



Życie cukrem pisane...

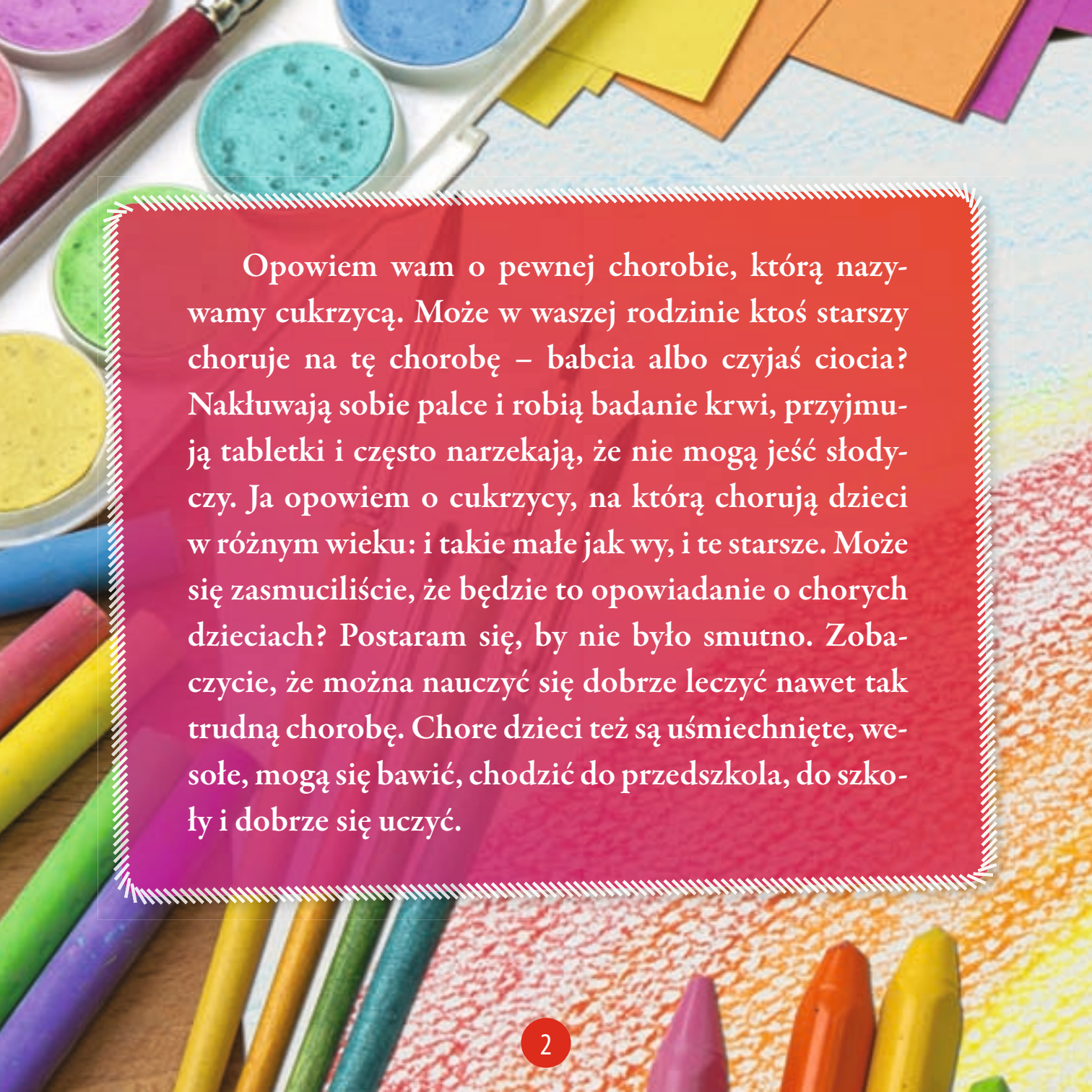


Życie cukrem pisane...

Autor: Elżbieta Dębska

Rysunki: Dominika Zamarlik

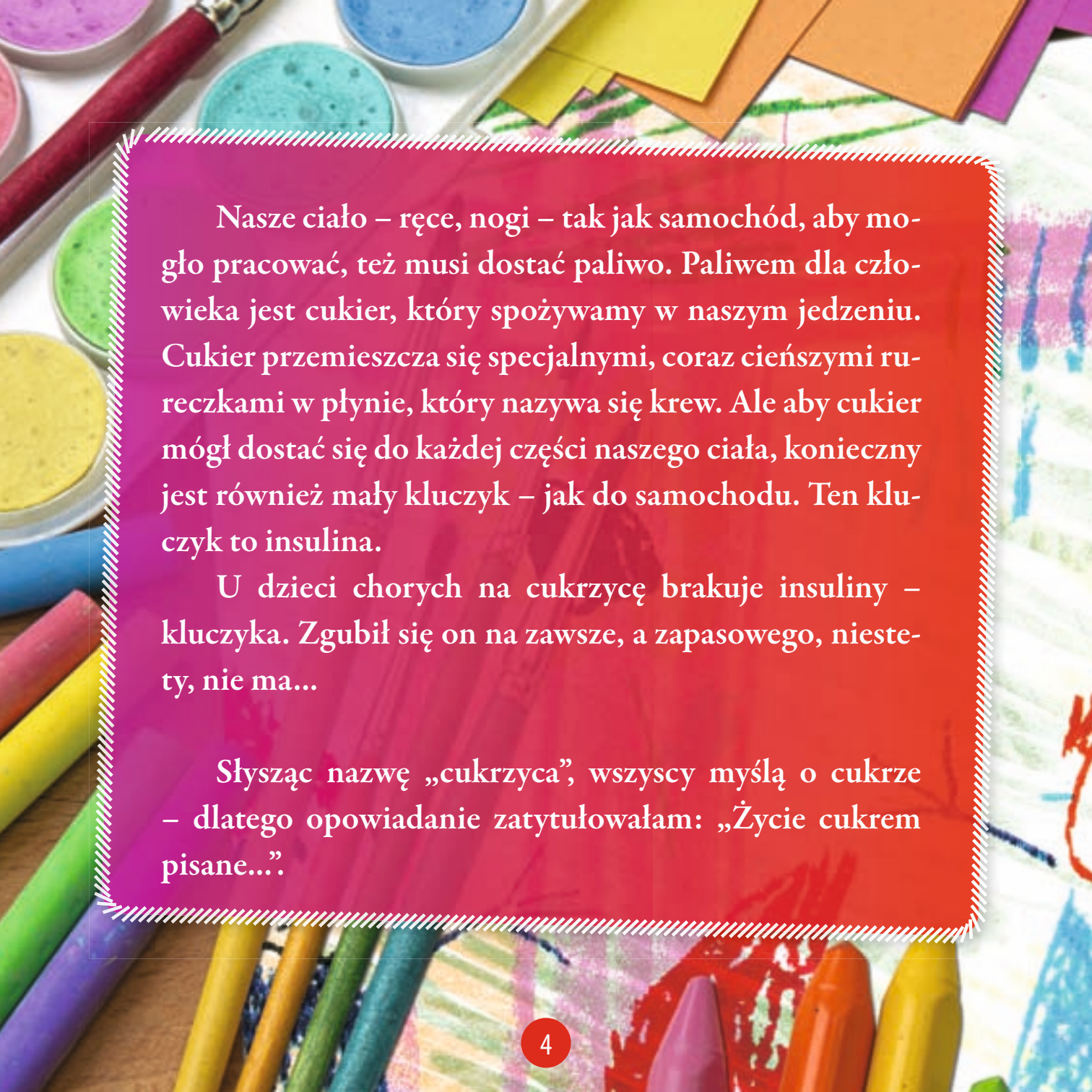
Publikacja powstała w ramach projektu „Kompleksowe wsparcie środowiska diabetyków poprzez edukację obywatelską i działania rzecznicze” prowadzonego przez Biuro Inicjatyw Międzynarodowych oraz Ogólnopolską Federację Organizacji Pomocy Dzieciom i Młodzieży Chorym na Cukrzycę



