

Vzajemnost

LETNIK 50

MAREC 2024 / 2,80 €

50let
z vami

VIDA DRAME OROŽIM

Zdravnik naj bo
bolnikov zagovornik

Najpogostejše
težave z očmi



Zdravnik naj bo bolnikov zagovornik

V času najdaljše stavke zdravnikov in zobozdravnikov v zgodovini Slovenije smo se pogovarjali z zdravnico, ki ima za seboj več kot pol stoletja praktičnega dela, do letošnjega januarja je vodila ljubljansko ambulanto za ljudi brez zdravstvenega zavarovanja, veliko predava o demenci in nudi strokovno podporo pri Spominčici. Upokojena specialistka nevrologije in psihiatrije **Vida Drame Orožim** pravi, da zelo rada opravlja poklic zdravnice, žalosti pa jo, ker zdravništvo izgublja spoštovanje in ker je med zdravniki in drugimi medicinskimi kadri premalo timskega sodelovanja.

Zelo lepo je slišati, da ste radi zdravnica. Katere lastnosti pa odlikujejo dobrega zdravnika?

Če dopolnim znano misel dr. Janeza Milčinskega, zdravnik mora znati kar nekaj medicine, predvsem pa mora imeti rad ljudi. Če imaš oboje, potem si dober zdravnik.

Naj vam povem, da se kot zdravnica čutim zelo suvereno. Pri svojem delu sem zelo resna in odločna. Do pacientov sem empatična, hitro preberem, ali so iskreni v odnosu do mene ali nekaj prikrivajo, ker potem ni možnosti za uspešno sodelovanje. Odnos med zdravnikom in bolnikom mora biti iskren. Zdravnik mora biti pacientu naklonjen, vzeti si mora čas zanj, ga poslušati, biti mora njegov zagovornik. To pacienti začutijo in zato me še kličejo ali pa me prosijo za pomoč za svoje otroke ali vnuke.

Vendar pa je v praksi večinoma drugače. Po podatkih ZZSZ kar 141.000 ljudi nima osebnega zdravnika, v ambulantah za neopredeljene paciente vsakič sprejme druga zdravnica ali zdravnik in jih na hitro odpravi ...

To ni v redu, potem ni kontinuitete informacij in v vodenju obravnave. Kar je sicer nujno za uspešen proces zdravljenja.

Osnovni problem našega zdravstvenega sistema je slaba organiziranost, ki je zdravnika umestila na mesto delavca za tekočim trakom. Nezaslišano je, da ima zdravnik za pacienta sedem minut časa pa še sedem minut za birokracijo.

Ali imate tudi vi občutek, da se v družbi izgublja spoštovanje do zdravnikov?

Poklic zdravnika je razvrednoten, zdaj je videti, kot da nima pravega pomena, če se ukvarja samo s kliničnimi primeri. Mnogi hlepijo po doktoratih in vključitvi v znanost, a s tem se ruši ugled, ki ga je nekoč imel zdravnik, ki je po Hipokratovi prisegi zadolžen predvsem za skrb za pacienta. Podpiram, da se nekateri kolegi odločijo za znanstveno delo, saj imamo od kakovostnih raziskav še drugi koristi. Vendar imajo svojo vrednost tudi tisti, ki se ukvarjajo s prakso, s pacienti. In ti so pogosto preobremenjeni. Po drugi strani pa bi morala družba za zdravnika poskrbeti na način, da se mu ne bi bilo treba ukvarjati s pridobitnostjo, pač pa bi se posvečal samo pacientu. Naše zdravstvo se je znašlo v revščini, ker večinoma delamo v slabih delovnih pogojih, ki zadovoljujejo le neki osnovni minimum. Smo tudi najslabše plačani od vseh zdravnikov iz drugih držav EU.

