

LOLA, AGATKA I SZPITAL



Napisała Karla Orban
Zilustrowała Joanna Sieradzan



Drodzy Rodzice i Opiekunowie,

Oddajemy w Wasze ręce to krótkie opowiadanie. Rozpoczynając pisanie, postawiłam sobie za cel, żeby przybliżyć Waszym maluchom nową, CoVidową rzeczywistość i oswoić je z badaniami, ubraniem personelu i izolacją w szpitalu. Staralam się czerpać informacje u źródeł, czyli lekarzy pracujących z dziećmi w oddziałach zakaźnych (dziękuję Annie i Adamowi za Wasz czas i doświadczenie), jednak może się zdarzyć, że opisane tutaj kroki będą różnić się od tego, jak postępuje się w Waszym mieście. Może zdarzyć się, że wymaz zostanie pobrany w domu przez ratowników z karetki „wymazowej” lub dziecko nie będzie musiało zakładać maseczki w drodze na oddział. Możecie wtedy odwoływać się do fragmentów tej historyjki (np. „Przyjadą do nas panowie ubrani w kombinezony astronautów”) i adaptować je do swoich realiów. Możecie również wykorzystywać książeczkę do wytłumaczenia dzieciom, co obecnie dzieje się z ich bliskimi, dorosłymi (np. „Mama jest teraz w szpitalu, jak Agatka”).

Chciałabym podzielić się z Wami kilkoma założeniami, które towarzyszyły mi w trakcie pisania:

- Celem książeczki jest oswoić dzieci z hospitalizacją związaną z CoVid-19 i z emocjami, jakie mogą się pojawić w trakcie (smutek, strach, tęsknota). Z uwagi na to, że większość dzieci nie będzie wymagało hospitalizacji, rozważcie proszę, czy chcecie opowiadać im o tym zanim wystąpią jakiegokolwiek symptomy (u dziecka lub u Was).
- Jeśli Wasz maluch nie jest ciekawy historyjki i nie chce słyszeć o szpitalu, nie czytajcie mu na siłę. Niektóre dzieci, zwłaszcza wysoko wrażliwe, nie czują się lepiej, kiedy słyszą o czymś z dużym wyprzedzeniem albo w zbyt dużych szczegółach. To Wy najlepiej znacie swoje dziecko.
- W książeczce nie umieściłam respiratorów, realiów oddziału intensywnej opieki medycznej ani śmierci. Nie chciałabym, aby Wasze dzieci bały się bardziej, zwłaszcza, że z dużym prawdopodobieństwem przebieg ich choroby nie będzie odbiegał od Agatki i Janka. Tak trudne wydarzenia, jak wspomaganie oddechu czy utrata kogoś bliskiego, opiekujemy wtedy, gdy mają lub miały miejsce. Książeczki mają w tym wspieraniu minimalną rolę. Jeżeli straciliście kogoś bliskiego lub dziecko ma za sobą traumatyczne chwile, proszę, skorzystajcie z indywidualnej pomocy psychologicznej lub psychoterapeutycznej.
- Żadna książeczka nie sprawia, że znikają wszystkie emocje – Wasze dzieci mają prawo, pomimo książeczki, bać się lub stresować wyjazdem do szpitala, a Wy dacie radę je w tym wspierać. Książeczka ma Wam pomóc w pokazaniu, jak wyglądają niektóre elementy tego doświadczenia i znormalizować emocje z tym związane.

Jeżeli potrzebujecie indywidualnego wsparcia psychologicznego, możecie pisać do mnie (karla@psychologrb.pl, <https://psychologrb.pl>). Więcej prac Asi Sieradzan znajdziecie na jej profilu na Facebooku: [Asia Sieradzan SiaSie Design](#) – Asiu, dziękuję za Twój talent, dobroć i zaangażowanie w tworzeniu tej opowieści.

