

zdrAV diH  
zdrAV diH  
NAVA

## Kako živeti s KOPB?

**Ugodna klima**

V ZAPRTIH PROSTORIH POZIMI

**SINDROM  
FIBROMIALGIJE**

Glasilo Društva pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije





## urnik dela društva

Tajništvo

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

Odprti telefon

Na vaša vprašanja odgovarja VMS vsak torek od 11. do 13. ure.

Telefon: 01 427 44 44

Faks: 01 427 44 43

E-naslov: dpbs@siol.net

Splet: www.dpbs.si

## usebina

Kontaktne alergije in iritacije v gospodinjstvu	4
Kako živeti s kronično obstruktivno pljučno boleznijo?	6
Nove, boljše možnosti zdravljenja astme in KOPB	8
Sindrom fibromialgije	10
Ugodna klima v zaprtih prostorih pozimi	12
Slikovito in preprosto lajšanje težav	14
Virusne okužbe pljuč pri otrocih	16
Jubilejno srečanje ob dvajseti obletnici sekcije za otroke v Mariboru	18
Razpis 16. državnega tekmovanja <i>Zdrav dihanje za navdih</i>	19
20. srečanje članov DPABS v Mladinskem zdravilišču in letovišču RKS Debeli Rtič	20
Priznanje dr. Demetra Bleiweisa - Trsteniškega	22
Pomembno poslanstvo	23
Skupinska rehabilitacija članov DPABS v Strunjanu	24
Dogajanje v DPABS od julija do decembra 2014	26
Svetovni dan KOPB - koraki za boljše življenje	27
Opravljanje prakse v DPABS	28
Radi se družimo	30
Delček dohodnine lahko namenite svojemu društvu	31
Urnik dihalne vadbe 2014/2015	33

## Spoštovani sočlani,

Letošnje leto nam je prineslo bolj kislo poletje, boljša in toplejša jesen pa nas je prav gotovo razveselila. Le kdo ve, kako nas bo presenetila zima, saj je letošnje vreme marsikatero družino spravilo skoraj ob vse. Večini prizadetih je ostala le volja, da si na novo uredijo dom.



Letos z vremenom res ne moremo biti zadovoljni, morda bo zato zima toliko lepša, bleščeča in polna živopisanih lučk na prazničnih drevescih. Bilo bi lepo, da bi sneg pobelil pokrajino ter jo ovil v belino in pravljično tišino, ki nas bo umirjala v predprazničnem času.

Konec leta je čas, da razmislimo, kaj smo naredili dobrega ali slabega, kaj moramo spremeniti, da nam bo bolje. Še dobro se ne bomo zavedli, pa bomo spet v januarskem vrvežu in do vratu vpeti v vsakdanje delo.

Kljub izjemnim finančnim težavam nam je tudi letos uspelo izdati tri številke glasila, saj se zavedamo, da najde pot tudi tja, kjer morda ni pametnih telefonov in računalnikov. Še naprej se bomo trudili, da bi tako tudi ostalo. Prav tako si bomo še naprej prizadevali za zagotavljanje ugodnosti za vas, dragi sočlani, sledili bomo strokovnim ugotovitvam za izboljšanje kakovosti življenja obolelih in vas o tem obveščali. Veliko pozornosti bomo tudi v prihodnjem letu posvečali ozaveščanju, predvsem mladih, o nevarnostih kajenja, ki povzroča tudi huda pljučna obolenja.

Ob izteku leta se vam zahvaljujem, drage članice in člani, da bogatite naše društvo, vsem ožjim sodelavcem v društvu za vso nesebično pomoč in voljo pri izvrševanju zadanih nalog. Velika zahvala je prav gotovo namenjena tudi vsem dobrotnikom, ki nam omogočajo udejanjanje našega poslanstva.

Naj bo leto, ki se izteka, v naših srcih zapisano samo po dobrih stvareh, novo leto pa naj vam prinese predvsem veliko zdravja, sreče in veselja.

**Srečno 2015!**

Mirko Triller