Žal je zdravstvo pri nas tako, kot je, zato, ker bi se s kakršnimi koli spremembami porušili finančni tokovi. Ta sistem se vleče še iz jugoslovanških časov, pa samo pomislite, kaj vse se je vmes spremenilo. Pojavljajo se vedno nove in nove bolezni, spreminjajo se demografija, migracije, legalne in ilegalne, tu so tudi politične spremembe, digitalizacija in še in še.

V svojem poklicu pogrešam povezanost med različnimi nivoji medicinskih kadrov. Odličen tim sestavlja zdravnik, sestra, tudi socialni delavec, delovni terapevt, dobro sodelovanje mora biti z radiološkimi službami, laboranti in tudi med različnimi kliničnimi oddelki. Te koordinacije in medosebne spo-

štovanja je premalo. Zelo veliko je strupene tekmovalnosti, kar uničuje medosebne odnose.

Kdaj se je začelo stanje spreminjati?

Včasih so bili odnosi boljši, bolje smo se razumeli. Saj sem se tudi sama v službi soočala z organizacijskimi pritiski, vedno več je bilo papirologije, vedno več pacientov, več dela, nadomeščanj, vodila sem dva ali tri oddelke hkrati. Vendar v svojem profesionalnem življenju nisem nikoli stavkala.

Ko so začeli v ospredje postavljati akademske naslove, je družinski zdravnik izgubil svojo vrednost, to je kontinuiteto povezanosti z bolnikom in poznavanje generacij v neki družini.

Veliko ste delali tudi po upokojitvi, do nedavnega ste štiri leta vodili ambulanto za osebe brez zdravstvenega zavarovanja v Ljubljani.

Z dr. Aleksandrom Dopliharjem, soustanoviteljem ambulante, sva dolga leta sodelovala, še ko sem delala na psihiatrični kliniki, sem občasno prostovoljno pomagala v pro bono ambulanti. Ugotovila sem, da mi je ostalo precej znanja iz splošne medicine, in sem lahko samostojno obravnavala najrazličnejše primere. Čisto na začetku kariere, preden sem se specializirala v nevrologiji in psihiatriji, sem namreč eno leto delala kot splošna zdravnica v Ivančni Gorici.

Oktobra leta 2019 me je dr. Doplihar prosil, ali bi prevzela vodenje ambulante. Pristala sem. Šele ko sem prevzela vodenje, sem videla, da to pravzaprav ni tako enostavno.

**Bolniku z demenco veliko
pomeni, če ga sprejemamo
takega, kot je.**

Najpogostejše težave z očmi

V tretjem življenjskem obdobju pogosto pride tudi do težav z očmi. Vse spremembe je treba spremljati, in kadar je treba, ukrepati, da vida ne bi izgubili. Pozorni moramo biti zlasti na štiri resne bolezni, ki so glavni vzroki izgube vida v zrelih letih. To so siva mrena, glavkom, starostna okvara rumene pege in diabetična retinopatija.



FOTO: OSEBNI ARHIV Š. K.

Oftalmologinja Špela Krajnc

Onajpogostejših težavah in obolenjih oči v starejših letih smo se pogovarjali s **Špelo Krajnc, dr. med., specialistko oftalmologije**, ki dela v ZD Trbovlje in očesnem centru Okulstika Meh v Sevnici.

Suhe oči. »Vzroki suhega očesa so zelo različni. Pogosteje se s to težavo zaradi hormonskih sprememb srečujejo ženske, večkrat se pojavlja ob izpostavljenosti vročemu, suhemu okolju ali prepihu, več težav je tudi v prostorih,

