

RENATA RŮŽIČKOVÁ – MAMINKA DÍTĚTE S DIABETEM

„SNAŽÍME SE I CUKROVKU VNÍMAT POZITIVNĚ“

Když zčistajasna zjistíte, že vaše dítě onemocnělo cukrovkou, o které nic nevíte, zhroutí se vám svět. Paní Renata to zažila na vlastní kůži, ale díky rodině, péči a moderním technologiím se velmi brzy se synovou cukrovkou naučili pracovat. Jak svoji nemoc vnímá její 13letý syn a vadí mu při sportu nebo ve škole?

Mgr. Kamila Leciánová

DIÁSTYL Paní Růžičková, váš syn jezdí pravidelně na diatábory. Co bylo tím prvotním impulzem?

Syn začal jezdit na dia tábory v 8 letech, protože jsme chtěli, aby poznal nové kamarády, kteří mají stejnou nemoc jako on a aby věděl, že v tom není sám.

DIÁSTYL Museli jste ho přemlouvat?

Vůbec ne. Chtěl jezdit sám a celý rok se vždy těší, až zase pojede.

DIÁSTYL Na jaké tábory jezdí?

Syn jezdí od 8 let každý rok na diatábor, který pořádá sdružení INZULÍNEK a loni byl poprvé na diatáboře, který pořádá KLUB MLADÝCH DIABETIKŮ. Oba tábory jsou vždy perfektně připravené a syn z nich jezdí nadšený a spokojený. Touto cestou bych chtěla moc poděkovat všem, kteří se s ochotou

na přípravě těchto dia táborů podílejí.

DIÁSTYL Co se mu na táboře líbí nejvíce?

Rozhodně diskotéka a táborák.

DIÁSTYL Jaký je podle vás přínos diatáborů?

Největší přínos vidím v tom, že se děti o sebe naučí více starat sami.

EDUKACE NEMĚLA CHYBU

DIÁSTYL Syn má diagnostikovanou cukrovku od tří let. Jak jste zjistila, že něco není v pořádku?

Sice to už bude v říjnu 10 let, co synovi cukrovku diagnostikovali, ale ten den záchytu si pamatuji úplně přesně. Syn byl od dvou let bez plínky i v noci a najednou zničehonic se začal zase pomočovat. Tak jsem volala pediatrovi, měli jsme druhý den vzít moč a přijet. Po tom, co pediatr zjistil, že má syn

v moči cukr a ketolátky, změnil nám glukometrem glykémii – hodnota byla kolem 23 mmol ... hned nám volal sanitku a ta nás odvezla do nemocnice.

DIÁSTYL Všimla jste si i jiných příznaků kromě pomočování?

Začali jsme tomu věnovat pozornost až v situaci, kdy se syn začal pomočovat, a zdálo se nám, že je hodně unavený a spavý. Do té doby nám nepřišlo, že by mohl mít zdravotní problém.

DIÁSTYL Byli jste spokojeni s péčí v nemocnici, kterou vám v rámci záchytu diabetu věnovali?

Byli jsme hospitalizováni ve Fakultní nemocnici v Olomouci na dětské klinice a musím říct, že s péčí v nemocnici jsme byli spokojeni. Edukace v té době byla dostatečná, kdykoli jsme se na ně mohli obrátit, i když už jsme byli z nemocnice propuštěni. Účastnili jsme se pravidelně edukačních přednášek, které zaměstnanci dětské kliniky dia ambulance FN Olomouc ve spolupráci se sdružením INZULÍNEK pořádali.

DIÁSTYL Tušila jste, co vás s diagnózou cukrovky čeká?

Netušila jsem vůbec, co nás čeká. Než syn onemocněl, nevěděla jsem vůbec, že taková nemoc u dětí existuje.

DIÁSTYL Jaké tedy byly vaše začátky s nemocí?

