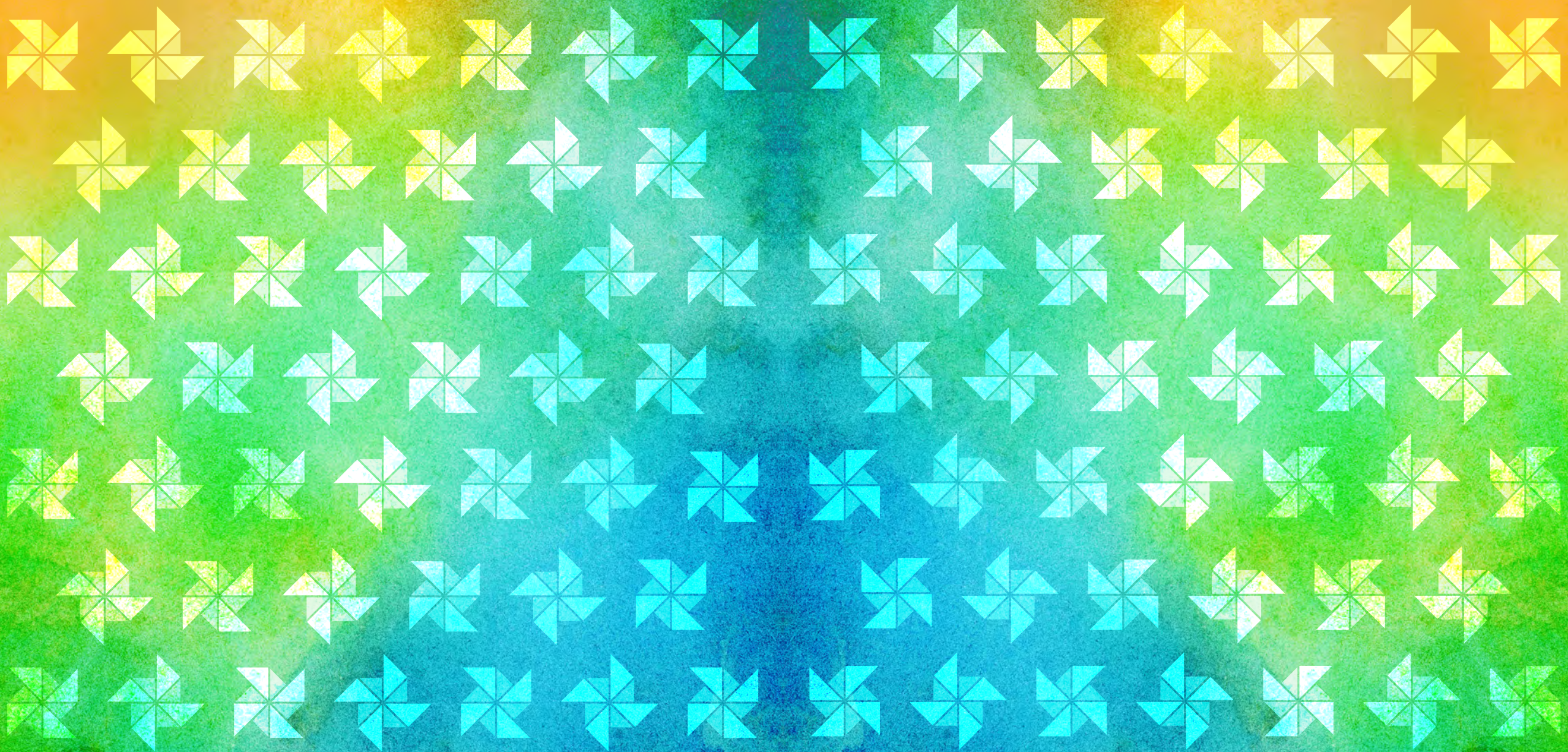


BÝVAL JEDNOU  
JEDEN MÝVAL...









© Klub nemocných cystickou fibrózou, z.s., 2021

Vytvořeno za finanční podpory Ministerstva zdravotnictví ČR.

Autor textu: Markéta Mikšíková, DiS., Klub CF

Odborná konzultace: Mgr. Klára Benešová, psycholog Pediatrické kliniky FN Motol

Grafické zpracování: Iva Frank

Redakce: Základní škola s rozšířenou výukou jazyků Magic Hill, s.r.o.

Tisk: Uniprint s.r.o.

BÝVAL JEDNOU  
JEDEN MÝVAL...

ISBN: 978-80-906670-4-4



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY



Vítek je malý mýval, který se narodil s nemocí, cystickou fibrózou neboli CF. Pojďme si přečíst příběh o tom, jak začal chodit do školy.

Tohle je Vítek a jeho rodina.

Rodiče a sestřička Klárka dnes malého mývala doprovázejí do školy. Jde tam totiž úplně poprvé.





