



SANDRA EGLĪTE

Brašā

vēstnese

No tās dienas, kad nācās izsaukt ātros, kas četrgadīgo Katrīnu nogādāja slimnīcā, ir pagājis vairāk par pieciem gadiem. Daudz asaru ir izraudāts, un Romanovi dzīvo tālāk. Citādi, nekā līdz tam.

Jau ierasts, ka maija beigās LNT tiešraidē iespējams vērot *Labestības dienas* noslēguma koncertu. Tās ir ļoti emocionālas stundas, kurās satiekas slimie bērniņi, kam nepieciešama palīdzība, ar tiem, kas viņiem sniedz atbalstu, ziedojot naudu. Vienpadsmit gadu laikā, kopš notiek šī akcija, esam saziņojuši aptuveni 2,6 miljonus eiro un palīdzējuši 491 bērnam.

Viena no viņiem ir jelgavniece Katrīna Romanova. Pagājušā pavasara *Labestības dienā* Katrīna bija tā drosmīgā meitenīte, kura pārstāvēja savus likteņa biedrus – bērnus, kas slimo ar cukura diabētu –, lūdzot ziedot naudu insulīna sūkņim. Protams, saņemties šādam solim nebija viegli, vispirms jau Katrīnas vecākiem. Jo lūgt palīdzību – tas nav ne vienkārši, ne patīkami. Meitenes tētis Aleksejs saka: «Šaubījāties par to,

bet tad ar mums aprunājās dakterīte no Bērnu slimnīcas Una Lauga-Tuņina. Viņa mūs pārliecināja, ka ir nepieciešams piedalīties *Labestības dienā* un Katrīnai vajag to darīt ne tikai sevis dēļ, bet arī kļūt par bērnu diabēta vēstnesi. Rezultātā tika saziņota naudiņa 20 insulīna sūkņiem, tātad Katrīna palīdzēja ne tikai sev, bet vēl 19 bērniņiem. Šī gada laikā esam pārliecinājušies – insulīna sūkņi ļoti atvieglo sadzīvot ar diabētu.»

Diemžēl cukura diabēts ir aizvien biežāk sastopams un kļūst aizvien jaunāks, tas nozīmē, ka saslimst jau pavisam mazi bērniņi. Tomēr izpratnes par šo slimību vēl ir par maz, un tas ir viens no iemesliem, kāpēc Romanovi ir ar mieru dalīties savā pieredzē. Vēl viņi ir ļoti pateicīgi par saņemto palīdzību. Katrīnas tētis Aleksejs stingri saka: «Ja mūsu stāsts

palīdzēs kaut vienam bērniņam, tad mums ir jārunā!»

TAS IR UZ MŪŽU

«Tagad jau es zinu, ka tās bija diabēta pazīmes, bet ne tolaik,» stāsta Katrīnas mamma Inga. «Viņai ļoti slāpa, ūdeni dzēra ar tādu kāri! Iedomājieties, četrgadīgs bērns un uzreiz izdzer gandrīz litru, pēc laiciņa – vēl tikpat. Bieži čurāja. Un visu laiku bija tāda sagurusi, kā bez spēka. Tovakar pārnācu no darba, bet Katrīna gulēja gultā un vairs nevar piecelties. Steigšus aizvedu viņu uz Jelgavas slimnīcu. Tur ārsti pateica, ka tas ir cukura diabēts un izsauca brigādi, lai nogādātu Katrīnu uz Rīgu, uz Bērnu slimnīcu Vienības gatvē.»

Inga un Aleksejs bija vien dzirdējuši, ka ir tāda slimība, bet neko vairāk. Nu viņi bija spiesti uzzināt, ka diabēts

ir hroniska slimība, kas rodas, ja aizkuņģa dziedzeris neizstrādā pietiekami daudz insulīna (tas ir pirmā tipa cukura diabēts) vai arī organisms nespēj insulīnu efektīvi izmantot (otrā tipa diabēts). Insulīns ir hormons, kas nepieciešams, lai organisma šūnas saņemtu asinīs esošo cukuru un pārvērstu to enerģijā. Ja organisms paliek bez insulīna, cukurs uzkrājas asinīs, cilvēkam nav enerģijas, un viņu pārņem nespēks. Ilgstoši esot bez insulīna, iespējams saindēties ar acetonu un bez ārstēšanas aiziet bojā.