Psycholog Karla Orban

Cześć! Mam na imię Lola i jestem białą krwinką. Mieszkam w Twojej krwi, i chronię Cię przed chorobami. Kiedy Twoje ciało odwiedza Wirus albo Bakteria, wraz z moimi kuzynami wyganiam ich i pomagam Ci wrócić do zdrowia. Podobnie jak wirusy i bakterie, jestem tak mała, że można mnie zobaczyć dopiero pod mikroskopem!



Wirus



Biała krwinka



Bakteria

Dziś opowiem Ci o Agatce, Janku i naszej przygodzie z wirusem.

Agatka ma cztery latka i chodzi do przedszkola. Uwielbia książki o kosmosie i planetach. Jej starszy brat, Janek, woli bawić się dinozaurami. Razem chodzą na spacerzy do parku i budują wysokie wieże z klocków w pokoju Janka.



Pewnego dnia Agatka obudziła się rozpalona. Miała czerwone policzki, kaszłała i nie miała ochoty ani na zabawę z Jankiem, ani na naleśniki, które tata przygotował na śniadanie.

- Chyba masz gorączkę – powiedziała mama, wyciągając termometr.



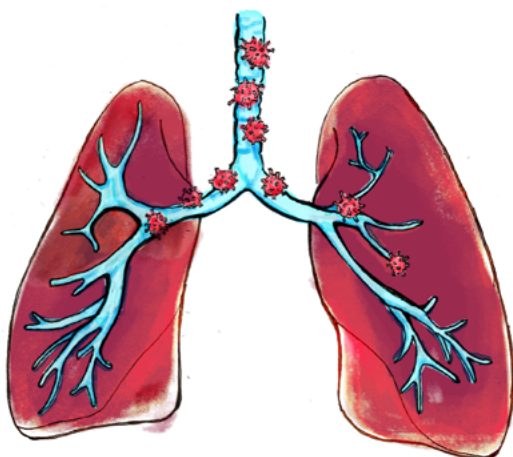
Termometr zamrugał czerwonym światelkiem i zawołał:

- Uwaga! Nachodzi choroba!

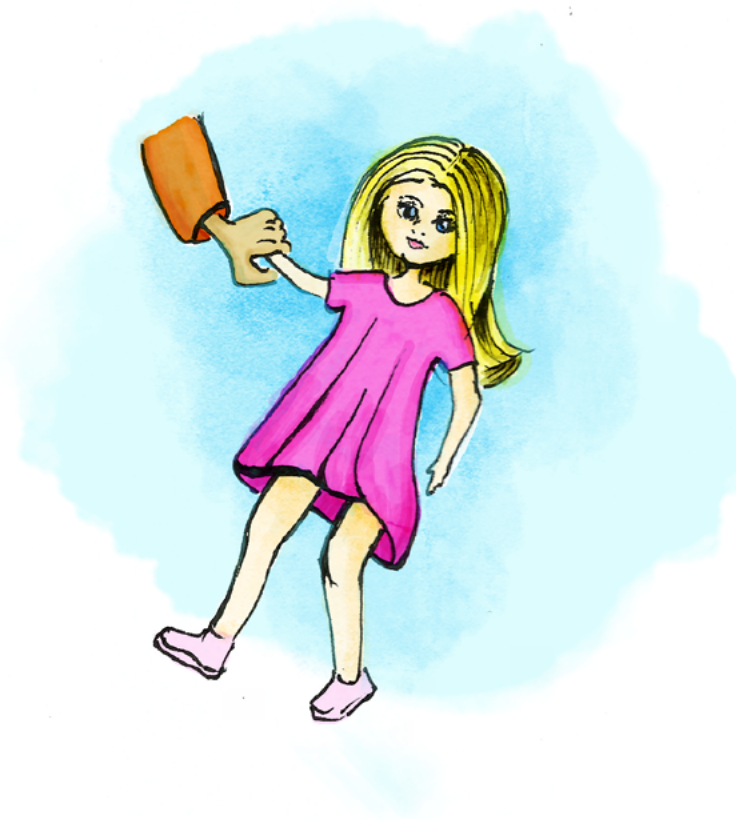


Tata zadzwonił do gabinetu pana doktora. Dowiedział się, że w okolicy pojawił się nowy wirus, który bardzo lubi mieszkąć w płucach i powodować kaszel.

