



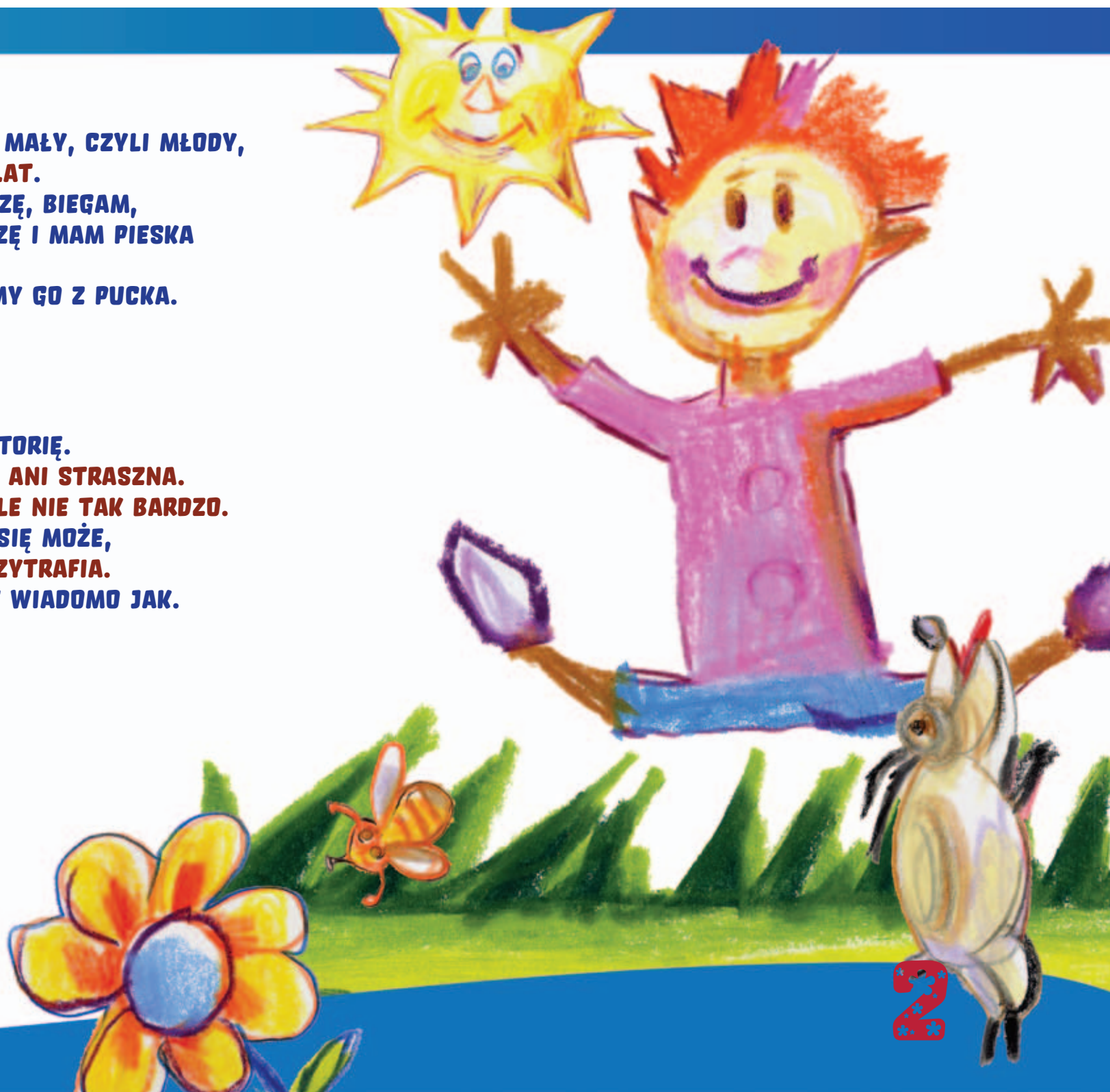
pacjenci
5-7 lat

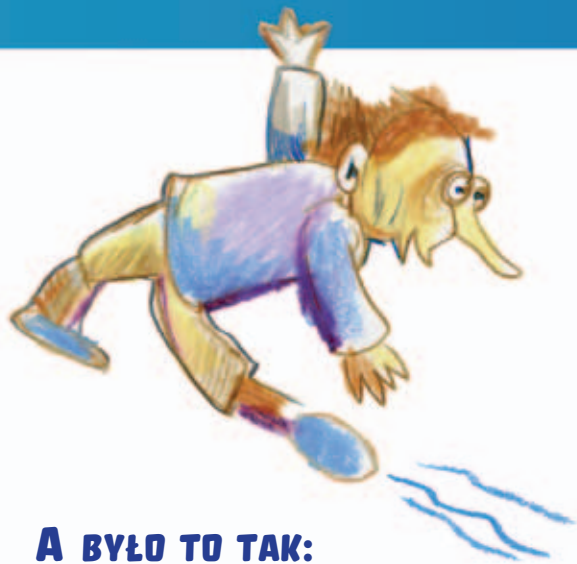
JAK MARCYŚ MAŁY CUKRZYDŁO - MĘCZYDŁO OKIEŁZNAŁ



**JESTEM MARCYŚ MAŁY, CZYLI MŁODY,
MAM 7 LAT.
KOPIĘ PIŁĘ, SKACZĘ, BIEGAM,
DO SZKOŁY CHODZĘ I MAM PIESKA
PUCKA.
BO PRZYWIEŹLIŚMY GO Z PUCKA.**

**OPOWIEM WAM SWOJĄ HISTORIĘ.
HISTORIA NIE JEST NUDNA, ANI STRASZNA.
JEST NIEZWYKŁA, ALE NIE TAK BARDZO.
NIE KAŻDEMU PRZYTRAFIĆ SIĘ MOŻE,
ALE CZASEM SIĘ PRZYTRAFIA.
I NIE WIADOMO SKĄD, I NIE WIADOMO JAK.
ZDARZA SIĘ I JUŻ!**





A BYŁO TO TAK:

**DYZIO DŁUGI NOSEK JAK ZAWSZE ZAGRAŁ MI PIĘKNIE,
SKOCZYŁEM DO PODANIA...**

**...A TU NAGLE, JAKBYM MIAŁ ZERO ENERGII,
GRA SIĘ SKOŃCZYŁA, PADŁEM, PO PROSTU PADŁEM.**

**NIE JESTEM PRZECIEŻ TAKI CIENKI!
MYŚLAŁEM, ŻE TO TAK SIĘ ZDARZYŁO**

PRZYPADKIEM, ALE SŁABE WYNIKI

SYPAŁY SIĘ JAK GRAD!

