

Preporuke za aktivno uključivanje i sudjelovanje osoba s multiplom sklerozom u obrazovnom sustavu



Savez društava
multiple skleroze
Hrvatske



Preporuke za aktivno uključivanje i sudjelovanje osoba s multiplom sklerozom u obrazovnom sustavu



Autorice i urednice:

Maja Liković, mag.act.soc.

Dijana Roginić, mag.oec.

Izdavač:

Savez društava multiple skleroze Hrvatske

Trnsko 34, p.p. 74, 10020 Zagreb

Tel/fax: 01 6554 757

Email: sdms_hrvatske@sdmsh.hr

Facebook: [savezdrustavamshrvatske](#)

Instagram: [savezdrustavamultipleskleroze](#)

Web: www.sdmsh.hr

Grafička priprema i dizajn:

Tanja Malbaša, mag.art.

1. izdanje

Prosinac, 2022.

Ovaj je dokument nastao u sklopu projekta "BonToniraj se za MS!2".

Ovaj je dokument izrađen uz finansijsku podršku Grada Zagreba. Sadržaj ovog dokumenta u isključivoj je odgovornosti Saveza društava multiple skleroze Hrvatske i ni pod kojim se uvjetima ne može smatrati kao odraz stajališta Grada Zagreba.





U Republici Hrvatskoj 7024 osoba boluje od multiple skleroze (Benjak i sur., 2022). U Bazi podataka Saveza društava multiple skleroze Hrvatske upisano je 3245 osoba s multiplom sklerozom iz udruga članica Saveza iz svake županije što čini skoro polovinu (46,19%) osoba s multiplom sklerozom u Hrvatskoj. Nije poznato koliko osoba s multiplom sklerozom u Hrvatskoj je trenutno u sustavu obrazovanja, posebice u visokom obrazovanju, no prema Bazi podataka Saveza društava multiple skleroze Hrvatske, trenutno je u statusu studenta 40 osoba s multiplom sklerozom što čini 1,23% članova, a 11 osoba je u statusu učenika što čini 0,34% članova udruga članica Saveza društava multiple skleroze Hrvatske. Gledajući podatke Benjak i suradnika (2022), da se zaključiti kako je u osnovnoškolskom obrazovanju manje od 20 osoba s multiplom sklerozom, a u srednjoškolskom manje od 100 osoba s multiplom sklerozom.

Kada bi gledali prosječne dobne skupine u kojima osobe studiraju, dalo bi se zaključiti kako je potencijalnih dvjestotinjak osoba s multiplom sklerozom koje su uključene u visokoškolsko obrazovanje ili imaju uvjete za isto. Kada uzmemo u obzir manje od 100 osoba s multiplom sklerozom koje će kroz koju godinu imati priliku nastaviti svoje srednjoškolsko obrazovanje na nekom od fakulteta, važno ih je potaknuti na studiranje i osigurati im pristupačnost nastavnih sadržaja i individualizirano sudjelovanje u sustavu obrazovanja sukladno njihovom zdravstvenom stanju i potrebama. Također, za potencijalnih trenutnih dvjestotinjak studenata s multiplom sklerozom, važno je osnažiti ih da nastave svoj put i zatraže podršku u ostvarivanju svojih prava i mogućnosti.



Multipla skleroza, G35, prevalencija

Dobne skupine	Muškarci	Žene	Ukupan broj
0-4	0	0	0
5-9	0	1	1
10-14	2	6	8
15-19	18	51	69
20-24	71	168	239
25-29	125	298	423

(Benjak i sur., 2022)

Kako je vidljivo iz prethodno prikazanih podataka, nije poznato koliko je točno osoba s multiplom sklerozom u sustavu obrazovanja, no kako bi prevenirali nerazumijevanje dijagnoze multiple skleroze i potaknuli aktivno uključivanje i sudjelovanje osoba s multiplom sklerozom u obrazovnom sustavu s ciljem razumijevanja specifičnih potreba osoba s multiplom sklerozom i o samoj bolesti, nastale su ove Preporuke koje su pred Vama. Možda nije velik broj osoba s multiplom sklerozom u visokom obrazovanju, no važno je i da se ona jedna osoba s mutliplom sklerozom osjeća prihvaćeno s obzirom na svoju dijagnozu i simptome uz koje studira.