- Można go też znaleźć w nosie i gardle. Lekarze w szpitalu mogą zrobić specjalny test, żeby to sprawdzić. – wyjaśnił dzieciom – Ponieważ często bawicie się razem, a wirus przeskakuje z osoby na osobę, oboje powinniście zostać zbadani.



Zarówno Janek, jak i Agatka nie byli wcześniej w szpitalu, no, jeśli nie liczyć tego, że to tam się urodzili. Janek wiedział jednak, że szpital to takie miejsce, w którym wraca się do zdrowia, gdy my, białe krwinki, potrzebujemy pomocy w walce z wirusami. Agatka trochę się boi. Zabiera ze sobą swoją ukochaną lalę, Klarę. Tata pakuje też piżamy, kocyk i kilka zabawek, bo w szpitalu czasami zostaje się na noc.



W drodze do szpitala mama co chwilę gdzieś dzwoni, a kiedy się rozłącza, mówi tacie o izbie przyjęć.

- Co to takiego, ta izba przyjęć? Będzie jakieś przyjęcie? – pyta zmieszany Janek. Lubi przyjęcia, ale nie umie sobie wyobrazić, że jego koledzy mogliby teraz czekać w szpitalu. No i w zasadzie, czyje to przyjęcie? Urodziny miał przecież miesiąc temu!

- Niezupełnie. Izba przyjęć to jest takie miejsce, w którym lekarze i pielęgniarki witają się z pacjentami i badają ich po raz pierwszy. Mogą nas przyjąć na oddział, trochę tak, jak przyjmuje się gości. Dlatego:

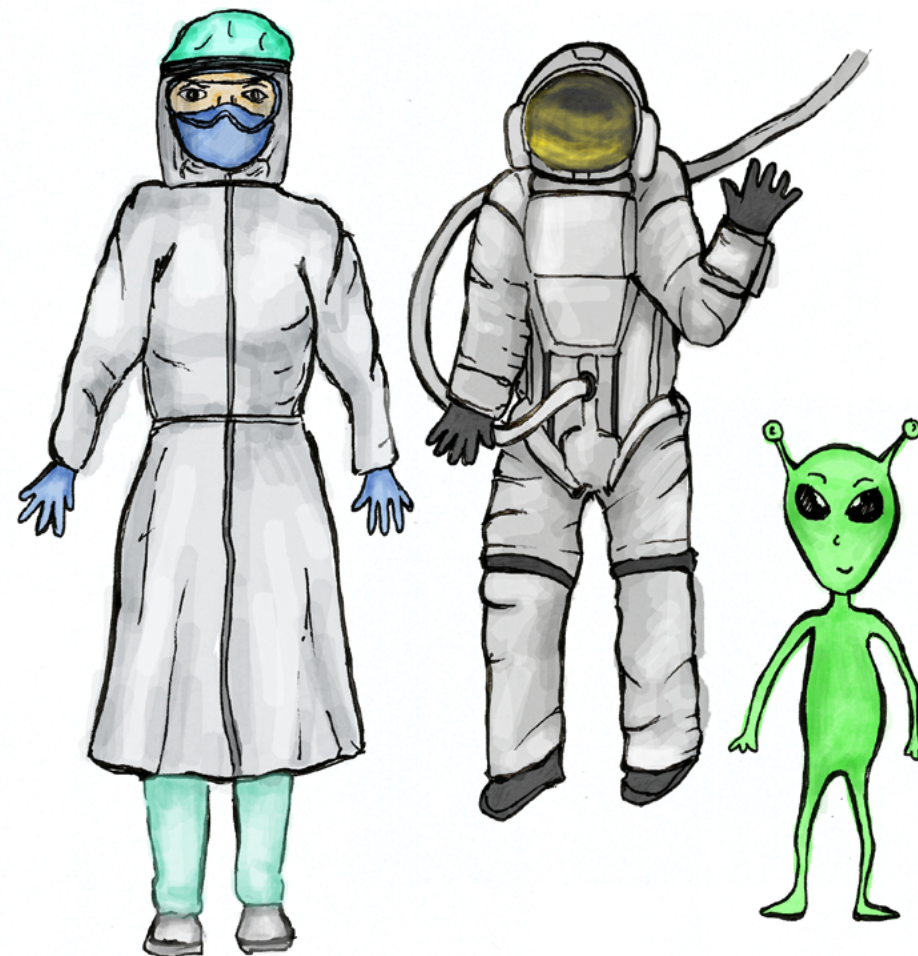
słuchają naszego
serca specjalnymi
słuchawkami