kjer delujejo klimatske naprave. Daljše delo pred zasloni je lahko zaradi preredkega mežikanja prav tako vzročni dejavnik za pojav suhega očesa. Lahko pa so vzrok tudi različna zdravila, na primer za znižanje krvnega tlaka ali proti alergiji, diuretiki, hormonska terapija, antidepresivi in še nekatera druga. Kajenje, nekatere bolezni in prehrana z malo omega-3-maščobnimi kislinami lahko ravno tako vplivajo na razvoj suhega očesa,« je navedla. Poudarila je, da so simptomi, ki jih navajajo bolniki, zelo različni. »Najpogosteje so prisotni občutek peska ali tujka v očeh, občutek pekočih ali utrujenih oči, prekomerno solzenje, bolečina v očeh, nihanje vidne ostrine, tudi srbečica itd. Uporabniki kontaktnih leč večkrat navajajo tudi nelagodje ob vstavljenih lečah.« Ukrepi, ki jih lahko pacienti izvajajo sami za izboljšanje težav, so vlaženje zraka v bivalnih prostorih, izogibanje prepihu ali prahu, pogosto mežikanje pri delu pred zasloni, pitje dovolj tekočin, kakovosten spanec ter ustrezna prehrana, ki je bogata z omega-3-maščobnimi kislinami. »Oftalmologi svetujemo, da si pacienti večkrat dnevno kapajo v oko umetne solze brez konzervansov in izvajajo toaleta robov vek: najprej izvedejo suho gretje vek, ki mu sledi masaža vek, nato pa robove vek obrišejo z robčki, ki jih za ta namen kupijo v lekarni.« Kadar ti ukrepi niso dovolj učinkoviti, svetuje obisk oftalmologa, saj lahko ta predpiše tudi zdravila oziroma predlaga še katere druge ukrepe.

Vnetje očesne veznice ali konjunktivitis je stanje, ki se kaže s pordelim očesom, lahko so otekle in pordele tudi veke, večinoma je prisoten tudi izcedek. »Lahko

gre za bakterijsko ali virusno okužbo, v času cvetenja rastlin se pojavlja tudi alergijsko vnetje, ki ga pogosto spremlja srbenje,« pojasnjuje. »Ker so vzroki za nenaoden pojav pordelega očesa lahko tudi resnejša stanja s spremljajočim poslabšanjem vida ali prisotnostjo hujše bolečine, zahteva čimprejšnjo obravnavo pri izbranem zdravniku, po njegovi presoji pa tudi morebitno obravnavo pri specialistu oftalmologu.«

Starostna slabovidnost se pojavlja praviloma po 40. letu starosti. Večina ljudi opazi, da postane vid na bližju zamegljen. Največ težav pa imajo pri branju, zlasti če je tisk zelo droben. »Posamezniki pri branju besedilo odmikajo, večkrat se pošalijo, da imajo prekratke roke.« Vzrok za nastanek težav je izguba fleksibilnosti oziroma prožnosti leče. »Rešitev za to nadlogo je pri večini ljudi predpis očal za branje.« Obstajajo pa seveda tudi izjeme. »Ljudje, ki so bili pred nastopom težav kratkovidni, opazijo, da lažje berejo brez očal. To sicer ne pomeni, da se jim je vid popravil. Gre le za matematično izničevanje pri bližinskih opravilih, za gledanje na daleč bodo namreč še vedno potrebovali očala.«

Mušice pred očmi so pogost pojav po 50. letu starosti. »V resnici seveda ne gre za mušice, ampak za motnjave v steklovini, ki je prozorna želatinasta snov med lečo in mrežnico. Z leti se spreminja, utekočini in skrči, kar lahko privede do odstopa steklovine. To lahko posamezniki zaznajo kot pojav plavajočih motnjav oziroma mušic različnih oblik, neredko opisujejo tudi pajčevino pred očesom ali bliskanje.« Odstop steklovine je največkrat del staranja očesa, ne boli in sam po sebi ni nevaren za vid, pove zdravnica. Med dejavnike, ki povečajo možnost za ta pojav, spadajo tudi kratkovidnost in posegi na oči, kot so operacije sive mreže. Poudari, da

Oklo je zapleten organ, ki nam omogoča, da vidimo. Z njim ne razločujemo le svetlobe od teme, temveč tudi barvo, obliko, velikost in oddaljenost predmetov. Svetloba od predmeta pada v oko in se prek očesne leče usmeri na mrežnico — zaslon, poln vidnih čutnic. Od tam zbrane informacije prek vidnega živca potujejo v možgane, ki ustvarijo sliko okolice. Jasno in ostro vidimo predmet le, če se slika predmeta zbere točno na mrežnici.