Neka Vam ove Preporuke posluže kao svjetlo u razumijevanju multiple skleroze i njezinog mogućeg utjecaja na studenta s ovom kroničnom bolešću, ali i kao alat za podršku studentima s multiplom sklerozom koji će možda studirati na Vašem fakultetu, a možda već i studiraju. Pravilnik o organizaciji i djelovanju Ureda za studente s invaliditetom Sveučilišta u Zagrebu (2007) definira studente s invaliditetom kao osobe koje zbog bolesti ili oštećenja imaju teškoća u realizaciji svakodnevnih akademskih aktivnosti, a uz studente s oštećenjima vida i sluha te tjelesnim invaliditetom, Pravilnik uključuje i studente s kroničnim bolestima, psihičkim poremećajima i specifičnim teškoćama učenja. S obzirom da Pravilnik uključuje studente s kroničnom bolešću, on uključuje i studente s multiplom sklerozom.



Što je MULTIPLA SKLEROZA?

Multipla skleroza je autoimuna, neurološka, kronična bolest središnjeg živčanog sustava koju često nazivamo „bolest s tisuću lica“ jer se sama bolest, simptomi i tijek bolesti razlikuju od osobe do osobe što ju čini vrlo individualnom i nepredvidivom bolešću. Postoji nekoliko tipova multiple skleroze, no u trenutku pojave prvog simptoma bolesti i postavljanja dijagnoze, teško je reći kako će se multipla skleroze kod osobe razvijati. Multipla skleroza češća je kod mladih žena reproduktivne dobi i to je bolest koja je najčešći netraumatski uzrok invaliditeta kod mladih osoba (Bašić Kes i sur., 2021). Postavljena dijagnoza multiple skleroze u ranoj dobi ne mora nužno značiti lošu prognozu i lošiju kvalitetu života, osobe s multiplom sklerozom mogu nastaviti svoje obrazovanje kada im se tijekom osnovne, srednje škole ili tijekom studiranja postavi dijagnoza multiple skleroze jer mogu aktivno sudjelovati u obrazovanju vrlo često nesmetano, a ponekad im je potrebna podrška u radu kroz individualiziranu podršku prilagodbom nastavnog sadržaja ili ispitnog procesa. Multipla skleroza se u 70% osoba s MS-om utvrđuje u najproduktivnijoj radnoj dobi, dok 80% osoba s MS-om obično prestane raditi unutar 15 godina od početka bolesti (European multiple sclerosis platform, 2021). Iz tog razloga, važno je uključivati i poticati osobe s multiplom sklerozom na obrazovanje kako bi osigurale mogućnost što duljeg ostanka u svijetu rada, a time i uključenosti u zajednicu. Mnoge osobe s multiplom sklerozom uz odgovarajuću podršku mogu sudjelovati u obrazovnom procesu i završiti svoje obrazovanje (European multiple sclerosis platform, 2020). Liječenje multiple skleroze ovisi o nizu čimbenika, no ono može biti primanjem odgovarajuće terapije putem injekcija ili tableta svakodnevno ili nekoliko puta tjedno, mjesечно kada si osoba samostalno daje terapiju kod kuće, a terapiju osoba može primati i u dnevnoj bolnici putem infuzije ili injekcija jednom mjesечно ili nekoliko puta godišnje. Postoji mogućnost potrebe za hospitalizacijom ukoliko dođe do relapse, pogoršanja bolesti ili primanja kortikosteroidne pulsne terapije nekoliko dana za redom u dnevnoj bolnici. Svakako, liječnički pregledi kod neurologa i drugih specijalista su neizostavni u liječenju multiple skleroze uz redovito obavljanje kontrolnih pregleda magnetne rezonance i drugih. Simptomi multiple skleroze razlikuju se od osobe do osobe, a nepredvidiv je trenutak njihova javljanja. Važno je za razumijevanje simptoma znati kako se oni mogu, ali i ne moraju pojaviti kod osobe s MS-om te kako oni mogu, ali i ne moraju stvarati teškoće osobi s MS-om u obrazovanju i obavljanju fakultetskih aktivnosti. Slijedi pregled nekih od simptoma koji se mogu pojaviti te na koji način mogu utjecati na obrazovanje osoba s multiplom sklerozom.



