

napsala Jana Horáková
ilustrovala Ivana Čeljuska

Revma Liga
Česká republika, z.s.



Žirafa AMÁLKA

příběh pro děti
s juvenilní idiopatickou artritidou

Žili byli v daleké a krásné savaně žirafa s žirafákem. Měli se rádi a brzy se jim narodila žirafí holčička, které dali jméno Amálka. Amálka se chvilku po narození postavila na nožky, i když je měla dost nemotorné, až to bylo legrační. To jí ale nebránilo objevovat svět a se zájmem valit svá veliká kukadla na všechno, co se jí před nimi objevilo.



Ráda pozorovala antilopy a slony a také ráda baštila. Nejraději měla sladké ovoce a lístky stromu akácie. Jejími nejlepšími kamarády byli žirafí kluci Alfons a Albert, byla s nimi totiž ohromná legrace. Hráli spolu na honěnou i na schovku, pořádali závody v běhu i v natahování krků. Večer Amálka usínala vždy unavená, ale spokojená.

Jednoho rána, když chtěla Amálka vyskočit z pelíšku a běžet rovnou za Alfonsem a Albertem, zabořilo ji kolínko.



AUVAJS

„Auvajs“ vykřikla, až se i žirafí mamka lekla.

„Copak je? Tys upadla, nebo se bouchla?“

„Ne, to jen tak, samo,“ odpověděla Amálka a kulhavým krokem došla k akácii. Chvíli to ještě zlobilo, ale odpoledne už běhala s ostatními žirafátky jakoby nic.



Jenže druhý den a všechny další bolelo Amálku kolínko zas. Žirafím rodičům to bylo už divné, a tak s Amálkou vyrazili k panu doktorovi, veleváženému panu Elefantovi.

Pan Elefant Amálku prohlédl, chobotem se podrbl na hlavě mezi velkýma ušima a řekl žirafí mamce, že má Amálka juvenilní idiopatickou artritidu.

„Říká se jí taky revma“.

„Cože?“ vytřeštila oči Amálčina maminka. Nerozuměla, co ta cizí slova znamenají. A vyslovit je taky skoro nedokázala.

Doktor Elefant jí vysvětlil, že je to nemoc, která ubližuje kloubům. Klouby nám pomáhají v pohybu. Vysvětlil žirafí mamce, co by mohlo Amálce pomoci:

„Amálka teď bude potřebovat, aby ji jednou za týden navštívila včelka a donesla jí od nás medicínu, aby ji už klouby nebolely a nožky mohly pěkně vyrůst. A Amálko, taky se nezapomeň hodně smát a chodit za kamarády! Uvidíme se zase brzy na kontrole,“ řekl na rozloučenou pan Elefant a poprosil sestřičku paní Pštrosovou, aby s Žirafovými domluvila termín na kontrolu a návštěvy včelích ošetřovatelek, protože on se musel věnovat dalšímu pacientovi.

6



7

NECH MĚ BÝT



Amálka tomu moc nerozuměla. Když se vrátili ke svému stádu, chtěla si jít Amálka normálně hrát s Alfonsem a Albertem, ale bála se rozběhnout. Bála se, že ji kolínko bude bolet. Pozorovala Alfonse, jak si hraje s Albertem na honěnou, a byla smutná, že si nehraje s nimi.

Alfons za ní přiběhl a udýchaně se jí ptal: „Amálko, co je, proč nehraješ s námi? A kde jsi vůbec ráno byla?“

Amálka nevěděla, co říct, a tak mu jen odsekla: „Dneska si nechci hrát, nech mě být.“



Alfons byl dost překvapený. Pomyslel si, že možná s Albertem Amálku něčím naštváli, že si s nimi nechce hrát a radši odběhl.

Žirafí mamka to celé pozorovala.
Přiblížila se pomalu k Amálce a potichoučku jí řekla:

„Amálko, vidím, že jsi smutná, že tě bolí nožka
a že nemůžeš hrát s klukama na babu. Co kdybychom
klukům vysvětlili společně, proč si s nimi teď nemůžeš
hrát? Opravdoví kamarádi to pochopí, rádi ti pomůžou
a vymyslí hru, kterou s nimi budeš moct hrát taky.
Není dobré kamarády kvůli nemoci odhánět.“

Amálka to tedy mamce moc nevěřila, ale máma
pokračovala:

„I když máš podle pana Elefanta revma, pořád
jsi stejně dobrá žirafka, jako všechny ostatní.
Máme tě s tatínkem moc rádi, jsi naše milovaná
Amálka, taková žádná jiná na světě není!“

Maminka mluvila tak hezky, až nakonec Amálka
souhlasila, že se kamarádům svěří. Přivolaly
kluky, ti přiběhli a maminka jim vysvětlila,
co Amálku trápí, proč na ně byla Amálka
nepříjemná a že by si s nimi zase ráda hrála.
„Jen některé hry teď hrát nemůže a u jiných
se bude třeba trochu obávat je zkusit.“



Alfons s Albertem řekli, že to vůbec nevadí, hlavně že Amálka bude s nimi pořád v partě! A víte co? Amálka už se přestala stydět a bát, ulevilo se jí a cítila se teď o moc líp.