Skladno v pomladi

Prihajajoči meseci so kot nalašč za čiščenje in obnovo vsega. Ko boste ogulili omelo, enostavno odstranite spodnji del in ročaj koristno uporabite za vadbo. Prav prijetno je vaditi z njim, ker je lahek in prijeten za oprijem. Lahko postane vaš redni vadbeni rekvizit.

O grevanje naj bo tokrat kombinacija hoje, nekaj globokih vdihov in izdihov, nato kroženja z vsakim sklepom posebej po vaših željah, za zaključek pa spet nekaj intenzivnih vdihov in izdihov. Večji poudarek pri kroženjih naj bo na sklepih nog, ki nam bodo pomagale pri dodatnem vzdrževanju ravnotežja pri prilagajanju drugemu vadečemu in koordiniranju gibanja. Vaje so enostavne in dovolj intenzivne, da bodo koristno razvedrilo tudi pravim športnikom. Število ponovitev usklajujte sprti.

Pri vseh vajah stojte čvrsto, stopala pa naj bodo rahlo narazen. Palico primite spredaj in stojte dovolj narazen, da se boste morali pri predklonu malo potruditi (fotografija 1a).



Nežno v predklon in ...



... počasen izteg in dvig palice visoko



Razteg hrbta

V predklon prehajajte nežno in po možnosti z izdihom. Po zaključku predklona se z vadečim partnerjem uskladite in pred dvigom stisnite spodnji del trebuha ter zatem med vdihom dvigujte palico do najvišjega položaja (fotografija 1b).

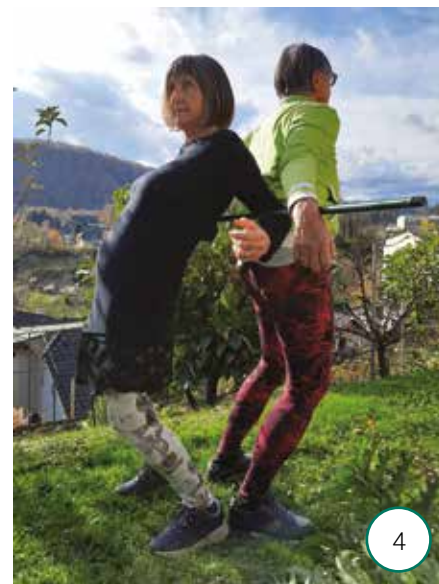
Palico položite za hrbtom pod komolce. Posnemajte položaj (fotografija 2).



Usklajeno v odklon

Preklon vadečega, ki nosi breme, naj bo kar se da pozoren. Vadeči partner z iztegnjenim sprednjim delom telesa in istočasno iztegnjenim in blago usločenim hrbtom pa naj položaj zaključi z občutkom dolgega vratu. Po vaji najprej napnite celo telo in ga nato dobro pretresite.

Usklajeni odkloni so lahko malce hitrejši in lahkotno intenzivnejši s pridihom radosti (fotografija 3). Če se boste ob njih nasmejali in zadihali, boste dosegli najboljši možni učinek.



Kroženje z boki

Sproščen občutek po vzajemno usklajeno-neusklajenem kroženju z boki v obe smeri in s palico za hrbtom začinite z ustvarjalnostjo in smehom (fotografija 4), ki ju prenašajte naprej do vseh, s katerimi se boste srečevali.