Koji simptomi multiple skleroze se javljaju kod studenata s MS-om?

Na sudjelovanje u akademskim aktivnostima i obavljanje akademskih obaveza mogu utjecati simptomi multiple skleroze kao što su kronični umor koji utječe na radne navike studenta i sposobnost koncentracije, bol i netolerancija na toplinu imaju učinka na aktivan boravak u dvoranama fakulteta na predavanjima, smanjena spremnost zbog trnjenja ruku utječe na rukopis, rad na tipkovnici za izvršavanje akademskih obaveza rukama. Nerazgovjetan govor koji se može javiti kod studenata s multiplom sklerozom, a on utječe na komunikaciju i prezentacijske sposobnosti koje se od studenata traže, a hitnost i učestalost mokrenja i obavljanja nužde stvara nelagodu i potrebu za čestim odlaskom na toilet tijekom predavanja dok teškoće s vidom poput dvoslika ili zamagljenog vida dovode do smetnji čitanja i umora. Umor kod osoba s MS-om je vrlo različit od osjećaja umora ili iscrpljenosti koji ljudi bez MS-a mogu doživjeti nakon dugotrajnih vježbi ili napornog dana na fakultetu. Često uključuje iznenadni gubitak energije i nemogućnost nastavka aktivnosti. Važno za razumijevanje umora studenata s multiplom sklerozom je činjenica kako se umor osoba s MS-om ne može „popraviti“, umor je neočekivani i prekomjerni umor cijelog tijela koji nije povezan sa snom, prisutan je i neposredno nakon buđenja, a obično se pogoršava kako se dan nastavlja i izraženiji je u periodima vremena kod pojačane topline i vlage. Drugi simptomi MS-a koje osobe imaju, pogoršavaju se tijekom umora pa tako umor može utjecati i na kognitivne simptome, poput problema s kratkoročnim pamćenjem, koncentracijom ili pronalaženjem riječi (Mirošević Zubonja, 2022) koji su česti kod studenata s multiplom sklerozom. Osobama s multiplom sklerozom mogu se pojaviti znakovi boli u različitim dijelovima tijela poput hladnoće, vrućine, trnjenja, pikanja, nevoljnih trzajeva, spazma, glavobolje i drugih te oni nisu uvijek okom vidljivi. Bol je moguća u cijelom tijelu uz umor koji osobe s multiplom sklerozom osjećaju, a karakterističan je i MS hug koji je se opisuje kao tupa bol u prsištu. Za razumijevanje boli kod MS-a važno je znati kako se ona može pojaviti spontano bilo kad, s podražajem ili bez, primjerice dok student sjedi, razgovara i odjednom počnu mravci u ruci ili student sagne glavu i jave se nelagodni trnci niz kralježnicu. Bol kod osoba s MS-om ima kognitivne i emocionalne komponente koje mijenjaju čovjeka, a uz to, bol kod multiple skleroze je bol za koju se ne može očekivati da će proći djelovanjem tablete, sutra ili za mjesec dana, već je ona kronična bol s kojom studenti žive gotovo svaki dan (Zavoreo, 2022). Bol je uvijek negativna u kontekstu kvalitete života i znatno ju narušava u privatnom i profesionalnom aspektu jer bol je simptom koji se osobama s MS-om može pojaviti i primjerice na predavanju, a ovisno o intenzitetu boli student može nastaviti pratiti predavanje, uzeti kratku pauzu ili napustiti predavanje.