Opowiem wam o pewnej chorobie, którą nazywamy cukrzycą. Może w waszej rodzinie ktoś starszy choruje na tę chorobę – babcia albo czyjaś ciocia? Nakłuwają sobie palce i robią badanie krwi, przyjmują tabletki i często narzekają, że nie mogą jeść słodczy. Ja opowiem o cukrzycy, na którą chorują dzieci w różnym wieku: i takie małe jak wy, i te starsze. Może się zasmuciliście, że będzie to opowiadanie o chorych dzieciach? Postaram się, by nie było smutno. Zobaczycie, że można nauczyć się dobrze leczyć nawet tak trudną chorobę. Chore dzieci też są uśmiechnięte, wesole, mogą się bawić, chodzić do przedszkola, do szkoły i dobrze się uczyć.

Pewnie zastanawiacie się, co to za choroba – ta cukrzyca? Postaram się odpowiedzieć na wasze pytanie, używając przykładu. Aby samochód mógł jeździć, potrzebne jest paliwo, które wlewamy na stacji benzynowej do specjalnego dużego zbiornika i dalej odpowiednimi rurkami dostaje się ono do silnika. Ale żeby silnik samochodowy uruchomić, konieczne są kluczyki, których często szukają wasi rodzice, bo nie pamiętają, gdzie je położyli. Na szczęście, zawsze je znajdują lub, w razie czego, mają drugie, zapasowe.





Nasze ciało – ręce, nogi – tak jak samochód, aby mogło pracować, też musi dostać paliwo. Paliwem dla człowieka jest cukier, który spożywamy w naszym jedzeniu. Cukier przemieszcza się specjalnymi, coraz cieńszymi rurkami w płynie, który nazywa się krew. Ale aby cukier mógł dostać się do każdej części naszego ciała, konieczny jest również mały kluczyk – jak do samochodu. Ten kluczyk to insulina.

U dzieci chorych na cukrzycę brakuje insuliny – kluczyka. Zgubił się on na zawsze, a zapasowego, niestety, nie ma...

Słyszając nazwę „cukrzyca”, wszyscy myślą o cukrze – dlatego opowiadanie zatytułowałam: „Życie cukrem pisane...”.

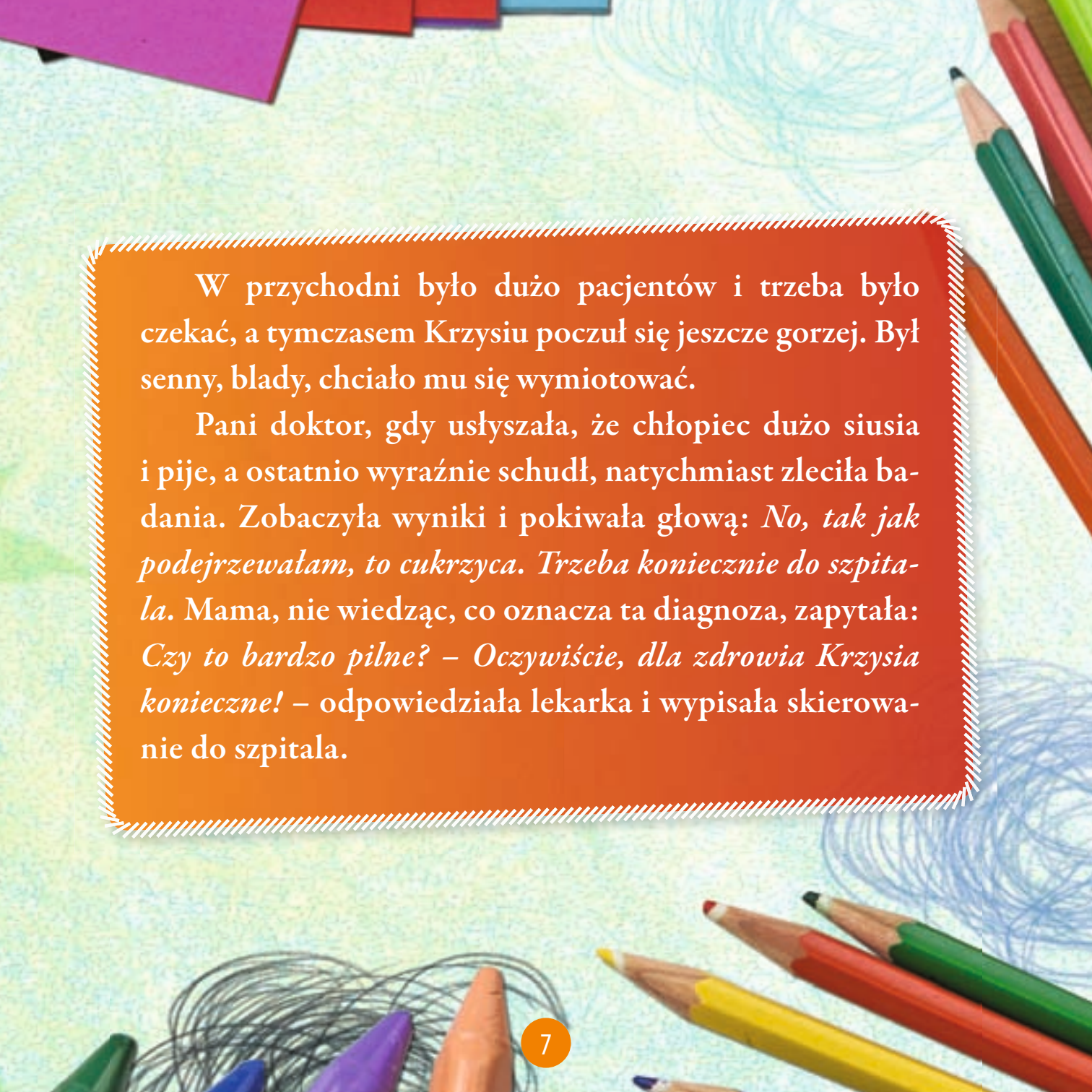
I

Krzysiu chodził do przedszkola. Pewnego dnia, kiedy mama zabierała go do domu, pani Tereska – nauczycielka Krzysia – zwróciła uwagę na to, że ostatnio w czasie zajęć Krzyś dość często wychodzi do toalety. Mama zastanowiła się i powiedziała: *A wie Pani, coś w tym jest, bo ostatnie dni synek wstaje w nocy zrobić siusiu, a raz nawet się nie obudził i posiusiał do łóżka. Z drugiej strony, on ostatnio dość dużo pije, więc to chyba normalne* – rozmyślała głośno mama, uspokajając siebie i nauczycielkę. Ale wieczorem Krzyś znów wypił dwie szklanki herbaty naraz, a w nocy znów musiał iść do toalety.