Začátky byly těžké, zhroutil se nám svět, vůbec jsme si nedokázali představit, jak budeme žít dál. Manžel dal výpověď v práci, aby se o syna mohl starat. Můj měsíční příjem v práci byl stabilní a věděli jsme, že přijde každý měsíc. Proto zůstal se synem doma manžel.

DIÁSTYL Jak dlouho jste s tím bojovali, než přišlo určité smíření a pochopení?

Trvalo půl roku, než jsme se s cukrovkou trochu sžili a syn začal alespoň na dopoledne chodit do školky. Proto i teď zpětně jsem nesmírně vděčná svému manželovi, že se k té si-



tuaci tenkrát takto postavil a doteď mi je velkou oporou. I díky němu jsem tohle nelehké období ve zdraví ustála.

VE ŠKOLE SE K CUKROVCE POSTAVILI POZITIVNĚ

DIASTYL Když jste zmínila školku, byl v ní tolerantní a vstřícný přístup k nemoci vašeho syna?

Situace ve školce byla složitější, protože syn byl malý. Když se vrátil zpátky do školky jako diabetik, manžel mu ráno doma píchнул inzulin a syn se nasnídal. Odvedl ho do školky, ale před obědem si ho brával domů. Píchali jsme inzulin a obědvali doma. Když byl syn předškolák, zůstával ve školce do oběda i na odpolední spaní. Manžel jezdil do školky před obědem píchat inzulin každý den. Ve školce byly paní učitelky vždy vstřícné, ochotné a snažily se nám vyjít vstříc. Když byla nějaká akce mimo školku, vždy jsme jako doprovod mohli se synem jet. Synovi se ve školce moc líbilo, byl moc rád, že může být s kamarády.

DIASTYL Váš syn už nyní chodí do školy. Můžete nějak upravit jeho režim s nástupem do základního vzdělávání?

Syn chodí do Základní školy ve Ptení. Od první do třetí třídy měl úžasnou paní učitelku Mgr. Jitku Trbuškovou, která nám situaci ve škole usnadnila. Ondra se uměl sám změřit glukometrem i si píchnout inzulin. Paní učitelka jen dohlížela, zda si nastavil na inzulinovém peru správnou dávku inzulinu. Proto jsme do školy nemuseli dojíždět a mohli s manželem oba chodit do práce. S paní učitelkou jsme zůstali v kontaktu, i když už syn teď v září bude chodit do sedmé třídy. Takovou paní učitelku, jakou měl Ondra, bych přála všem dia dětem. Určitě by to pro ně bylo ve škole jednodušší.

DIASTYL Jak se k situaci postavila obecně škola?

Ve škole se celkově všichni postavili k cukrovce pozitivně. Myslím si, že to hodně ovlivnil i přístup paní ředitelky, která byla od začátku vstřícná a ochotná pomoci jak nám, tak synovi.

DIASTYL Měl syn ve škole nějaká omezení či naopak „výhody“? Co školní akce, výlety...



Ondra neměl ve škole nikdy žádná omezení, vždy se mohl účastnit všech školních akcí, výletů, brali ho všude se sebou a ano snažili se ho začlenit do kolektivu. A musím říct, že se to povedlo. Že i když má cukrovku, může být součástí školního kolektivu a prožívat vše, co k tomu patří.

DIASTYL Vyšli vám vstříc třeba i ve školní jídelně, nebo mu chystáte oběd doma?

Ve školní jídelně nebyl nikdy s ničím problémem, vedoucí školní jídelny je vždy ochotná a vyjde vstříc. Obědy Ondrovi váží od první třídy. Vždycky jsem o víkendu poslala e-mail s uvedeným počtem gramů a v jídelně mu to navážili. Víím, že ne všichni mají takové štěstí, a proto jsem nesmírně vděčná za tento přístup.

HLAVNĚ POZITIVNĚ

DIASTYL Jak se smířil váš syn s tím, že je trochu jiný s ohledem na léčbu cukrovky?