Katrīnai diagnosticēja pirmā tipa cukura diabētu, kam iemesls visbiežāk nav zināms. Eiropā ar cukura diabētu nākas sadzīvot ap 60 miljoniem cilvēku, turklāt pēdējos desmit gados saslimstība ir gandrīz divkāršojusies. Ne velti cukura diabētu dēvē par civilizācijas slimību, un tā ir viena no izplatītākajām kaitēm pasaulē. Ar pirmā tipa cukura diabētu lielākoties saslimst gados jauni cilvēki un bērni. Diemžēl aizvien biežāk saslimst pavisam mazi bērni, pat zīdaiņi. Tā kā organisms pats neizstrādā insulīnu, tas ir jāievada, tātad – jāinjicē. Protams, cukura līmeni asinīs būtiski ietekmē uzturs, tāpēc ļoti svarīgi ir izveidot pareizu ēdienkarti.

Katrīnas vecāki, uzzinot diagnozi, sāka lasīt, meklēt informāciju, sarunājās ar medikiem, izjautāja, centās saprast, kā jārikojas, lai bērnam būtu labāk. Protams, pārdzīvoja. Un arī ļoti centīgi lutināja mazo, centās turēt kā saudzīgi aprūpējamu stādiņu siltumnīcā. Inga neslēpj: «Sākumā mēs viņu žēlojām par daudz. Mēģinājām darīt visu, lai tikai bērns nesatraucas, – neaizrādījām, izpatikām, vairāk pirkām rotaļlietas. Man gribējās dot visu, ko vien viņa vēlas! Bērniņš taču slim, lai tad viņai vairāk tiek... Par laimi, ātri sapratām, ka tā darīt nedrīkst, ka, tik ļoti žēlojot, mēs patiesībā Katrīnai nodarām pāri, jo mazā to sāk izmantot un pat manipulēt. Kaut vai viens piemērs. Mana mamma viņai saka – aplaisti, lūdzu, puķītes uz palodzes, bet Katrīna atbild – es nevaru, man ir zems cukurs.»

Savukārt Aleksejs aktīvi darbojas Latvijas Bērnu un jauniešu diabēta biedrībā, tāpēc arī viņš ievērojis, ka ne visiem bērniem līdzās ir tētis. «Jā, arī diabēta nometnēs redzu, ka ir maz tēvu, kas aktīvi piedalītos. Parasti tētis sēž malā un skatās, kā sieva mācās, darbojas. Varbūt vīriešiem ir bail? Nezinu, kāpēc tā notiek. Man patīk iedziļināties un saprast, kas jādara, es ar prieku to daru. Par visu, kas skar cukura diabētu, es uzreiz uzņemos atbildību. Vairākas reizes dienā ir jāizlemj, cik insulīna potēt. Katrīna no skolas parasti zvana man – es zinu, kad un ko viņa ēda un ēdis, kādas ir fiziskās aktivitātes, tāpēc varu pateikt, kas viņai jādara. Tikai tad, ja es neatbildu, viņa zvana mammai. Uzskatu, lai viss ritētu normāli, vajag, lai mājās komandē viens. Jo, ja katrs sāk segu vilkt uz savu pusi, sākas nesaprašanās. Pa šiem gadiem esmu ļoti daudz

Katrīnas tētis Aleksejs uzskata: «Mēs diezgan ātri pielāgojāties jaunajai situācijai pēc tam, kad sapratām – tā turpmāk būs jādzīvo vienmēr.» Kaut dakteri teica, ka cukura

diabēts ir hroniska slimība, un tas nozīmē – neārstējama un ar to nāksies sadzīvot visu mūžu, vecāki uzreiz tam nespēja noticēt. Viņi vēl cerēja, ka diabētu iespējams izārstēt, kaut pagaidām tas vēl nav iespējams.