Kako bi se osobi s multiplom sklerozom što više pružilo razumijevanje u nošenju sa simptomima dijagnoze i njihovom mogućem utjecaju na obrazovanje i sudjelovanje u akademskim aktivnostima, potrebno je razgovarati s osobom o njezinim potrebama i teškoćama s kojima se suočava kako bi joj se mogla pružiti adekvatna podrška.

Gledajući podatke Baze podataka Saveza društava multiple skleroze Hrvatske, kod osoba s multiplom sklerozom sa statusom studenta najčešće se javljaju sljedeće smetnje: umor i iscrpljenost kod 52,5% studenata, smetnje vida kod polovice studenata, motoričke smetnje ruku uz utrnulost ruku kod 37,50% studenata, dok se kognitivne smetnje javljaju kod 35% studenata s multiplom sklerozom.



Najizazovniji aspekti studiranja s multiplom sklerozom su osiguravanje dovoljna sna i odmaranja, snalaženje u rasporedu predavanja i usklađivanje fakultetskih obaveza sa zdravstvenim potrebama i liječenjem multiple skleroze (Hoffman i sur., 2019). Studentima s multiplom sklerozom neovisno o simptomima s kojima se suočavaju, izuzetno je važno redovito primanje terapije i kontrolni pregledi liječnika pa bi bilo dobro prilagoditi im fakultetske obaveze u skladu s njihovim terapijskim ciklusom i potrebnim liječničkim pregledima, a u tome bi pomogli fleksibilni rokovi za izvršavanje fakultetskih obaveza. Osiguravanje dovoljno sna i odmaranja studentima s multiplom sklerozom je potrebno s obzirom da često imaju energije samo za pohađanje nastave ili obavljanje nekih fakultetskih obaveza zbog kroničnog umora i iscrpljenosti. Potrebno je spomenuti i osiguravanje boravka na fakultetu u temperaturno ugodnim prostorijama jer su osobe s multiplom sklerozom osjetljive na toplinu i hladnoću, a tada im se simptomi pogoršavaju i umor povećava. Važno je znati kako općenito iscrpljivanje organizma i prekomjerni napor pogoršava simptome osoba s multiplom sklerozom. Stoga, ukoliko je moguće, potrebno je osigurati više izostanaka studentima s multiplom sklerozom kako bi mogli uskladiti svoje zdravstvene potrebe s fakultetskim obavezama.



Svakako bi kod kroničnog umora, ali i kod kognitivnih teškoća, studentu s multiplom sklerozom mogle pomoći strukturirane fakultetske obaveze i zadaci podijeljeni u manje cjeline kako bi se povećala fokusiranost na akademske zadatke. Mogućnost odmora tijekom dugotrajnih predavanja ili tijekom ispita, studentu s multiplom sklerozom može puno značiti jer se postiže smanjenje njegove iscrpljenosti koja rezultira pojačanim kroničnim umorom, pojačanim intenzitetom simptoma kao što su tremor, spazmi, bolovi i drugi simptomi. Dodatne pauze mogu biti u obliku kratkih šetnji od par minuta, osvježenje napitkom, udah svježeg zraka ili razgibavanje.

Kad se studentu s multiplom sklerozom javljaju kognitivne smetnje poput gubitka koncentracije, zaboravljanja netom spomenutih informacija, zamagljenih misli, moguće je osigurati pisane upute zadataka, podsjetnike i druge tehnike za lakše pamćenje i prisjećanje što bi olakšalo teškoće studentu.