Tím, že ve škole dělá všechny aktivity jako jeho spolužáci, mu nepříjde, že by byl jiný. Spolužáci vědí, že má cukrovku, a když je potřeba, nemá problém o cukrovce s jinými lidmi mluvit.

DIASTYL Bere tedy tu situaci spíše pozitivně?

Syn je celkově pozitivní člověk, má rád život, a i když to není procházka růžovou zahradou, největší odměnou za tu všechnu starost je, když vám řekne, že miluje svůj život.

DIASTYL Zvládá dodržovat režim sám, nebo ho musíte kontrolovat?

Režim se snaží dodržovat sám od sebe, kontrolujeme ho jen v noci, kdy neslyší alarm pumpy. Poslední glykovaný hemoglobin měl 45 a v rozmezí se většinou pohybuje nad 80%.

DIASTYL Brzy se nejspíše objeví puberta. Nebojíte se, že by mohl léčbu bojkotovat?

Ano, samozřejmě se jako rodiče bojíme, že bude léčbu bojkotovat, nebude si posílat inzulin a celkově se jeho kompenzace v pubertě zhorší. Chtěla bych věřit, že mu zůstane jeho pozitivní postoj k životu a přežijeme všichni jeho pubertu ve zdraví.

DIASTYL Snažíte se třeba už pomalu zodpovědnost týkající se léčby cukrovky přesouvat na něj?

Snažíme se syna vést k zodpovědnosti v podstatě od první třídy, kdy se uměl změřit glukometrem a píchnout si sám inzulin. V té době nebyly senzory, takže se musel ve škole sám změřit, případně zavolat a řešili jsme spolu, co a jak má udělat. Teď když má pumpu a senzory, tak si věci ohledně cukrovky řeší ve většině případů sám. Pokud potřebuje s něčím poradit, vždycky zavolá a řešíme to společně.

DIASTYL Začínali jste na perech a glukometru a nyní využívá senzory a pumpu. Jaké byly počátky léčby a jaký vnímal přechod?

Počátky léčby byly náročné. Glukometrem jsme měřili neustále, v noci jsem měla na-

ZAČÁTKY
S NEMOCÍ
BYLY TĚŽKÉ,
ALE PO PŮL ROCE
PŘIŠLO SMÍŘENÍ
S DIAGNÓZOU.



stavený budík na 23:00 a na 2:00, abych syna přeměřila. Ve 4:00 jsem vstávala do práce. Tohle bylo nejnáročnější období, které trvalo 3 roky. Na pumpu chtěl syn i my, tušili jsme, že by nám to mohlo pomoci vést kvalitnější život s cukrovkou. Asi jako z každé změny jsme i my měli strach z přechodu na pumpu, ale teď zpětně můžu říct, že obavy byly zbytečné. Synovi bylo už 8 let, takže pumpu se naučil ovládat sám a my s manželem jen dohlíželi, kontrolovali a v případě potřeby pomáhali.

DĚLÁTE! Takže jste spokojeni?

Nechci to nijak zlehčovat, cukrovka nás umí pěkně potrápít, ale s pumpou a senzory jsme moc spokojeni a život je mnohem jednodušší.

DĚLÁTE! Váš syn je sportovec. Jakému sportu se věnuje?

Syn hraje aktivně fotbal, tréninky mívají jednou týdně a každý víkend zápas.

DĚLÁTE! Upravuje nějak s ohledem na tréninky inzulinový režim?

Syn reaguje dle aktuální hodnoty glykémie před tréninkem. V případě nízké glykémie si dá jídlo bez bolusu a pokud má vyšší hodnotu glykémie, tak během tréninku se mu vlivem pohybové aktivity vždy upraví na normální hodnotu, aniž by musel posílat inzulin.

DĚLÁTE! Jak se chová během tréninků a po nich jeho glykémie? Potýká se hodně s hypoglykemií, nebo jste to už „vychytali“?