Aleksejs atceras: «Kad pienāca remisijas periods, ko mēdz saukt par slimības medusmēnesi, mēs pat pārstājām Katrīnai spricēt insulīnu. Nesapratām, ka aizkuņģa dziedzeris izstrādāja atlikušo insulīnu un tas ir viss. Mēs jau sapriecājāties – paldies Dievam, mums izdevās, mēs izārstējāties! Protams, pēc tam bija vilšanās, ka tā nenotika, un tad bija vienīgā reize, kad mums mazliet nolaidās rokas. Kad sapratām, ka cukura diabēts ir uz mūžu, ka ar to var sadzīvot, mēs diezgan ātri tam pielāgojāties.»

TĒTA FAKTORS

Kad paskatāmies uz reālo situāciju, parasti nākas secināt, ka mamma ir tā, kura uzņemas atbildību par bērna veselību. Vēl vairāk – bieži vien pēc ziņas, ka bērniņam ir neārstējama kaitē, mamma ar viņu paliek viena, bez vīra. Taču Katrīnai ir veicies ar vecākiem – abi kā vienota komanda stāv un krīt par savām meitām. Santa jau izaugusi, viņai ir 18 gadi. Meitene mācās Olaines Mehānikas un tehnoloģijas koledžā, apgūst biotehnoloģiju. Iespējams, profesijas izvēli ietekmējusi mazās māsas slimība.

Savukārt Aleksejs aktīvi darbojas Latvijas Bērnu un jauniešu diabēta biedrībā, tāpēc arī viņš ievērojis, ka ne visiem bērniem līdzās ir tētis. «Jā, arī diabēta nometnēs redzu, ka ir maz tēvu, kas aktīvi piedalītos. Parasti tētis sēž malā un skatās, kā sieva mācās, darbojas. Varbūt vīriešiem ir bail? Nezinu, kāpēc tā notiek. Man patīk iedziļināties un saprast, kas jādara, es ar prieku to daru. Par visu, kas skar cukura diabētu, es uzreiz uzņemos atbildību. Vairākas reizes dienā ir jāizlemj, cik insulīna potēt. Katrīna no skolas parasti zvana man – es zinu, kad un ko viņa ēda un ēdis, kādas ir fiziskās aktivitātes, tāpēc varu pateikt, kas viņai jādara. Tikai tad, ja es neatbildu, viņa zvana mammai. Uzskatu, lai viss ritētu normāli, vajag, lai mājās komandē viens. Jo, ja katrs sāk segu vilkt uz savu pusi, sākas nesaprašanās. Pa šiem gadiem esmu ļoti daudz

uzzinājis par slimību. «Tagad Katrīna jau paaugusies, daudz ko iemācījusies,» lepojas tētis. «Kad viņa vēl gāja dārziņā, sadarbojāties ar medmāsiņu, kas palīdzēja ar insulīna injicēšanu. Tagad skolā Katrīna pati tiek galā – pārbauda cukura līmeni, tad piezvina un pasaka, cik tas ir, ko un cik apēda, un tad sarunājam, cik insulīna viņai vajag ievadīt. Insulīna pumpītis situāciju atvieglo, jo vairs nevajag spricēt, pietiek nospiegt podziņu, lai ievadītu vajadzīgo daudzumu. Turklāt, ja ir zemie cukuri, to var atvieņot. Jo meita lielāka, jo var sevi vairāk kontrolēt. Nu jau mazliet uzdrošināties viņu atstāt bez uzraudzības.»

DAUDZ KONČAS ĒDI?

«Katrīna saslima, kad gāja dārziņā,» turpina tētis. «Bērni grupiņā pierada, ka viņai regulāri jāspricē, uzzināja, kas ir cukura diabēts. Kad sāka iet skolā, mums paveicās, ka no bērnu nodaļas grupiņas septiņi bērni nonāca vienā klasē. Citi klasē brīnījās – *vau*, kas tev tur, ko tu dari? Viņi gandrīz vai lepnī teica – vai tad nezināt, tas taču cukura diabēts! Paldies skolotājai, kura pēc *Labestības dienas* vēlreiz visiem klases stundā pastāstīja par cukura diabētu.»