zapisują, co nam dolega



mierzą temperaturę



W drzwiach izby przyjęć dzieci wita pani pielęgniarka. To znaczy... Tak się przedstawia, ale dzieci raz po raz przecierają oczy ze zdumienia, bo pani wygląda, jakby przebrała się na bal przebierańców. Ma na sobie kombinezon, maseczkę, rękawiczki i okulary.

- Ta Pani wygląda jak ufoludek! – szepcze onieśmielona Agatka. Słyszy miły głos pielęgniarki, ale nie jest pewna, czy podoba jej się ten dziwaczny strój.

- Coś Ty, raczej jak kosmonauta! – odpowiada Janek.

Pielęgniarka prowadzi ich do gabinetu lekarskiego i prosi, żeby poczekali na lekarza.

– Założę się, że oni wszyscy przylecieli tu rakieta! – woła Janek, kiedy tylko zostają sami – Albo... Albo... statkiem kosmicznym!

Po chwili do gabinetu wchodzi pani pielęgniarka i pan doktor. On też ma nasobi strój ufoludka. Przez chwilę rozmawia z rodzicami. Potem wyciąga dwa długie patyczki – po jednym dla każdego z dzieci – i wyjaśnia, że będzie musiał połaskotać nos od środka.

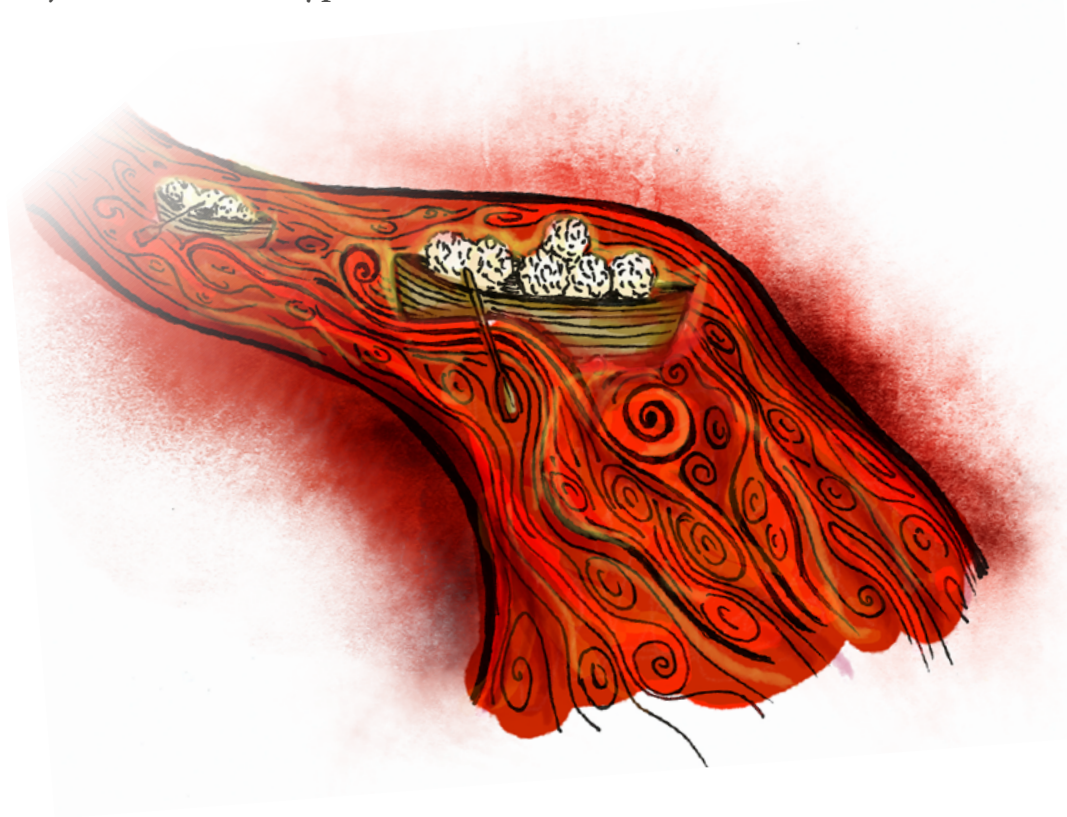
Pierwsza jest Agatka. Badanie wcale jej się nie podoba i zaczyna płakać. Mama mocno ją przytula. Kiedy przychodzi kolej Janka, patyczek bardzo łaskocze go w nosie i od razu chce mu się kichać.