Vezano uz motoričke smetnje ruku i utrnulosti ruku osoba s multiplom sklerozom, smetnje mogu biti u vidu tremora, spazma ili bolova ruku. Dakako, pisanje bilješki tijekom predavanja ili pisanje ispita je tada studentima otežano, a može se pojaviti i teško čitljiv rukopis zbog tih simptoma. Studentu s multiplom sklerozom bi u tom slučaju pomoglo osiguravanje bilješki unaprijed i usmeno polaganje ispita ili produljeno vrijeme pisanja ispita.

Kod smetnji vida, studentima s multiplom sklerozom može se pomoći tijekom predavanja i ispita na način da im se omogući korištenje uvećanog tiska s povećanim proredom i odgovarajućim kontrastom, primjereno osvjetljenje prostorije, usmeno polaganje ispita i izvršavanje fakultetskih obaveza putem govorne komunikacije te češće stanke tijekom predavanja, ali i ispita radi odmora očiju. Smetnje vida mogu biti dvoslike, zamagljen vid ili gubitak vida na jedno ili oba oka koje može biti trenutno, ali i duljeg trajanja.



Kao što je vidljivo, studenti s multiplom sklerozom mogu imati vidljive simptome koji utječu na njihovo sudjelovanje u akademskim aktivnostima, ali i one nevidljive koji često prevladavaju. Upravo zbog tih nevidljivih simptoma često dolazi do nerazumijevanja za studente s multiplom sklerozom i nepovjerenja u ono što govore da im se događa. Nevidljivost da bi se razumjela, potrebno ju je prikazati i opisati, a to se može jedino razgovorom. Uz nevidljivost, jedna od karakteristika multiple skleroze je i njezina nepredvidljivost kada jer se stanje osobe s MS-om može promjeniti u bilo kojem trenutku, a to je studentima izazovno objasniti kako se odjednom dogodilo pogoršanje simptoma. Zbog nepredvidljivosti tijeka bolesti i pojave simptoma multiple skleroze, studentima je izazovno planirati ispitne rokove, odlaske na predavanja i korištenje izostanaka za zdravstvene potrebe. Tijekom akademske godine može se dogoditi i iznenadna hospitalizacija zbog pogoršanja bolesti, a tada je studentu itekako potrebna podrška fakulteta. U tim trenucima važno je u dogovoru sa studentom pratiti njegovo zdravstveno stanje i mogućnosti za obavljanje fakultetskih obaveza kako bi ih u dogovorenou vrijeme ispunio. Pojavom pandemije COVID-19, pokazale su se dobre mogućnosti sudjelovanja na nastavi online putem kada je osoba hospitalizirana, prima terapiju u dnevnoj bolnici, u pogoršanju bolesti je ili se jednostavno ne osjeća dobro. Studentima s multiplom sklerozom je važno sudjelovanje u nastavi i akademskim aktivnostima kako ne bi osjećali da nešto propuštaju ili da im se "gleda kroz prste" zbog dijagnoze zbog čega često i ne traže podršku na fakultetu na koju imaju pravo kao student s kroničnom bolešću.



Ako postoji mogućnost za razgovor sa studentom s multiplom sklerozom koji se obratio za podršku, važno je sljedeće:

- Razgovarati sa studentom s MS-om bez žurbe i zajedno planirati daljnje korake
- Saslušati studenta s MS-om bez osuđivanja i podrazumijevanja
- Sagledati teškoće iz perspektive studenta s multiplom sklerozom kao kroničnom bolešću