Další den přiletěla k žirafí rodině včelka s medicínou pro Amálku.

„Ahoj Amálko, nesu ti lék. Teď to jen trošku štípne, uvolni se, nadechni se – tááak – jsi statečná, už to máš za sebou! Věřím, že medicína ode mě ti bude pomáhat. Za týden jsem tu zas,“ usmála se včelka a letěla k dalšímu pacientovi. Amálka byla statečná, injekci s lékem od včelky zvládla.

Mamka i taťka na ni byli moc hrdí, ale bylo jim líto, že má Amálka trápení. Amálka byla po injekci od včelky unavená a neměla moc dobrou náladu. Pomohlo jí, že jí žirafí mamka objala, dala jí pusinku na čelo a taťka mezi tím donesl Amálce akáciové lístky.

Zastavil se i Alfons s Albertem, aby Amálku rozveselili. Alfons říká:

„Amálko, znáš tenhle vtip?“ a spustil: „Potkají se dvě žáby a jedna říká: Mně je nějak špatně. A druhá na to: Hmm, no jo, jsi nějaká zelená.“

AMÁLKO, NESU TI LÉK



Amálka neudržela smích a hned jí bylo o fous líp. O pár měsíců později šla Amálka s rodiči na kontrolu k doktoru Elefantovi. Pan doktor si nasadil velké brýle, a když Amálku prohlédl, pochválil celou rodinu, jak to s nemocí dobře zvládají.

„Chcete se mě ještě na něco zeptat?“ obrátil se na ně doktor Elefant. Amálka se na pana doktora zvědavě zadívala a zeptala se:

„Pane doktore, proč já mám tuhle nemoc? Jsem určitě jediná, za kým létá včelka, to není fér, Alfons s Albertem si normálně běhají po savaně a nic je netrápí,“ dupla si kopýtkem Amálka.

Pan Elefant se k Amálce sklonil a pověděl jí: „Amálko, je to k vzteku být nemocná, to máš pravdu. Je úplně v pořádku, že se zlobíš. Ale věř mi, že v savaně nejsi jediná, kdo má nějaké trápení.“

Podívej se do čekárny. Koukej - támhle zebru - slečnu Pruhovanou bolí záda, měl to stejně tak i její dědeček. Za ní sice nelétá včelka, ale musí slupnout každý den léčivé bobule. A vidíš támhle tu antilopu - ta teď chodí o berličkách, aby ji nebolely kotníky.“