BESEDILO IN FOTOGRAFIJE:
Savina Vybihal, prof. športne vzgoje

Razvedrilo, ki popestri življenje

Glasba Beatlesov, Rolling Stonesov in drugih rokerjev je kriva, da se je leta 1966 na podstrežju železniške postaje na Ptuju rodil rokovski bend Extremi. Študij je člane razdružil, pred desetimi leti pa se je zbrala nova zasedba, ki še vedno našiga rok.

Skupino Extremi so ustanovili Joco Tarbuk, Andrej Koter, Ivo Skočir - Džim, Drago Vlah - Satchmo in Vlado Knez - Henri. Opremo so ob finančni podpori staršev pretežno »prešvercali« iz Avstrije in Italije. »Prvi koncert smo imeli za novo leto na ptujskem gradu, nato pa še na gradu Borl, v Slovenski Bistrici in seveda na Ptuju ... Vstopnino smo porabili za skromno večerjo, kakšne sardelice smo si lahko privoščili,« pripoveduje Joco in doda, da so zadnjič igrali v Tribunju pri Vodica, kjer je skupina dokončno razpadla. Skupaj so bili tri leta, po gimnaziji so odšli na študij, kjer sta Joco in Henri v študentskem domu v Ljubljani igrala z danes legendarnim Dragom Mislejem - Mefom.

Leta 2014 so ustanovili New Ex (Nove Ekstreme). Postali so garažni bend in prvi koncert odigrali ob pustu. Od prve zasedbe sta v skupini profesor sociologije Joco, ki igra solo kitaro, in kitarist Andrej, nekdanji direktor podjetja Čisto mesto, pridružil se jima je bas kitarist Jan Ciglencečki, vsi trije tudi pojejo. Nekdanjega knjižničarja Henrija, odličnega pevca, soustanovitelja obeh skupin, ki je zaradi bolezni odnehal, je za bobni zamenjal dr. Ivan Šprajc - Stipe, ki igra tudi na harmoniko in poje, najmlajši član je kitarist Blaž Zupan, član Slovenske filharmonije, z njimi sta tudi Gregor Simončič - Grega, mojster na orglicah, ter dr. Slavko Ciglencečki, kitarist in pevec. Stipe pravi, da je zanj igranje razvedrilo, ki popestri življenje. »Nisem še upokojen, vendar najdem čas za vaje. Da smo dobri? To morate vprašati ljudi, mi se zabavamo. Dokler bomo zmogli, bomo igrali.« Grega igra na orglice. »Seveda hodim na vaje, to so resne stvari! Zelo



Na svečnico so New Ex v ptujskem lokalu Muzikafe praznovali deseto obletnico.

prijazni so, tudi o repertoarju se pogovarjamo,« pove in doda, da je že dva dni upokojenec. Bil je advokat, tako da so v skupini brez skrbi, če pride do zagat.

Glasba jim veliko pomeni

Blaž je med člani skupine edini poklicni glasbenik. Ali gre za medgeneracijsko sodelovanje? V smehu odvrne, da je vesel, ker jim niža povprečno starost. Ekipo, kot so oni, prijatelji, povezani z glasbo, ki se radi družijo, je treba samo spodbujati, pravi. »Pomembno je veselje, ki ga pokažeš na odru. Moji kolegi v filharmoniji vedo, da igram, in se vsi zabavajo.« Slavko in Stipe, ki sta arheologa, pravita, da močno odstopata, ker ne igrata le rokavske glasbe. »Nama pa dovolijo, da zaigrava. Vendar samo eno rundo, in še to proti koncu koncerta, ko so ljudje že bolj razpoloženi in oprostijo drobne napake. Takrat imava tudi midva že dovolj pogonskega goriva in sva bolj sproščena.«

Jan se je na vaje vozil celo z Dunaja, kjer je bil nazadnje direktor predstavništva Slovenske turistične organizacije, trije se vozijo iz Ljubljane, kar zelo cenim, pravi Joco. »To pove, koliko nam pomeni muzika, pripravljeni smo narediti kar koli, da smo na vajah, da se družimo,« doda Jan. »Nastopi niso prvi cilj, čeprav kar nastopamo, celo v tujini. Večina članov je stara več kot 70 let, naši refleksi so bistveno drugačni, kar pogled našega Blaža. Na vajah se zabavamo, med odmorom spijemo kozarec vina, nadaljujemo, če nam ne gre, bo šlo naslednjič.«

BESEDILLO IN FOTOGRAFIJI:
Nevenka Dobljekar



Proti koncu koncerta si na odru dasta duška tudi Slavko in Stipe.