Następnego dnia rano mama naszykowała czyste ubranka. Były tam spodnie, których Krzysio dawno nie nosił. Nagle usłyszała wołanie: *Te spodnie są za duże!* Mama, widząc synka w zbyt luźnych spodniach, zdenerwowała się: *Znowu schudłeś! Tak dużo jesz, a jesteś taki chudy!*

Po kilku dniach mama była zmartwiona, bo widziała, że Krzysiu czuje się coraz gorzej. Jest zmęczony, słaby, często kładzie się na swoim łóżku. Nie biega też tak jak kiedyś i zdecydowanie posmutniał. Zaproponowała więc: *Chodź synku, pójdziemy do lekarza! Może potrzebne ci jakieś witaminki, jak dzieciom z piosenki.*





W przychodni było dużo pacjentów i trzeba było czekać, a tymczasem Krzysiu poczuł się jeszcze gorzej. Był senny, blady, chciało mu się wymiotować.

Pani doktor, gdy usłyszała, że chłopiec dużo siusia i pije, a ostatnio wyraźnie schudł, natychmiast zleciła badania. Zobaczyła wyniki i pokiwała głową: *No, tak jak podejrzewałam, to cukrzyca. Trzeba koniecznie do szpitala.* Mama, nie wiedząc, co oznacza ta diagnoza, zapytała: *Czy to bardzo pilne?* – *Oczywiście, dla zdrowia Krzysia konieczne!* – odpowiedziała lekarka i wypisała skierowanie do szpitala.

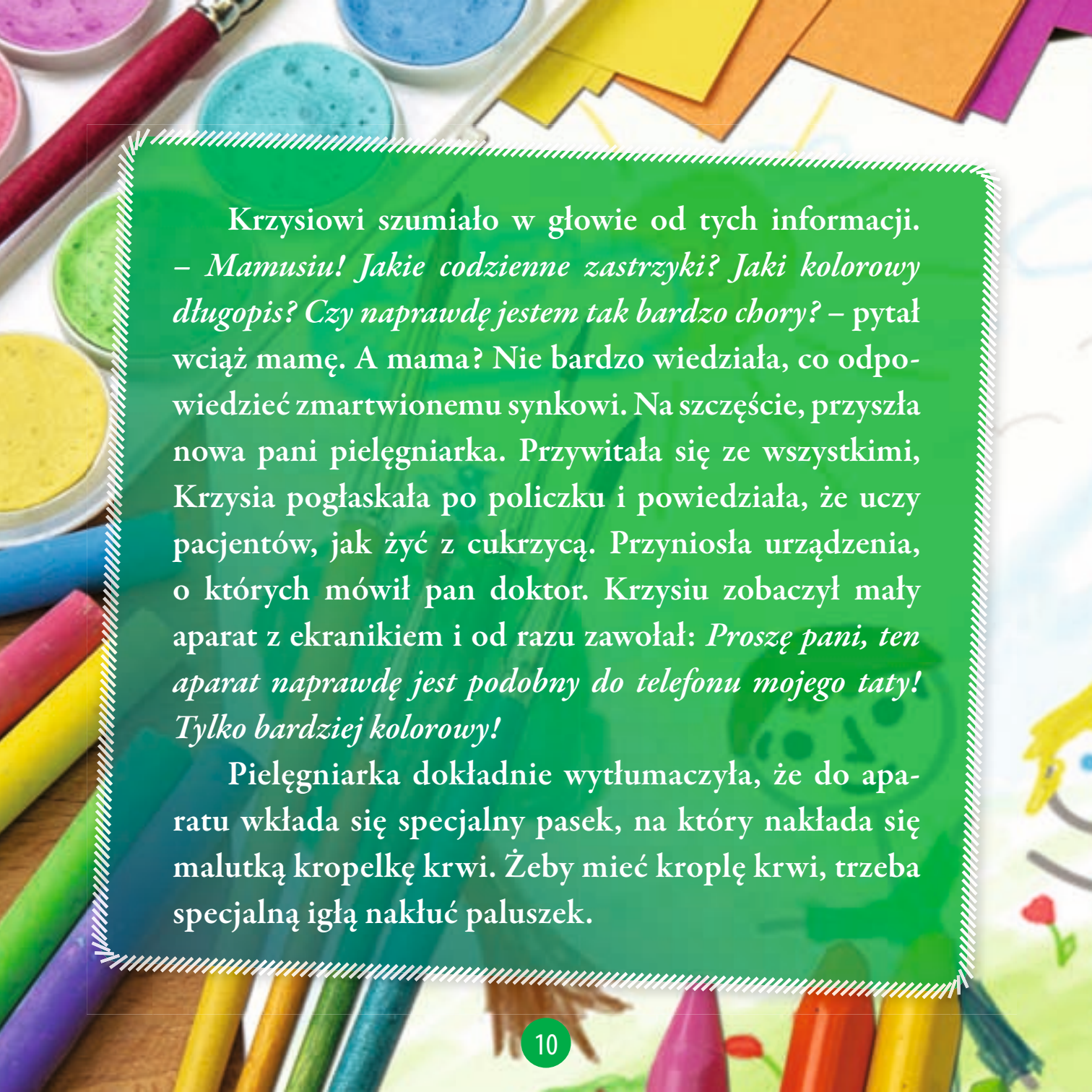
II

W szpitalu rodzice byli zmartwieni, Krzysiu wciąż czuł się bardzo źle, a w dodatku był wystraszony. Kiedy lekarz potwierdził, że dziecko zachorowało na cukrzycę, i powiedział rodzicom, jaka to ciężka choroba, Krzysiek zapytał tatę: *Czy będę żył tak długo jak ty, tatusiu?* To pytanie usłyszał lekarz i uśmiechając się, uprzedził odpowiedź taty: *Oczywiście, że tak! Będziesz dostawał codziennie cudowne krople, dzięki którym przeżyjesz duuużo szczęśliwych lat.*

Wokół małego pacjenta zaczął się ruch. Pielęgniarki podłączały jakieś aparaty – były to kroplówki, czyli wiszące buteleczki, z których podaje się szybko lekarstwa do ręki chorego. Panie nakłuwały również co godzinę paluszek chłopca i pobierały krew do badania. Podłączyły urządzenie z *cudownymi kropelkami*, o których mówił pan doktor. Krzysiu, zmęczony, usnął. Mama i tata czuwali przy nim przez wiele godzin.