- Myślę, że Agatka powinna zostać u nas na kilka dni – mówi pan doktor spokojnym głosem. – Janku, Ty nie masz gorączki i czujesz się dobrze, więc możesz zostać w domu. To bardzo ważne, żebyś nigdzie nie wychodził, dopóki nie dowiemy się, czy w Twoim nosie nie tańczą wirusy. Myj często ręce, a jeśli zaczniesz kaszleć lub kichać – pamiętaj, żeby zasłaniać usta.

Teraz pani pielęgniarka założy Agatce wenflon. Wenflon wygląda jak malutki samolot. Na końcu ma cieniutką rurkę – tunel, którym potem będą podróżować lekarstwa. A jeśli będzie trzeba pobrać krew, my, białe krwinki, popłyniemy tym tunelem do środka strzykawki.

Od tego, czy będzie nas w strzykawce dużo czy też mało, zależy jakie lekarstwa wypisze doktor.



Agatka boi się igieł i zaczyna płakać. Mama bierze ją na kolana i szepcze do uszka:

- Jestem tu z Tobą cały czas.

K

Kiedy pielęgniarka do niej podchodzi, Agatka mocno ściska mamę za rękę. Auć! 1, 2, 3, 4... i już po wszystkim, a Agatka ma na rączce mały samolot. Chociaż już nic nie boli, łzy jeszcze płyną po policzku Agatki. Mama mocno ją przytula, a tata głaszcze po włosach.



Agatka i mama żegnają się z tatą i Jankiem długim przytulaniem. Teraz to one dostają kawałek kostiumu kosmonauty – pani pielęgniarka prosi, żeby założyły maseczkę na buzię. Idą za panią pielęgniarką, a korytarze wydają się nie mieć końca! Wreszcie docierają do dużych szklanych drzwi, za którymi robi się o wiele przyjaźniej. Na ścianach pojawiają się rysunki zwierząt. Agatka i mama dostają swój pokój, a pielęgniarka tłumaczy, że przez najbliższe dni nie powinny z niego wychodzić. W maseczce jest ciepło i niezbyt wygodnie, więc Agatka cieszy się, kiedy zostają same i wreszcie mogą ją zdjąć.