Drage bralke in bralci, mar ni škoda, da bi spomini na pretekle čase utonili v pozabo? Delite jih z nami in drugimi bralci, pobrskejte po starih albumih ali predalih, v katerih hranite stare fotografije, in nam jih pošljite na naslov: Vzajemnost, p. p. 134, 1001 Ljubljana. V zahvalo vam bomo poslali darilce.



Lucija in Anton Poznič iz Raven pri Šoštanju sta se poročila v tridesetih letih prejšnjega stoletja. Fotografijo nam je v objavo poslala njuna hči **Marta Obšteter**.



Avgusta Kranjc, kasneje poročena Štangl, se je fotografirala v Sofiji leta 1897. Fotografijo hrani njena vnukinja **Milka Senčar**.



Maturantje nižje gimnazije v Hrastniku so se z razrednikom Mirkom Ostrožnikom leta 1953 še zadnjič skupaj postavili pred fotografski objektiv. Fotografijo hrani **Darinka Pfeifer Gošnjak**, ki si srčno želi snidenja s sošolci.

Vrt brez prekopavanja

Čas je, da se odločite za vrt brez prekopavanja, saj si tako olajšate najtežja opravila na vrtu. Zelenjavni vrt in gredo za krompir je mogoče pripraviti na povsem enostaven način. Tako se znebite tudi trdovratnega plevela in delate povsem brez napora. Nad tem načinom vrtnarjenja so še posebno navdušene ženske, upokojenci in mlajši vrtnarji.

Krompir lahko sadite na francoski način, saj je tako delo najlažje. V tem primeru tla na vrtu samo plitko rahljate (5 do 10 cm) z ruskimi vilami, ročno frezo, nihajno motiko ali navadno motiko. Po površinskem rahljanju tal poskrbite za gnojenje s kompostom (8 l/m²). Za boljši pridelek dodajte še 30 dag kalijevega sulfata (gnojila) na 10 m², ki je dovoljen v ekološki pridelavi, ter ga skupaj s kompostom vdeljate v tla. Gomolje položite v razdalji 30 do 40 cm in jih pokrijte z debelim slojem slame. Na ta način se znebite težkega sajenja in izkopavanja pridelka, saj krompir pobirate tako, da odstranite zastirko. Na našem vrtu tako sadimo najbolj zgodnjo sorto krompirja v Sloveniji, ki jo imenujemo *arrow*, in ga pobiramo že 55 dni po sajenju.

Vrt brez plevela

To najlažje naredite tako, da zemljo rahljate 10 do 14 dni pred prvimi setvami in sajenjem. Če vrtno gredo pripravite s pomočjo ruskih vil, boste zelo lahko pobrali korenine slaka, osata, regrata in drugih koreninskih plevelov, ki vam verjetno



Pridelek se hitreje ukorenini in raste, če tla pripravite brez prekopavanja.

povzročajo največ težav. Slaka se tako znebimo v nekaj letih, saj ga z globokim rahljanjem z vilami ne sekamo. Podobno je pri osatu in regratu ter drugih koreninskih plevelih.