Kolejnego dnia w szpitalu Krzyś obudził się rano wyspany i czuł się o wiele lepiej. Spytał mamę: *Kiedy pójdziemy do domu? Czuję się już dobrze, po co mi te wszystkie aparaty?* – *Nie denerwuj się, synku* – uspokajała mama. – *Zaraz przyjdzie pan doktor i na pewno odłączy te kroplówki.*

I tak się stało. Pan doktor poprosił pielęgniarki o odłączenie tego „dużego” sprzętu. – *Teraz dostaniesz „mały” sprzącik: jeden do badania poziomu cukru we krwi, a drugi do robienia małych zastrzyków. Czy pamiętasz, jak mówiłem ci, kiedy przyszedłeś do szpitala, że będziesz dostawał kilka razy dziennie takie cudowne kropelki? Jest to insulina. I to są właśnie te zastrzyki – podawane specjalnym kolorowym długopisem, czyli penem. A sprzącik do badania krwi jest jeszcze mniejszy od telefonu komórkowego. Zaraz zobaczysz, jak on wygląda! Przyjdzie pani pielęgniarka i nauczy ciebie oraz twoich rodziców, jak te urządzenia należy obsługiwać* – tłumaczył chłopcu lekarz.

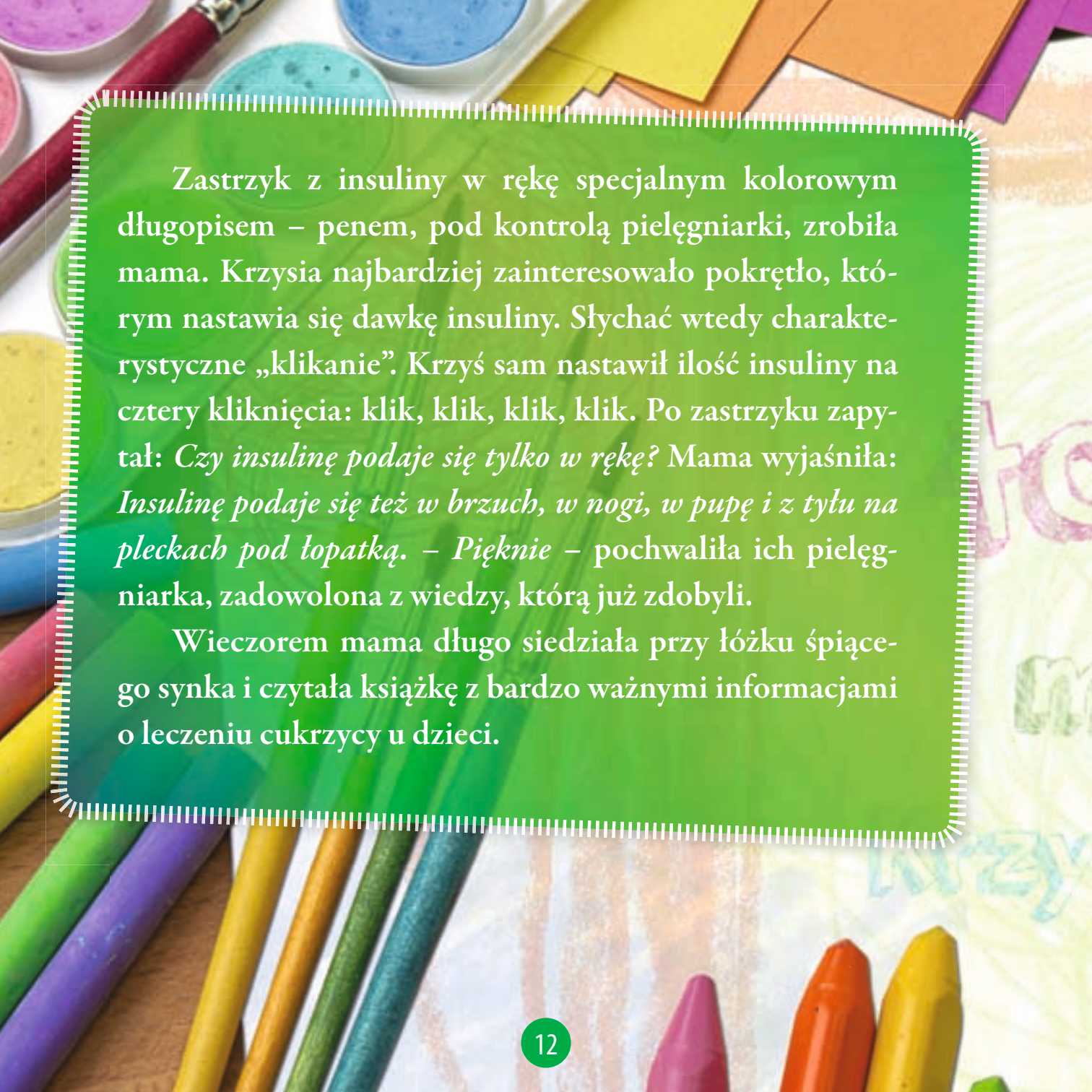


Krzysiowi szumiało w głowie od tych informacji.
– *Mamusiu! Jakie codzienne zastrzyki? Jaki kolorowy długopis? Czy naprawdę jestem tak bardzo chory?* – pytał wciąż mamę. A mama? Nie bardzo wiedziała, co odpowiedzieć zmartwionemu synkowi. Na szczęście, przyszła nowa pani pielęgniarka. Przywitała się ze wszystkimi, Krzysia pogłaskała po policzku i powiedziała, że uczy pacjentów, jak żyć z cukrzycą. Przyniosła urządzenia, o których mówił pan doktor. Krzysiu zobaczył mały aparat z ekranikiem i od razu zawołał: *Proszę pani, ten aparat naprawdę jest podobny do telefonu mojego taty! Tylko bardziej kolorowy!*

Pielęgniarka dokładnie wytłumaczyła, że do aparatu wkłada się specjalny pasek, na który nakłada się malutką kropelkę krwi. Żeby mieć kroplę krwi, trzeba specjalną igłą nakłuć paluszek.