**BYŁEM TAK SŁABY, ŻE PUCEK POWALAŁ MNIE JEDNYM
MACHNIĘCIEM OGONA!**

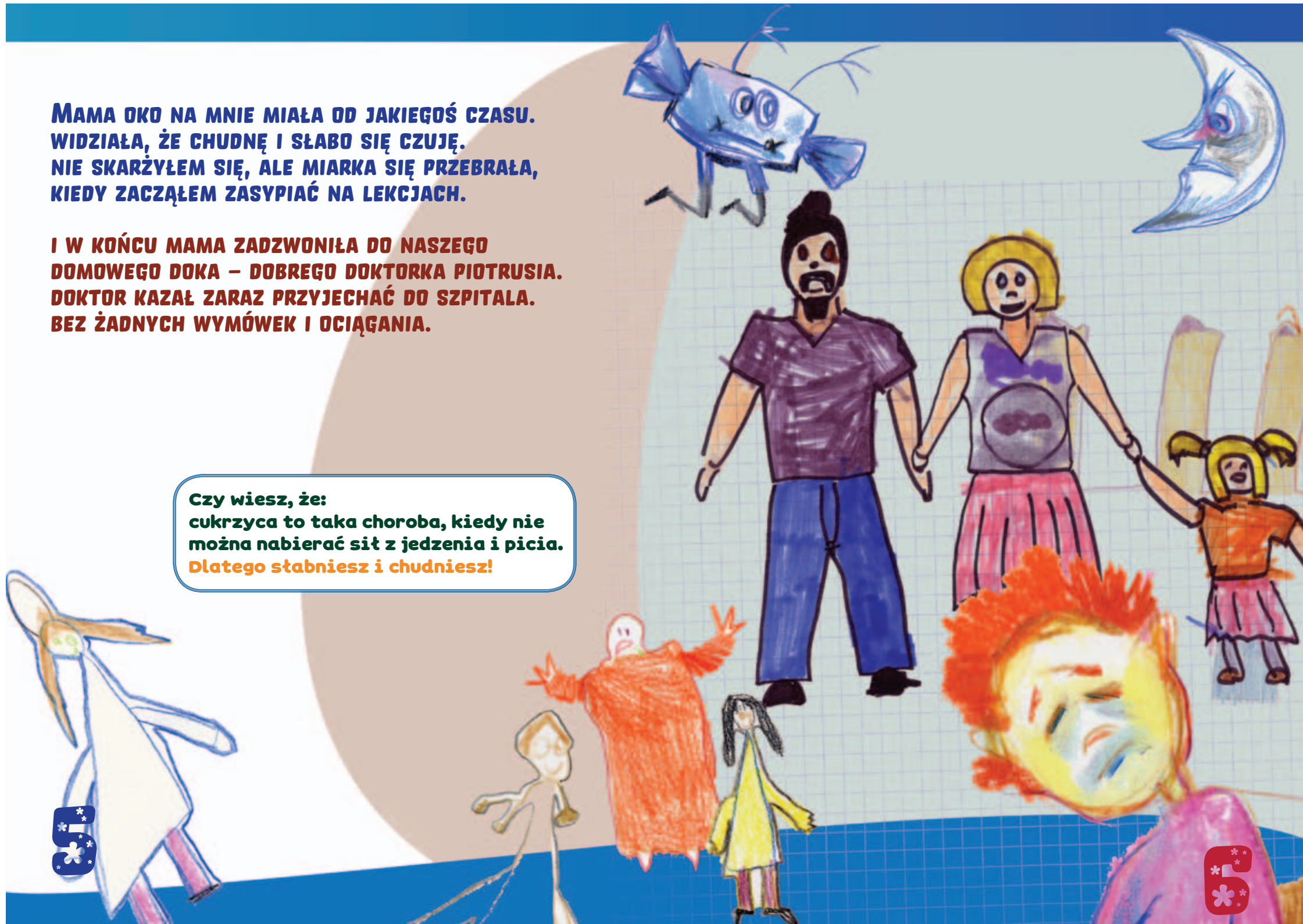
**Czy wiesz, że:
kiedy pijesz i sikasz ciągle,
chudniesz, choć dużo jesz,
jesteś senny i słaby,
nic ci się nie chce i tracisz siły,
to mogło dopaść cię Cukrzydło!**



**MAMA OKO NA MNIE MIAŁA OD JAKIEGOŚ CZASU.
WIDZIAŁA, ŻE CHUDNĘ I SŁABO SIĘ CZUJĘ.
NIE SKARŻYŁEM SIĘ, ALE MIARKA SIĘ PRZEBRAŁA,
KIEDY ZACZĄŁEM ZASYPIAĆ NA LEKCJACH.**

**I W KOŃCU MAMA ZADZWONIŁA DO NASZEGO
DOMOWEGO DOKA – DOBREGO DOKTORKA PIOTRUSIA.
DOKTOR KAZAŁ ZARAZ PRZYJECHAĆ DO SZPITALA.
BEZ ŻADNYCH WYMÓWEK I OCIAGANIA.**

**Czy wiesz, że:
cukrzyca to taka choroba, kiedy nie
można nabierać sił z jedzenia i picia.
Dlatego słabniesz i chudniesz!**



**DOKTOREK MIGIEM WYSŁAŁ MNIE DO SZPITALA,
TO I ZAJECHAŁEM TAM.
NIEŻŁE SIĘ WYSTRASZYŁEM, NIE POWIEM.
SMUTNO MI BYŁO, A PUCEK CHODZIŁ Z PODKULONYM
OGONEM.**