Upokojenka Marija iz Maribora je s pomočjo ruskih vil končno odkrila najlažji način dela na vrtu. Vesela je, da je pri delu ne boli križ, pa tudi utrujena ni več. Zaupala nam je, da je to najboljše vrtno orodje, kar ga je kdaj imela. Tako ni treba čakati vnukov, sina ali drugih oseb, ki jih je včasih prosila za pomoč pri delu na vrtu. Ugotavljamo, da vrt brez prekopavanja navdušuje številne upokojenke in vrtnarje, ki imajo težave s križem, saj s pomočjo inovativnega orodja delo opravijo lažje in dva- do trikrat hitreje kot z običajnim orodjem. Hrbtenica in roke pa so manj obremenjene.

Z globokim rahljanjem tal na vrtu ne prekopavate in obračate. Tako izboljšate ukoreninjenje sadik po sajenju, setve hitreje kalijo, pridelek pa je bolj obilen. Izboljšuje se struktura tal, povečuje prepustnost za vodo in zrak ter ustvarja boljše živ-

ljenjsko okolje za talne organizme. Joži iz okolice Trebnjega pravi, da zdaj najtežje delo na vrtu opravi brez pomoči moža ali sina. Nič ne dela na silo, saj je treba z zemljo na vrtu ravnati nežno. S pomočjo ruskih vil se pomika po gredi vzvratno in jih vleče po zemlji. Zemlja se lepo drobi in je primerno vlažna.

Vrt lahko brez prekopavanja rahljate v spomladanskem, poletnem in jesenskem času. Poleti namočite zemljo z vodo, in sicer 10 l/2 m². Jeseni je gredo dobro rahljati pred jesenskim deževjem. Najlažje je delati takrat, ko se zemlja lepo drobi in se ne oprime orodja ali obutve. Potrpežljivost se splača, saj so setve uspešnejše, sadike pa se bolje ukoreninijo.

Davor Špehar, Zeleni svet



www.zelenisvet.com

Za nasvet pokličite:
Davor 040 669 449



Rahljanje zemlje z ruskimi vilami

Klopca s pokrovom in pomladnim cvetjem

Star pregovor pravi, da ni pomembno le imeti, pomembno je tudi znati. Znati odsluženim ali nerabljenim rečem nadeti novo podobo postaja v svetu vse bolj priljubljen trend. Recikliranje oziroma preoblikovanje je odlična sprostitev za dušo, ki nam in našemu okolju pričara sveže optimistične zgodbe. Občutek, da smo za skoraj nič denarja ustvarili všečen izdelek, pa je seveda neprecenljiv.

Bila je kot mnoge druge. Z dviznimi vratci – pokrovom in prostorom za shranjevanje. Spuščen pokrov se je sicer obnesel tudi kot sedež, le z udobjem, ki bi ga nudil, se ni mogel pohvaliti. Zdaj klopca prijazno vabi, da sedemo nanjo in se tudi udobno naslonimo. Za to mehko in všečno prenovo sem kupila dva metra blaga v zebrazem črno-belem vzorcu s 30 centimetrov široko borduro z motivom barvitnega spomladanskega cvetja.

Poleg dveh prevlek – večje za sedežni del, manjše za naslonjalo – sem sešila tudi vatirani medvlogi enake velikosti, ju napolnila s penastim polnilom in oblekla v cvetlične prevleke. Na koncu pa z dolgo čevljarško šivanko blazini fiksirala v slogu prešitih pregrinjal, da se med pra-



Takšna klop popestri vsak prostor.



Klop in blago pred začetkom prenove



Blazine v cvetlični preobleki

njem polnilo ne bo premikalo. Nekaj blaga je še ostalo, zato je nastala še mala okrasna blazina.

Tako prenovljena klopca lahko dobi svoj novi dom v otroški sobi ali hodniku, kjer se po prihodu domov preobujemo in malo posedimo.