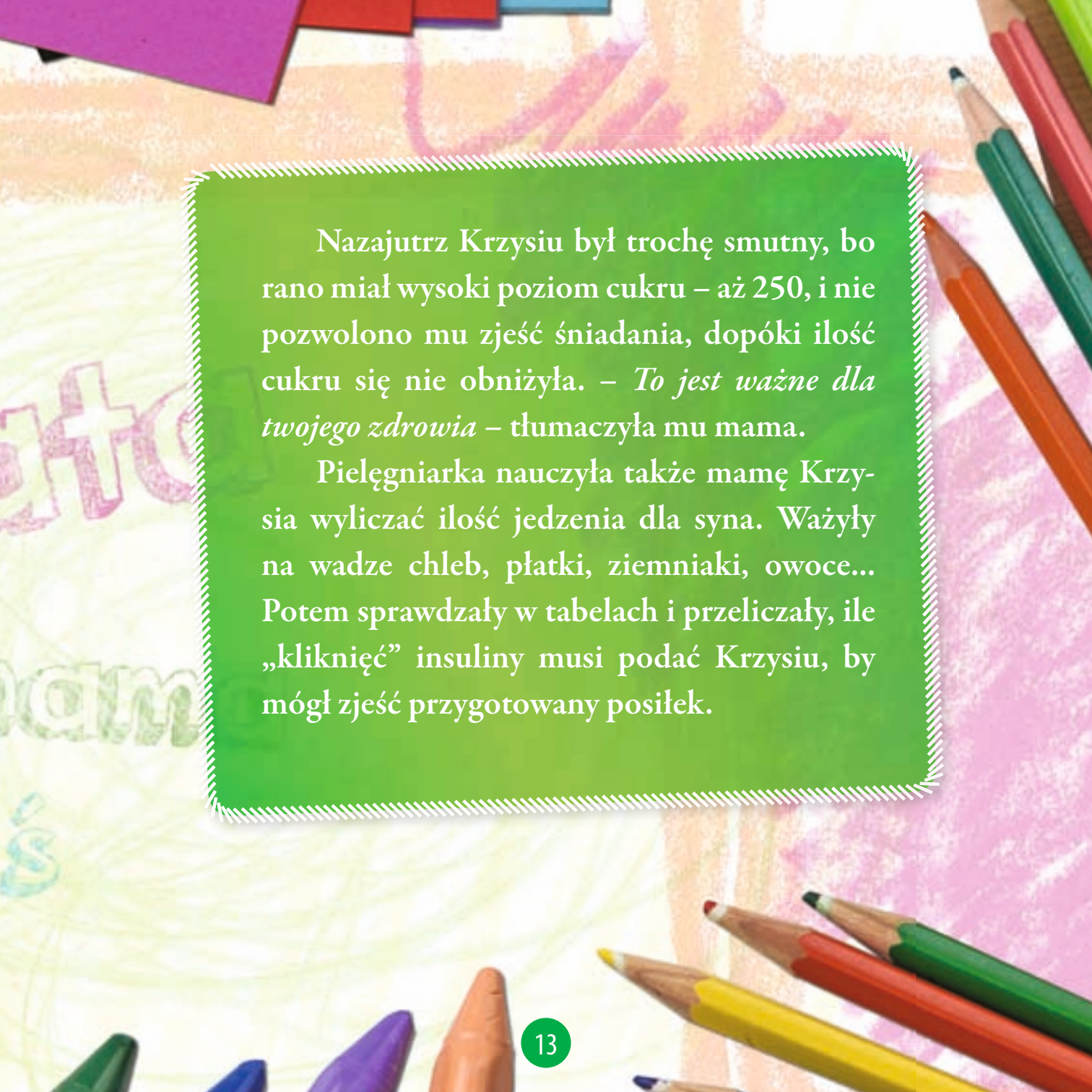
Krzysiu jeszcze raz obejrzał aparacik ze wszystkich stron, umył ręce i pod uważnym okiem pielęgniarki po raz pierwszy sam zrobił badanie poziomu cukru we krwi. – *No widzisz, jakim jesteś dzielnym pacjentem!* – usłyszał słowa zachwytu. – *Przed obiadem jeszcze raz zrobimy badanie i nauczę cię podawać zastrzyk z cudownymi kropelkami insuliny* – powiedziała pielęgniarka. Krzyś, nieco weselszy, pokiwał głową na zgodę.





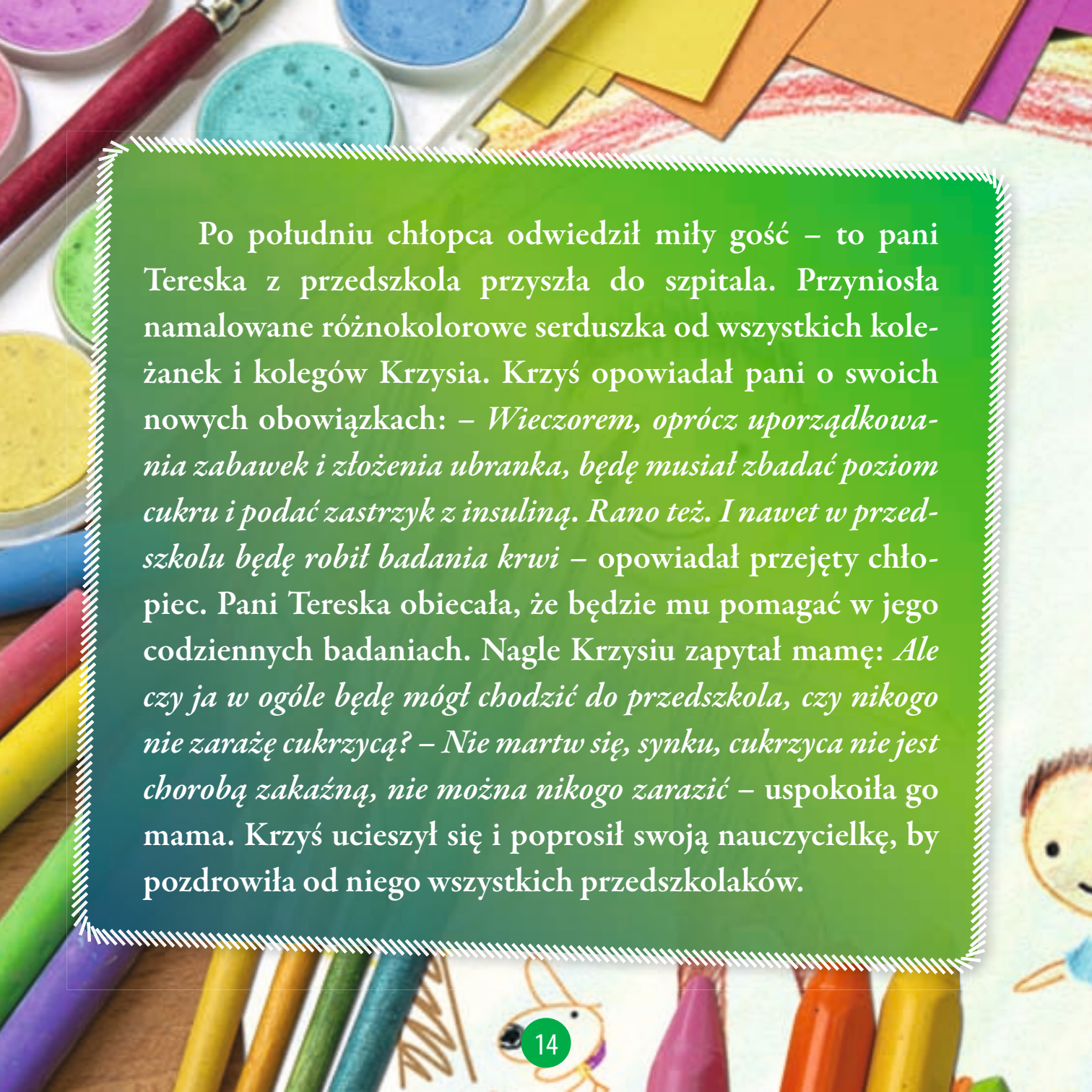
Zastrzyk z insuliny w rękę specjalnym kolorowym długopisem – penem, pod kontrolą pielęgniarki, zrobiła mama. Krzysia najbardziej zainteresowało pokrętko, którym nastawia się dawkę insuliny. Słysząc wtedy charakterystyczne „klikanie”. Krzys sam nastawił ilość insuliny na cztery kliknięcia: klik, klik, klik, klik. Po zastrzyku zapytał: *Czy insulinę podaje się tylko w rękę?* Mama wyjaśniła: *Insulinę podaje się też w brzuch, w nogi, w pupę i z tyłu na pleckach pod łopatką.* – *Pięknie* – pochwaliła ich pielęgniarka, zadowolona z wiedzy, którą już zdobyli.