**W WIELKIM, BIAŁYM SZPITALU BADALI MNIE,
KREW POBRALI, CZEKAĆ KAZALI.
PANI I PAN NA BIAŁO, FAJNI BYLI, ALE MUSIELI MI
POWIEDZIEĆ, ŻE CUKRZYDŁO UWZIĘŁO SIĘ NA MNIE.
NA RATUNEK PODALI MI INSULINĘ.**

**Czy wiesz, że:
insulina to taki cudowny eliksir,
który pozwala zamieniać jedzenie na
siłę, moc i zdrowie.
Mądrale nazywają ją hormonem!**





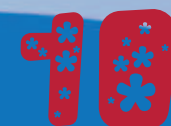
**MUSZĘ BRAĆ
INSULINĘ!**
SĄ TAKIE SPRYTNE
URZĄDZENIA, KTÓRE MI
JĄ DADZĄ. NAZYWAJĄ
SIĘ PEN, A DRUGI
TO POMPA INSULINOWA,
ALE TO INNA,
DŁUGA HISTORIA.

**TRZEBA MIEĆ OKO, TAKIE WIELKIE I UWAŻNE OKO NA TO,
ILE TRZEBA CI INSULINY, WIĘC TRZEBA POMIARY ROBIĆ.
MAMA ZROBI, TATA ZROBI, PANI W SZKOLE ZROBIĆ
MOŻE, SAM, JAK SIĘ POSTARAM TEŻ ZROBIĘ!
PAMIĘTAĆ O POMIARACH MUSZĘ, BO JAK NIE TO:
STRASZYDŁO, CUKRZYDŁO-MĘCZYDŁO,
CAPNIE MNIE I KŁOPOTÓW
NAROBİ MNÓSTWO!**



**Czy wiesz, że:
musisz mierzyć, ile cukru masz we krwi.
Cukier z jedzenia dostaje się do krwi
i musisz wiedzieć, ile go jest, aby dać
sobie tyle insuliny ile trzeba.**

**Urządzenie do mierzenia cukru nazywa
się glukometr. Pomiar nie boli nic a nic.**



CUKRZYDŁO JUŻ W KLATCE MAM!

**NIE SIEDZI MI JUŻ NA PLECACH I NIE ŁAPIE ZA SZYJĘ,
JEST OBOK, ALE NIC ZŁEGO MI JUŻ NIE ZROBI.
MUSZĘ, JA MARCYŚ, PAMIĘTAĆ, ABY W TEJ KLATCE
SIEDZIAŁO. A ROBIĘ TO TAK, BY CAŁY CZAS
NIE SPUSZCZAĆ GO Z OKA.**

Czy wiesz, że:

**jak bardzo potrzebujesz cukru, to jesteś
słaby, pocisz się, bledniesz, jesteś
głodny, a jak go masz za dużo, to chce ci
się pić bardzo, sikać też, boli cię głowa
i źle się czujesz.**

**Musisz koniecznie wiedzieć, co wtedy
robić, ale najważniejsze, by twoi nauczy-
ciele, opiekunowie, koledzy, znajomi
i z bliska, i z daleka też o tym wiedzieli!**

11



12

**TAK! TAK! JUŻ ZNOWU W PIŁĘ GRAM!
I NIKT SIĘ ZE MNIE NIE NAŚMIEWA,
POMAGAJĄ MI, GDY TRZEBA, A NAJWAŻNIEJSZE,
ŻE POMOGĄ JAK CUKRZYDŁO-MĘCZYDŁO
Z KLATKI SIĘ WYRWIE!
A NIECH TAM SIEDZI I MOJA, MARCYSIA, W TYM
GŁOWA, ABY CAŁY CZAS TAM SIEDZIAŁO!
MAM PRZYJACIOŁ I Z ICH POMOCĄ
ZAWSZE DAM RADĘ!**

**Czy wiesz, że:
tak jak Marcysia cukrzydło męczy też
Nicka Jonasa, Mandarynę, Halle Berry,
Michała Jelińskiego i bardzo wiele
innych osób.**

**Pomóż im, aby nie czuły się same
i inne w świecie zdrowych osób!**



Opracowanie i druk finansowane przez Ministerstwo Zdrowia
w ramach programu zdrowotnego pn.:
„Narodowy Program Przeciwdziałania Chorobom Cywilizacyjnym”
www.edu-cukrzyca.pl