Před školou maminka  
vysvětluje ředitelce  
Sovové, co je CF: „Někdy  
kašle, ale nemůže nikoho  
nakazit, prostě si jen  
musí odkašlat. Když bude  
jíst, musí si předem vzít  
prášky, ale to on sám ví.“



„Nebojte se, paní Mývalová,  
my to zvládneme!“



ŠKOLA



Ve škole je to vlastně prima. Tělocvik Vítka baví,  
protože s tátou taky často hrají fotbal nebo jezdí  
na kole. Také pan doktor vždy říká, že sport  
je pro Vítka moc dobrý.

A s panem učitelem Zajícem  
bývá velká legrace.







Zvířátka se ve škole učí spoustu užitečných věcí, třeba čtení, počítání nebo psaní. To Vítka baví, sám už se umí podepsat.





Přišel čas na svačinu a Vítkovi  
vypadne z tašky krabička s Kreonem.

„Co to máš?“ ptá se hned Zuzka.

„To jsou takové vitaminy, které беру před jídlem, aby mě nebolelo  
břícho,“ odpoví Vítek a nelíbí se mu, jak je Zuzka zvědavá.



„Vítku, uklid' si hračky, musíš jít  
inhalovat a pak se všichni navečeříme.“  
„Ach jo, ale proč zase já a proč Klárka  
nemusí?“



Maminka si povzdechne a řekne: „Chápu, že se ti nechce,  
ale už jsme si přeci říkali mnohokrát, že to děláš proto, abys  
měl čisté plíce a dobře se ti dýchalo. Jinak to nejde, Vítku.“





Klárka nemusí inhalovat  
ani brát prášky, protože je  
zdravá, její plíce jsou v pořádku.  
Vítek jí to někdy moc závidí.







Další den ve škole se Vítek stydí vzít si před ostatními prášek. Dává si pozor, aby ho nikdo neviděl, jak vyndává Kreon.

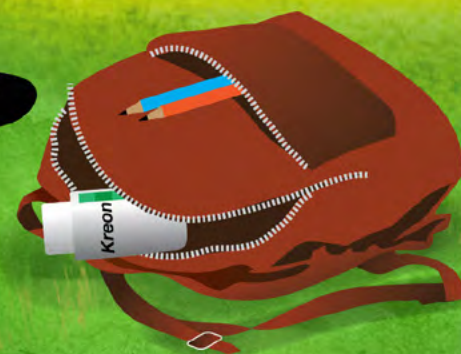
Lišák Robík si toho všimne a hned se ptá: „Co to děláš? Co to schováváš?“

„Ale, to jsou takové vitaminy, co musím jíst.“

Robík se diví: „A tobě to chutná?“

„Ani ne, ale prostě musím,“ odpoví Vítek.

Robík se mračí: „To já dělám jen to, co chci.“





Vítek se zlobí, a protože ty Kreony už jíst nechce,  
rovnou je vyhodí do odpadkového koše.

Říká: „Tak, a budu si dělat, co chci, chci být  
jako Robík.“





Inhalovat se mu taky nechce,  
a tak ho napadne, že když kus  
vylije, maminka nic nepozná.



„Tahle to bude rychlejší a budu mít víc času si hrát.“



Uplynulo pár týdnů a Vítek jde na kontrolu do nemocnice.

„Vítku, co to s tebou je? Nelíbí se mi tvoje výsledky, inhaluješ správně, bereš své léky?“ Pan doktor se na Vítka mračí.



Vítek mu ale zalže: „Ano.“

„Každému se někdy stane, že zapomene nebo se mu nechce, opravdu se ti to nikdy nestalo?“

„Opravdu ne.“





Během vyučování Vítek hodně kašle.  
Má pocit, že na něj kouká celá třída,  
určitě všechny ruší.

Tak rád by přestal, ale kašel se stále vrací.

Nakonec si vzpomene, že mu maminka dala s sebou  
mentolové bonbóny a kašel tak zažene.



Další hodinu tělocviku se s Vítkem  
ale děje něco špatného. Sotva uběhne  
pár kroků, začne ošklivě kašlat.



Učitel Zajíc se ptá:  
„Vítku, je vše v pořádku?“  
Jenže Vítek si neví rady,  
necítí se dobře.





Tatínek odvezl Vítka do nemocnice. Vítek se tady bojí, kašle, je strašně unavený a teď už má i teplotu. Doktor Medvěd stojí u postele a říká: „Vítku, budeme ti muset udělat pár vyšetření a pár dní si tě tu necháme, ale neboj se, my tě zas uzdravíme.“





Vítek se mamince přizná, že inhalace a Kreon šidil, myslí si, že maminka se bude moc zlobit, ale ona se nezlobí.

„Jsem ráda, že je ti lépe. Vím, že musíš dělat spoustu věcí, které tě nebaví.