Wieczorem mama długo siedziała przy łóżku śpiącego synka i czytała książkę z bardzo ważnymi informacjami o leczeniu cukrzycy u dzieci.

The background of the page is a collage of various colored pencils (purple, red, blue, green, orange, yellow) and soft, pastel-colored brushstrokes in shades of pink, orange, and green. A central green rectangular box with a white dashed border contains the text.

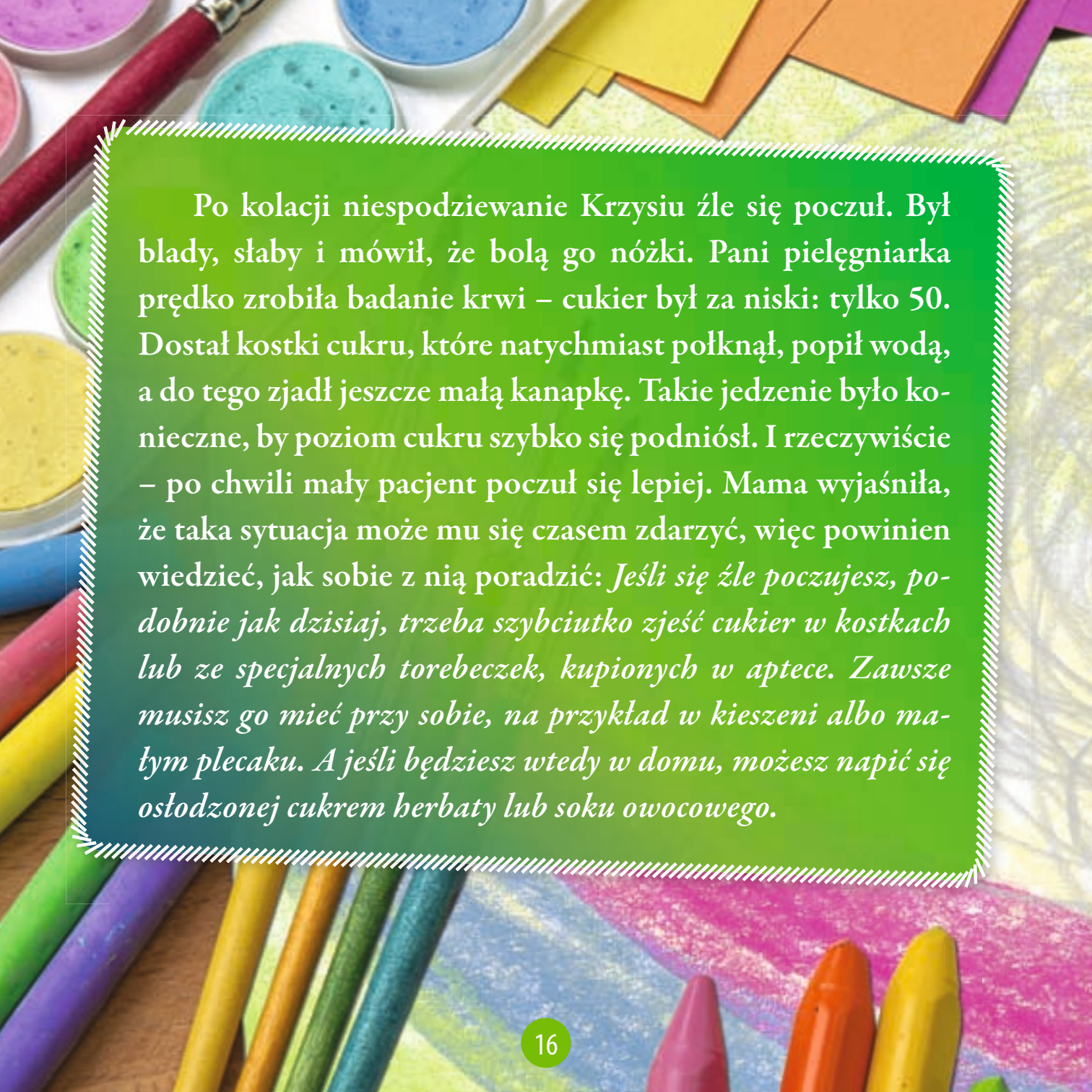
Nazajutrz Krzysiu był trochę smutny, bo rano miał wysoki poziom cukru – aż 250, i nie pozwolono mu zjeść śniadania, dopóki ilość cukru się nie obniżyła. – *To jest ważne dla twojego zdrowia* – tłumaczyła mu mama.

Pielęgniarka nauczyła także mamę Krzysia wyliczać ilość jedzenia dla syna. Ważyły na wadze chleb, płatki, ziemniaki, owoce... Potem sprawdzały w tabelach i przeliczały, ile „kliknięć” insuliny musi podać Krzysiu, by mógł zjeść przygotowany posiłek.



Po południu chłopca odwiedził miły gość – to pani Tereska z przedszkola przyszła do szpitala. Przyniosła namalowane różnokolorowe serduszka od wszystkich koleżanek i kolegów Krzysia. Krzyś opowiadał pani o swoich nowych obowiązkach: – *Wieczorem, oprócz uporządkowania zabawek i złożenia ubranka, będę musiał zbadać poziom cukru i podać zastrzyk z insuliną. Rano też. I nawet w przedszkolu będę robił badania krwi* – opowiadał przejęty chłopiec. Pani Tereska obiecała, że będzie mu pomagać w jego codziennych badaniach. Nagle Krzysiu zapytał mamę: *Ale czy ja w ogóle będę mógł chodzić do przedszkola, czy nikogo nie zarażę cukrzycą?* – *Nie martw się, synku, cukrzyca nie jest chorobą zakaźną, nie można nikogo zarazić* – uspokoiła go mama. Krzyś ucieszył się i poprosił swoją nauczycielkę, by pozdrowiła od niego wszystkich przedszkolaków.