Primjerice, studenti s multiplom sklerozom smetnje ruku koje se javljaju poput utrnulosti, spazama, boli, opisuju na razne načine poput "I voda me boli; ne mogu se namjestiti kolike grčeve imam; ne rade moji prsti 24/7". Kronični umor se može opisati riječima "osjećam se pregaženo, a prošlo je tek sat vremena predavanja, jedva gledam". Kognitivne smetnje koje doživljavaju, studenti opisuju kao "osjećaj kao da postoji magla informacija koje su važne, a ne mogu se usredotočiti koliko je maglovito". Osobe smetnje vida najčešće opisuju riječima "vidim dvije osobe, vidim dva predmeta ispred sebe, muti mi se sve pa moram držati jednu ruku na oku kako bih bolje vidjela". Nabrojani su i opisani neki simptomi multiple skleroze s kojima se oboljele osobe suočavaju i koji utječu na njihovo akademsko funkcioniranje, no simptoma multiple skleroze je mnogo i kod svake osobe se javljaju u drugačijem obliku, intenzitetu, period pa je stoga važno prije svega saslušati studenta s čime se suočava.



Neke od preporuka koje bi mogle pomoći studentu s multiplom sklerozom u aktivnom sudjelovanju na nastavi su dopuštanje više stanki tijekom predavanja i odlazaka na toalet kako bi se student istegnuo i spriječio grčeve i utrnulost, dopuštanje vode ili osvježavajućeg napitka tijekom nastave za poboljšanje energije i koncentracije, omogućavanje bilješki prije nastave kako bi student lakše pratio predavanje, omogućavanje više vremena za izvršavanje zadataka i podijeliti ih u više cjelina. Kako bi se student s multiplom sklerozom osjećao ugodno u prostoriji, potrebno je osigurati adekvatne klimatske uvjete i dopustiti dodatnu odjeću u slučaju hladnoće i korištenje hlađenja klima uređajem tijekom vrućina. Ukoliko student bude hospitaliziran, a želi sudjelovati u nastavi, potrebno mu je omogućiti sudjelovanje online putem i pristup korištenim materijalima na nastavi. No, kao što je vidljivo, mogućnosti je puno kako bi se studentima s multiplom sklerozom olakšalo studiranje uz simptome kronične bolesti, a najvažnije je da sam student zatraži podršku koja mu je potrebna. Ovdje je i **e-brošura o pravima osoba s invaliditetom u obrazovanju** koja Vam može poslužiti kao alat za pružanje podrške studentima s multiplom sklerozom, a neka ove Preporuke posluže i kao motivacijsko sredstvo da Vam se studenti s multiplom sklerozom obrate za podršku.



Važnost visokog obrazovanja osoba s multiplom sklerozom

Visoko obrazovanje je temelj za određenu kvalitetu života, sliku o sebi, uključenost u zajednicu s kojim će osobe s multiplom sklerozom naći svoje mjesto pod suncem danas – sutra na tržištu rada. Multipla skleroza je kronična bolest, a mlade osobe s kroničnim bolestima su posebno vulnerable skupina s obzirom na to da se nalaze u razdoblju rasta i razvoja, a multipla skleroza ih može ograničavati u pojedinim aktivnostima i objektivno onemogućavati u izvršavanju obveza uključujući učenje i studiranje. Kronična bolest opisuje grupu zdravstvenih stanja produljenog razdoblja trajanja koja ograničavaju sposobnosti i/ili aktivnosti osobe dok su neka od njih i trajna, no ne mora značiti kako će osoba s kroničnom bolešću biti u nemogućnosti ispunjavati akademske obaveze tijekom cijelog vremena studiranja (Sveučilište u Zagrebu, 2015). Visoko obrazovanje osoba s invaliditetom pa tako i osoba s multiplom sklerozom, važno je na više razina, a posebice jer visokim obrazovanjem osobe s invaliditetom mogu biti više uvažavane, osjećati se samoostvarenim i zadovoljnim osobama (Leutar i Buljevac, 2020; prema Liković i Roginić, 2022). Naime, prilagodbom nastave na fakultetu i podrškom koja se pruža studentu s multiplom sklerozom kao studentu s invaliditetom i kroničnom bolešću, jačaju se emocionalni kapaciteti studenata zbog zahtjeva i ograničenja povezanih s invaliditetom i kroničnom bolešću, a ujedno se povećava kvaliteta studiranja (Bošković i sur., 2017).