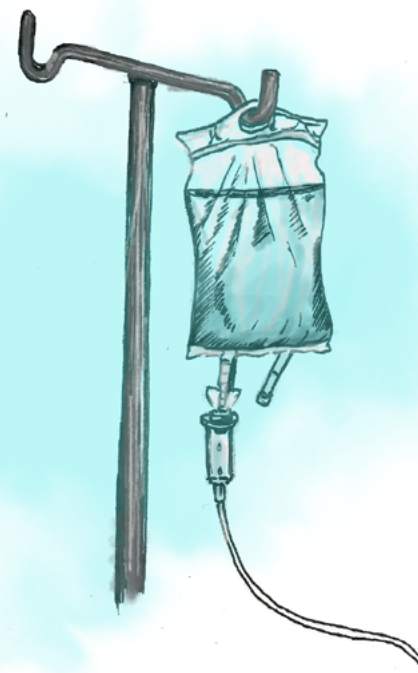
W pokoju są dwa łóżka – jedno dla mamy, drugie dla Agatki – oraz szafka na rzeczy. Ze ściany patrzy na nie namalowany słoń.

Łóżeczko dla dzieci ma wysokie barierki. Agatce przypomniała się wizyta w zoo i zwierzaki, które podziwiali zza prętów. Mówi o tym mamie.

- Masz rację – zaśmiała się mama. – To co, moja kochana małpko, wskakujesz do środka?

Przez kolejne dni Agatka dostaje lekarstwa, a mama kilka razy dziennie mierzy jej temperaturę. Czasami dostaje kroplówki. Ja, biała krwinka, bardzo je lubię – wzmacniające leki płyną sobie od woreczka długą rurką aż do samolociku na ręce Agatki – a wtedy trafiają prosto do mnie. Dodają mi siły na wyganianie wirusa z płuc Agatki.

Ostatnio coraz lepiej mi to wychodzi!

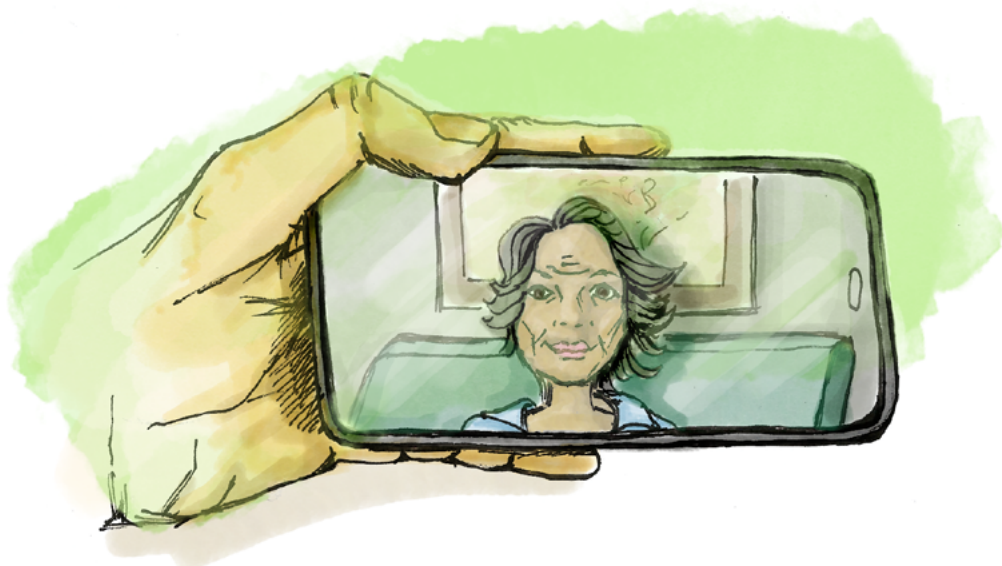


Agatka spędza czas bawiąc się z mamą. Zapakowała do szpitala kolorowanki, ulubione książeczki, trochę zabawek i smakołyków. Mimo to, Agatce czasem bardzo się nudzi. Mama wymyśla wtedy zagadki i historyjki.