BESEDILO, IZDELAVA IN FOTOGRAFIJE:
Vlasta Cah Žerovnik

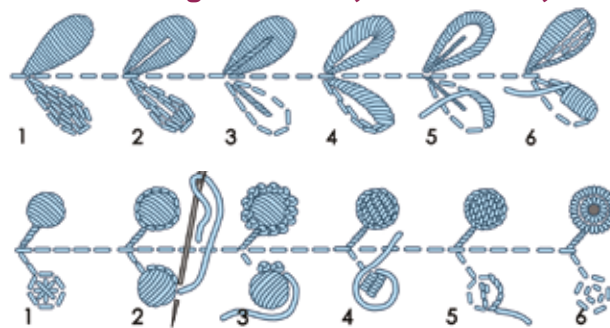
Angleško luknjičasto vezenje

Za angleško luknjičasto vezenje je značilno, da poleg vzorcev, ki smo jih našli pri madeira vezenju, vsebuje tudi daljše motive, katerih robovi so obšiti z vbodom obšivanja in so med seboj povezani s prečkami.

Tehnika je iz 16. stoletja in izvira iz vzhodne Evrope, ko so se kraljeve dame in gospodje naveličali občutljive *reticelle*, se je pojavilo vezenje *broderie anglaise*. Angleško vezenje je bilo v Angliji izjemno priljubljeno in so ga uporabljali za okraševanje ženskih oblek in spodnjega perila. Tehnika angleškega vezenja je danes priljubljen način ročnega vezenja za izdelovanje prtov. Tkanine, ki se uporabljajo za vezenje, so laneno ali bombažno platno in naravna svila. Vezemo po narisu s prejico v barvi tkanine. Osnovni vbodi pri tej tehniki so: **prednji vbod**, **vbod obšivanja**, **odeja vbod**, **polni ali ploščati vbod** in **stebelni vbod**.

Tudi pri tem vezenju najprej naredimo prednji vbod ob narisani črti. Na mestu, kjer je zarisana prečka, povlečemo nitko na drugo stran motiva, naredimo majhen vbod čez 2 do 3 nitke tkanine, jo povlečemo nazaj na izhodišče in še enkrat na nasprotno stran. Vse tri nitke ovijemo z **obšivnim vbodom**. Ko pridemo na začetno mesto prečke, vezemo prednji vbod. S škarjami zarežemo tkanino po dolžini vzorca in naredimo več zarez po širini, tako da tkanino lahko zapogne-

Primeri polnega vezenja listov in krogcev pri madeira in angleškem luknjičastem vezenju



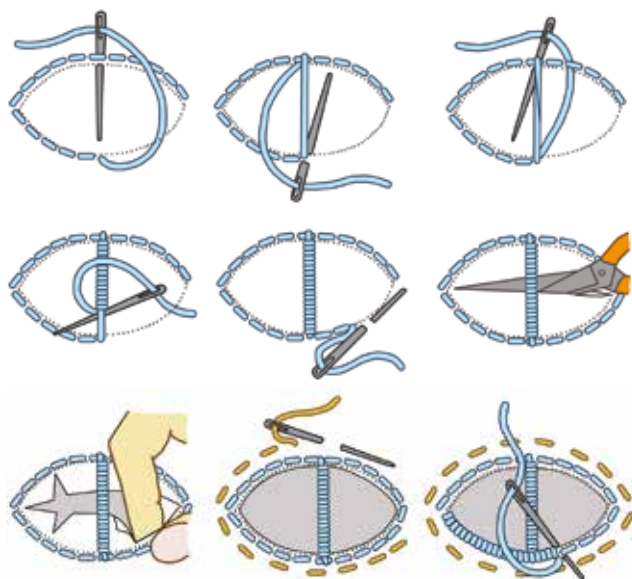
mo navznoter ob narisani črti. Motiv obšijemo z obšivnim vbodom. Pri večjih izrezih naredimo prečko s tremi kraki. Robove na robu prta naredimo z odeja vbodi.

Natančen opis za madeira in angleško vezenje je v knjigi UMETNOST VEZANJA.

PRIPRAVILA:

Marija Šolar, marija.solar@siol.net
telefon: 040 985 576

Postopek pri angleško luknjičastem vezenju



Odeja vbod



Motiv povečajte za 40%