Jenže ty máš cystickou fibrózu. Při této nemoci o sebe musíme pečovat, jinak by ti opravdu mohlo být moc špatně. Na to už jsi ale teď přišel sám, vid? Vím, že je to těžké, ale společně to všechno zvládneme.“



„Vítku, byl bych nerad, kdyby se tohle stalo znovu. Cystickou fibrózu už dnes umíme dobře léčit, ale aby nám to šlo co nejlépe, potřebujeme, abys nám s tím pomáhal.

Když nebudeš inhalovat,  
v plicích se ti bude usazovat  
ošklivý hlen a z toho pak  
onemocníš. Když nebudeš  
jíst Kreon, bude tě bolet  
bříško, tvoje tělíčko  
bude špatně trávit jídlo  
a pak nebude mít sílu  
s bacily bojovat.“





Konečně Vítek může jít domů.

Ted' už ví, že vyhazovat své léky a šdit inhalace opravdu není dobrý nápad. Všichni jsou rádi, že je mu zas dobře.





Zuzka a Eda přijdou za Vítkem domů.

„Přinesli jsme ti úkoly, hodně jsi zameškal. Prý jsi byl v nemocnici, jaké to tam bylo, bál ses?“

Vítek už se směje. Veverka je podle všeho velmi zvědavá kamarádka.



A tak jim to vše poví, jak mu bylo špatně a jak musel mít kapačky s léky až do žíly, že musel hodně cvičit a inhalovat.

Zuzka a Eda vše poslouchají a pak mu Eda říká: „Ty, Vítku, to muselo být hrozný, budeš tam muset brzy znovu?“



Vítek kroutí hlavou: „Doufám, že ne, proto musím dobře inhalovat a brát ty prášky k jídlu.“



Táta Mýval a táta Ježek vezmou kluky pod stan, je to jejich pánská jízda. Vítek inhaluje u táboráku, protože před Edou se nestydí, malý ježek už je jeho kamarád.

Vítek je moc rád, že chodí do školy a že tam našel takové kamarády jako Zuzku a Edu.

Máma a táta jsou super, ale když máš navíc pár dobrých kamarádů, je to ještě lepší.





Povím vám, co je dobré vědět o CF.

Když má někdo CF, je stejný jako všichni ostatní, jen v jeho těle některé věci fungují jinak.



## DÝCHACÍ SOUSTAVA



### Dýchání

Víte, že v těle máte plíce? Když se nadechneme, vzduch putuje naším tělem až do plic. Naše pusa, nos, krk, to vše je součástí dýchací soustavy. Nádech a výdech jsou pro tělo životně důležité. Srdce svým tlukotem pohání krev do celého těla. Rozvádí tak po těle kyslík, který plíce nádechem získaly. Výdechem pak vracíme do vzduchu to, co nepotřebujeme a co by nám mohlo škodit.

### CF tělo

Pokud má někdo CF, v jeho plicích se vytváří hustý hlen, který je potřeba inhalacemi a cvičením dostat ven. Pokud se hlen z plic nedaří odkašlat, mohou se v něm začít množit bakterie. Tyhle bakterie pak způsobí infekci, a tu je potřeba léčit antibiotiky.

Antibiotika jsou léky, které se dají spolknout jako sirup nebo prášek. U CF se antibiotika mohou i inhalovat a někdy je potřeba dodat je rovnou do žíly.



CF není nakažlivá, i když hodně kašlete, nedá se chytit jako třeba chřipka. Musíte se s ní narodit a máte ji po celý život.