Katrīna gan piebilst: «Man skolā viena meitene teica, ka es saslimu tāpēc, ka daudz *končas* ēdu!»

Inga nopūšas: «Jā, gadās arī pieaugušie, kas tikpat nepareizi domā. Vēl mēdz prasīt – nu, vai beidzot tas diabēts pārgāja? Cilvēki nesaprot, ka tās nav iesnas, kas pāriet, ka diabēts – tas ir tik nopietni.»

Aleksejs saka: «Diabēts mūs ļoti disciplinē. Nepārtraukti jāgādā, lai Katrīna saņemtu nepieciešamo insulīna daudzumu istajā laikā. Ja tā regulāri nenotiek, pamazām var rasties ļoti smagas komplikācijas – ciešs redze, nieres, kājas – līdz pat amputācijai. Tāpēc visu laiku ir jāēko cukura daudzums asinīs. Mēs cenšamies dzīvot tālāk, jo citas iespējas jau nav. Protams, bērnam tas ir īpaši grūti. Mēs viņu visu laiku mudinām analizēt savu pašsajūtu. Tomēr bērns ir bērns, un nav vienkārši samierināties, ka jāatsakās no tā, kas citiem ir pats par sevi saprotams. Ka nevar vienkārši tāpat apēst saldējumu. Nē, apēst jau var, bet jāzina, cik daudz un kā to

kompensēt, tas ir, ievadīt insulīnu.»

Inga pat pasmaida, cik dzelžaini viņi sākumā ievēroja ieteikumus, ko drīkst un nedrīkst darīt meita: «Ja mums bija pateikts, kas, cik daudz un cikos Katrīnai jāēd, tad neko citu viņa nedabūja, pat ja ļoti lūdza. Reizēm starp noteiktajām ēdienreizēm viņa sacīja, ka grib ēst, bet mēs palikām pie sava – nē, tu nedrīksti!»

VESELĪGĀKA DZĪVE

«Tas jau nebūtu normāli, ja mēs bērnam aizliegtu, bet pašī ēstu, piemēram, baltmaizi vai majonēzi,» stāsta Inga. «Mēs pieskaņojāmies viņai, un tagad, izrādās, ēdam veselīgāk.»

Aleksejs papildina: «Izklausās divaini, bet, pateicoties Katrīnas slimībai, mēs sākam dzīvot veselīgāk. Skatāmies, ko ēdam, un daudz vairāk kustamies. Kādreiz jau mēs bijām slinkāki, maz kustējāmies. Tagad daudz ejam laukā, svaigā gaisā. Mums visiem ir velosipēdi, un, tiklīdz laikapstākļi ļauj, gandrīz katru vakaru izbraucam pa pilsētu. Katrīnai ir skrituļslidas. Braucam uz Ozolniekiem – tur apkārt ezeram ir labs celiņš, un mēs abi ejam, bet Katrīna skrituļo. Kustības un sports ir nepieciešami, jo pazemina cukura līmeni asinīs.»

Protams, Aleksejs zina, ka mūsu olimpisko spēļu medaļniekam bobslejistam Jānim Strengam ir cukura diabēts. Jānis ir piemērs, ka dzīve, saslimstot ar diabētu, nebeidzas. Tomēr ir milzu atšķirība – vai ar šo slimību jāsadzīvo pieaugušajam vai bērnam. Katrīnas tētis saka: «Bērns jau nespēj sevi turēt rāmjos kā liels cilvēks.»

KĀPĒC TIKAI MAN DUR?