Po kolacji niespodziewanie Krzysiu źle się poczuł. Był blady, słaby i mówił, że bolą go nóżki. Pani pielęgniarka prędko zrobiła badanie krwi – cukier był za niski: tylko 50. Dostał kostki cukru, które natychmiast połknął, popił wodą, a do tego zjadł jeszcze małą kanapkę. Takie jedzenie było konieczne, by poziom cukru szybko się podniósł. I rzeczywiście – po chwili mały pacjent poczuł się lepiej. Mama wyjaśniła, że taka sytuacja może mu się czasem zdarzyć, więc powinien wiedzieć, jak sobie z nią poradzić: *Jeśli się źle poczujesz, podobnie jak dzisiaj, trzeba szybciotko zjeść cukier w kostkach lub ze specjalnych torebeczek, kupionych w aptece. Zawsze musisz go mieć przy sobie, na przykład w kieszeni albo małym plecaku. A jeśli będziesz wtedy w domu, możesz napić się osłodzonej cukrem herbaty lub soku owocowego.*

Na to Krzyś zapytał:
*To ile ja powinienem mieć
tego cukru w czasie badania?*
– *Chociaż nie znasz jeszcze
wszystkich cyferek, to najlepiej,
żeby na ekraniku wyświetliły
się zawsze trzy cyferki,
a pierwszą z nich była jedynka*
– tłumaczyła cierpliwie mama.





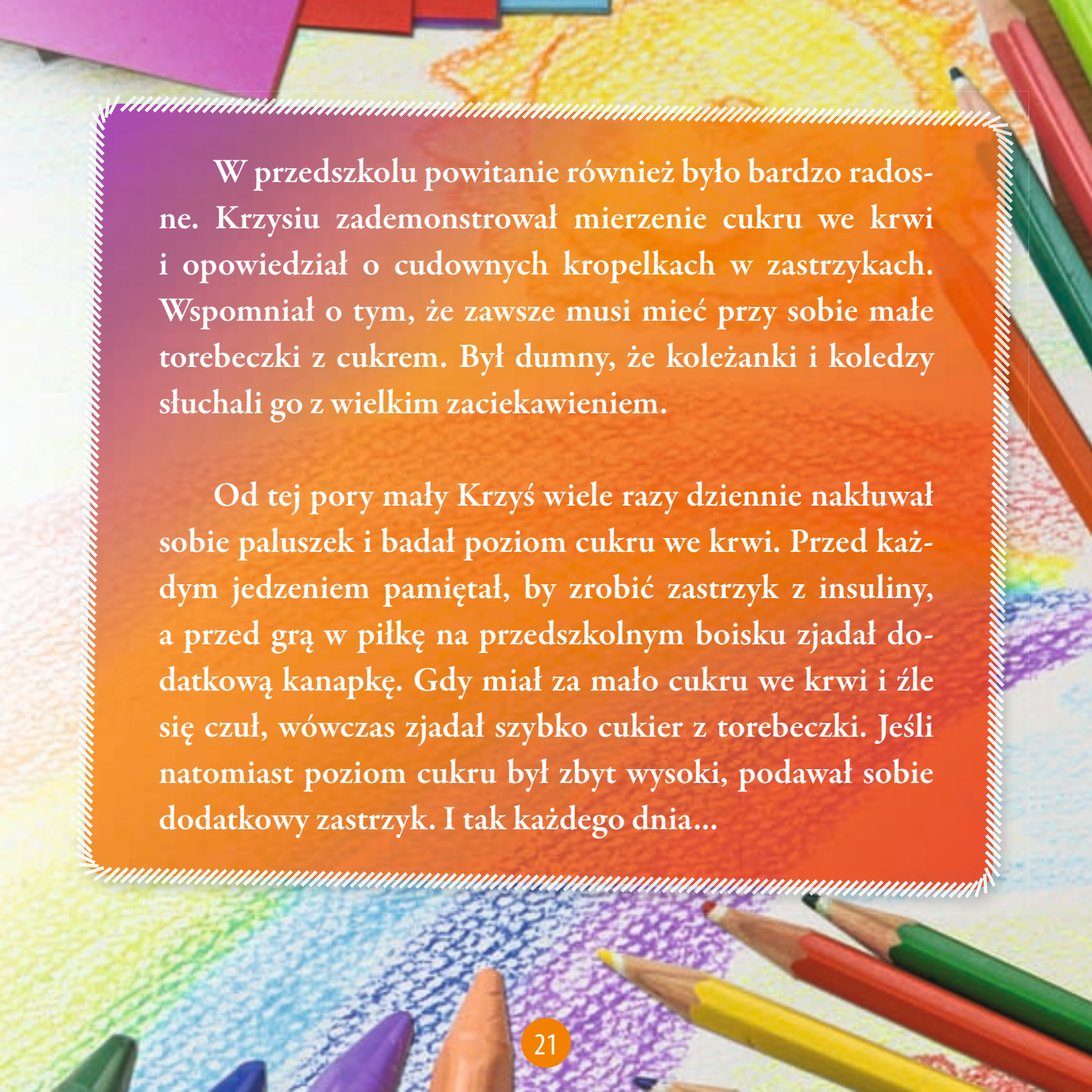
Po kilku dniach pan doktor oznajmił chłopcu: *Widzę, że dobrze się czujesz, umiesz posługiwać się wszystkimi ważnymi aparacikami, no to... czas wrócić do domu!* Mama, trochę zaniepokojona, zapytała lekarza: *Myśli pan, panie doktorze, że będziemy umieli ze wszystkim sobie poradzić?* – *Hm...* – westchnął lekarz. – *Pewnie nie zawsze wszystko będzie łatwe, ale przecież zaczniecie przychodzić do poradni dla dzieci chorych na cukrzycę i nadal będziecie się uczyć, jak najlepiej podawać insulinę.* Mimo obaw mama była naprawdę szczęśliwa, że może zabrać synka do domu.

III

W domu wszystko było przygotowane na powrót Krzysia. Siostry udekorowały nawet jego pokój czerwonymi serduszkami. Chciały w ten sposób pokazać młodszemu bratu, jak bardzo go kochają. Były gotowe, by pomagać mu w leczeniu cukrzycy. Krzyś pokazał, jak robi się badanie krwi, a przed kolacją cała rodzina uczestniczyła w podawaniu zastrzyku z insuliną.