Podršku je potrebno individualizirati sukladno potrebama studenta jer možda nekom studentu nije potrebna tijekom cijele godine, već primjerice u onim danima kada mu nije dobro pa nije u mogućnosti polagati ispite pismenim putem ili ima zakazan pregled u terminu nastave. Korištenje priloga gdje predstavljeni su boljem fokusu znanje i kvalitet studiranje, a ne motoričke vještine studenta (Sopta, 2021) što je velika motivacija za studente s multiplom sklerozom da ne odustaju od svojeg obrazovanja zbog izazova s kojima se susreću. Visoko obrazovanje osoba s multiplom sklerozom je važno zbog veće mogućnosti izbora na temelju kvalitetnijih informacija, znanja i vještina koje usvajaju tijekom obrazovanja, veće kompetentnosti te osjećaja uvaženosti i pripadnosti jer se tim putem osobe s multiplom sklerozom osjećaju kao samoostvarene i zadovoljne osobe. Obrazovanje uz odgoj predstavlja temelj, ali i kapital koji osobama s multiplom sklerozom kao osobama s invaliditetom omogućuje određenu kvalitetu života, sliku o sebi, uključenost u zajednicu te uvelike određuje budućnost. Osobama s multiplom sklerozom obrazovanje pruža priliku za ostvarenje raznih postignuća i priznanja te stjecanje neovisnosti (Leutar i Buljevac, 2020). Kako bi se osobama s multiplom sklerozom omogućilo što kvalitetnije obrazovanje, od neizmjerne važnosti je edukacija i senzibilizacija akademске zajednice o multipli sklerozi kao kroničnoj, nepredvidljivoj bolesti koja uzrokuje vidljiv, ali i nevidljiv invaliditet.



O važnosti visokog obrazovanja kod osoba s multiplom sklerozom, govore i neka istraživanja koja pokazuju kako je kod osoba koje boluju od multiple skleroze, viša razina obrazovanja zaštitni faktor kod nastanka kognitivnih teškoća povezanih s MS-om kao što su problemi s pamćenjem (Sumowski, 2015). Također, niže obrazovanje je povezano s lošijim kognitivnim simptomima multiple skleroze jer obrazovanje je izvor intelektualnog obogaćivanja i može djelovati kao zaštitni čimbenik u nošenju s kognitivnim teškoćama, ali i u sprječavanju razvoja kognitivnih problema multiple skleroze (Scarpazza i sur., 2013; Rimkus i sur., 2018). Visoko obrazovanje osoba s multiplom sklerozom može se povezati i s povećanim vještinama suočavanja i boljom prilagodbom samoj bolesti zbog jače svijesti o bolesti i izazovima koje ona nosi. Također, kliničke studije pokazuju da osobe s multiplom sklerozom koje nakon postavljene dijagnoze nastave svoje obrazovanje imaju veće emocionalno blagostanje i bolju kvalitetu života (Patti i sur., 2007).



Stoga, kako bi unaprijedili kvalitetu života osoba s multiplom sklerozom i spriječili daljnji razvoj kognitivnih problema multiple skleroze, potrebno je osobe s multiplom sklerozom potaknuti na sudjelovanje u obrazovanju i omogućiti im individualnu podršku kakva im je potrebna kako bi završili svoje obrazovanje i krenuli na tržište rada. Sama dijagnoza multiple skleroze može se dogoditi tijekom fakulteta, ali i prije samog fakulteta jer je nepredvidiva i u svakom trenutku se bilo kojoj osobi može dogoditi.