Aleksejs stāsta: «Vecāki, kuriem bērniņi slimo ar cukura diabētu, lieliski zina, kā tas ir – lai palīdzētu, nākas zināmā mērā bērnam darīt pāri. Jo mazāks bērns, jo grūtāk viņam to saprast. Un sāp! Lai noteiktu cukura līmeni asinīs, vispirms ir jāiedur pirkstā, bet pēc tam jāievada insulīns. Reiz Katrīna ar asarām acīs iesaucās – kāpēc tikai man dur?! Spontāni pateicu – iedur man! Viņa paņēma šprici un aiz izmisuma, dusmās, man kādas desmit reizes iedūra kājā. Knapī valdījās, lai nesāktu raudāt. Domāju – man, pieaugušam vīrietim, sāp,



Katrīna, Aleksejs un Inga – vienota komanda.

Vecāki lieliski
zina, kā
tas ir – lai
palīdzētu,
nākas zināmā
mērā bērnam
darīt pāri.

bet vina ir maza meitenīte...

Kopš ir insulīna sūkņītis, ir daudz
vieglāk – nav jāspricē.»

Te vietā paskaidrot, ka insulīna sūk-
nis ir ierīce, kas caur īpašu caurulīti,
kas ievadīta zem ādas, organismā ne-
pārtraukti spēj ievadīt insulīnu. Līdz
ar to vairs nav dienā jāspricē vairākas
insulīna injekcijas. Vienkārši sakot –
bērnam vairs katru dienu vairākas
reizes nedur, nenodara sāpes. Insulī-
na sūknis sastāv no paša sūkņa, insu-
līna rezervuāra, parasti vēdera priek-
šējā sienā zemādas audos ievietojamas

caurulītes, kuras galā ir speciāla ad-
ta – katetrs, un infūzijas sistēmas. Ar
šo ierīci var nodrošināt mainīgu insu-
lina padevi dažādos dienas laikos, kā
arī dažāda veida insulīna devas pirms
ēdienreizēm. Arī mūsu tikšanās laikā
visi ieejam kafejnīcā. Katrīna izvēlas
saldējuma kokteili. Iekams to pasūtīt,
Aleksejs vaicā kafejnīcas darbiniecei,
cik daudz saldējuma tur būs. Meitene
bez minstināšanās atbild – 120 grammi.
Katrīnas vecāki stāsta, ka reizēm jā-
paskaidro, kāpēc viņi vēlas uzzināt,
cik gramu konkrēta produkta ir porci-
jā. Savukārt mājās viss tiek nosvērts.
Vēlāk pie galdiņa Katrīnai izmēra cu-
kura daudzumu asinīs, un tētis saka:
«Katrīna, ievadi trīs, komats, nulle!»

Mamma tikmēr stāsta: «Sabiedrības vietās nekad neesam gājuši uz tualeti, lai noslēptos no cilvēkiem un to visu izdarītu. Taču nekad arī neesam to darījuši demonstratīvi. Ja cilvēki jautā, ko tas nozīmē, paskaidrojam.»

Visi zinām, ka medicīnas pakalpojumi nav lēti. Tāpēc, ja ģimenē ir hroniski slims bērniņš, vecākiem ir papildu finansiālā slodze. Tas arī bija iemesls, kāpēc viņi pirms gada piedalījās *Labestības dienā*. «Tāds insulīna pumpītis, kādu saziņoja Katriņai, maksā trīs ar pusi tūkstošus eiro. Bet pumpītis ir tikai pusbēda!» stāsta Aleksejs. «Katetrs, kas pašlaik maksā 10,40 eiro, ir jāmaina katru trešo dienu. Tātad mēnesī tie ir 140 eiro, gadā

tas ir 12 reiz 140 eiro... Vēl ir jāpērk *stripi* – testa strēmelītes. Jā, valsts tos apmaksā, bet tikai četrus *stripus* dienā bērnam bez insulīna pumpīša, piecus – tiem, kam ir pumpītis. Dienās, kad cukurs lēkā, varam iztērēt 15 un vairāk testa strēmelīšu, jo nepieciešams bieži noteikt cukura līmeni asinīs. Pastāv iespēja arī bērnam nedurt pirkstā, bet tad vajag nopirkt speciālu sensoru. Ir sensori, kas savienoti ar insulīna sūkni un nosaka cukura līmeni. Taču tāds sensors darbojas nedēļu un maksā 47 eiro.»