14

Do hovoru jim vpadla sestřička Pštrosová: „Pane doktore, volají vám z lékárny.“

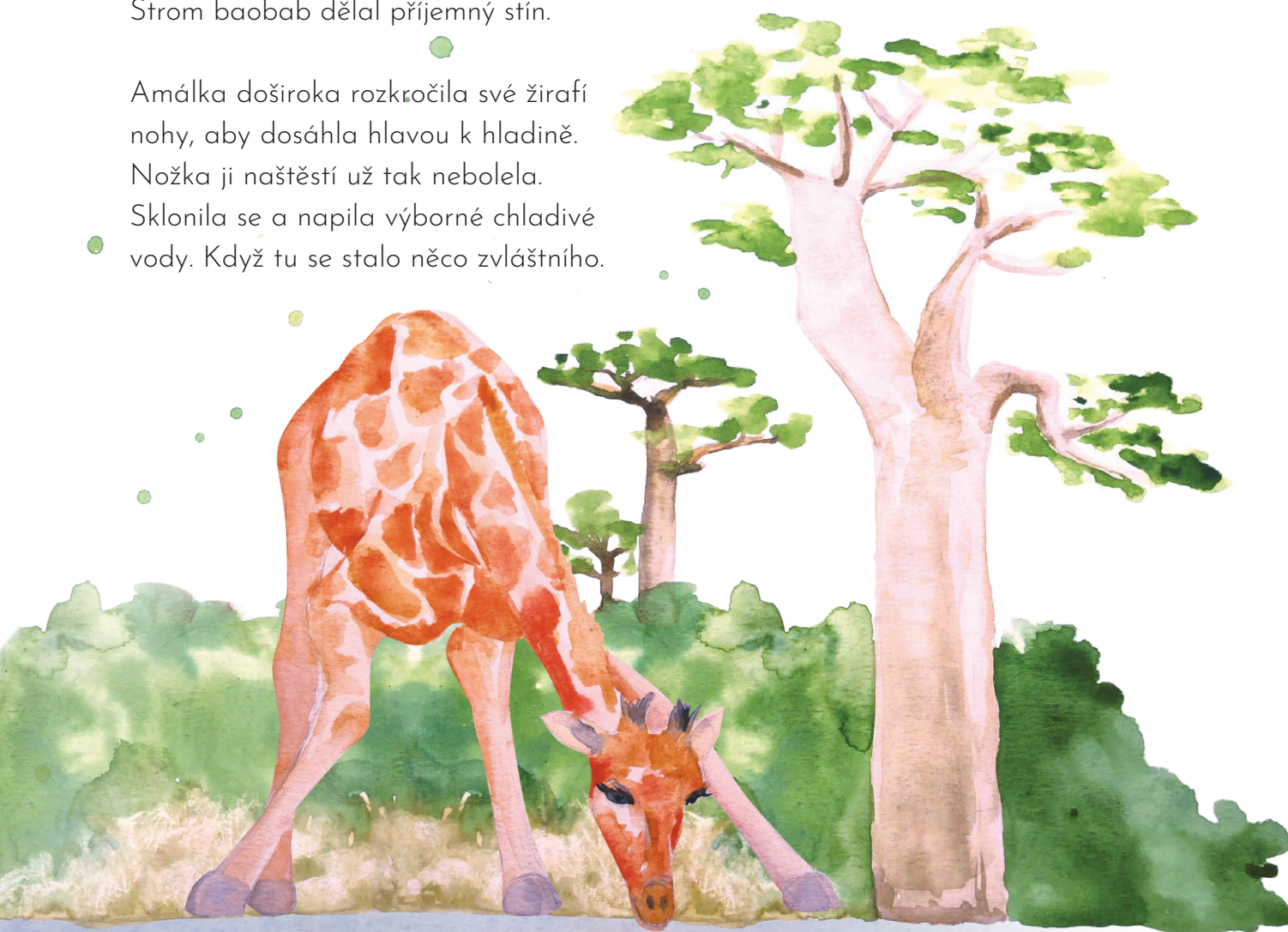
Pan Elefant se omluvil a musel se s Amálkou rozloučit.



15

„Co kdybychom se zašli napít k baobabu?“ navrhl žirafí tatka a mamka i Amálka souhlasily. Bylo krásné odpoledne, svítilo slunce, voda se třpytila. Strom baobab dělal příjemný stín.

Amálka doširoka rozkročila své žirafí nohy, aby dosáhla hlavou k hladině. Nožka ji naštěstí už tak nebolela. Sklonila se a napila výborné chladivé vody. Když tu se stalo něco zvláštního.



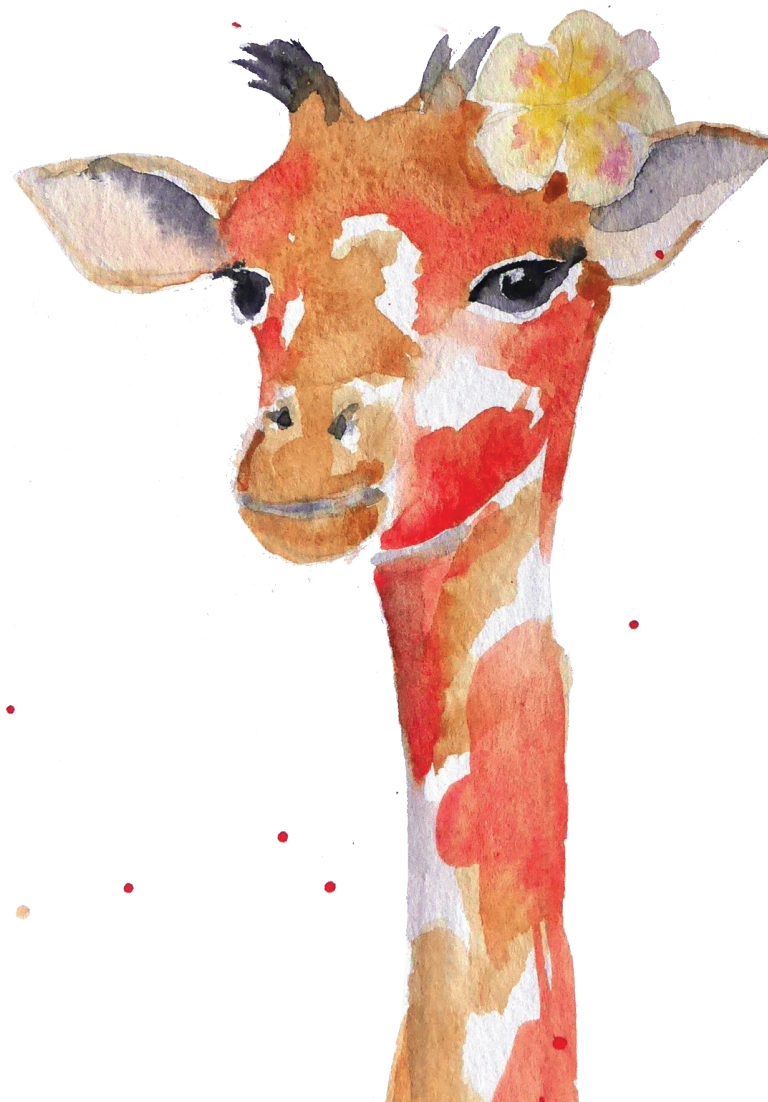
V odrazu vody vidí, jak strom otevírá oči, mrká na ni, usmívá se, a pak nevěří svým uším:

„Amálko, stojím tu už tisíc let, leccos jsem už viděl. Víím, že by bylo lepší, kdyby všechna zvířata na světě byla zdravá. Ale něco ti povím. Taky jsem viděl, že v nemoci se projeví, jak jsou zvířata silná, naučí se zdolat spoustu překážek. Mají radost z chvil, kdy se cítí dobře, a hlavně poznají, jak prima přátele mají kolem sebe.“

Amálka se otočila, starý strom stál nehybně, oči i ústa zmizely ve vrásčitých prohlubních jeho kmene. K Amálce se po chvílce snesl z jeho koruny květ. Běžela ho hned ukázat rodičům a schovala si ho za ouško.

Slunce zapadalo a Amálka s rodiči se vydala na cestu domů. Díky svým dlouhým krkům měli krásný výhled na celou savanu.

Amálka se už zdálky vítala s Alfonsem a Albertem. Chvíli spolu hráli slovní kopanou, než přišly maminky a řekly, že je čas jít spát. Všichni si popřáli dobrou noc a usnuli unavení a spokojení.



To byl příběh o žirafě Amálce. Někdy nám pohádky připomínají to, co zažíváme ve skutečnosti. Můžeš si teď s rodiči vyplnit pár pracovních listů:

Amálčinými nejbližšími jsou maminka, tatínek a kamarádi Alfons s Albertem. Kdo je pro tebe důležitý? Napiš, nebo nakresli:

Žirafa Amálka má nemoc, které se říká revma. Bolí ji kolínko a musí brát medicínu. Co trápí v těle tebe? Nakresli:

Kvůli nemoci nemůže Amálka moc běhat. Je něco, co kvůli nemoci nemůžeš dělat ty? Napiš, nebo nakresli:

Amálka bývá kvůli nemoci naštvaná, smutná, někdy má strach, nebo se cítí špatně.

Řekl/a bys Amálce, jak to máš ty? Doplň věty:

Na tom, že mám revma, mě štve...

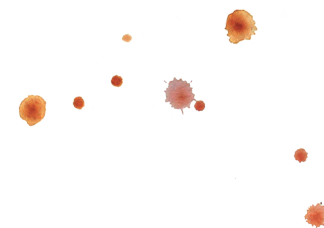
Jsem smutný/smutná, že...

Bojím se, že...

Amálce pomáhá, když si zadupe, když si jde hrát, nebo když o svých pocitech řekne mamince nebo tátovi. Co pomáhá tobě, když nemáš kvůli nemoci dobrou náladu? Napiš, nebo nakresli:

Jindy Amálka na nemoc vůbec nemyslí a žije si jako jiné žirafky. Chroupe svou oblíbenou akácií a hraje si s kamarády. Napiš, nebo nakresli, co rád/a děláš ty:

DĚKUJI!





Žirafa Amálka

Jana Horáková

Ilustrace a grafické zpracování Ivana Čeljuska

Tisk D&S Design Prague, s.r.o.

Vydala Revma Liga Česká republika, z. s. v roce 2020, 1. vydání

www.revmaliga.cz

Tato kniha vychází za přispění všech, kteří se připojili k výzvě spolku Revma Liga ČR a podpořili vznik knihy na Darujme.cz. Cílem spolku je zlepšit informovanost o revmatických nemocech v dětském věku a podpořit děti a jejich rodiny.

Revma si nevybírání, ale spolu to zvládneme!

S láskou Revma Liga Česká republika