Ukoliko Vam se student s multiplom sklerozom obrati za podršku saslušajte ga, a ukoliko želite čuti više informacija o samoj dijagnozi i pristupu osobama s multiplom sklerozom, nazovite besplatni SOS MS telefon Saveza društava multiple skleroze Hrvatske radnim danom od 8 do 16 sati na broj 0800/77-89 ili pošaljite e-mail - sdms_hrvatske@sdmsh.hr. Ukoliko ste zainteresirani, možete se obratiti Savezu društava multiple skleroze Hrvatske i za održavanje edukacije za nastavno i nenastavno osoblje i studente o multipli sklerozi i utjecajima multiple skleroze na akademsko funkcioniranje osobe kako bi se povećalo razumijevanje za studente s multiplom sklerozom i adekvatnije im se pružila potrebna podrška.



POPIS LITERATURE:

1. Bašić Kes, V. i suradnici (2021). *Multipla skleroza*. Zagreb: Medicinska naklada.
2. Benjak, T. i sur. (2022). Rezultati projekta EUROSTAT "Morbidity Statistics": Podaci za Hrvatsku. Hrvatski zavod za javno zdravstvo
3. European Multiple Sclerosis Platform, (2020). *MS Barometar 2020 - Assessing the gaps in care for people with multiple sclerosis across Europe*. Brussels: EMSP.
4. European Multiple Sclerosis Platform, (2021). Posjećeno 19.20.2022. na web stranici: <http://www.emsp.org/about-ms/>.
5. Hoffman, H. i suradnici (2019). *College Students and Multiple Sclerosis: Navigating the College Experience. Journal of Postsecondary Education and Disability*, 32 (2), 119-132.
6. Leutar, Z. & Buljevac, M. (2020). *Osobe s invaliditetom u društvu. Biblioteka socijalnog rada*, Zagreb
7. Liković, M. i Roginić, D. (2022). E-brošura: prava osoba s invaliditetom u obrazovanju. Zagreb: Savez društava multiple skleroze Hrvatske.
8. Mirošević Zubonja, T. (2022a). *MS umor. U: Savez društava multiple skleroze, Zbornik radova sa MS Vikenda (str. 15 – 20)*. Zagreb: Savez društava multiple skleroze Hrvatske.
9. Patti, F. i suradnici (2007). *Effects of education level and employment status on HRQoL in early relapsing-remitting multiple sclerosis. Multiple Sclerosis*, 13, 783-791
10. Rimkus, C. i suradnici (2018). *The protective effects of high-education levels on cognition in different stages of multiple sclerosis. Multiple Sclerosis and Related Disorders*, 22, 41-48
11. Savez društava multiple skleroze Hrvatske, Baza podataka; posjećeno na dan 16.12.2022.
12. Scarpazza, C. i suradnici (2013). *Education protects against cognitive changes associated with multiple sclerosis. Restorative Neurology and Neuroscience*, 31, 619-631
13. Sumowski, J.F. (2015). *Cognitive reserve as a useful concept for early intervention research in multiple sclerosis. Frontiers in Neurology*, 6:176
14. Sveučilište u Zagrebu (2015). *Smjernice postupanja za studente sa psihičkim smetnjama i kroničnim bolestima u okviru akademskog okruženja. Sveučilišna tiskara d.o.o. Zagreb.*
15. Ured za studente s invaliditetom sveučilišta u Zagrebu: *Pravilnik o organizaciji i djelovanju Ureda za studente s invaliditetom Sveučilišta u Zagrebu. Posjećeno 20.12.2022. na mrežnoj stranici:*
16. http://www.unizg.hr/fileadmin/rektorat/0_Sveucilistu/Dokumenti_javnost/Propisi/Pravilnici/Pravilnik_Ured_za_studente_s_invaliditetom.pdf
17. Zavoreo, I. (2022). *Bol i multipla skleroza. U: Savez društava multiple skleroze, Zbornik radova sa MS Vikenda (str. 39 – 41)*. Zagreb: Savez društava multiple skleroze Hrvatske.



**„Možemo učiniti sve što
poželimo ako se dovoljno
dugo držimo te stvari.“**

Helen Keller