Katrīna braši paziņo: «Mēs ar draudzeni, viņai arī ir cukura diabēts, izdomājām tā – kad izaugsim, uztaisīsim tādu pumpīti, kas pats visu izdarīs!»

Inga stāsta: «Kopš Katrīna saslima, es šos piecus gadus ceļos trijos naktī un pārbaudu, vai viņai viss kārtībā. Ja ir zems cukurs, uzreiz sulu dodu dzert. Ļoti gribētos, lai valsts apmaksā sensorus, kas pie zema cukura automātiski atslēdz insulīna pumpi. Tad man nevajadzētu naktī celties, baidoties no hipoglikēmijas.» Hipoglikēmija ir pēkšņa cukura līmeņa samazināšanās asinīs, tā attīstās strauji, dažu minūšu laikā. Līdz ar to smadzenēs rodas skābekļa bads un smagos gadījumos – pat koma.

Aleksejs kā brīvprātīgais strādā Latvijas Bērnu un jauniešu diabēta biedrībā, un viņš zina salīdzināt situāciju ar Igauniju: «Ziemā pēc savas iniciatīvas kopā ar četrām ģimenēm bijām turp aizbraukuši pieredzes apmaiņā. Igaunijā tikusi tālāk ar valsts atbalstu diabēta slimniekiem. Tur valsts bērniem jau sen apmaksā gan insulīna pumpiņšus, gan caurulītes un deviņus *stripus* dienā. Turklāt ļoti būtiski – viņiem tie, kas slimo ar cukura diabētu, līdz 24 gadu vecumam skaitās bērni. Pie mums – kā paliek 18 gadi, viss, esi pieaugušais, kaut vēl jāpabeidz vidusskola un augstskola.

Labā ziņa ir tā, ka beidzot, kopš 1. februāra, arī pie mums bērnēm, kuri slimo ar cukura diabētu, valsts apmaksā insulīna sūkņus, katetrus un rezervuārus.»

PALĪDZĒT AR PIEREDZI

«Es nevaru pateikt, ka mums iemācīties sadzīvot ar diabētu palīdzējis kāds viens cilvēks. Tie ir bijuši daudzi. Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas diabēta aprūpes māsa Ilze Veilande – brīnišķīga māsiņa, kas mūs apmācīja un vienmēr atbalsta. Katrīnas dakterīte, bērnu endokrinoloģe Una Lauga-Tuņina. Ļoti daudz iemācīja speciālajās nometnēs. Tāpēc ir žēl, ka tik maz bērnu un vecāku tiek uz tām. Jo tur tiešām iemācies sadzīvot ar šo slimību. Arī es cenšos sameklēt sponsorus nometnēm, bet tas ir sarežģīti. Vācam naudu *pa bišķinai*.

Zinot, cik mums sākamā gāja grūti, kā pietrūka, ar ko ap-
runāties, mēs ar Ingu nolēmām, ka palīdzēsīm citiem. Tāpēc
es darbojos diabēta biedrībā, un mēs esam gatavi dalīties
pieredzē. Un darām to – satiekamies, atbildam pa telefonu.
Tomēr ar padomiem neuzbāžamies. Ir vecāki, kuri negrib
pieņemt palīdzību, uzskata, ka viņi visu zina. Labi, ka visu
zina, un lai Dievs dod viņiem spēku un saprašanu, izturību
un vairāk pacietības! Es gan uzskatu, ka nevar visu zināt.
Mums jau stāžs ir gandrīz seši gadi, tomēr joprojām jāmā-
cās. It kā visu zinām, bet... Turklāt medicīna progresē, un
es ļoti ceru, ka zinātnieki kaut ko izdomās. Pirms gadiem
nebija, piemēram, insulīna sūkņa, tagad ir. Kas zina, var-
būt nākotnē...» ■



**Meklē visās preses
tirdzniecības vietās!**

Tikai 1.50 €