šolskega okolja, kar bi lahko pripomoglo k hitrejšemu poznavanju bolezni in boljši obravnavi bolnikov v prihodnosti.

5 VIRI IN LITERATURA

5.1 KNJIŽNI IN SPLETNI VIRI

- Avguštin, V. Vedno pride kak bolnik, ki ti zleze pod kožo. 2019. Dostop: <https://www.doktor24.si/vedno-pride-kak-bolnik-ki-ti-zelo-zleze-pod-kozo/> (8. 3. 2025).
- Gaber, A. Rak v Sloveniji: statistika, preventiva in celostna rehabilitacija. 2024 Dostop: <https://abczdravja.si/rakave-bolezni/rak-v-sloveniji-statistika-preventiva-in-celostna-rehabilitacija/> (5. 3. 2025).
- Jezeršek Novaković, B. Maligni limfomi: knjižica za bolnike in svojce. Onkološki inštitut, 2013. Dostop: <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:doc-X2VRX5XM> (11. 3. 2025).
- Jezeršek Novaković, B. Multidisciplinarna obravnava bolnikov z malignimi limfomi. Ljubljana. 2014. Dostop: <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-R3P1R0S8> (5. 3. 2025).
- Jezeršek Novaković, B. Maligni limfomi. Doktor 24. 2019. Dostop: <https://www.doktor24.si/maligni-limfomi/> (11. 3. 2025).
- Jezeršek Novaković, B., Pajk, B. Febrilna nevtropenija. 2009. Dostop: <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-HI657PW6> (5. 3. 2025).
- Jezeršek Novaković, B., Zver, S., Zajc, M. Hodgkinov limfom: vodnik za bolnike. Ljubljana Slovensko združenje bolnikov z limfomom in levkemijo, L&L: Onkološki inštitut Ljubljana, 2016.
- Košnik, M., Štajer, D., Kocjan, T. Interna medicina. 5. izd. Ljubljana: Slovensko medicinsko društvo, 2018.
- Mandal, A. Hodgkin's Lymphoma Hystori. News medical life science. 2023. Dostop: <https://www.news-medical.net/health/Hodgkins-Lymphoma-History.aspx> (11. 3. 2025).
- Nagpal, P. et al. Pediatric Hodgkin lymphoma – biomarkers, drugs, and clinical trials for translational science and medicine. PubMet Central, 2016. Dostop: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5341896/#s3> (11. 3. 2025).
- National cancer institute, Lymphoma. 2025. Dostop: <https://www.cancer.gov/types/lymphoma> (8. 3. 2025).
- Piškor, J., Hodgkinov limfom. PhD Thesis. University of Rijeka. Faculty of Biotechnology and Drug Development. 2024 Dostop: <https://zir.nsk.hr/islandora/object/biotechri:1040> (5. 3. 2025).
- Sup J. S. in sod. Expression of bcl-2 in classical Hodgkin's lymphoma: an independent predictor of poor outcome. J Clin Oncol. 2005. Dostop: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15809450/> (5. 3. 2025).

5.2 VIRI SLIK

- Clark, S. E. Thomas Hodgkins. Slika 1: Thomas Hodgkins. Dostop: <https://www.emmaclark.org/thomas-hodgkins/> (5. 3. 2025).
- Čepin Tovornik, P. Slika 6: Intervju z gospo Kristino Modic (20. 2. 2025).
- Čepin Tovornik, P. Slika 7: Intervju z gospo Ano Gobec (24. 2. 2025).
- Diagnostic BioSystems. Helicobacter Pylori. Slika 4: Helicobacter Pylori. Dostop:

<https://dbiosys.com/product/helicobacterpylori/> / (5. 3. 2025).

Kreni Zdravo. Hodgkinov limfom – uzroci, simptomi i liječenje. Slika 3: Povećane bezgavke. Dostop:

<https://krenizdravo.dnevnik.hr/zdravlje/bolesti-zdravlje/hodgkinov-limfom-uzroci-simptomi-i-lijecenje> (5. 3. 2025).

Lymphoma Australia. Hodgkinov limfom – otroci in mladostniki. Slika 2: Celica z beljakovino CD20. Dostop:

<https://sl.lymphoma.org.au/vrste-limfoma/limfom-pri-otrocih/hodgkinov-limfom/> (5. 3. 2025).