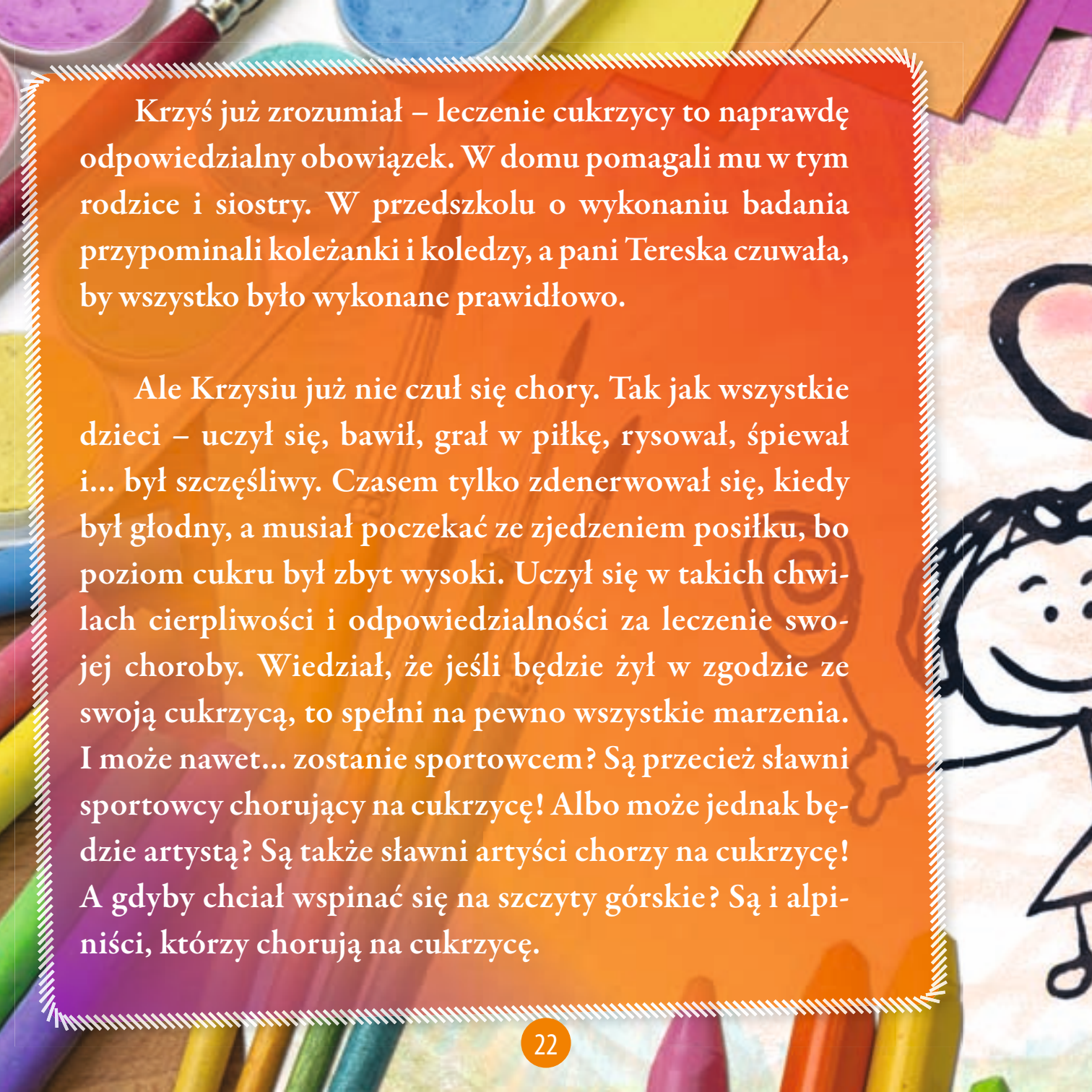
Wszystkie rzeczy potrzebne do leczenia cukrzycy ułożono na jednej półeczce, żeby nic nie zginęło. A na kuchennym blacie ustawiono nowiutką kolorową wagę do ważenia produktów, które Krzysiu będzie jadł.





W przedszkolu powitanie również było bardzo radosne. Krzysiu zademonstrował mierzenie cukru we krwi i opowiedział o cudownych kropelkach w zastrzykach. Wspomniał o tym, że zawsze musi mieć przy sobie małe torebeczki z cukrem. Był dumny, że koleżanki i koledzy słuchali go z wielkim zaciekawieniem.

Od tej pory mały Krzyś wiele razy dziennie nakłuwał sobie paluszek i badał poziom cukru we krwi. Przed każdym jedzeniem pamiętał, by zrobić zastrzyk z insuliny, a przed grą w piłkę na przedszkolnym boisku zjadał dodatkową kanapkę. Gdy miał za mało cukru we krwi i źle się czuł, wówczas zjadał szybko cukier z torebeczki. Jeśli natomiast poziom cukru był zbyt wysoki, podawał sobie dodatkowy zastrzyk. I tak każdego dnia...

The background of the page is a soft-focus illustration of a child's desk. Several colored pencils in various colors (red, blue, green, yellow, purple) are scattered across the surface. On the right side, there is a simple line drawing of a young boy with a large, round head, a wide smile, and dark hair. He is wearing a white shirt. The text is contained within a white rectangular box with a decorative, dashed border. The text is in a clean, sans-serif font, colored in a light blue or teal shade.

Krzyś już rozumiał – leczenie cukrzycy to naprawdę odpowiedzialny obowiązek. W domu pomagali mu w tym rodzice i siostry. W przedszkolu o wykonaniu badania przypominali koleżanki i koledzy, a pani Tereska czuwała, by wszystko było wykonane prawidłowo.

Ale Krzysiu już nie czuł się chory. Tak jak wszystkie dzieci – uczył się, bawił, grał w piłkę, rysował, śpiewał i... był szczęśliwy. Czasem tylko zdenerwował się, kiedy był głodny, a musiał poczekać ze zjedzeniem posiłku, bo poziom cukru był zbyt wysoki. Uczył się w takich chwilach cierpliwości i odpowiedzialności za leczenie swojej choroby. Wiedział, że jeśli będzie żył w zgodzie ze swoją cukrzycą, to spełni na pewno wszystkie marzenia. I może nawet... zostanie sportowcem? Są przecież sławni sportowcy chorujący na cukrzycę! Albo może jednak będzie artystą? Są także sławni artyści chorzy na cukrzycę! A gdyby chciał wspinać się na szczyty górskie? Są i alpinści, którzy chorują na cukrzycę.

IV

Kiedy Krzysiu był starszy, otrzymał od Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy pompę insulinową. Jest to małe urządzenie, też z ekranikiem, które zastępuje zastrzyki i podaje insulinę. Insulina płynie z pompy cienkim wężykiem i na końcu cudowne kropelki wpływają pod skórę. Z pompą jest dużo wygodniej i łatwiej leczyć cukrzycę.

I tak Krzyś starał się każdego dnia zaprzyjaźnić ze swoją chorobą...



Zakończenie

Bohater tego opowiadania – Krzyś – jest prawdziwy. Będąc przedszkolakiem, wiele lat temu, zachorował na cukrzycę. Po ukończeniu przedszkola, szkoły podstawowej i gimnazjum poszedł do liceum. A teraz studiuje. Mały Krzyś to dzisiaj dorosły Krzysztof. Jest wysokim, przystojnym, młodym mężczyzną. Powiem wam też w sekrecie, że ma superdziewczynę, więc... na pewno w przyszłości założy swoją rodzinę.



© Copyright by Biuro Inicjatyw Międzynarodowych
Kierownik projektu: Monika Zamarlik
Korekta: Ewa Dąbrowska
Skład i łamanie: Polycomp
Druk: Pasaż sp. z o.o., Kraków



Więcej informacji o wsparciu dzieci i młodzieży z cukrzycą oraz szkoleniach dla nauczycieli młodych diabetyków można znaleźć na stronie Ogólnopolskiej Federacji Organizacji Pomocy Dzieciom i Młodzieży Chorym na Cukrzycę

www.diabetycy.eu

e-mail: m.zamarlik@diabetycy.eu