Lekarze i pielęgniarki rzadko wchodzą do sali. Mama czasem rozmawia z nimi przez telefon. Mówi im, jak czuje się Agatka, a oni przekazują jej swoje zalecenia.

W tym czasie Janek jest z tatą w domu. On też nie wychodzi na dwór – układa wieże z klocków, lepi figurki z ciastoliny i jeździ samochodami po podłodze. Razem z tatą zrobili garaż dla autek z kartonu po butach. To była zabawa! Mimo to, Jankowi czasem robi się bardzo smutno: tęskni za mamą, i za Agatką. Bardzo chciałby, żeby wróciły już do domu. Brakuje mu wieczornych uścisków z mamą i nieskończonych zabaw z Agatką. Brakuje mu nawet ich kłótni o zabawki.

Popołudniami tata dzwoni do mamy i włącza kamerę w telefonie. To ulubiona część dnia dzieci! Mogą zobaczyć siebie nawzajem, opowiedzieć, co robili i w co się bawili. Dzięki temu tęsknoty robi się jakby mniej.

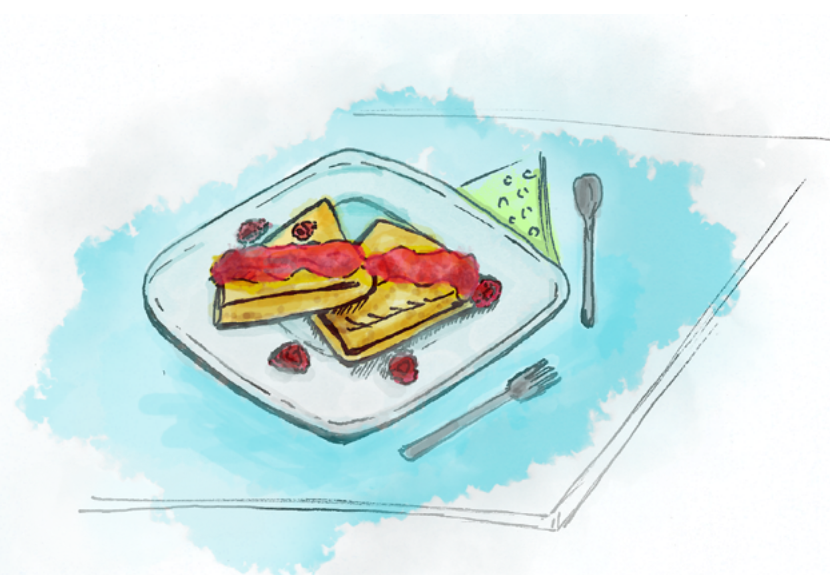


Agatka lubi też dzwonić do dziadków. Babcia czyta jej książki, które ma w domu. Pokazuje do kamery strony z obrazkami. To prawie tak, jakby siedziały obok siebie.

Agatka czuje się coraz lepiej. Mniej kaszle i nie ma już gorączki. Ma coraz więcej energii i siły do zabawy. W końcu, któregoś dnia do pokoju wchodzi pani doktor w kombinezonie i z patyczkiem w ręku.

- Musimy sprawdzić, czy białe krwinki wygoniły już wirusa – tłumaczy Agatce. Agatka siada na kolanach mamy, mocno chwytając ją za rękę i zamyka oczy. Pani doktor szybko wkłada patyczek do nosa.

Następnego dnia mama otrzymuje radosny telefon – wirusa nie ma! Można wracać do domu! Agatka skacze z radości, kiedy o tym słyszy. Będzie mogła wrócić do swojego łóżeczka, i do swoich pluszaków, i do swojej kolekcji książeczek, i zjeść naleśniki z dżemem.



My, białe krwinki, mamy za sobą długich kilka dni, ale udało nam się wygonić wirusa – my też czekamy na zasłużone naleśniki!



Napisała Karla Orban

Ilustracje i oprawa graficzna Joanna Sieradzan