Najboljša frizura. Kemoterapija me je naučila živeti. 2025. Slika 5: Kemoterapija. Dostop:

<https://www.frizura.si/kemoterapija-me-je-naucila-ziveti/> (5. 3. 2025).

6 PRILOGA

Priloga 1: Anketa za dijake Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje o Hodgkinovim limfomom

ANKETA - HODGKINOV LIMFOM

Spoštovani!

Sem Gal Centrih iz 2. gb, dijak Srednje zdravstvene in kozmetične šole Celje in pripravljam raziskovalno nalogo na temo Hodgkinovega limfoma. Prosim vas, da si vzamete par minut časa in odgovorite na nekaj vprašanj. Anketa je anonimna, zato prosim za iskrene odgovore.

Se vam že vnaprej zahvaljujem!

Spol:

- a) Moški
- b) Ženski

Letnik šolanja:

- a) 1. letnik
- b) 2. letnik
- c) 3. letnik
- d) 4. letnik in 1. pti
- e) 2. pti

1. Ali ste že slišali za Hodgkinov limfom?

- a) Da
- b) Ne

2. Ali poznate kakšno osebo z Hodgkinovim limfomom?

- a) Da
- b) Ne
- c) Ne vem

3. Kje ste prvič slišali za Hodgkinov limfom?

- a) V šoli
- b) Pri zdravniku
- c) Na televiziji
- d) Med svojci ali znanci
- e) Po radiu
- f) V tej anketi
- g) Drugo (napišite) _____

4. Med katera obolenja spada Hodgkinov limfom?

- a) Nevrološko obolenje
- b) Genetska motnja
- c) Rakavo obolenje
- d) Kardiološko obolenje
- e) Motnja v duševnem razvoju
- f) Ne vem

5. Kako pogosto se po vašem mnenju pojavlja Hodgkinov limfom?

- a) 1 oseba od 100
- b) 1 oseba od 1000
- c) 1 oseba od 10.000
- d) 1 oseba od 100.000
- e) Ne vem

6. Kateri starostni skupini sta najbolj izpostavljena Hodgkinovemu limfomu? (možnih več odgovorov)

- a) Do 15 let
- b) 15 do 35 let
- c) 35 do 50 let
- d) Nad 50 let
- e) Ne vem

7. Ali je po vašem mnenju potrebno osveščanje dijakov na področju te bolezni?

- a) Da
- b) Ne
- c) Ne vem

8. Na kakšne načine bi lahko po vašem mnenju ljudi še bolj ozavestili o Hodgkinovem limfomu? (možnih več odgovorov)

- a) Z različnimi oddajami
- b) S predavanji v šoli
- c) Z različnimi članki
- d) Drugo (napišite) _____

9. Strinjanje s trditvami.

	Da	Ne	Ne vem
Menite, da imajo oboleli slabše pogoje za zaposlitev?			
Menite, da so oboleli prikrajšani pri aktivnostih kot so šport, zabava, itd. ?			
Menite, da se lahko Hodgkinov limfom deduje?			
Menite, da lahko kot mladostnik zbolite za Hodgkinovim limfomom?			

10. Kaj lahko kot posameznik storite, da ne zbolite za Hodgkinovim limfomom? (možnih več odgovorov)

- a) Se samopregledujem
- b) Ne konzumiram psihoaktivnih substanc
- c) Se izobražujem in sledim preventivnim ukrepom
- d) Nič
- e) Ne vem
- f) Drugo (napišite) _____

11. Označite pomembnost, kjer 1 pomeni nepomembno, 2 malo pomembno, 3 neodločeno (niti – niti), 4 pomembno in 5 zelo pomembno?

	1	2	3	4	5
Osveščanje mladine o obolenjih v šoli.					
Obisk institucij, kjer se nahajajo bolniki.					
Izvajanje samopregledovanja.					
Sprejemanje bolnikov v družbo.					
Vključenost bolnikov v društva.					
Vključenost psihološke podpore bolnikom.					

12. Kako pogosto izvajate samopregledovanje telesa?

- a) Enkrat dnevno
- b) Enkrat tedensko
- c) Večkrat tedensko
- d) Enkrat mesečno
- e) Večkrat mesečno
- f) Večkrat letno
- g) Zelo redko
- h) Nikoli

Odgovorili ste na vsa vprašanja v tej anketi. Hvala za sodelovanje.