## TRÁVICÍ SOUSTAVA



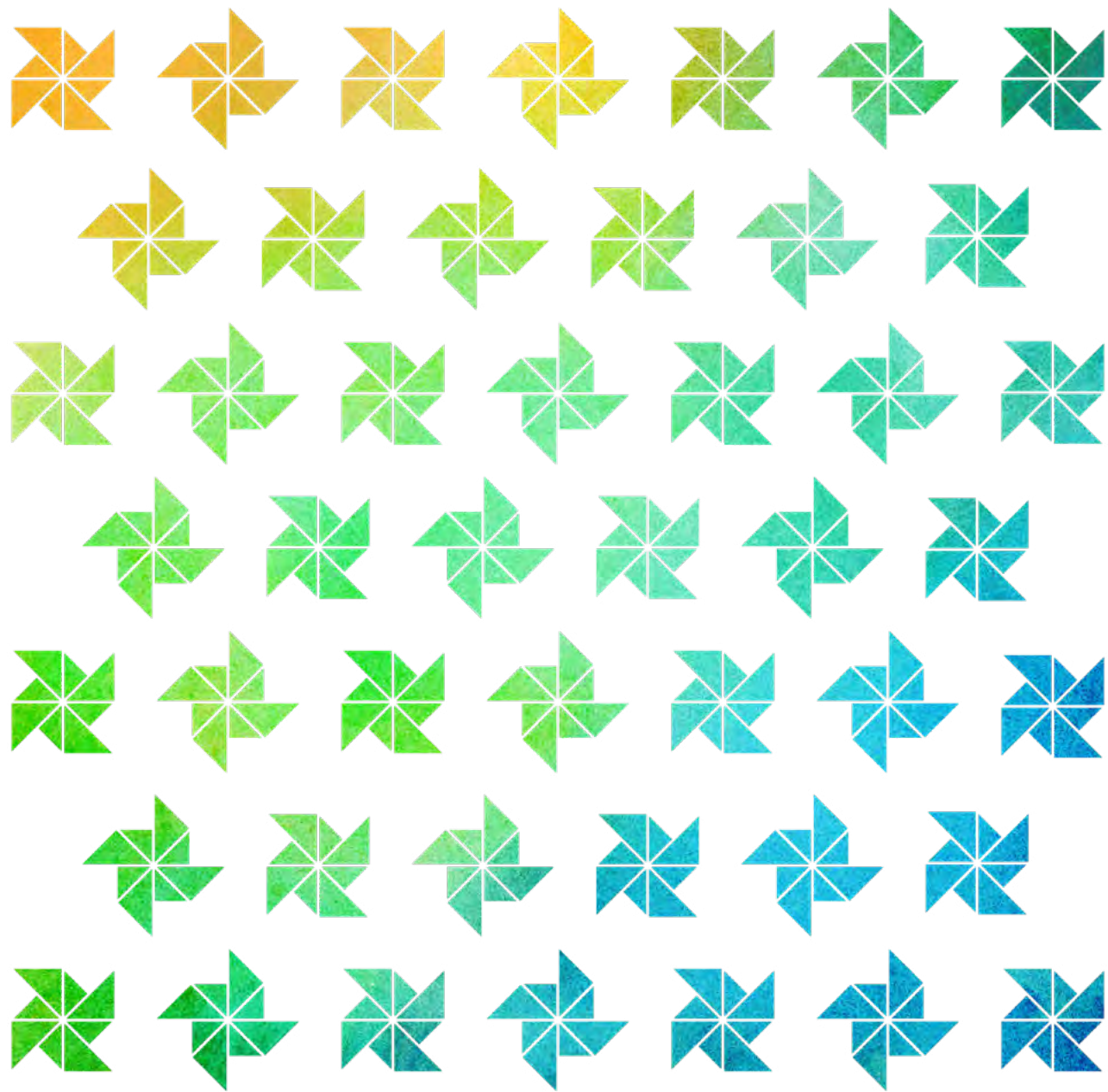
### Trávení

Proto, aby tělo mělo sílu a mohlo fungovat, potřebujeme jídlo a pití. Součástí trávicí soustavy je mnoho orgánů v těle – žaludek, slinivka, tenké a tlusté střevo a játra. Tělo je velmi složitý stroj a tyhle všechny orgány způsobí to, že se potrava a pití zpracuje. Musí se mechanicky a chemicky rozložit, tělo musí vstřebat užitečné vitamíny a živiny a vyloučit to, co nepotřebuje a co by mohlo škodit.

### CF tělo

S CF je trávení složitější, protože slinivka nefunguje tak, jak by měla. Tělo hůře vstřebává vitamíny a živiny, a proto je pro nemocné CF někdy veliký problém přibrat na váze. Ke každému jídlu je proto potřeba spolknout trávicí enzymy, Kreon nebo Panzytrát. Tyhle prášky pomohou trávicí soustavě fungovat tak, jak by to mělo být. Pokud se užívají správně, nemělo by vás bolet břicho, ani byste neměli mít průjem. Také pomůžou tomu, že tělo má sílu a přibírá na váze.











Cystická fibróza je nemoc, s kterou se někdo už narodí. Někdy nám ta dvě slova pěkně zamotají jazyk, a tak je jednodušší říkat ji zkratkou, prostě jen CF.

CF umíme čím dál lépe léčit, pomáhají nám s tím plicní lékaři a další specialisté jako fyzioterapeuti, mikrobiologové, odborníci na výživu a jiní. Každý den pracují na světě vědci na tom, abychom ji jednou dokázali vyléčit úplně, zatím to ale neumíme.

Nejlepší, co může každý nemocný CF dělat, aby mu bylo dobře, je dodržovat svůj léčebný režim. Pro všechny je to těžké, protože musí každý den dělat mnoho věcí navíc oproti zdravým lidem. Pokud se však o CF staráme, jak nejlépe umíme, můžeme s ní žít velmi dobrý život. CF neovlivňuje to, jak jsme chytří nebo šikovní. Nedovolme jí, aby nás v životě brzdila víc, než je to nutné.

ISBN: 978-80-906670-4-4