Syn má inzulinovou pumpu 780G, kde lze nastavit „dočasný cíl“, kdy pumpa se snaží udr-

žet glykémii na 8,3 mmol po dobu, kterou na pumpě nastavíte, takže před tréninkem si tento režim syn zapne a většinou se podaří, aby hypoglykémii během tréninku neměl, případně se dokrmí tekutým cukrem. Po tréninku mívá normální glykémii.

DĚLÁTE! Má syn pocit, že by ho ve sportu cukrovka nějak omezovala?

Syn nemá pocit, že by ho cukrovka při sportu omezovala. Trenér o diabetu ví, někteří spoluhráči také, a když se ho zeptají, tak jim o cukrovce řekne. Spíš se ho ale ptají, co to má na ruce nebo za pasem. Trenér ví základní informace o diabetu a je informován, co je třeba udělat, kdyby měl Ondra těžkou hypoglykémii a nebyl se schopen o sebe sám postarat.

CUKROVKA NÁM PŘIHRÁLA PŘÁTELE

DĚLÁTE! Jak vypadá glykémie během zápasů?

Většinou před zápasem, když je nervózní, stoupá glykémie nahoru. Ale není pravidlem, že by to bylo pokaždé. Během zápasů se vět-

šinou zklidní a vyklesá zpátky na normální glykémii.

DĚLÁTE! Hraje s pumpou? A nepřekáží mu senzor?

Ano, syn hraje s pumpou, neodpojuje ji. Několikrát jsem se ho ptala, jestli mu pumpa nepřekáží a vždycky odpoví, že ne, že ani nevnímá, že jí má. Ale podvědomě ví, že jí má, a snaží se na ní dávat pozor, aby se mu nerozbita. Senzor mívá nastřelený na paži, a ještě se nestalo, aby si jej při tréninku vytrhl. Snad jen jednou se mu úplně odlepil, jak byl zpotený, ale jinak se senzorem nemíváme během tréninků ani zápasů žádný problém.

DĚLÁTE! Léčba se v poslední době opravdu hodně proměnila a mám pocit, že i informace jsou čím dál dostupnější a hlavně detailnější... Jak vnímáte vy, že se do léčby cukrovky stále více zapojují moderní technologie?

Tuto skutečnost vnímám velmi pozitivně. Když si vzpomenu, jak jsme před 10 lety začínali jen na glukometru a inzulinovém peru, tak ten pokrok je neuvěřitelný. Zrovna nedávno jsme se o tom se synem bavili. Pamatuje si dobu, kdy jsme glukometrem měřili x krát za den a píchali případně dopichovali inzulin více jak 4x denně. Sám neustále opakuje, že se senzorem a pumpou je ten život s cukrovkou jednodušší. Snažíme se neustále vyhledávat nové informace, i když si myslím, že všechno přečíst nestihnáme. Technicky s pumpou a senzorem zvládáme všichni pracovat bez problému.

DĚLÁTE! A dala vám něco synova nemoc? Nebo jen brala?

Na druhou stranu nám synova nemoc dala možnost poznat spoustu úžasných lidí, se kterými se pravidelně navštěvujeme a vyměňujeme si zkušenosti. **DĚA**

PUBERTY SE BOJÍME, ALE JAKO RODIČE VĚŘÍME, ŽE SYNOVI ZŮSTANE POZITIVNÍ PŘÍSTUP K ŽIVOTU A PUBERTU PŘEŽIJEME.

RENATA RŮŽIČKOVÁ (39)

Renata žije s rodinou v obci Lipová nedaleko Prostějova. Má dva syny. S mladším Jiříčkem je na rodičovské dovolené. Staršímu Ondrovi je 13 let a od roku 2013 má diagnostikovan diabetes I. typu. Mezi její záliby patří výlety s rodinou, procházky se psem a čtení.

